

* ASTROLOGISCHE ANALYSE *

Erstellt von

Helmert
An der Lösermühle 1
09544 Neuhausen

Zukunft Wellness + Gesundheit



Steinbock

Max Mustermann
01.01.1975 18:00 MET
Berlin
für: 01.01.2008 - 31.12.2008

Inhaltsverzeichnis

Grafik	4
Datenblatt	5
Was Prognose leisten kann und was nicht	6
Hinweise zur Anwendung der Farben	7
Hinweise zur Anwendung der Düfte und Aromen	7
Seien Sie ehrlich zu sich selbst	8
Alles Gute!	8
Reden Sie darüber!	9
Nur nichts überstürzen!	10
Kümmern Sie sich um Ihre Beziehungen	10
Bleiben Sie locker!	10
Leugnen Sie Ihre Gefühle nicht	11
Wenig Wirkung	12
Übertreiben Sie's nicht!	12
Vom Wort zur Tat	13
Gönnen Sie sich eine kreative Pause!	13
Geringfügigen Beeinträchtigung	13
Gestalten Sie Ihr Leben	14
Lieber abwarten	15
Erfolg durch Überzeugungskraft	15
Nur nichts überstürzen!	16
Wenig Wirkung	16
Vom Wort zur Tat	16
Machen Sie mal halblang!	17
Leugnen Sie Ihre Gefühle nicht	17
Gönnen Sie sich eine kreative Pause!	18
Erfolg durch Überzeugungskraft	19
Schonen Sie sich	19
Geringfügigen Beeinträchtigung	20
Lieber abwarten	20
Werden Sie aktiv!	21
Raffen Sie sich auf!	21
Befreien Sie sich von Giften	22
Geben Sie Ihren Gefühlen Gestalt	23
Wenig Wirkung	24
Trainieren Sie Ihre Beweglichkeit	24
Vom Wort zur Tat	24

Gönnen Sie sich eine kreative Pause!	25
Geringfügigen Beeinträchtigung	25
Ziehen Sie sich zurück	26
Lieber abwarten	26
Erfolg durch Überzeugungskraft	27
Nur nichts überstürzen!	27
Wenig Wirkung	28
Vom Wort zur Tat	28
Seien Sie kreativ	28
Leugnen Sie Ihre Gefühle nicht	29
Gönnen Sie sich eine kreative Pause!	30
Erfolg durch Überzeugungskraft	30
Seien Sie ehrlich zu sich selbst	30
Alles Gute!	31
Die Bedeutung der einzelnen Transitplaneten	31
Einführung in die Bedeutung der Häuser des Geburtshoroskops	34
Einführung in die Qualität der Aspekte	36

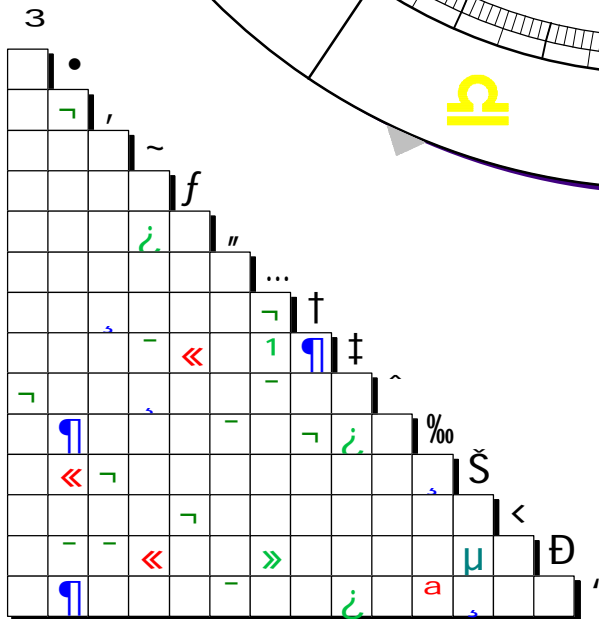
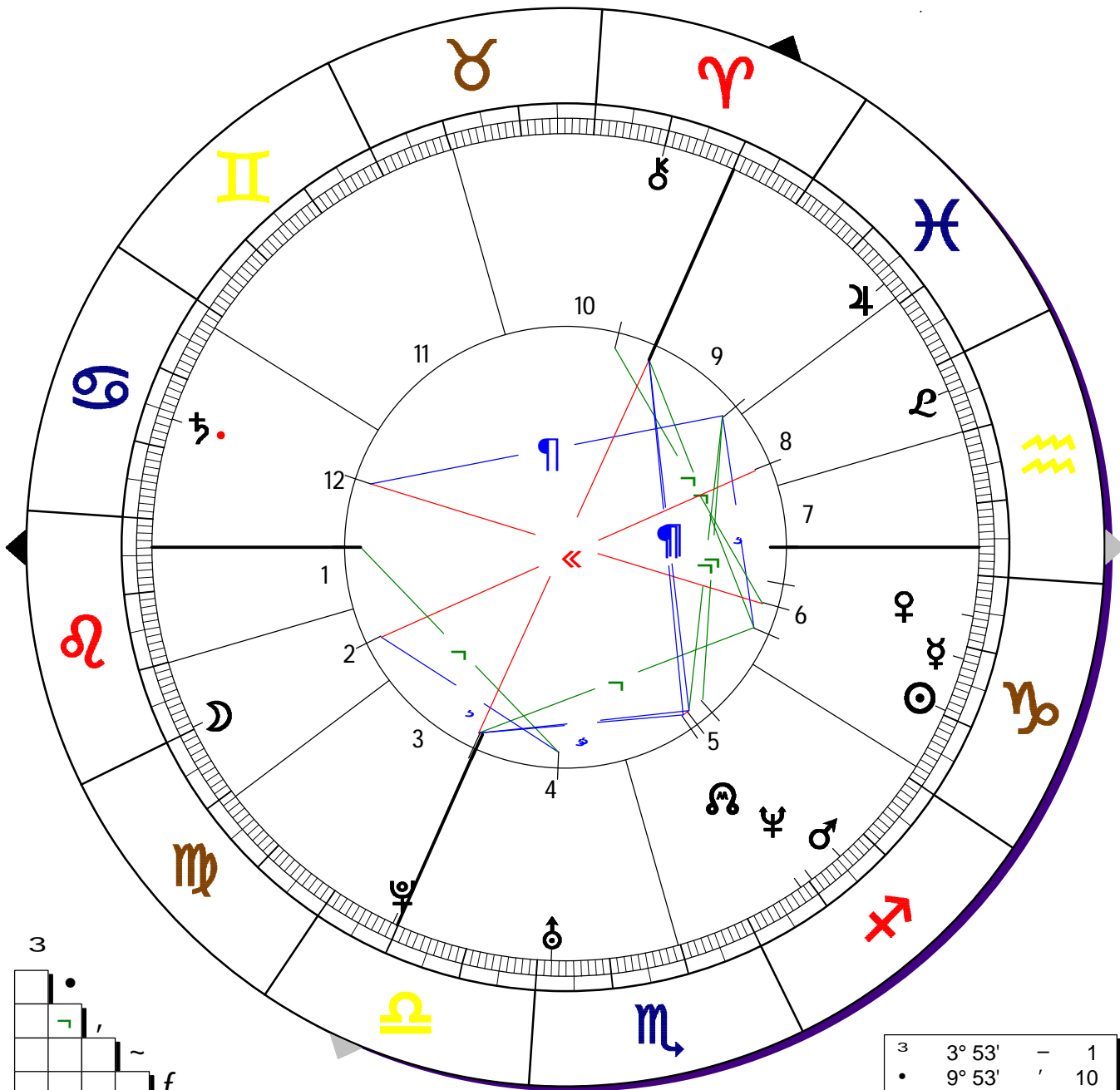
Max Mustermann

Berlin

Länge: 013°22' O Breite: 52°30' N

Geburtshoroskop
Placidus

Datum: 01.01.1975
Zeit: 18:00 MET



Kardinal:	7
Fix:	4
Flexibel:	4

Erde:	3
Wasser:	3
Feuer:	7
Luft:	2

männlich:	9
weiblich:	6

1	3° 53'	—
2	20° 05'	—
3	10° 53'	—
4	9° 53'	~
5	19° 42'	™
6	1° 50'	>
7	3° 53'	œ
8	20° 05'	œ
9	10° 53'	•
10	9° 53'	'
11	19° 42'	"
12	1° 50'	•

3	3° 53'	—	1
•	9° 53'	'	10
,	10° 39'	>	6
~	29° 40'	—	2
f	18° 11'	>	6
"	24° 16'	>	6
...	15° 28'	§	5
†	13° 26'	•	9
‡	15° 48'	R •	12
^	1° 54'	™	4
‰	10° 27'	§	5
Š	9° 13'	~	3
<	19° 57'	'	10
Đ	26° 06'	œ	8
'	8° 33'	§	5

Max Mustermann

Berlin

Länge: 013°22' O Breite: 52°30' N

Geburtshoroskop
Placidus

Datum: 01.01.1975
Zeit: 18:00 MET

Planetenstellungen

Table with 5 columns: Planet symbol, Name, RA, Sign, House. Includes Ascendent, Medium Coeli, Sonne, Mond, Merkur, Venus, Mars, Jupiter, Saturn, Uranus, Neptun, Pluto, Chiron, Lilith, mKnoten.

Häuserstellungen

Table with 4 columns: House number, RA, Sign, Planet. Lists houses 1-12 and their corresponding signs and planets.

Quadrantenverteilung

Table with 4 rows: Quadrant 1-4, and 4 columns: Planet symbols.

Aspekte

Table of aspects between planets, including symbols like 'a', '<<', '~', 'f', '3', 'μ', '¶', '1', '»', 'z', and their corresponding degree values.

Elementverteilung

Table with 4 rows: Erde, Wasser, Feuer, Luft, and 4 columns: Planet symbols.

Qualitätenverteilung

Table with 3 rows: Kardinal, Fix, Flexibel, and 4 columns: Planet symbols.

Zeichenverteilung

Table with 2 rows: männlich, weiblich, and 4 columns: Planet symbols.

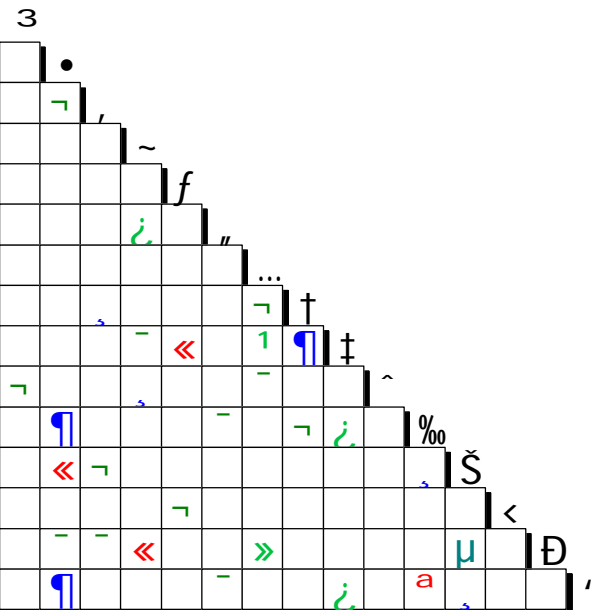


Table titled 'Aspekte' listing symbols and their names: a Konjunktion, << Opposition, ~ Quadrat, - Oktil, μ Trioktil, ¶ Trigon, 1 Sextil, » Quincunx, z Biquintil.

Table titled 'Planeten' listing symbols and their names: 3 Ascendent, • Medium Coeli, , Sonne, ~ Mond, f Merkur, " Venus, ... Mars, † Jupiter, ‡ Saturn, ^ Uranus, % Neptun, Š Pluto, < Chiron, Ð Lilith, ' mKnoten.

Table titled 'Tierkreis' listing symbols and their names: ' Widder, " Stier, " Zwilling, • Krebs, - Löwe, - Jungfrau, ~ Waage, ™ Skorpion, Š Schütze, > Steinbock, œ Wassermann, • Fische.

Was Prognose leisten kann und was nicht

Bei einer Prognose geht es nicht darum, vorherzusagen, was Ihnen widerfährt, sondern vielmehr sich in Einklang mit den himmlischen Zyklen und Rhythmen zu bringen. Wenn wir wissen, welche Konstellationen auf uns zu kommen, können wir uns auf sie einstellen und von ihnen profitieren und uns gegebenenfalls auch vor möglichen negativen Auswirkungen schützen und diese in positive Energie umwandeln.

Prognosen in Bezug auf die Gesundheit sind besonders schwer, denn es gibt keine Konstellation die zwingend eine bestimmte Krankheit bedingen würde: Ohne gründliche Kenntnis des Geburtshoroskops lässt sich in keinsten Weise auch nur vermuten, was auf Sie in gesundheitlicher Hinsicht auf Sie zukommen könnte - noch nicht einmal der harmloseste Schnupfen ist erkennbar. Halten Sie sich also bei allen Prognosen und Hinweisen stets vor Augen: Keine Konstellation kann Sie krank machen!

Dagegen können wir sehr wohl sehen, wie es um Ihr Gleichgewicht zwischen Körper, Seele und Geist bestellt ist. Dieses Gleichgewicht ist eine empfindliche Balance und ist alles andere als statisch aufzufassen. Es gleicht eher einem aktiven Prozess, in dem jeder Einfluss aus der Umwelt adäquat von uns aufgenommen und verarbeitet wird. Wenn dieser Balance-Mechanismus funktioniert, fühlen wir uns gesund - wenn nicht, laufen wir Gefahr, uns unwohl zu fühlen oder gar krank zu werden.

In der Astrologie werden Körper, Geist und Seele durch die drei wichtigsten Planeten im Geburtshoroskop dargestellt: Sonne (Körper), Merkur (Geist) und Mond (Seele). Zusätzlich ist der Aszendent noch ein wichtiger persönlicher Punkt im Horoskop, der darüber Auskunft gibt, wie stark wir uns gerade fühlen. Diese Faktoren werden daher bei der Prognose hinsichtlich Ihrer Gesundheit berücksichtigt.

Unter den laufenden Planeten sind für eine Prognose die sieben klassischen Planeten am bedeutsamsten: sie machen sich am konkretesten bemerkbar und können am leichtesten von uns begriffen werden, weil sie im Bereich unserer persönlichen Erfahrung agieren. Die drei Transsaturnier Uranus, Neptun und Pluto hingegen werden nicht berücksichtigt, da sie sich auf Erfahrung beziehen, die über unsere Persönlichkeit hinausgehen - sie sind transpersonal. (Mehr zu der Bedeutung der einzelnen laufenden Planeten weiter unten).

Der Rhythmus der laufenden Planeten kann uns helfen zu verstehen, wie wir dieses Gleichgewicht bewahren und welche Hürden wir zu erwarten haben. So können wir uns vorbereiten und die entsprechenden Maßnahmen zu richtigen Zeit in Angriff nehmen. Er kann uns aber auch in positiver Hinsicht bestärken, mehr für uns zu tun und z.B. unsere körperliche Fitness zu steigern oder einfach etwas für unsere allgemeine "Wellness". Günstige Konstellationen sorgen dann dafür, dass sich Erfolgserlebnisse einstellen und wir uns auch für die Zukunft motiviert fühlen. Das ist z.B. wichtig, wenn es darum geht Therapien zu beginnen, Diäten anzufangen oder einfach die Lebensumstände zu verbessern.

Achten Sie dabei darauf, dass langfristige Transite stets das stärkere Gewicht haben werden. Das heißt also, dass selbst der beste kurzfristige Transit einen eher schwierigeren langfristigen nicht ausgleichen wird. Er kann aber für wichtige, lichte Momente sorgen und sollte deshalb unbedingt beachtet werden!

Kurzfristige Transite sind zumeist besser geeignet, um konkrete Handlungen zu planen. Nutzen Sie sie daher im Sinne einer "Trigger"-Funktion, um Ihren Vorhaben den letzten nötigen "Kick" zu geben!

So gesehen helfen uns die Transite der Planeten dabei, den Zusammenhang zwischen Körper, Seele und Geist besser zu verstehen und pro-aktiv etwas für unsere Gesundheit zu tun.

Dafür haben wir für Sie zahlreiche Tipps zusammengestellt, die diese Erkenntnisprozesse unterstützen sollen, angefangen von Farbentsprechungen, Duftölen, Heilsteinen, Fitness-Empfehlungen, Wellness-Tips und den richtigen Nahrungsmitteln.

Dazu nun einige wichtige Hinweise:

Hinweise zur Anwendung der Farben

In der Umgebung: Wer sich mit Gegenständen und Accessoires aus der Palette der jeweils vorgeschlagenen Farben umgibt, wird schon bald die entsprechende Stimmung spüren. Dies können Bilder oder Poster an der Wand sein, aber auch eine kleine Skulptur auf dem Nachttisch, der Briefbeschwerer auf dem Schreibtisch, der Türkranz, eine Schale mit bunten Steinen, ein Blumenstrauß oder andere Dekostücke, die Ihnen gefallen. Achten Sie bei der Wahl darauf, dass die Farben des Gegenstandes das Hauptaugenmerk auf sich ziehen und nicht so sehr seine Form oder sein Inhalt - und stellen Sie ihn an einer augenfälligen Stelle des Zimmers auf, in dem Sie die entsprechende Atmosphäre erzeugen wollen, sodass Sie ihn, so oft Sie wollen, ansehen können.

In der Kleidung: Es ist kein Geheimnis, dass die Farben unserer Kleidung unser Verhältnis zur Umwelt prägen und damit unser Verhalten und die Stimmungen in unserer Umwelt beeinflussen können. Wenn Sie im Sinne der vorgeschlagenen Farben Einfluss nehmen möchten, wählen Sie entweder gezielt eine Hose, eine Bluse, einen Rock oder einen Schal etc. in den entsprechenden Farben aus. Farben, die nicht so dominant in Erscheinung treten sollen sind besser geeignet für Accessoires und Schmuckstücke, z.B. eine Kette, ein Armband oder ein Tuch, während andere Farben den Grundton der Kleidung ausmachen können.

Das Lichtbad: Nehmen Sie ein Lichtbad! Dazu besorgen Sie sich handelsübliche Farblampen in den gewünschten Farben - zumeist werden sie in den Grundfarben Gelb, Rot, Grün und Blau angeboten. Oder Sie nehmen eine normale Lampe und bringen an ihr einen Farbfilter, z.B. eine Farbfolie an. Dann wählen Sie sich einen Raum aus, in dem Sie für eine Viertelstunde ungestört zubringen können. Diesen Raum tauchen Sie in farbiges Licht - entweder einfarbig oder auch mehrere Farben mit verschiedenen Lampen. Am besten sind Stehlampen geeignet, deren Lampenkopf Sie so drehen können, dass er Ihren ganzen Körper bestrahlen kann. Legen oder setzen Sie sich dann bequem hin, wenn Sie möchten auch ganz ohne Bekleidung, und entspannen Sie sich. Vielleicht wählen Sie dazu eine passende Musik oder ein Duftöl aus, um die Stimmung zu intensivieren.

Hinweise zur Anwendung der Düfte und Aromen

Die Verwendung der beliebten Duftöle, die in speziellen Gefäßen, am besten aus Keramik, auf Wasser geträufelt werden und dann verdunsten, ist geeignet, ohne großen Aufwand, das Gleichgewicht zwischen Körper, Seele und Geist zu stimulieren. Daneben lassen sich viele Öle auch anders zum Einsatz bringen: als Raumerfrischer, als Massageöl-Zusatz oder als Badezusatz.

Tipp: Bringen Sie niemals das reine Öl mit der Haut in Kontakt. Wenn Sie zu Allergien neigen oder eine empfindliche Haut haben, machen Sie zuerst den Armbeugentest, um festzustellen, ob Sie das Öl vertragen. Tupfen Sie sich zu diesem Zweck ganz wenig in die Armbeuge: sobald sich eine Rötung abzeichnet oder eine andere Hautreaktion einstellt, verzichten Sie auf dieses Öl! Verwenden Sie immer beste, naturreine ätherische Öle!

Aromalampe: Geben Sie in eine Aromalampe 5 bis 15 Tropfen eines Öles oder einer Mischung. Seien Sie am Anfang eher vorsichtig und beginnen Sie mit kleineren Dosen, die Sie dann bei Bedarf steigern können.

Badezusatz: Lösen Sie 4 bis 6 Tropfen des ätherischen Öls in etwa 4 Esslöffel Akazienhonig oder Sahne auf und geben es dem Badewasser zu.

Körperöl, Massageöl: Mischen Sie 100 ml eines hochwertigen, kalt gepressten Pflanzenöls (am besten Jojobaöl, Olivenöl oder Hanföl) mit 30 bis 40 Tropfen des ätherischen Öls. Vermengen Sie das Ganze durch kräftiges Schütteln und lassen Sie die Mischung 2 bis 3 Wochen reifen.

Seien Sie ehrlich zu sich selbst Sonne im 6. Haus

01.01.2008 - 24.01.2008

Wenn die Sonne das sechste Haus Ihres Horoskops passiert, sollten Sie sich am besten einen Gang zurückschalten, um zu überprüfen, ob das, was Sie gerade tun, noch im Einklang mit den Anforderungen der Umwelt steht. In dieser Zeitphase geht es darum, die eigenen Handlungen von außen zu betrachten und abzuwägen, ob sie noch auf den gegenwärtigen Moment abgestimmt sind. Wenn Sie jetzt nicht vorsichtiger sind, könnten Sie Gefahr laufen, Ihre Zeile allein deshalb zu verfehlen, weil Sie die Bedingungen der Umwelt nicht ausreichend in Ihre Überlegungen mit einkalkuliert haben. Ein kontrolliertes Vorgehen ist jetzt notwendig. Wer hier nicht wagt, sich der Wirklichkeit zu stellen, der muss damit rechnen, dass sich die Energien nach innen richten und sich negativ auf das Gleichgewicht von Körper und Seele auswirken. Darum: Prüfen Sie jetzt jeden Schritt, den Sie unternehmen, darauf, ob er notwendig ist und ob er den aktuellen Gegebenheiten angepasst ist. Seien Sie ehrlich mit sich selbst und reden Sie nichts schön.

Alles Gute! Sonne Konjunktion Radix-Sonne

01.01.2008 - 06.01.2008

Wenn die laufende Sonne die Geburtssonne berührt, steht eins fest: Sie haben in diesen Tagen Geburtstag! Ansonsten ist diese Konstellation aus gesundheitlicher Sicht wenig bedeutsam. Wir wünschen Alles Gute!

Wenn Sie Zeit für sich übrig haben - lassen Sie es sich so richtig gut gehen. Es darf ruhig ein bisschen Luxus sein: Warum also nicht gleich das volle Programm? Nehmen Sie sich einen Tag Zeit und gönnen Sie sich nur das Beste: Baden Sie sich in kostbaren Essenzen und hüllen Sie sich in edle Parfüms. Machen Sie es sich so richtig bequem und lassen Sie ruhig mal alle Fünfe gerade sein. Wenn Sie eine Terrasse oder einen Balkon haben - tanken Sie Sonne! Achten Sie aber auf die Dosierung, die Sie nach Ihrem Hauttyp ausrichten sollten. Ziehen Sie sich im Zweifelsfalle lieber in den kühlen Schatten eines dichten Baumes zu einem Nickerchen zurück. Und wenn es das Wetter gerade nicht zulässt, dann suchen Sie doch das Sonnenstudio um die Ecke auf: Schon fünf Minuten bei schwacher Bestrahlung können Wunder wirken und Sie in gute Laune versetzen.

Reden Sie darüber!

Sonne Konjunktion Radix-Merkur

06.01.2008 - 14.01.2008

In diesen Tagen überwiegt das Bedürfnis zu Handeln jedwede rationalen Erwägungen. Deshalb ist es jetzt möglich, Dinge anzupacken und auszuführen, für die man bislang nicht den rechten Mut gefunden hat. Für das innere Gleichgewicht ist es jetzt wichtig, sich anderen aktiv zu öffnen und Probleme zu besprechen. Trauen Sie sich anzusprechen, was Sie bedrückt und befreien Sie sich so von dem, was Sie belastet.

Ihre Duftöle für diese Zeit:

Bergamotte. Ein Duft, der keine Schwere zulässt! Er wirkt gegen schlechte Stimmungen und baut das Selbstbewusstsein auf, wobei er die sonnigen Seiten unserer Seele besonders anspricht. Für Sie ist dieser Duft eine Einladung, mit Spaß und Freude am Leben teilzunehmen. Für einen herrlichen frischen Raumduft mischen Sie Bergamotte mit Zitrone und Myrte! Mischen Sie einige Tropfen Bergamotteöl auch in Kuchen oder Puddings!

Mandarinenöl. Kaum verdunstet das Öl der Mandarine, weckt es das Kind in uns - und gerade Kinder lieben diesen Duft über alles! Es ein heitere und ausgelassener Duft voller Unschuld und Fantasie, der uns zum Spielen einlädt und uns die schönen Seiten des Lebens zeigt. Herrlich frisch: Mischen Sie Mandarineöl mit Honig und geben Sie es ins Badewasser. Lecker auch in Limonade, Kuchen oder Pudding!

Ginsteröl. Auch Ginsteröl hellt die Stimmung auf und verbreitet eine herb-süße Atmosphäre. Es wirkt entspannend, aber es macht nicht müde und so findet man gerade im Stress in diesem Öl einen hervorragenden Begleiter, um neue Kräfte zu sammeln. Mischen Sie fünf Tropfen Ginster auf zwei Esslöffel Mandelöl - dies ergibt einen entspannenden Badezusatz.

Kardamomöl. In Zeiten großer Hektik, in welcher wir den Kontakt zu unserem Herzen verlieren könnten, gibt uns das feurige Öl des Kardamom wieder neue Zuversicht und Kraft. Kardamom macht wieder Appetit auf das Leben! Mischen Sie Kardamomöl mit Orangenöl - und das Leben macht wieder so richtig Spaß!

Lorbeeröl. Das Öl der Sieger! Lorbeeröl verbreitet auf der einen Seite eine feierlich-würdevolle Atmosphäre, auf der anderen hat es eine stark erdende Wirkung und verleiht Selbstvertrauen und innere Sicherheit - die Voraussetzung für Erfolg. Rezept für ein "Heldenbad": Geben Sie auf 2 Esslöffel Mandelöl 6 Tropfen Lorbeeröl, 1 Tropfen Majoranöl, 1 Tropfen Nelkenöl und 2 Tropfen Bergamotteöl als Zusatz ins Badewasser.

Nur nichts überstürzen!

Sonne Opposition Radix-AC

21.01.2008 - 29.01.2008

Unter diesem Aspekt fühlen Sie einen starken Drang nach tatkräftiger Durchsetzung Ihrer Bedürfnisse in sich aufsteigen. Gleichzeitig leiden Sie möglicherweise darunter, dass Sie nicht so können, wie Sie eigentlich wollen. Unter diesen Umständen ist es deshalb ratsam, nichts vom Zaune zu brechen, sondern mit kühlem Kopf und ruhiger Hand an die Erledigung von Aufgaben zu gehen. Wer jetzt in Hektik verfällt, der steht sich am Ende selbst im Wege.

Kümmern Sie sich um Ihre Beziehungen

Sonne im 7. Haus

25.01.2008 - 09.02.2008

In den Tagen, in denen die Sonne das siebte Haus durchläuft, rücken unsere Beziehungen in den Fokus des Geschehens. Nicht selten begegnen uns jetzt neue Menschen oder uns bereits vertraute Personen werden mit einem Male zum Thema. Insbesondere wenn Sie zu der Sorte Menschen gehören, die stets und immer ein offenes Ohr für andere Menschen haben, sollten Sie jetzt verstärkt darauf achten, nicht zu sehr in Anspruch genommen zu werden. Möglicherweise laufen Sie nämlich Gefahr, sich zu sehr für andere zu verausgaben und dabei die eigenen Bedürfnisse zu vergessen. Erschöpfungszustände können die Folge sein. Sorgen Sie in diesem Falle für ausreichende Abgrenzung. Wenn Sie jedoch zu dem Typus Mensch gehören, die keine Mühe, anderen klar und unmissverständlich die Grenzen zu zeigen, dann könnte diese Zeitphase für Sie zur Herausforderung werden, sich anderen Menschen zu öffnen. Vielleicht gibt es ja Menschen, die Sie vernachlässigt haben? Planen Sie jetzt gemeinsame Unternehmungen mit Ihrem Partner, Ihren Freunden und Bekannten. Der Kontakt zu anderen Menschen und glückliche Zeiten mit ihnen können wie Balsam für die gestresste Seele sein und harmonisiert nicht nur Privatleben, sondern stimuliert auch unser Wohlbefinden.

Bleiben Sie locker!

Sonne im 8. Haus

10.02.2008 - 01.03.2008

Mit der laufenden Sonne im achten Haus neigen die meisten Menschen dazu, sich auf das, was sich gerade in Ihrem Leben abspielt und was Ihnen richtig und wichtig erscheint, zu versteifen. Sie jagen einem Ziel hinterher, teilweise ohne Rücksicht auf Verluste und nicht selten auch bis hin zum

Raubbau an den eigenen Reserven. Hin und wieder kann dies ja einer Sache ganz zweckdienlich sein - doch denken Sie daran: auf Dauer führt dies zu einem gravierenden Verlust an Lebensenergie. Zwar sollten Sie jetzt nicht unbedingt alle Fünfe grade sein lassen, doch ist es unabdingbar, jetzt auf den entspannenden Ausgleich zu achten. Zu keiner anderen Zeit ist der geregelte Rückzug aus dem Alltagsleben wichtiger als jetzt. Er soll helfen, Kräfte zu sammeln und Ressourcen zu schonen. Sie können nur dann 150 geben, wenn Sie auch genügend Kräfte mobilisieren können und vor allen Dingen für Nachschub sorgen! Ihr seelisches, geistiges und körperliches Wohlbefinden wird es Ihnen danken. Lockern Sie sich regelmäßig: Gönnen Sie sich Massagen, Akupunktur, Sauna oder ganz einfach einen gemütlichen Abend zu Hause, den Sie ungestört mit Ihrem liebsten Menschen verbringen.

Leugnen Sie Ihre Gefühle nicht Sonne Opposition Radix-Mond

16.02.2008 - 23.02.2008

In diesen Tagen besteht die Gefahr, an den eigenen Gefühlen vorbei zu handeln. Vielleicht neigen Sie jetzt dazu, sich völlig anders zu geben, als Sie sich eigentlich fühlen. Das kostet Energie! Zwar ist dieser Transit aus gesundheitlicher Sicht nicht besonders dramatisch, doch kann der innere Stress, der sich aus diesem Gefühl fehlender Einheit zwischen Fühlen und Handeln, bereits bestehende gesundheitliche Probleme verstärken - insbesondere Menschen mit Magenproblemen sollten jetzt aufpassen. Dieser Transit fordert Sie daher zu uneingeschränkter Ehrlichkeit sich selbst gegenüber auf. Verleugnen Sie nicht länger, wie es Ihnen wirklich geht - schaffen Sie Klarheit vor sich selbst! Vermeiden Sie jedoch Auseinandersetzungen: das ist keine gute Zeit, um einen Streit vom Zaun zu brechen - nutzen Sie diese Zeit eher für sich selbst.

Obst und Gemüse für diese Zeit:

Orange. Im lichtarmen und nasskalten Winter bringen sie den Sommer in unsere Herzen zurück: die Orangen. Doch auch die Inhaltsstoffe haben es in sich: Kein Geheimnis ist der Reichtum an Vitamin C, das uns im Winter gegen Infektionen fit hält. Doch auch in allen anderen Jahreszeiten steht uns die Orange als bewährter Helfer gegen Müdigkeit und Schlappeheit. Orangen regen den Geist an und fördern die Konzentration - und nicht zuletzt bringen sie über den Hormonhaushalt wieder Feuer in sein Liebesleben.

Papaya. Noch vor wenigen Jahren ein echter Exot auf unseren Märkten, kennt heute fast jeder diese orangene Frucht mit den schwarzen, perlenartigen Kernen im Inneren. Die Papaya schmeckt nicht nur herrlich süß, sondern kurbeln auch den Eiweißstoffwechsel in unserem Körper an. So wirken Papayas regelmäßig verzehrt wie eine Frischekur von innen. Darüber hinaus halten sie Herz und Kreislauf in Schuss. Ob als Beilage, im Obstsalat oder einfach zwischendurch - die Papaya ist eine Königin unter den Früchten!

Tomate. Welches Gemüse könnte die Sonne in unser Herz besser bringen als die feuerrote Tomate? Die Tomate speichert die ganze Kraft des sonnigen, warmen Südens in sich und nicht umsonst ist es das Lieblingsgemüse der Italiener, die herrlich fruchtige Soßen für ihre Pasta daraus zaubern. Doch auch für das Wohlbefinden sorgt dieses Fruchtgemüse: Wer viel Tomaten isst, kräftigt sein Herz und tut seinem Kreislauf nur Gutes.

Olive. Von den Speisekarten der Mittelmeerländer ist sie nicht mehr wegzudenken: die Olive. Diese ölreiche Frucht mag es gerne warm, sonnig und vor allen Dingen frostfrei. Ob schwarz oder grün, mit oder ohne Füllung, ob in Salz oder Essig eingelegt oder pur - Oliven sind eine echte Delikatesse. Olivenöl - am besten nur das kaltgepresste - verfeinert jeden Salat. Bekannt ist, dass Oliven das Herz kräftigen und Entzündungen im Körper lindern können.

Wenig Wirkung

Sonne Sextil Radix-Sonne

26.02.2008 - 05.03.2008

Diese Konstellation bedeutet maximal einen geringfügigen Zugewinn an Durchsetzungskraft. Manches kann jetzt besser gelingen als sonst. Ansonsten wird dieser Transit für sich genommen aller Wahrscheinlichkeit nach keine Wirkungen auf Ihr Leben zeitigen.

Übertreiben Sie's nicht!

Sonne im 9. Haus

02.03.2008 - 30.03.2008

Eigentlich gibt es Recht wenig zu klagen, wenn die Sonne in das neunte Haus Ihres Horoskops eintritt: Es geht einem in aller Regel gut - vielleicht zu gut! Deshalb lässt sich die einzige Gefahr dieser Konstellation so beschreiben: Übertreiben Sie's nicht! Zuviel des Guten kann sich in diesen Tagen negativ auf das seelisch-körperliche Gleichgewicht niederschlagen. Darum sollten Sie sich nach Möglichkeit in Mäßigung üben, sich jedoch nicht gleich jeglicher Genüsse versagen. Vielleicht ist dies der richtige Zeitpunkt, um den eigenen Horizont bezüglich des Zusammenhangs von Körper, Geist und Seele zu erweitern. Lesen Sie Bücher oder Zeitschriften zu diesem Thema, besuchen Sie Vorträge und beschäftigen Sie sich mit Gesundheit von einer allgemeineren Warte aus. Als weitere Möglichkeit bietet sich jetzt eine Neuorientierung der Ernährungsgewohnheiten an: Stellen Sie Ihren Speiseplan jetzt auf eine ausgewogenere und gesündere Kost um. Schlendern Sie doch mal über den Markt oder besuchen Sie die Feinkostabteilung eines größeren Kaufhauses und lassen Sie sich von der Vielfalt von Gemüse und Früchten aus aller Herren Länder inspirieren! Sie werden erstaunt sein, wie spannend und interessant eine kulinarische Entdeckungsreise sein kann, und Ihnen

zugleich Ihr Wohlbefinden steigern kann.

Vom Wort zur Tat

Sonne Sextil Radix-Merkur

05.03.2008 - 13.03.2008

Dieser Transit hat keine sonderliche Tragweite, doch wer ihn nützen möchte und spürbar von ihm profitieren will, der sollte sich schon im Vorfeld überlegt haben, was er in diesen Tagen macht, denn: Jetzt haben Sie sehr gute Chancen, Geplantes in die Tat umzusetzen. Manches geht jetzt einfach leichter von der Hand als sonst.

Gönnen Sie sich eine kreative Pause!

Sonne Trigon Radix-AC

21.03.2008 - 29.03.2008

In dieser Zeit haben Sie gute Chancen, ein positives Verhältnis zu Ihren tiefsten und ureigensten Bedürfnissen aufzubauen. Gönnen Sie sich jetzt eine kreative Pause und konzentrieren Sie sich auf sich selbst.

Tipp: Jetzt darf es ruhig ein bisschen Luxus sein - das erhöht die Wohlfühl-Qualität ganz ungemein! Gönnen Sie sich nur das Beste: Baden Sie sich in kostbaren Essenzen und hüllen Sie sich in edle Parfüms. Machen Sie es sich so richtig bequem und lassen Sie ruhig mal alle Fünfe gerade sein. Wenn Sie eine Terrasse oder einen Balkon haben - tanken Sie Sonne! Achten Sie aber auf die Dosierung, die Sie nach Ihrem Hauttyp ausrichten sollten. Und wenn es das Wetter gerade nicht zulässt, dann suchen Sie doch das Sonnenstudio um die Ecke auf: Schon fünf Minuten bei schwacher Bestrahlung können Wunder wirken und Sie in gute Laune versetzen.

Geringfügigen Beeinträchtigung

Sonne Quadrat Radix-Sonne

27.03.2008 - 05.04.2008

Diese Konstellation bedeutet maximal einen geringfügigen Beeinträchtigung Ihrer Durchsetzungskraft. Vielleicht ist es besser, in diesen Tagen nicht unbedingt schwerwiegende Entscheidungen vorzunehmen. Ansonsten wird dieser Transit für sich genommen aller Wahrscheinlichkeit nach keine Wirkungen auf Ihr Leben zeitigen.

Ausgleichende Heilsteine für diese Zeit:

Bernstein. Bernstein, auch Elektron genannt, ist mehr als eine Million Jahre altes versteinertes

Harz. Seine Farbe erinnert an eingefangenes Sonnenlicht; tatsächlich lässt er sich auch verbrennen. Er stärkt die Freude am Leben und hilft uns, Optimismus mit Gelassenheit zu paaren.

Rhodochrosit. Dieser Stein vermittelt das Gefühl, am Leben zu sein. Er weckt Gefühle der Leidenschaft für alles Lebendige und beflügelt uns in unserem Wunsch, der Kreativität freien Lauf zu lassen. Nicht zuletzt gilt Rhodochrosit auch als der erotischen Genüsse.

Thulit. Dieser Stein strotzt nur so vor Lebenskraft! Er macht Mut und Lust, sich neuen Herausforderungen zu stellen, sich aufzuraffen und seine Fantasien auszuleben. "Träume nicht dein Leben - lebe deinen Traum" - dies scheint die Botschaft des Thulit zu sein.

Sonnenstein. Die Kraft der Sonne steckt in diesem schillernd orangeroten Stein. Er verscheucht Kummer und dunkle Gedanken, wie die Strahlen der Sonne Regenwolken in die Flucht schlagen. Mit diesem Stein wird es auf einmal ganz hell und fröhlich!

Morganit. Vor allem bei Überlastung werden Sie in diesem Stein einen echten Freund finden, denn er führt Sie zu Ihren Bedürfnissen zurück, fernab der Suche nach Anerkennung. Er bringt Ruhe und Entspannung in das Leben zurück - und damit, die Fähigkeit zu genießen und sich auf sich selbst zu besinnen.

Gestalten Sie Ihr Leben

Sonne im 10. Haus

31.03.2008 - 10.05.2008

Wenn die Sonne durch das zehnte Haus Ihres Horoskops läuft, haben Sie gute Chancen, Ihre Produktivität und Ihre Leistungen zu steigern. In der Regel werden sie sich besonders motiviert fühlen, sich in gesellschaftliche Prozesse einzubringen, sei dies in Ihrer beruflichen Rolle oder einfach nur hinsichtlich Ihres Interesses an gesellschaftlichen Themen des Tages. Die Gefahr dieser Konstellation liegt darin, dass wir uns so sehr darauf konzentrieren, was wir leisten können und wie wir unsere Rolle in der Öffentlichkeit gestalten können, dass wir unsere persönlichen Bedürfnissen ganz vergessen. Wir sehen nur noch die Erfordernisse des äußeren Lebens und vergessen unsere inneren Wünsche. Dies führt automatisch zu einem Ungleichgewicht, das unser Wohlbefinden empfindlich stören kann und letztlich den Nährboden für verschiedene Befindlichkeitsstörungen bildet. Besonders problematisch kann diese Zeit für diejenigen werden, die sich in Berufen und Tätigkeitsbereichen wieder finden, die so gar nicht ihrer inneren Berufung entsprechen: sie spüren jetzt ganz besonders den Druck der Gesellschaft auf sich lasten. Im Sinne Ihrer seelisch-körperlichen Harmonie sollten Sie jetzt die Initiative ergreifen und alles daran setzen, Ihre berufliche Situation besser auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abzustimmen.

Lieber abwarten

Sonne Quadrat Radix-Merkur

04.04.2008 - 12.04.2008

Manches läuft jetzt nicht so optimal, wie Sie es sich vielleicht vorgestellt haben. Tatsächlich sind für die kurze Dauer jetzt nicht unbedingt die besten Aussichten gegeben, das, was Sie sich vorgenommen haben, auch wirklich in die Tat umzusetzen. Wenn Sie es jetzt nicht wirklich eilig haben, sollten Sie lieber abwarten. Auch in körperlicher Hinsicht neigen Sie jetzt eher zu unkoordiniertem Verhalten. Dadurch steigt das Risiko z.B. für Sportverletzungen durch ungeschickte Bewegungen oder mangelnde Achtsamkeit.

Ausgleichende Räucherung für diese Zeit:

2 TL Copal Oro. Copal, der Weihrauch der Maya, gibt es in verschiedenen Qualitäten - doch Sie kommt jetzt nur das Gold-Copal infrage! Es hat eine sehr warmen, heiteren Duft und weckt die kreative Ader in uns.

2 TL Dammar. Dammar heißt auf Malaiisch "Licht". Seine Wirkung ist wie ein Sonnenstrahl ins Herz. Der feine zitronig-frische Duft belebt die Sinne und erhellt das Gemüt. Die Gedanken klären sich und Leichtigkeit stellt sich ein.

1 TL rotes Sandelholz. Holzig und herb, vor allen Dingen aber warm duftet das rote Sandelholz in dieser Komposition. Es unterstreicht die feurige Komponente der Mischung.

1 TL Zimtrinde. Zimt duftet herrlich würzig-warm und kennzeichnet sich durch eine einzigartige Weichheit aus. Er ist Balsam für das Herz. Er hebt die Stimmung, befreit von Kummer und Sorgen und weckt die Leidenschaft.

1/2 TL Safran. Safran, die dunkelroten Blütenfäden einer asiatischen Krokussorte, ist eines der edelsten und teuersten Gewürze auf dieser Erde. Es weckt sinnliche Begierde, macht heiter und verbreitet einen eigentümlichen heißen Duft.

1/2 TL Lorbeer. Lorbeer ist ein altes Attribut des Sonnengottes Apoll und mit Lorbeer kränzte man in der Antike den Sieger. Als Räucherung verschafft uns der sehr aromatische Duft des Lorbeers visionäre Weitsicht und veredelt unsere Absichten.

Erfolg durch Überzeugungskraft

Sonne Trigon Radix-Mond

16.04.2008 - 24.04.2008

Diese Tage eignen sich besonders gut, um sich seiner Träume und Wünsche bewusst zu werden und sie aktiv anzugehen. Tatsächlich erscheinen Ihnen einige Ihrer Wunschvorstellungen heute realistischer als sonst und Sie haben ein glückliches Händchen dafür, genau die Prozesse in Gang zu

setzen, die Erfolg versprechen. Insbesondere können Sie heute besonders gute Überzeugungsarbeit leisten, um Mitstreiter für Ihre Ideen zu finden. Eigentlich auch eine gute Zeit, sich jetzt in Bewegung zu setzen, um etwas für das seelisch-körperliche Gleichgewicht zu tun!

Nur nichts überstürzen!

Sonne Quadrat Radix-AC

20.04.2008 - 28.04.2008

Unter diesem Aspekt fühlen Sie einen starken Drang nach tatkräftiger Durchsetzung Ihrer Bedürfnisse in sich aufsteigen. Gleichzeitig leiden Sie möglicherweise darunter, dass Sie nicht so können, wie Sie eigentlich wollen. Unter diesen Umständen ist es deshalb ratsam, nichts vom Zaune zu brechen, sondern mit kühlem Kopf und ruhiger Hand an die Erledigung von Aufgaben zu gehen. Wer jetzt in Hektik verfällt, der steht sich am Ende selbst im Wege.

Wenig Wirkung

Sonne Trigon Radix-Sonne

27.04.2008 - 05.05.2008

Diese Konstellation bedeutet maximal einen geringfügigen Zugewinn an Durchsetzungskraft. Manches kann jetzt besser gelingen als sonst. Ansonsten wird dieser Transit für sich genommen aller Wahrscheinlichkeit nach keine Wirkungen auf Ihr Leben zeitigen.

Vom Wort zur Tat

Sonne Trigon Radix-Merkur

05.05.2008 - 13.05.2008

Dieser Transit hat keine sonderliche Tragweite, doch wer ihn nützen möchte und spürbar von ihm profitieren will, der sollte sich schon im Vorfeld überlegt haben, was er in diesen Tagen macht, denn: Jetzt haben Sie sehr gute Chancen, Geplantes in die Tat umzusetzen. Manches geht jetzt einfach leichter von der Hand als sonst.

Machen Sie mal halblang!

Sonne im 11. Haus

11.05.2008 - 22.06.2008

Während des Laufes der Sonne durch das elfte Haus sollten Sie Ihre Nerven schonen: jetzt kann es passieren, dass die Anforderungen des Alltags überhand nehmen und Sie sich schnell überfordert fühlen, gerade weil Sie versuchen, jetzt Ihr Bestes zu geben. Menschen, die in verantwortungsvollen Positionen tätig sind, werden jetzt ganz besonders die Last dieser Verantwortung spüren - sie werden in einem fort darauf gestoßen, wie sehr es auf sie ankommt. Dies mag auf der einen Seite dem persönlichen Ehrgeiz schmeicheln, auf der anderen Seite kann sich der Erwartungsdruck in einem Maße steigern, dass man am liebsten davonlaufen möchte. Nicht selten schlägt sich dieser Stress in körperlichen Symptomen nieder, je nachdem wo Sie ihre Schwachstellen haben. Um diesem Dilemma vorzubeugen, sollten Sie sich in dieser Zeit nicht zu viel vornehmen. Planen Sie Ihre Schritte im Voraus, aber halten Sie sich so flexibel, dass Sie auf Eventualitäten angemessen reagieren können. Für Menschen, die leicht mit ihren Terminen ins Schleudern geraten, wäre ein Kurs in Zeitmanagement anzuraten: Hier lernen Sie Prioritäten zu setzen und sich konsequent und mit einem klaren Kopf, aber ohne sich nervlich aufzureiben auf Ihre Ziele zu bewegen.

Leugnen Sie Ihre Gefühle nicht

Sonne Quadrat Radix-Mond

17.05.2008 - 25.05.2008

In diesen Tagen besteht die Gefahr, an den eigenen Gefühlen vorbei zu handeln. Vielleicht neigen Sie jetzt dazu, sich völlig anders zu geben, als Sie sich eigentlich fühlen. Das kostet Energie! Zwar ist dieser Transit aus gesundheitlicher Sicht nicht besonders dramatisch, doch kann der innere Stress, der sich aus diesem Gefühl fehlender Einheit zwischen Fühlen und Handeln, bereits bestehende gesundheitliche Probleme verstärken - insbesondere Menschen mit Magenproblemen sollten jetzt aufpassen. Dieser Transit fordert Sie daher zu uneingeschränkter Ehrlichkeit sich selbst gegenüber auf. Verleugnen Sie nicht länger, wie es Ihnen wirklich geht - schaffen Sie Klarheit vor sich selbst! Vermeiden Sie jedoch Auseinandersetzungen: das ist keine gute Zeit, um einen Streit vom Zaun zu brechen - nutzen Sie diese Zeit eher für sich selbst.

Obst und Gemüse für diese Zeit:

Orange. Im lichtarmen und nasskalten Winter bringen sie den Sommer in unsere Herzen zurück: die Orangen. Doch auch die Inhaltsstoffe haben es in sich: Kein Geheimnis ist der Reichtum an Vitamin C, das uns im Winter gegen Infektionen fit hält. Doch auch in allen anderen Jahreszeiten steht uns die Orange als bewährter Helfer gegen Müdigkeit und Schlappeheit. Orangen regen den Geist an und

fördern die Konzentration - und nicht zuletzt bringen sie über den Hormonhaushalt wieder Feuer in sein Liebesleben.

Papaya. Noch vor wenigen Jahren ein echter Exot auf unseren Märkten, kennt heute fast jeder diese orangene Frucht mit den schwarzen, perlenartigen Kernen im Inneren. Die Papaya schmeckt nicht nur herrlich süß, sondern kurbeln auch den Eiweißstoffwechsel in unserem Körper an. So wirken Papayas regelmäßig verzehrt wie eine Frischekur von innen. Darüber hinaus halten sie Herz und Kreislauf in Schuss. Ob als Beilage, im Obstsalat oder einfach zwischendurch - die Papaya ist eine Königin unter den Früchten!

Tomate. Welches Gemüse könnte die Sonne in unser Herz besser bringen als die feuerrote Tomate? Die Tomate speichert die ganze Kraft des sonnigen, warmen Süden in sich und nicht umsonst ist es das Lieblingsgemüse der Italiener, die herrlich fruchtige Soßen für ihre Pasta daraus zaubern. Doch auch für das Wohlbefinden sorgt dieses Fruchtgemüse: Wer viel Tomaten isst, kräftigt sein Herz und tut seinem Kreislauf nur Gutes.

Olive. Von den Speisekarten der Mittelmeerländer ist sie nicht mehr wegzudenken: die Olive. Diese ölreiche Frucht mag es gerne warm, sonnig und vor allen Dingen frostfrei. Ob schwarz oder grün, mit oder ohne Füllung, ob in Salz oder Essig eingelegt oder pur - Oliven sind eine echte Delikatesse. Olivenöl - am besten nur das kaltgepresste - verfeinert jeden Salat. Bekannt ist, dass Oliven das Herz kräftigen und Entzündungen im Körper lindern können.

Gönnen Sie sich eine kreative Pause!

Sonne Sextil Radix-AC

21.05.2008 - 29.05.2008

In dieser Zeit haben Sie gute Chancen, ein positives Verhältnis zu Ihren tiefsten und ureigensten Bedürfnissen aufzubauen. Gönnen Sie sich jetzt eine kreative Pause und konzentrieren Sie sich auf sich selbst.

Tipp: Jetzt darf es ruhig ein bisschen Luxus sein - das erhöht die Wohlfühl-Qualität ganz ungemein! Gönnen Sie sich nur das Beste: Baden Sie sich in kostbaren Essenzen und hüllen Sie sich in edle Parfüms. Machen Sie es sich so richtig bequem und lassen Sie ruhig mal alle Fünfe gerade sein. Wenn Sie eine Terrasse oder einen Balkon haben - tanken Sie Sonne! Achten Sie aber auf die Dosierung, die Sie nach Ihrem Hauttyp ausrichten sollten. Und wenn es das Wetter gerade nicht zulässt, dann suchen Sie doch das Sonnenstudio um die Ecke auf: Schon fünf Minuten bei schwacher Bestrahlung können Wunder wirken und Sie in gute Laune versetzen.

Erfolg durch Überzeugungskraft Sonne Sextil Radix-Mond

17.06.2008 - 25.06.2008

Diese Tage eignen sich besonders gut, um sich seiner Träume und Wünsche bewusst zu werden und sie aktiv anzugehen. Tatsächlich erscheinen Ihnen einige Ihrer Wunschvorstellungen heute realistischer als sonst und Sie haben ein glückliches Händchen dafür, genau die Prozesse in Gang zu setzen, die Erfolg versprechen. Insbesondere können Sie heute besonders gute Überzeugungsarbeit leisten, um Mitstreiter für Ihre Ideen zu finden. Eigentlich auch eine gute Zeit, sich jetzt in Bewegung zu setzen, um etwas für das seelisch-körperliche Gleichgewicht zu tun!

Schonen Sie sich Sonne im 12. Haus

23.06.2008 - 26.07.2008

Wenn der Sonne durch das zwölfte Haus Ihres Horoskops wandert, fallen viele Menschen in ein Motivationsloch. Manche fühlen sich den Aufgaben, die an sie gestellt werden nicht gewachsen, andere haben irgendwie die "Nase voll" und gehen allen Anforderungen aus dem Weg. Nur die handvoll Menschen, die sich völlig im Einklang mit ihrer Berufung befinden, werden voll und ganz auf ihre Kosten kommen unter dieser Zeitqualität: sie erleben jetzt die Früchte ihrer Bemühungen und haben die Gelegenheit, jetzt Profil zu zeigen. Sollten Sie jedoch zu der Gruppe Menschen gehören, die sich nichts sehnlicher wünschen als eine Auszeit - dann gönnen Sie sich diese jetzt am besten: Nehmen Sie Urlaub, machen Sie ein paar Tage blau und suchen Sie einfach das Weite - am besten verbringen Sie ein paar Tage am Meer. Optimal wäre es, wenn Sie jetzt ein paar Tage lang nichts tun müssten - gar nichts. Wenn Sie jedoch mit Nichtstun nichts anfangen können, dann gönnen Sie sich jetzt wenigstens viel Ruhe und Entspannung und widmen Sie sich beispielsweise einem Hobby. Vom Standpunkt der Harmonie zwischen Körper, Geist und Seele aus sind Sie ohnehin jetzt nicht in der Lage, wirklich Bahnbrechendes zu bewerkstelligen - sammeln Sie jetzt lieber Kräfte und warten Sie ab. Vermeiden Sie nach Möglichkeit in diesen Zeiten Alles, was Sie künstlich anregen soll: also zu viel Kaffee und Tee, Nikotin und Alkohol. Versuchen Sie so nah an Ihren Bedürfnissen zu leben, wie nur möglich.

Geringfügigen Beeinträchtigung Sonne Opposition Radix-Sonne

29.06.2008 - 07.07.2008

Diese Konstellation bedeutet maximal einen geringfügigen Beeinträchtigung Ihrer Durchsetzungskraft. Vielleicht ist es besser, in diesen Tagen nicht unbedingt schwerwiegende Entscheidungen vorzunehmen. Ansonsten wird dieser Transit für sich genommen aller Wahrscheinlichkeit nach keine Wirkungen auf Ihr Leben zeitigen.

Ausgleichende Heilsteine für diese Zeit:

Bernstein. Bernstein, auch Elektron genannt, ist mehr als eine Million Jahre altes versteinertes Harz. Seine Farbe erinnert an eingefangenes Sonnenlicht; tatsächlich lässt er sich auch verbrennen. Er stärkt die Freude am Leben und hilft uns, Optimismus mit Gelassenheit zu paaren.

Rhodochrosit. Dieser Stein vermittelt das Gefühl, am Leben zu sein. Er weckt Gefühle der Leidenschaft für alles Lebendige und beflügelt uns in unserem Wunsch, der Kreativität freien Lauf zu lassen. Nicht zuletzt gilt Rhodochrosit auch als der erotischen Genüsse.

Thulit. Dieser Stein strotzt nur so vor Lebenskraft! Er macht Mut und Lust, sich neuen Herausforderungen zu stellen, sich aufzuraffen und seine Fantasien auszuleben. "Träume nicht dein Leben - lebe deinen Traum" - dies scheint die Botschaft des Thulit zu sein.

Sonnenstein. Die Kraft der Sonne steckt in diesem schillernd orangeroten Stein. Er verscheucht Kummer und dunkle Gedanken, wie die Strahlen der Sonne Regenwolken in die Flucht schlagen. Mit diesem Stein wird es auf einmal ganz hell und fröhlich!

Morganit. Vor allem bei Überlastung werden Sie in diesem Stein einen echten Freund finden, denn er führt Sie zu Ihren Bedürfnissen zurück, fernab der Suche nach Anerkennung. Er bringt Ruhe und Entspannung in das Leben zurück - und damit, die Fähigkeit zu genießen und sich auf sich selbst zu besinnen.

Lieber abwarten Sonne Opposition Radix-Merkur

06.07.2008 - 15.07.2008

Manches läuft jetzt nicht so optimal, wie Sie es sich vielleicht vorgestellt haben. Tatsächlich sind für die kurze Dauer jetzt nicht unbedingt die besten Aussichten gegeben, das, was Sie sich vorgenommen haben, auch wirklich in die Tat umzusetzen. Wenn Sie es jetzt nicht wirklich eilig haben, sollten Sie lieber abwarten. Auch in körperlicher Hinsicht neigen Sie jetzt eher zu unkoordiniertem Verhalten. Dadurch steigt das Risiko z.B. für Sportverletzungen durch ungeschickte Bewegungen oder mangelnde Achtsamkeit.

Ausgleichende Räucherung für diese Zeit:

2 TL Copal Oro. Copal, der Weihrauch der Maya, gibt es in verschiedenen Qualitäten - doch Sie kommt jetzt nur das Gold-Copal infrage! Es hat eine sehr warmen, heiteren Duft und weckt die kreative Ader in uns.

2 TL Dammar. Dammar heißt auf Malaiisch "Licht". Seine Wirkung ist wie ein Sonnenstrahl ins Herz. Der feine zitronig-frische Duft belebt die Sinne und erhellt das Gemüt. Die Gedanken klären sich und Leichtigkeit stellt sich ein.

1 TL rotes Sandelholz. Holzig und herb, vor allen Dingen aber warm duftet das rote Sandelholz in dieser Komposition. Es unterstreicht die feurige Komponente der Mischung.

1 TL Zimtrinde. Zimt duftet herrlich würzig-warm und kennzeichnet sich durch eine einzigartige Weichheit aus. Er ist Balsam für das Herz. Er hebt die Stimmung, befreit von Kummer und Sorgen und weckt die Leidenschaft.

1/2 TL Safran. Safran, die dunkelroten Blütenfäden einer asiatischen Krokussorte, ist eines der edelsten und teuersten Gewürze auf dieser Erde. Es weckt sinnliche Begierde, macht heiter und verbreitet einen eigentümlichen heißen Duft.

1/2 TL Lorbeer. Lorbeer ist ein altes Attribut des Sonnengottes Apoll und mit Lorbeer kränzte man in der Antike den Sieger. Als Räucherung verschafft uns der sehr aromatische Duft des Lorbeers visionäre Weitsicht und veredelt unsere Absichten.

Werden Sie aktiv!

Sonne Konjunktion Radix-AC

23.07.2008 - 31.07.2008

In den Tagen, in denen die Sonne über Ihren Aszendenten wandert, haben Sie einen besonders guten Kontakt zu jenen Energiequellen, die Sie am Leben erhalten. Deutlicher als jetzt spüren Sie, was Sie wirklich brauchen, um sich mit sich selbst im Einklang zu fühlen. Nutzen Sie diese Tage, um diesen Energien einen Ausdruckskanal zu schaffen. Seien Sie kreativ und tun Sie Dinge, die Sie schon lange vorhatten, aber vielleicht weder Mut noch Muße dazu hatten. Jetzt dürfte es Ihnen im Handumdrehen gelingen.

Raffen Sie sich auf!

Sonne im 1. Haus

27.07.2008 - 12.08.2008

Wenn die Sonne durch das erste Haus Ihres Horoskops wandert, stellt sie einen aktiven Kontakt zu Ihren ureigensten Bedürfnissen her. Die meisten Menschen fühlen sich jetzt besonders kraftvoll

und manche könnten vermutlich jetzt Bäume ausreißen. Tatsächlich ist dies eine gute Phase, um Dinge endlich in Angriff zu nehmen, die man schon lange tun wollte und zu denen man sich nie wirklich aufraffen konnte. Insbesondere was die körperliche Fitness angeht, ist dies jetzt die ideale Zeit, gute Vorsätze in die Tat umzusetzen - schnüren Sie jetzt Ihre Jogging-Schuhe, buchen Sie jetzt Ihren Aerobic-Kurs oder schnappen Sie sich jetzt Ihren Partner für eine Bergwanderung! Oder wollten Sie nicht das Rauchen aufhören? Lassen Sie keine Ausreden gelten und raffen Sie sich auf! Aber Vorsicht - überstürzen Sie nichts, wenn Sie aus einer Phase der Tatenlosigkeit kommen und bislang ihre körperlichen Bedürfnisse wenig wahrgenommen haben. Machen Sie sich in jedem Fall vor jeder körperlichen Anstrengung warm. Am besten Sie stellen sich einen Plan auf, nach dem Sie Schritt für Schritt vorgehen. Setzen Sie sich kleine, erreichbare Ziele - so halten Sie die Motivation aufrecht, auch wenn die Sonne das erste Haus wieder verlassen hat ...

Befreien Sie sich von Giften

Sonne im 2. Haus

13.08.2008 - 03.09.2008

In den Tage, in denen die Sonne Ihr zweites Haus durchwandert, sollten Sie sich unbedingt für eine Entschlackungskur Zeit nehmen: jetzt ist der richtige Augenblick, den Körper von Giften und Abfällen zu befreien. Nehmen Sie sich dazu eine Woche Zeit - Sie werden sehen: Wohlbefinden und Spannkraft steigen. Überflüssige Pfunde schwinden, der Bauch nimmt ab. Die Haut wird straffer und schöner, Haare und Fingernägel wachsen kräftig nach. Das Immunsystem wird gestärkt. Dadurch kann Krankheiten vorgebeugt werden. Zunächst ist es wichtig, dass die äußeren Bedingungen stimmen: vermeiden Sie zu große Anstrengungen und körperliche Belastungen, sondern halten Sie sich maßvoll in Bewegung, z.B. durch regelmäßiges Spaziergehen. Vermeiden Sie auch Stress und andere psychische Belastungen - sorgen Sie dafür, dass Sie sich ganz auf sich selbst konzentrieren können. Zur Entschlackung machen Sie beispielsweise eine Molke-Trink-Kur. Schon die antiken Ärzte wussten um die Kraft der Molke, den Darm zu "entgiften", seine Funktionen anzuregen und vom Darm aus die Leber zu entlasten. Bekannt waren auch Beziehungen, die zwischen Darm, Leber und Haut bestehen. Auch eine Brennnessel-Kur ist empfehlenswert, entweder als Saft oder Tee. Und zum Schluss: Tun Sie sich etwas Gutes und begeben Sie sich in die Hände eines erfahrenen Masseurs!

Geben Sie Ihren Gefühlen Gestalt Sonne Konjunktion Radix-Mond

19.08.2008 - 27.08.2008

Jetzt bringt die Sonne Ihre Gefühlswelt an den Tag! Was Sie sonst vor anderen gerne verborgen haben, kann nun an die Oberfläche dringen - und das kann durchaus auch unangenehm werden, je nachdem, was Sie so die ganze Zeit über mit sich an uneingestandenen Frustrationen und negativen Gefühlen mit sich herumgetragen haben. Doch dahinter verbirgt sich auch eine Chance: Was ans Licht kommt, das kann auch ein für alle Mal abgeschlossen werden. Deshalb sind diese Tage besonders gut geeignet, um sich neu im Leben zu orientieren und endlich das auf den Tisch zu bringen, was einen innerlich bewegt. Natürlich haben auch positive Gefühle jetzt die besten Chancen sich zu entfalten. Nutzen Sie also diese Zeit, um ihren Gefühlen Gestalt zu geben, und damit an innerer Kohärenz zu gewinnen.

Gewürze und Kräuter für diese Zeit:

Sonnenblumen. Welche Blume könnte positive Ausstrahlung besser verkörpern als die allseits beliebte Sonnenblume? Für einen Tee aus den Blütenblättern übergießen Sie einen gehäuften Esslöffel mit einer großen Tasse kochenden Wassers und lassen das Ganze zehn Minuten ziehen. Tatsächlich soll Sonnenblumentee eine leicht fiebersenkende Wirkung haben: dazu mischen Sie die Sonnenblumenblüten am besten zu gleichen Teilen mit Lindenblüten - so hilft uns die Sonnenblume durch die kalte Jahreszeit, bis wir uns im Sommer wieder an ihrer Pracht erfreuen dürfen.

Löwenzahn. Diese kleine Blütensonne gilt zwar als Unkraut, doch jeder kennt und liebt sie - ganz besonders die Kinder haben ihren Spaß, wenn sie sich über die Kugelwolken der "Pustelblume" hermachen. Im Frühjahr können wir uns aus den noch jungen Blättern einen schmackhaften Salat machen, während die jungen Knospen kurz blanchiert und in Butter gedünstet eine blumige Beilage ergeben. Der Tee selbst hat eine heilende Wirkung auf Leber und Galle.

Herbes des Provence. Jetzt mundet natürlich ganz besonders die sonnenverwöhnte Küche des Mittelmeers, und darunter ganz besonders die südfranzösische. Von dort kommt auch eine Gewürzmischung, in der sich das Bouquet des Südens typisch entfaltet: Herbes de provence. In dieser sind zahlreiche Kräuter enthalten wie Kerbel, Estragon, Majoran, Bohnenkraut, Rosmarin und Thymian und manchmal Fenchel. Doch der unverwechselbare Duft stammt von Lavendel, an sich kein weit verbreitetes Gewürz, da er für sich genommen zu dominant, aufdringlich und parfümiert schmeckt ...

Wenig Wirkung

Sonne Trigon Radix-Sonne

30.08.2008 - 07.09.2008

Diese Konstellation bedeutet maximal einen geringfügigen Zugewinn an Durchsetzungskraft. Manches kann jetzt besser gelingen als sonst. Ansonsten wird dieser Transit für sich genommen aller Wahrscheinlichkeit nach keine Wirkungen auf Ihr Leben zeitigen.

Trainieren Sie Ihre Beweglichkeit

Sonne im 3. Haus

04.09.2008 - 02.10.2008

Wenn die Sonne durch Ihr drittes Haus wandert, sollte Sie eigentlich nichts mehr halten: Jetzt ist der beste Moment, um alle Versäumnisse aufzuholen, die unseren Körper unbeweglich machen wie das viele Sitzen und Stehen und einseitige körperliche Belastungen. In dieser Phase sollten wir uns vermehrt um die Beweglichkeit unseres Körpers kümmern, und dies geschieht am besten durch sportliche Betätigung. Dabei entsprechen dieser alle Sportarten, die unseren Körper durchbewegen und seine Mobilität und Flexibilität erhöhen. Ein Mix aus Fahrradfahren, Schwimmen, Laufen, Dehnübungen und Gymnastik ist jetzt genau das Richtige. Für den einen oder anderen kommt vielleicht sogar ein Tanzkurs infrage, denn beim Tanzen wird unser Körper von Kopf bis Fuß in seiner Beweglichkeit trainiert. Am besten ist und bleibt jedoch die Bewegung an der frischen Luft: wenn es die Witterung zulässt, sollten Sie jetzt Wanderungen und ausgedehnte Spaziergänge planen. Tun sie etwas für Ihre Kondition, doch ziehen Sie nicht unvorbereitet los: Achten Sie auf das richtige Schuhwerk und die angemessene Kleidung.

Vom Wort zur Tat

Sonne Trigon Radix-Merkur

07.09.2008 - 15.09.2008

Dieser Transit hat keine sonderliche Tragweite, doch wer ihn nützen möchte und spürbar von ihm profitieren will, der sollte sich schon im Vorfeld überlegt haben, was er in diesen Tagen macht, denn: Jetzt haben Sie sehr gute Chancen, Geplantes in die Tat umzusetzen. Manches geht jetzt einfach leichter von der Hand als sonst.

Gönnen Sie sich eine kreative Pause!

Sonne Sextil Radix-AC

23.09.2008 - 01.10.2008

In dieser Zeit haben Sie gute Chancen, ein positives Verhältnis zu Ihren tiefsten und ureigensten Bedürfnissen aufzubauen. Gönnen Sie sich jetzt eine kreative Pause und konzentrieren Sie sich auf sich selbst.

Tipp: Jetzt darf es ruhig ein bisschen Luxus sein - das erhöht die Wohlfühl-Qualität ganz ungemein! Gönnen Sie sich nur das Beste: Baden Sie sich in kostbaren Essenzen und hüllen Sie sich in edle Parfüms. Machen Sie es sich so richtig bequem und lassen Sie ruhig mal alle Fünfe gerade sein. Wenn Sie eine Terrasse oder einen Balkon haben - tanken Sie Sonne! Achten Sie aber auf die Dosierung, die Sie nach Ihrem Hauttyp ausrichten sollten. Und wenn es das Wetter gerade nicht zulässt, dann suchen Sie doch das Sonnenstudio um die Ecke auf: Schon fünf Minuten bei schwacher Bestrahlung können Wunder wirken und Sie in gute Laune versetzen.

Geringfügigen Beeinträchtigung

Sonne Quadrat Radix-Sonne

30.09.2008 - 08.10.2008

Diese Konstellation bedeutet maximal einen geringfügigen Beeinträchtigung Ihrer Durchsetzungskraft. Vielleicht ist es besser, in diesen Tagen nicht unbedingt schwerwiegende Entscheidungen vorzunehmen. Ansonsten wird dieser Transit für sich genommen aller Wahrscheinlichkeit nach keine Wirkungen auf Ihr Leben zeitigen.

Ausgleichende Heilsteine für diese Zeit:

Bernstein. Bernstein, auch Elektron genannt, ist mehr als eine Million Jahre altes versteinertes Harz. Seine Farbe erinnert an eingefangenes Sonnenlicht; tatsächlich lässt er sich auch verbrennen. Er stärkt die Freude am Leben und hilft uns, Optimismus mit Gelassenheit zu paaren.

Rhodochrosit. Dieser Stein vermittelt das Gefühl, am Leben zu sein. Er weckt Gefühle der Leidenschaft für alles Lebendige und beflügelt uns in unserem Wunsch, der Kreativität freien Lauf zu lassen. Nicht zuletzt gilt Rhodochrosit auch als der erotischen Genüsse.

Thulit. Dieser Stein strotzt nur so vor Lebenskraft! Er macht Mut und Lust, sich neuen Herausforderungen zu stellen, sich aufzuraffen und seine Fantasien auszuleben. "Träume nicht dein Leben - lebe deinen Traum" - dies scheint die Botschaft des Thulit zu sein.

Sonnenstein. Die Kraft der Sonne steckt in diesem schillernd orangeroten Stein. Er verscheucht Kummer und dunkle Gedanken, wie die Strahlen der Sonne Regenwolken in die Flucht schlagen. Mit diesem Stein wird es auf einmal ganz hell und fröhlich!

Morganit. Vor allem bei Überlastung werden Sie in diesem Stein einen echten Freund finden, denn er führt Sie zu Ihren Bedürfnissen zurück, fernab der Suche nach Anerkennung. Er bringt Ruhe und Entspannung in das Leben zurück - und damit, die Fähigkeit zu genießen und sich auf sich selbst zu besinnen.

Ziehen Sie sich zurück Sonne im 4. Haus

03.10.2008 - 11.11.2008

Es gibt Zeiten, in denen verausgaben wir uns und genießen es, unsere Kräfte an unsere Umwelt abzugeben. Dann fühlen wir uns zufrieden, weil wir spüren, dass das, was wir zu geben haben, Einfluss auf die Welt um uns herum hat. Doch wer viel gibt, der muss auch dafür sorgen, dass er seine Reserven nicht schröpft - sonst entstehen aus Energiedefiziten ganz schnell gesundheitliche Probleme. Wenn die Sonne durch Ihr viertes Haus wandert, ist die beste Zeit, sich für vermehrt auf sich selbst zu konzentrieren und den Rückzug aus dem Alltag anzutreten, wo dies machbar ist. Wer kann sollte jetzt vielleicht sogar Urlaub nehmen. Wer hier nicht so flexibel sein kann, der sollte zumindest seine Freizeit ruhig und besinnlich gestalten und sich nicht noch zusätzlich sozialen Stress aufhalsen. Sie merken schnell merken, dass Sie Ihre Batterien aufladen, wenn Sie sich für einige Zeit auf sich selbst zurückziehen. Vielfach kann ein Ausgleich der Kräfte durch das Umgestalten der eigenen vier Wände erzielt werden: es ist bekannt, dass uns die Umgebung auch in unsrem Wohlbefinden stark beeinflusst. Wer sich dafür erwärmen kann, der sollte diese Zeitphase nutzen, und sich beispielsweise mit der Kunst des Feng Shui beschäftigen, der fernöstlichen Lehre vom richtigen Fluss der Energien durch unsere Lebensräume.

Lieber abwarten Sonne Quadrat Radix-Merkur

08.10.2008 - 16.10.2008

Manches läuft jetzt nicht so optimal, wie Sie es sich vielleicht vorgestellt haben. Tatsächlich sind für die kurze Dauer jetzt nicht unbedingt die besten Aussichten gegeben, das, was Sie sich vorgenommen haben, auch wirklich in die Tat umzusetzen. Wenn Sie es jetzt nicht wirklich eilig haben, sollten Sie lieber abwarten. Auch in körperlicher Hinsicht neigen Sie jetzt eher zu unkoordiniertem Verhalten. Dadurch steigt das Risiko z.B. für Sportverletzungen durch ungeschickte Bewegungen oder mangelnde Achtsamkeit.

Ausgleichende Räucherung für diese Zeit:

2 TL Copal Oro. Copal, der Weihrauch der Maya, gibt es in verschiedenen Qualitäten - doch Sie

kommt jetzt nur das Gold-Copal infrage! Es hat eine sehr warmen, heiteren Duft und weckt die kreative Ader in uns.

2 TL Dammar. Dammar heißt auf Malaiisch "Licht". Seine Wirkung ist wie ein Sonnenstrahl ins Herz. Der feine zitronig-frische Duft belebt die Sinne und erhellt das Gemüt. Die Gedanken klären sich und Leichtigkeit stellt sich ein.

1 TL rotes Sandelholz. Holzig und herb, vor allen Dingen aber warm duftet das rote Sandelholz in dieser Komposition. Es unterstreicht die feurige Komponente der Mischung.

1 TL Zimtrinde. Zimt duftet herrlich würzig-warm und kennzeichnet sich durch eine einzigartige Weichheit aus. Er ist Balsam für das Herz. Er hebt die Stimmung, befreit von Kummer und Sorgen und weckt die Leidenschaft.

1/2 TL Safran. Safran, die dunkelroten Blütenfäden einer asiatischen Krokussorte, ist eines der edelsten und teuersten Gewürze auf dieser Erde. Es weckt sinnliche Begierde, macht heiter und verbreitet einen eigentümlichen heißen Duft.

1/2 TL Lorbeer. Lorbeer ist ein altes Attribut des Sonnengottes Apoll und mit Lorbeer kränzte man in der Antike den Sieger. Als Räucherung verschafft uns der sehr aromatische Duft des Lorbeers visionäre Weitsicht und veredelt unsere Absichten.

Erfolg durch Überzeugungskraft Sonne Sextil Radix-Mond

19.10.2008 - 27.10.2008

Diese Tage eignen sich besonders gut, um sich seiner Träume und Wünsche bewusst zu werden und sie aktiv anzugehen. Tatsächlich erscheinen Ihnen einige Ihrer Wunschvorstellungen heute realistischer als sonst und Sie haben ein glückliches Händchen dafür, genau die Prozesse in Gang zu setzen, die Erfolg versprechen. Insbesondere können Sie heute besonders gute Überzeugungsarbeit leisten, um Mitstreiter für Ihre Ideen zu finden. Eigentlich auch eine gute Zeit, sich jetzt in Bewegung zu setzen, um etwas für das seelisch-körperliche Gleichgewicht zu tun!

Nur nichts überstürzen! Sonne Quadrat Radix-AC

23.10.2008 - 01.11.2008

Unter diesem Aspekt fühlen Sie einen starken Drang nach tatkräftiger Durchsetzung Ihrer Bedürfnisse in sich aufsteigen. Gleichzeitig leiden Sie möglicherweise darunter, dass Sie nicht so können, wie Sie eigentlich wollen. Unter diesen Umständen ist es deshalb ratsam, nichts vom Zaune zu brechen, sondern mit kühlem Kopf und ruhiger Hand an die Erledigung von Aufgaben zu gehen.

Wer jetzt in Hektik verfällt, der steht sich am Ende selbst im Wege.

Wenig Wirkung

Sonne Sextil Radix-Sonne

30.10.2008 - 07.11.2008

Diese Konstellation bedeutet maximal einen geringfügigen Zugewinn an Durchsetzungskraft. Manches kann jetzt besser gelingen als sonst. Ansonsten wird dieser Transit für sich genommen aller Wahrscheinlichkeit nach keine Wirkungen auf Ihr Leben zeitigen.

Vom Wort zur Tat

Sonne Sextil Radix-Merkur

07.11.2008 - 15.11.2008

Dieser Transit hat keine sonderliche Tragweite, doch wer ihn nützen möchte und spürbar von ihm profitieren will, der sollte sich schon im Vorfeld überlegt haben, was er in diesen Tagen macht, denn: Jetzt haben Sie sehr gute Chancen, Geplantes in die Tat umzusetzen. Manches geht jetzt einfach leichter von der Hand als sonst.

Seien Sie kreativ

Sonne im 5. Haus

12.11.2008 - 23.12.2008

Wenn die Sonne durch das fünfte Haus geht, weckt sie die kreativen Seiten Ihrer Persönlichkeit. Jetzt ist die richtige Zeit, sich gründlich auszutoben und das innere Kind schalten und walten zu lassen - dies tut nicht nur unsere Seele gut, sondern auch dem gesamten Wohlbefinden. Wir fühlen uns im Einklang mit uns selbst und haben das Gefühl, der Mittelpunkt der Welt zu sein. Lassen Sie Ihr Licht ungehindert strahlen! Sie werden erstaunt sein, wie die positive Kraft Ihrer Persönlichkeit zu Ihnen zurückkommt und Ihnen hilft, das Leben auch mal von der spielerischen Seite zu erleben. Wenn Sie schon lange vorhatten, sich kreativ zu betätigen, dann sollten Sie dies jetzt in Angriff nehmen: Besorgen Sie sich die notwendigen Utensilien und legen Sie spontan los. Was auch immer unter Ihren Händen entsteht: Betrachten Sie es als Ausdruck Ihrer Persönlichkeit und freuen Sie sich daran.

Leugnen Sie Ihre Gefühle nicht Sonne Quadrat Radix-Mond

18.11.2008 - 26.11.2008

In diesen Tagen besteht die Gefahr, an den eigenen Gefühlen vorbei zu handeln. Vielleicht neigen Sie jetzt dazu, sich völlig anders zu geben, als Sie sich eigentlich fühlen. Das kostet Energie! Zwar ist dieser Transit aus gesundheitlicher Sicht nicht besonders dramatisch, doch kann der innere Stress, der sich aus diesem Gefühl fehlender Einheit zwischen Fühlen und Handeln, bereits bestehende gesundheitliche Probleme verstärken - insbesondere Menschen mit Magenproblemen sollten jetzt aufpassen. Dieser Transit fordert Sie daher zu uneingeschränkter Ehrlichkeit sich selbst gegenüber auf. Verleugnen Sie nicht länger, wie es Ihnen wirklich geht - schaffen Sie Klarheit vor sich selbst! Vermeiden Sie jedoch Auseinandersetzungen: das ist keine gute Zeit, um einen Streit vom Zaun zu brechen - nutzen Sie diese Zeit eher für sich selbst.

Obst und Gemüse für diese Zeit:

Orange. Im lichtarmen und nasskalten Winter bringen sie den Sommer in unsere Herzen zurück: die Orangen. Doch auch die Inhaltsstoffe haben es in sich: Kein Geheimnis ist der Reichtum an Vitamin C, das uns im Winter gegen Infektionen fit hält. Doch auch in allen anderen Jahreszeiten steht uns die Orange als bewährter Helfer gegen Müdigkeit und Schlappeheit. Orangen regen den Geist an und fördern die Konzentration - und nicht zuletzt bringen sie über den Hormonhaushalt wieder Feuer in sein Liebesleben.

Papaya. Noch vor wenigen Jahren ein echter Exot auf unseren Märkten, kennt heute fast jeder diese orangene Frucht mit den schwarzen, perlenartigen Kernen im Inneren. Die Papaya schmeckt nicht nur herrlich süß, sondern kurbeln auch den Eiweißstoffwechsel in unserem Körper an. So wirken Papayas regelmäßig verzehrt wie eine Frischekur von innen. Darüber hinaus halten sie Herz und Kreislauf in Schuss. Ob als Beilage, im Obstsalat oder einfach zwischendurch - die Papaya ist eine Königin unter den Früchten!

Tomate. Welches Gemüse könnte die Sonne in unser Herz besser bringen als die feuerrote Tomate? Die Tomate speichert die ganze Kraft des sonnigen, warmen Süden in sich und nicht umsonst ist es das Lieblingsgemüse der Italiener, die herrlich fruchtige Soßen für ihre Pasta daraus zaubern. Doch auch für das Wohlbefinden sorgt dieses Fruchtgemüse: Wer viel Tomaten isst, kräftigt sein Herz und tut seinem Kreislauf nur Gutes.

Olive. Von den Speisekarten der Mittelmeerländer ist sie nicht mehr wegzudenken: die Olive. Diese ölige Frucht mag es gerne warm, sonnig und vor allen Dingen frostfrei. Ob schwarz oder grün, mit oder ohne Füllung, ob in Salz oder Essig eingelegt oder pur - Oliven sind eine echte Delikatesse. Olivenöl - am besten nur das kaltgepresste - verfeinert jeden Salat. Bekannt ist, dass Oliven das Herz kräftigen und Entzündungen im Körper lindern können.

Gönnen Sie sich eine kreative Pause!

Sonne Trigon Radix-AC

22.11.2008 - 30.11.2008

In dieser Zeit haben Sie gute Chancen, ein positives Verhältnis zu Ihren tiefsten und ureigensten Bedürfnissen aufzubauen. Gönnen Sie sich jetzt eine kreative Pause und konzentrieren Sie sich auf sich selbst.

Tipp: Jetzt darf es ruhig ein bisschen Luxus sein - das erhöht die Wohlfühl-Qualität ganz ungemein! Gönnen Sie sich nur das Beste: Baden Sie sich in kostbaren Essenzen und hüllen Sie sich in edle Parfüms. Machen Sie es sich so richtig bequem und lassen Sie ruhig mal alle Fünfe gerade sein. Wenn Sie eine Terrasse oder einen Balkon haben - tanken Sie Sonne! Achten Sie aber auf die Dosierung, die Sie nach Ihrem Hauttyp ausrichten sollten. Und wenn es das Wetter gerade nicht zulässt, dann suchen Sie doch das Sonnenstudio um die Ecke auf: Schon fünf Minuten bei schwacher Bestrahlung können Wunder wirken und Sie in gute Laune versetzen.

Erfolg durch Überzeugungskraft

Sonne Trigon Radix-Mond

18.12.2008 - 26.12.2008

Diese Tage eignen sich besonders gut, um sich seiner Träume und Wünsche bewusst zu werden und sie aktiv anzugehen. Tatsächlich erscheinen Ihnen einige Ihrer Wunschvorstellungen heute realistischer als sonst und Sie haben ein glückliches Händchen dafür, genau die Prozesse in Gang zu setzen, die Erfolg versprechen. Insbesondere können Sie heute besonders gute Überzeugungsarbeit leisten, um Mitstreiter für Ihre Ideen zu finden. Eigentlich auch eine gute Zeit, sich jetzt in Bewegung zu setzen, um etwas für das seelisch-körperliche Gleichgewicht zu tun!

Seien Sie ehrlich zu sich selbst

Sonne im 6. Haus

24.12.2008 - 31.12.2008

Wenn die Sonne das sechste Haus Ihres Horoskops passiert, sollten Sie sich am besten einen Gang zurückschalten, um zu überprüfen, ob das, was Sie gerade tun, noch im Einklang mit den Anforderungen der Umwelt steht. In dieser Zeitphase geht es darum, die eigenen Handlungen von außen zu betrachten und abzuwägen, ob sie noch auf den gegenwärtigen Moment abgestimmt sind. Wenn Sie jetzt nicht vorsichtiger sind, könnten Sie Gefahr laufen, Ihre Zeile allein deshalb zu verfehlen, weil Sie die Bedingungen der Umwelt nicht ausreichend in Ihre Überlegungen mit

einkalkuliert haben. Ein kontrolliertes Vorgehen ist jetzt notwendig. Wer hier nicht wagt, sich der Wirklichkeit zu stellen, der muss damit rechnen, dass sich die Energien nach innen richten und sich negativ auf das Gleichgewicht von Körper und Seele auswirken. Darum: Prüfen Sie jetzt jeden Schritt, den Sie unternehmen, darauf, ob er notwendig ist und ob er den aktuellen Gegebenheiten angepasst ist. Seien Sie ehrlich mit sich selbst und reden Sie nichts schön.

Alles Gute!

Sonne Konjunktion Radix-Sonne

29.12.2008 - 31.12.2008

Wenn die laufende Sonne die Geburtssonne berührt, steht eins fest: Sie haben in diesen Tagen Geburtstag! Ansonsten ist diese Konstellation aus gesundheitlicher Sicht wenige bedeutsam. Wir wünschen Alles Gute!

Wenn Sie Zeit für sich übrig haben - lassen Sie es sich so richtig gut gehen. Es darf ruhig ein bisschen Luxus sein: Warum also nicht gleich das volle Programm? Nehmen Sie sich einen Tag Zeit und gönnen Sie sich nur das Beste: Baden Sie sich in kostbaren Essenzen und hüllen Sie sich in edle Parfüms. Machen Sie es sich so richtig bequem und lassen Sie ruhig mal alle Fünfe gerade sein. Wenn Sie eine Terrasse oder einen Balkon haben - tanken Sie Sonne! Achten Sie aber auf die Dosierung, die Sie nach Ihrem Hauttyp ausrichten sollten. Ziehen Sie sich im Zweifelsfalle lieber in den kühlen Schatten eines dichten Baumes zu einem Nickerchen zurück. Und wenn es das Wetter gerade nicht zulässt, dann suchen Sie doch das Sonnenstudio um die Ecke auf: Schon fünf Minuten bei schwacher Bestrahlung können Wunder wirken und Sie in gute Laune versetzen.

Die Bedeutung der einzelnen Transitplaneten

Transite der Sonne

"Die Sonne bringt es an den Tag!" Dieser Spruch macht deutlich, dass das Wesen der Sonne darin besteht, die verborgenen Dinge ans Licht zu bringen, sie offensichtlich zu machen. Im Geburtshoroskop zeigt die Sonne deshalb unser typisches Verhalten an, d.h. die Art und Weise, mit der wir auf die Welt zugehen, um sie nach unseren Wünschen und Vorstellungen zu gestalten. Im Transit zeigt sie Chancen an, Projekte und Vorhaben in die Tat umzusetzen - sie verleiht uns Handlungsenergie. Für den Gesundheitsbereich bedeutet dies, dass wir jetzt die Gelegenheit haben, uns bestimmte Themen aktiv "vorzuknöpfen", also etwas für unsere Fitness und unser Wohlbefinden zu tun.

Die Herausforderung des Sonne-Transits lautet: "Tun Sie's!"

Sonnetransite wirken punktuell und sollten in ihrer Bedeutung nicht überschätzt werden. Bedenken Sie: Da die Sonne ein Jahr für einen Umlauf durch den gesamten Tierkreis benötigt, werden jedes Jahr zur etwa gleichen Zeit dieselben Themen aktiviert.

Der Lauf der Sonne durch die Häuser versorgt uns also das ganze Jahr hindurch mit Aktionspotenzial, das wir aus unterschiedlichen Perspektiven für die Balance zwischen Körper, Geist und Seele einsetzen können. Berührt die

Sonne andere Planeten oder Häuserspitzen, ist ihre Wirkung auf maximal zwei Tage vor und nach der Exaktheit beschränkt.

Transite des Mondes

Im Gegensatz zur Sonne besitzt der Mond kein eigenes Licht und wechselt seine Gestalt: er steht für die Wechselhaftigkeit unseres Gefühlsleben, für unsere innere Welt. Im Geburtshoroskop steht der Mond für unsere Sicht der Welt und vor allen Dingen dafür, wie geborgen wir uns hier fühlen. Im Transit bietet er Chancen zur Innenschau, d.h. er öffnet Fenster zu unserer Seele und lässt uns nach unseren wahren Bedürfnissen horchen. Für unser allgemeines Wohlbefinden ist es sehr wichtig, dass wir die Kraft des Mondes zur Introspektion verbessern, denn sie hilft uns, uns besser zu verstehen und angemessener auf unsere seelischen Bedürfnisse zu reagieren.

Die Botschaft des Mond-Transits lautet: "Spüren Sie nach innen!"

Mondtransite sind zwar wichtig, aber sehr schwach - es bedarf der Aufmerksamkeit, um von ihnen zu profitieren. Sie äußern sich ansonsten eher in Stimmungsschwankungen und Launen. Richtig beobachtet offenbaren sie jedoch Gelegenheiten zu Einsichten, die eine gute Grundlage für die Balance zwischen Körper, Geist und Seele sind. Mondtransite wiederholen sich alle Monate.

Der Lauf des Mondes durch die Häuser erhöht die Sensibilität für die jeweiligen Themen und bietet so die Möglichkeit, sich mit ihnen auseinander zu setzen. Der Transit des Mondes über einen anderen Planeten oder eine Hauspitze hat maximal sechs Stunden nach und vor seiner Exaktheit Gültigkeit.

Eine Besonderheit sind die Transite des Mondes durch die einzelnen Tierkreiszeichen. Sie stellen einen übergeordneten Taktschlag dar, der uns im Sinne der Gesundheit an einen natürlichen Rhythmus bindet. Während alle anderen Transite individuell zu bewerten sind, ist der Durchgang des Mondes durch die Zeichen für alle Menschen auf der Welt gültig. Dies heißt aber auch, dass diese Transite nicht individuell bedeutsam sein können, sondern nur eine zusätzliche Nuance darstellen.

Transite des Merkur

Im Geburtshoroskop steht Merkur für unsere Fähigkeit schnell und angemessen auf Eindrücke aus unserer Umwelt zu reagieren. Er steht für die Art und Weise, wie wir Informationen verarbeiten und zu sinnvollen Handlungsstrategien zusammensetzen. Im Transit sagt er etwas darüber aus, wie gut uns dies gerade gelingt. Selten aber löst er dramatische Ereignisse im Äußeren aus - vielmehr begünstigt er Momente, in denen wir uns von der geistigen Warte aus mit den Themen Gesundheit und Fitness beschäftigen können. In diesem Sinne markiert er Zeitphasen, die gut geeignet sind, um z.B. Pläne zu schmieden oder einfach über unser Leben nachzudenken, nach Verbesserungen zu suchen und zu überlegen, wie wir uns noch besser im Einklang mit den Anforderungen der Umwelt bewegen können.

Die Herausforderung des Merkur-Transits lautet: "Bewegen Sie Ihren Geist!"

Merkur-Transite wiederholen sich alle Jahre, da er sich nicht weit von der Sonne entfernen kann und ihr ständiger Begleiter ist - er tanzt gewissermaßen ununterbrochen um sie herum. Seine Transite durch Häuser setzen den geistigen Fokus auf die genannten Themen für die Dauer seines Aufenthaltes in diesem Haus, während sein Transit über einen anderen Planeten lediglich zwei bis drei Tage vor und nach seiner Exaktheit gültig sind und nicht zu stark bewertet werden sollten.

Transite der Venus

Venus steht im Geburtshoroskop für alles, was uns im Leben interessiert: sie ist der Punkt der größten Anziehungskraft in unserem Horoskop. Im Transit macht sie uns offen für die Themen des Lebens, die gerade für unser seelisches und körperliches Gleichgewicht von Bedeutung sind - Venus ist bestrebt die Balance herzustellen, indem sie uns darauf aufmerksam macht, was uns zum Glücklichen und zu unserem Wohlbefinden noch fehlt. Zugleich sensibilisiert sie uns darauf, dies zu suchen und zu finden, sei es in Form von Begegnungen

mit anderen Menschen, mit bestimmten Themen oder anderen interessanten Erfahrungen. Für unsere Gesundheit ist Venus insofern wichtig, als sie uns darauf aufmerksam macht, wo wir im Ungleichgewicht zwischen Innen und Außen leben und wie wir dies verbessern können.

Die Herausforderung des Venus-Transits lautet: "Bringen Sie sich ins Gleichgewicht!"

Venus-Transite wiederholen sich ebenso alle Jahre, da auch sie sich als innerer Planet nicht weit von der Sonne entfernen kann. Ihre Transite durch die Häuser lenken unser Interesse auf die genannten Themen und machen uns offen für neue Eindrücke in diesen Lebensbereichen. Ein Transit der Venus über einen anderen Planeten oder eine Hausspitze sollte man nicht überbewerten, denn er hat lediglich eine Gültigkeit von maximal zwei bis drei Tagen vor uns nach der Exaktheit.

Transite des Mars

Während Venus darüber Auskunft gibt, was wir gerade interessant finden und was uns gerade fehlt, ist es Mars, der die Kraft besitzt, sich dieses zu holen. Er setzt die nötigen Energien frei, damit wir das, was wir wollen, auch bekommen können. Im Geburtshoroskop steht er für Durchsetzung, aber auch im Transit verfehlt er seine Wirkung nicht: er ist der ideale Begleiter, wenn wir uns aufraffen wollen und einen Durchbruch schaffen wollen. Für unsere Fitness ist er daher ein wichtiger Signalgeber, denn er gibt uns die Power, um unsere Vorhaben in die Tat umzusetzen - wenn wir gewissermaßen unsere eigene Schwerkraft überwinden wollen. Er bringt uns in Kontakt mit unserer Lust am Leben und nicht zuletzt mit unseren instinktiven Kräften.

Die Botschaft eines Mars-Transits lautet: "Packen Sie's an!"

Mars-Transite wiederholen sich alle zweieinhalb Jahre, da Mars in etwa diese Zeit benötigt, um den Tierkreis einmal zu umrunden. In den Häusern weckt er in uns die Bereitschaft, sich aktiv und kompromisslos mit den jeweiligen Themen auseinander zu setzen. Mars-Transite über andere Planeten oder Hausspitzen haben jedoch nur eine Gültigkeit von zehn Tagen vor und nach der Exaktheit.

Transite des Jupiter

Im Geburtshoroskop steht Jupiter für unser Bedürfnis nach Platz in der Gesellschaft. Sein Auftrag ist Expansion, insbesondere, was unsere soziale Rolle angeht. Im Transit kündigt er Zeiten an, in denen wir das Bedürfnis haben, es uns gut gehen zu lassen, in denen wir ein verstärktes Bedürfnis nach Anerkennung unserer Persönlichkeit haben. Für unser Wohlbefinden ist dieser Transit deshalb besonders wichtig, weil er Phasen mit sich bringt, in denen wir uns ganz besonders um uns selbst kümmern möchten - man könnte sagen: Jupiter-Transite sind Wellness-Transite schlechthin! Jetzt wollen wir es uns besonders gut gehen lassen - und das sollten wir dann auch tun.

Die Botschaft des Jupiter-Transits lautet deshalb: "Lass es dir gut gehen!"

Jupiter-Transite wiederholen sich alle zwölf Jahre - so lange benötigt dieser Planet für einen Durchgang durch den Tierkreis. Die Häuser, die er durchläuft, markieren Phasen mit bestimmten Themen, in denen wir unsere Aufmerksamkeit für eine Zeit darauf richten sollten, hier unser Wohlbefinden zu stärken. Transite von Jupiter über andere Planeten und Hausspitzen sind besonders wichtig für die Themen Gesundheit und Wellness, denn sie zeigen an, wann wir für bestehende gesundheitliche Schwierigkeiten die besten Heilungschancen haben oder wann wir z.B. am besten einen Urlaub planen sollten. Diese Transite gelten maximal zwei Monate vor und nach der Exaktheit.

Transite des Saturn

Saturn ist der Gegenpol zu Jupiter: er symbolisiert unsere Kraft, auf den Punkt zu kommen und sich auf eine Sache zu konzentrieren. Im Transit entfaltet Saturn gerne seine eher als einschränkend erlebte Wirkung: Jetzt geht es darum, sich von überflüssigen und veralteten Lebensmustern loszusagen und das Wesentliche aufzuspüren und umzusetzen. Für unsere Gesundheit ist Saturn ein ganz wichtiger Planet, denn er führt uns genau vor Augen, wo

wir unserem Körper, aber auch unserer Seele mehr Aufmerksamkeit schenken müssen. Saturn zwingt uns hinzusehen - und das ist manchmal nicht gerade angenehm. Wer sich aber auf die Qualität des Saturn einlässt, wird bald auch seine positive Seite zu spüren bekommen: Er hilft uns, die Dinge zu strukturieren und wieder klar zu sehen, worauf es uns wirklich ankommt. Dies ist oft der erste Schritt zu einer wirklichen Verbesserung unseres Wohlbefindens.

Die Herausforderung des Saturn-Transits lautet: "Finde heraus, was wirklich von Bedeutung für dich ist!"

Saturn-Transite wiederholen sich alle 29,5 Jahre - dann hat Saturn einen Umlauf durch den Tierkreis abgeschlossen. Die Themen, die Saturn während eines Laufes durch die einzelnen Häuser anspricht, werden nicht selten als besonders dominant erlebt und drängen nach Bearbeitung und Auseinandersetzung. Wandert Saturn über einen anderen Planeten oder über eine Hausspitze, gilt der Transit bis zu fünf Monaten vor und nach der Exaktheit.

Einführung in die Bedeutung der Häuser des Geburtshoroskops

Die Häuser bilden ein Kaleidoskop verschiedener Lebensthemen. Aus Sicht unseres Wohlbefindens und der Balance zwischen Körper, Geist und Seele ist es wichtig, dass wir uns mit all diesen Themen gründlich auseinander setzen und jedes zu seiner Zeit bearbeiten. Um den richtigen Zeitpunkt dafür herauszufinden, eignen sich die Transite der Planeten durch diese Häuser: sie legen je nach Charakter des transitierenden Planeten eine bestimmte Art und Weise dieser Beschäftigung fest.

Folgende Stichworte umreißen die Häuserthemen auf der physischen und auf der psychischen Ebene. Wenn z.B. das psychische Thema sich nicht wirklich entfalten kann, weil es entweder ignoriert oder zu wenig respektiert wird, kann es auch zu Störungen in den entsprechenden körperlichen Regionen kommen. Es ist deshalb sinnvoll bei bestehenden körperlichen Schwierigkeiten (und nur dann!), sich die Transite der Planeten durch diese entsprechenden Häuser genau anzusehen, um Möglichkeiten zur Verbesserung des eigenen Zustandes zu erschließen. Für gesunde Menschen besteht jedoch in keinster Weise die Gefahr, durch etwaige Transite krank zu werden!

Erstes Haus

Seelische Entsprechung: Durchsetzungskraft, Verhältnis zu den eigenen Aggressionen.

Körperliche Entsprechung: Abwehrkräfte, Fingernägel, Zähne, Muskulatur, alle anabolen Prozesse. Auch: Adrenalin- und Noradrenalinspiegel.

Zweites Haus

Seelische Entsprechung: Körperliches Sicherheitsbedürfnis, Bedürfnis nach Zugehörigkeit und Gemeinsamkeit. Verhältnis zu Besitz und Materie.

Körperliche Entsprechung: Substanzbildung, Körperwachstum, Zellfunktion, der Körper an sich. Auch: die Kiefer, Zahnfleisch, Lippen.

Drittes Haus

Seelische Entsprechung: Intellektuelle Entfaltung, Bedürfnis nach Kommunikation und körperlichem Selbstaussdruck. Verhältnis zur körperlichen Selbstdarstellung.

Körperliche Entsprechung: Koordinationsfähigkeit, Atmungsorgane: Bronchien, Lunge; Bewegungsapparat, Sinnesorgane, Nervensystem, Gefäße; Sprachfähigkeit, Speiseröhre, Luftröhre.

Viertes Haus

Seelische Entsprechung: Seelische Geborgenheit. Verhältnis zum Mütterlichen. Fantasie.

Körperliche Entsprechung: Weibliche Geschlechtsorgane, Empfängnisfähigkeit, Flüssigkeitshaushalt, Lymphe, Schleimhäute, Magen, allgemein die Fähigkeit, Energie (z.B. in Form von Nahrung) aufzunehmen.

Fünftes Haus

Seelische Entsprechung: Die eigene Persönlichkeit, Selbstwert, Kreativität. Verhältnis zu Kindern und zum Väterlichen.

Körperliche Entsprechung: Männliche Geschlechtsorgane; Kreislaufsystem, Herzfähigkeit, Energiefreisetzung, Sexualität, Libido. Auch: Schweißdrüsenfunktion.

Sechstes Haus

Seelische Entsprechung: Aussteuerung an die Umweltbedingungen. Fähigkeit, sich verändernden Situationen anpassen zu können.

Körperliche Entsprechungen: Handlungskoordination, Körperbeherrschung, Stoffwechsellätigkeit, Aufspaltung der Nahrung (analytischer Teil des Stoffwechsels), Körperentgiftung: Nieren- und Lebertätigkeit.

Siebttes Haus

Seelische Entsprechung: Begegnungspotenzial. Der Weg zum anderen. Verhältnis zur persönlichen Umgebung, insbesondere zum Partner.

Körperliche Entsprechungen: Homöostase: alle regulativen Körperprozesse, Durchlässigkeit der Zellmembranen, Nierenfunktion.

Achstes Haus

Seelische Entsprechung: Die geistige Heimat, persönliche Wertvorstellungen. Verhältnis zu Bindungen.

Körperliche Entsprechungen: Regenerationsfähigkeit, das Erbgut, die DNA, Fortpflanzungsfähigkeit, Keimdrüsen. Auch: Geschlechtshormone wie Testosteron und Östrogen.

Neuntes Haus

Seelische Entsprechung: Erweiterung des geistigen Horizontes, Darstellung der eigenen Gedanken. Verhältnis zum sozialen Umfeld.

Körperliche Entsprechungen: Synthetischer Teil des Stoffwechsels, Körperwachstum, Thymusdrüse, Fähigkeit des Körpers, lebensnotwendige Stoffe selbst zu bilden, Fettstoffwechsel.

Zehntes Haus

Seelische Entsprechung: Bedürfnis nach Sinn und Ordnung im Leben. Berufung. Soziale Position. Das Verhältnis zur Gesellschaft.

Körperliche Entsprechungen: das Knochengerüst, Knorpel, Haare, Hornhaut. Gleichgewichtssinn; vertikaler Energiefluss im Körper, in diesem Sinne auch Kreislauf und vor allem Blutdruck.

Elftes Haus

Seelische Entsprechung: Individuelle Bedeutsamkeit in der Gesellschaft. Soziale Rolle. Das Verhältnis zur eigenen

Originalität.

Körperliche Entsprechungen: alle elektrischen Körperfunktionen, wie z.B. die Reizübertragung der Nervenbahnen. Zellteilung, Hirnstoffwechsel.

Zwölftes Haus

Seelische Entsprechung: Auflösung des Vordergründigen. Spirituelle Bedürfnisse. Verhältnis zur Wahrheit.

Körperliche Entsprechungen: Hormonsystem, Epiphyse (Zirbeldrüse), alle osmotischen Körpervorgänge, Katabole Stoffwechselvorgänge.

Einführung in die Qualität der Aspekte

Neben ihren Positionen in den Geburtshäusern sind Aspekte transitierender Planeten zu Planeten und Häuserspitzen im Radixhoroskop die wichtigsten Faktoren, um die Möglichkeiten und Chancen in der Zukunft zu bestimmen. Aspekte sind bestimmte Winkelabstände zwischen zwei Horoskopfaktoren, die unterschiedliche Qualitäten aufweisen können. Die wichtigsten sind: Konjunktion, Opposition, Quadrat, Trigon und Sextil. Hier ein Überblick:

Konjunktion (0°-Abstand)

Die Konjunktion ist der wichtigste und mächtigste Aspekt. In diesem Fall befindet sich der laufende Planet genau auf der Position eines Radixplaneten. Für unser Thema deutet die Konjunktion Zeitfenster an, in denen wir mit der Qualität des Radixplaneten auf besonders eindruckliche Weise konfrontiert werden. Dabei entscheidet die Verträglichkeit der beiden beteiligten Planeten, ob es sich um eine günstige oder eher spannungsreiche Konfrontation handelt. Immer aber drückt die Konjunktion die Chance zu einem Neubeginn aus und sollte deshalb genutzt werden, sich aktiv um das entsprechende Thema zu kümmern, um positive Impulse in Gang zu setzen.

Opposition (180°-Abstand)

Bei der Opposition stehen sich Radixplanet und Transitplanet genau gegenüber. Dies weist auf eine Form der Konfrontation hin, die unsausweichlich ist. Oppositionen neigen dazu, Ereignisse auszulösen, denen wir nicht ausweichen können. Im Bereich Gesundheit und Wellness können Oppositionen Phasen andeuten, in denen wir uns mit den Früchten und Ergebnissen früherer Handlungen auseinander setzen müssen. Dies kann positiv im Sinne einer Bestärkung des bisherigen Lebensweges ausfallen, aber auch negativ: Jetzt bekommen wir gewissermaßen die Quittung.

Quadrat (90°-Abstand)

Quadrate sind immer zwiespältig - sie stellen uns vor Entscheidungen und fordern uns heraus, eine passive, abwartende Position zu verlassen. Im positiven Sinne dynamisieren sie uns, auch wenn es uns manchmal schwer fällt, uns darauf einzulassen und wir uns lieber auf das zurückziehen möchten, was uns vertraut und bekannt ist. Quadrate aber verlangen Veränderungen, Umdenken und die Bereitschaft, eine neue Sicht der Welt zu entwickeln. Wer sich diesem Impuls verschließt, wird häufig erleben, wie sich die kreative Energie des Quadrates schnell gegen ihn richtet und ein heilloses Durcheinander erzeugen kann. Mit Quadraten konfrontiert sollten wir immer bereit sein, das Alte zu verlassen und uns dem Neuen zuzuwenden. Für unser Thema bedeuten Quadrate Phasen, in denen wir ein wenig auf der Hut sein und in jedem Fall unsere Aufmerksamkeit verstärkt auf unser psychophysisches Gleichgewicht lenken sollten.

Trigon (120°-Abstand)

Trigone gelten klassisch als gute Aspekte. Das sind sie auch - wenn man sie nutzt. Man sollte sich immer vergegenwärtigen, dass auch Trigone nichts ins Positive wenden können, wenn wir sie nicht mit unserer

Handlungenergie unterstützen! Ansonsten verstreicht dieser Aspekt erfolglos an uns vorüber. Wer sich jedoch darauf versteht, Trigone zu nutzen, der kann sie als enormen Kraftzuwachs erleben, und zwar einer Kraft, die aus der inneren Ruhe kommt. Für unser Thema bedeuten Trigone Phasen, in denen wir uns besonders gut entspannen können und die deshalb gut geeignet sind, um uns in relaxter Atmosphäre neu zu organisieren und es uns einfach gut gehen zu lassen. Es ist der typische Wellness-Aspekt und sollte in jedem Fall genutzt werden, um sich körperlich und seelisch wieder auf Vordermann zu bringen.

Sextile (60°-Abstand)

Das Sextil ist der kleine Bruder des Trigon. Seine Wirkung ist dem Trigon verwandt, jedoch nicht ganz so eindeutig. Auch hier öffnen sich neue Chancen, das Leben auf entspannte Weise in den Griff zu kriegen. Doch verlangt das Sextil mehr Eigeninitiative. Es verlangt nach neuen Lösungen und kreativen Ansätzen, die jetzt besonders gut umgesetzt werden können. Das Sextil ist deshalb in unserem Sinne eine besonders interessante Phase, wenn es darum geht, Vorhaben und Projekte bezüglich der eigenen Gesundheit unter einen guten Stern zu stellen. Allerdings gilt auch hier: Wer nicht wagt, der nicht gewinnt ...

Alle Horoskope sind erhältlich unter www.Horoskope.CBServ.de

Persönlichkeit

- Horoskop Persönlichkeit ~ 40 A4 Seiten
- Horoskop Solar (Jahresanalyse: von Geburtstag bis Geburtstag)
- Horoskop Stationen des Lebens ~ 50 A4 Seiten
- Horoskop Zukunft ~ 35 A4 Seiten

Liebe - Partnerschaft - Kinder

- Wer passt zu mir ? ~ 22 A4 Seiten
- Partnerschaft (Vergleich) ~ 50 A4 Seiten
- Liebe und Sexualität ~ 26 A4 Seiten
- Kinderhoroskop (die Kindheit) ~ 63 Seiten
- Zukunftshoroskop Partnerschaft und Liebe ~ 18 A4 Seiten

Beruf - Erfolg und Geld

- Horoskop Beruf ~ 40 A4 Seiten
- Horoskop Geld ~ 19 A4 Seiten
- Zukunftshoroskop Beruf - Karriere ~ 60 A4 Seiten
- Zukunft Geld und Finanzen ~ 30 A4 Seiten

Wellness - Gesundheit

- Horoskop Wellness ~ 13 A4 Seiten
- Zukunftshoroskop Wellness - Gesundheit ~ 39 A4 Seiten
- Gesundheit ~ 36 A4 Seiten

Spezielle Themen

- Horoskop Kreativität ~ 18 A4 Seiten
- Horoskop Lebensplan ~ 50 A4 Seiten
- Horoskop Prognose ~ 90 A4 Seiten