



KIRSTEN HANSER

# KOSMOS UND KÖRPER





Für meine Tochter Sinah,  
durch die mein Vertrauen in das Leben und den  
eigenen Körper wiedererweckt wurde



KIRSTEN HANSER



# KOSMOS UND KÖRPER

ASTROMEDIZIN – DAS PRAXISBUCH

IRISIANA



# INHALT

Vorwort ..... 6

## ASTROMEDIZIN – WAS IST DAS? ..... 10

Astrologie und Medizin heute ..... 12

Fluch und Segen der Astrologie – gefährliches Halbwissen  
zwischen Hiob und Heilung ..... 15

## KOSMISCHE BESTIMMUNG ..... 20

Wo komme ich her? ..... 22

Das Universum in Ihnen ..... 23

Wecken Sie die Götter in sich ..... 24

Die Planeten als Persönlichkeitsanteile ..... 27

## BODYSPIRIT, STERNZEICHEN UND KÖRPER ..... 62

Planet und Sternzeichen ..... 64

Die Sonne im Horoskop – Anmerkungen zum Zentralgestirn ..... 65

AstroZEN – Sternzeichen, Körperübung und Körperregion ..... 69





**BESCHWERDEBILDER UND ASTROMEDIZIN ..... 120**

Kranksein gehört zum Gesundsein ..... 122

Im Fokus: Wichtige Gesundheitsthemen unserer Zeit ..... 125

Widder ..... 137

Stier ..... 151

Zwillinge ..... 157

Krebs ..... 161

Löwe ..... 168

Jungfrau ..... 171

Waage ..... 175

Skorpion ..... 177

Schütze ..... 183

Steinbock ..... 187

Wassermann ..... 194

Fische ..... 197

**ASTROMEDIZIN UND ELEMENTENLEHRE ..... 202**

Embodiment – Kopf und Bauch zusammenbringen ..... 204

Die Elementenlehre und die Astrologie ..... 208

Meine neue Elementenlehre ..... 214

Zu guter Letzt ..... 232

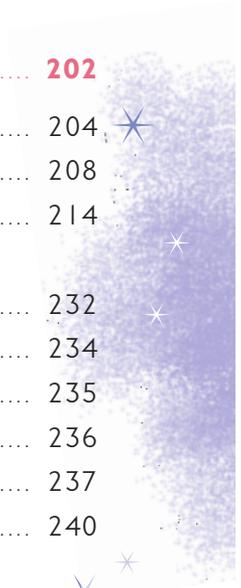
Danksagung ..... 234

Weiterführende Literatur ..... 235

Die Autorin ..... 236

Register ..... 237

Impressum ..... 240





## VORWORT



Astrologie wirkt auf viele Menschen befremdlich. Eigentlich kein Wunder, denn das, womit sich Profi-Astrologen beschäftigen, ist der Allgemeinheit häufig nicht zugänglich, zu komplex oder es wirkt abschreckend. Wer soll schon wissen, wie wir ticken, wenn wir es selber nicht wissen? Dieses Buch gibt Ihnen einen Einblick in die Welt der Astrologie, die Verbindung zwischen Kosmos und Körper. Es beschreibt, wie uns der Zugang zur inneren Matrix gesunden lassen kann, indem wir das Horoskop als inneren Bauplan betrachten – als jahrtausendealtes Heilwissen für den Menschen von heute. Die Planeten, Ihr Sternzeichen und körperliche Symptome, die Sie begleiten, sind dabei die besten Gefährten und Ratgeber.

Dieses Buch ist für alle gedacht, die wieder mehr Eigenverantwortung für ihr Leben und ihre Gesundheit übernehmen möchten. Für Menschen, die daran interessiert sind, vollständiger zu werden. Fragen nach den Hintergründen, einfache Bewegungs-

übungen, Tipps zu Kräutern, Heilmitteln und Therapiemöglichkeiten helfen dabei. So gelingt es, den Zusammenhang zwischen Krankheitsursache und ihrer Auswirkung im Körper zu verstehen. Persönliche Kernthemen zum Wohlbefinden und zur Weiterentwicklung werden erläutert, innere Ressourcen gestärkt.

Mithilfe dieses praxisnahen Handbuchs finden Sie heraus, was Ihnen Ihr Körper durch eine Krankheit oder Beschwerde erzählt. Dieses Buch ist sowohl Nachschlagewerk als auch Perspektive und Wegweiser, um den Zusammenhang von Körper und Kosmos, Krankheit und Gesundheit zu verstehen, zu fühlen, zu erkennen – und anzuerkennen. Denn alles in dieser Welt, wirklich alles, befindet sich in einem ständigen Wandlungsprozess, in Bewegung und Veränderung. Alles, was aufhört, sich zu bewegen, ist tot. Deshalb ist einer der Schwerpunkte dieses Buchs die Anregung zum aktiven Tun. Körper, Geist und Seele sind in einem stetigen Austausch.



## **Wir sind vollkommen – in uns ist alles vorhanden**

C. G. Jung sagte einmal: »Ich bin lieber ganz als gut.« Astrologie ist ein wertvoller Begleiter, um ganz zu sein oder zu werden. Um echter zu sein – mit allem, was wir mitbringen. Hier geht es nicht nur um Ihr persönliches Sternzeichen, sondern um zehn Planeten in zwölf verschiedenen Zeichen, um die vier Elemente und eine Auswahl von Gesundheitsthemen, die uns bei einem Ungleichgewicht begegnen können.

Jedes Sternzeichen hat einen dazugehörigen Planeten. Das individuelle Sonnenzeichen schreibt die Überschrift zu unserem Leben. Dieses Buch begleitet Sie zum Kern Ihrer Persönlichkeit, damit Sie ab sofort aus dem Vollen schöpfen können, anstatt sich mit etwas zu identifizieren, das Ihnen nicht entspricht. Dabei dienen gerade Krankheiten als wertvolle Wegweiser. Sobald wir lernen, Krankheit nicht als Bestrafung anzusehen, sind wir offen für die Botschaft

unseres Körpers: In welcher Hinsicht können sich Geist oder Seele momentan nicht verwirklichen?

Ein persönliches Horoskop ist nicht weniger als unser inneres Kosmogramm, gleichbedeutend mit unserer Matrix. Der Körper gibt in Verbindung mit den kosmischen Gesetzen Aufschluss über die Entstehung jeder Krankheit, doch noch mehr über das, was wir brauchen, um gesund zu sein, zu werden und zu bleiben.

## **Weiten Sie Ihren Blick**

Dieser praxisorientierte Ratgeber lädt Sie zum Stöbern und Ausprobieren ein. Auf vielfältige Art und Weise werden Sie sich in den verschiedensten Planetenprinzipien wiedererkennen – nicht nur bei Ihrem Sternzeichen. Denn die Planeten und Zeichen stehen für unsere Persönlichkeitsanteile, die in unserem Leben mitwirken wollen. Die Astrologie kann auf diese moderne und metaphysisch interpretierte Weise das Leben





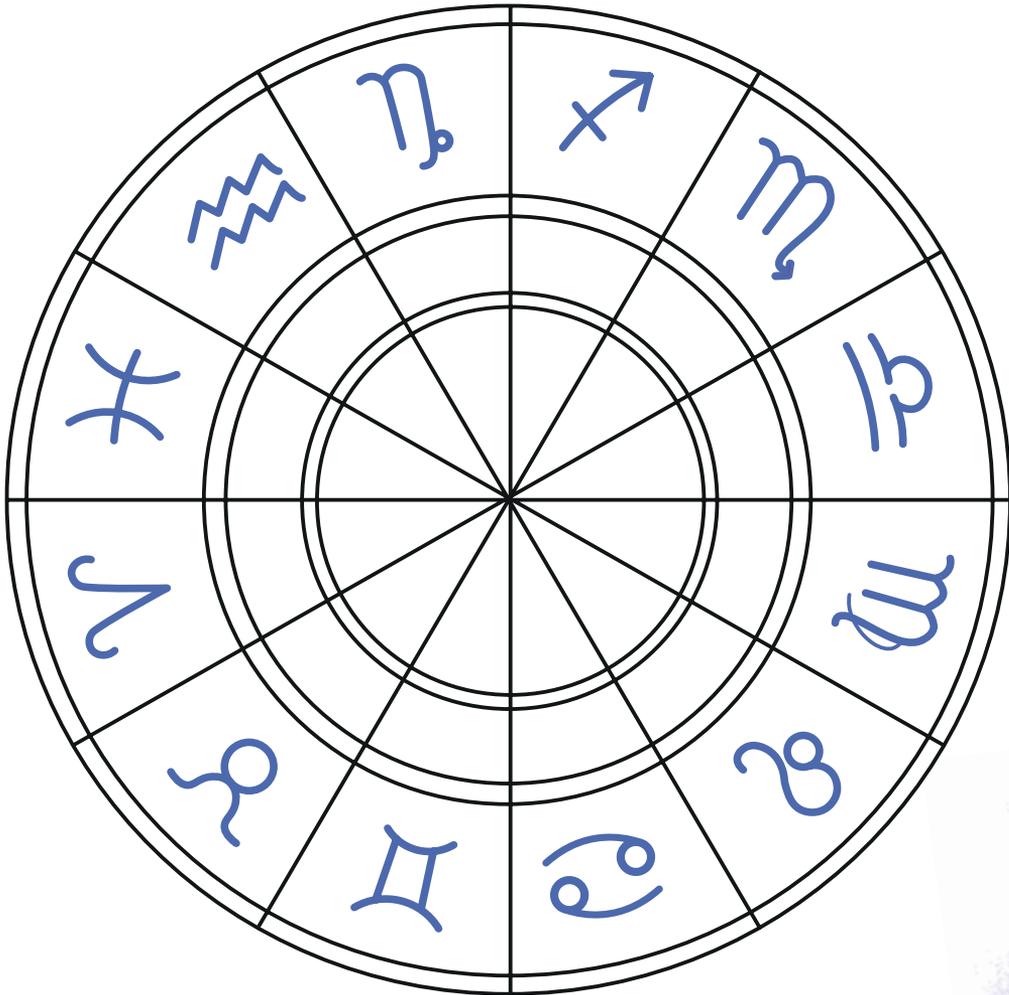
bereichern, den Horizont erweitern und uns öffnen für alles, was zwischen Himmel und Erde möglich ist. Dieses Buch weckt die Götter, das Universum in Ihnen.

Wir leben in einer technologisierten und zunehmend digitalisierten Welt. Wir neigen dazu, Symptome zu bekämpfen – häufig einfach, um weiterhin gut zu funktionieren. Unser Körper ist jedoch ein hochempfindliches Wunderwerk, das wir nicht als funktionstüchtige Maschine ansehen können. Wir werden von allem beeinflusst, was war, was ist, was uns umgibt und beschäftigt. Das Denken dominiert bei den meisten von uns, doch der Körper ist noch in Kontakt zu unserer wahren Natur. Kopf und Bauch sind meist voneinander getrennt. Viele von uns befinden sich auch hier in einem stetigen Kampf. Symptome und Erkrankungen sind

die Botschafter der Seele. Mehr Körperwahrnehmung bedeutet Einsicht und Gewinn.

Ich habe dieses Buch geschrieben, um das Interesse am eigenen Körper wieder zu wecken und ein paar Grundlagen fürs Basiswissen zu schaffen: sowohl für die Astrologie als auch für Gesundheit und Krankheit. Um Sie anzuregen, sich in Ihrer Haut wieder wohlfühlen und bewusst wahrzunehmen, was der Körper Ihnen zeigt. Ich habe nichts gegen die Schulmedizin: Sie ist in vielen Fällen ein wahrer Segen. Doch bevor wir zu Pillen greifen und Diagnosen schlucken, gibt es immer etwas, das wir selbst tun können. Hin zu mehr Gesundheit, zu mehr Lebensgefühl, zur Lust, am Leben zu sein. Denn eins steht fest: Keiner kommt lebend hier raus – doch bis dahin kann es eine zauberhafte Reise sein.



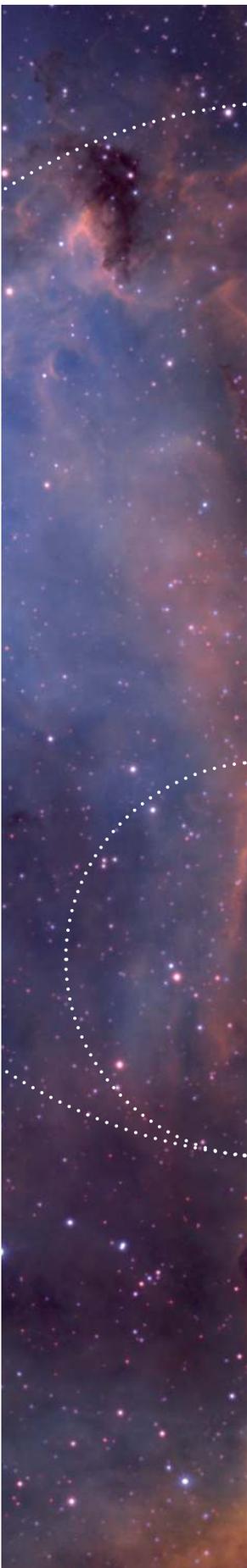


Der Tierkreis besteht aus zwölf verschiedenen Zeichen, die sich gegenseitig ergänzen und aufeinander aufbauen. Jedem Zeichen wird ein Planet zugeordnet.

Der Tierkreis beginnt bei Widder (9-Uhr-Position), dem Frühlingspunkt, und endet bei Fische. Er bewegt sich gegen den Uhrzeigersinn.







# ASTROMEDIZIN – WAS IST DAS?



## ASTROLOGIE UND MEDIZIN HEUTE

Astrologie ist die älteste Wissenschaft der Welt. Zwar ist der Begriff »Wissenschaft« heute etwas irreführend, weil die Auswirkungen des Universums, der Planeten und des Sonnensystems auf uns nicht feststellbar oder messbar sind. Dennoch ist die Astrologie seit Jahrtausenden die einzige Symbolsprache, die einen Bezug zwischen Mensch und Sonnensystem herstellt. Diese Symbolsprache verständlich zu »übersetzen« und mit viel individuellem Spielraum zu interpretieren – darin besteht die Kunst der Astrologen.

In den Anfängen wurden die Sterne tatsächlich einfach beobachtet und in Beziehung zur Erde gesetzt. In Griechenland, der Wiege unserer Kultur, wurde schließlich ein

großer Teil der auch heute noch aktuellen intellektuellen, psychologischen und philosophischen Kunst der Deutung entwickelt: Die Planeten stellten die Wohnstätten der Götter dar, die Symbolik wurde umfassender. In Bezug auf die Tierkreiszeichen entstanden neue Deutungsspielräume, darunter auch das wichtige Prinzip der Analogie: »Wie oben, so unten«. Doch es dauerte noch einige Zeit, bevor Astrologie wirklich individuell eingesetzt wurde.

Heutzutage ist Astrologie intellektuell, psychologisch oder auch philosophisch. Als Astrologin liebe ich es, den Sternenhimmel zu beobachten, dennoch muss ich das nicht, um eine Aussage über jetzige Konstellationen zu treffen.

### STERNBILDER UND STERNZEICHEN

Sternbilder und Sternzeichen sind nicht identisch. Es gibt 88 astronomische Sternbilder, die sich als abgegrenzte Regionen tatsächlich am Himmel befinden und unterschiedlich groß sind. Die zwölf astrologischen Sternzeichen haben die gleiche Größe und liegen auf der Ekliptik, der scheinbaren Bahn der Sonne um die Erde. Da die Erdachse (und mit ihr die Sternzeichen) in rund 25.800 Jahren einmal im Kreis wandert, haben sich Sternzeichen und Sternbilder voneinander getrennt.

Astromedizin war in der Geschichte ein fester Bestandteil der Astrologie, unter anderem für Hippokrates und Paracelsus. In unserer heutigen Zeit wird die Astrologie zur Behandlung von gesundheitlichen Problemen nur marginal miteinbezogen. Doch die Offenheit für eine ganzheitliche Anschauung wächst.

Astromedizin basiert auf den folgenden drei Grundlagen:

- ★ Astromedizin setzt die Prinzipien des Himmels in Bezug zur Gesundheit und zum Körper eines Menschen.
- ★ Körperregionen und Organe sind den Tierkreiszeichen und Planeten zugeordnet.
- ★ Das Universum ist in uns.

Da ich uns Menschen als Teile des Universums ansehe, empfinde ich Astrologie und Astromedizin als einen nützlichen Wissens- und Erkenntnisschatz, der uns auf die Sprünge hilft, uns beim Umdenken unterstützt, unseren Blick erweitert – und der uns bestenfalls der Heilung, dem Heilsein, näherbringt: Bei einer Erkrankung bekommen wir wertvolle Hinweise, wenn wir die entsprechende Körperregion oder das erkrankte Organ mit dem jeweiligen Sternzeichen und Planeten verbinden. Da

Wissen allein zwar Erkenntnis bringt, doch nicht immer weiterhilft, möchte ich mit diesem Buch einen Schritt weitergehen und Sie zum praktischen Tun einladen – und somit zur Veränderung.

## Astrologie und Esoterik

Die Astrologie ist kein rigides, feststehendes System. Leider mache ich immer wieder die Erfahrung, dass heute viele Deutungsansätze veraltet sind. Dabei ist unsere gesellschaftliche Entwicklung rasant. Die Astrologie sollte sich dabei nicht wie ein eingestaubtes, vorgeschichtliches Fossil verhalten – und auch nicht die Menschen, die sie betreiben. Sobald wir den Kontakt zur jetzigen Zeit und all ihren Entwicklungen verlieren, wird die Deutung zwangsläufig altmodisch und überholt.

Als 1884 weltweit die Zeitzonen eingeführt wurden, gab es bereits einige wichtige Persönlichkeiten, die sich für neue wissenschaftliche Erkenntnisse öffneten und die Astrologie reformierten und ihr zu neuer Aktualität verhalfen. Dazu trug meiner Ansicht nach im Wesentlichen die Psychologie bei, besonders die Werke von C. G. Jung, Dane Rudhyar, Begründer der humanistischen As-

trologie, Thomas Ring, Maler, Dichter und Astrologe, sowie Rudolf Steiner, Esoteriker und Begründer der Anthroposophie.

Doch was mich während meiner Laufbahn als Astrologin immer wieder beschäftigte und auch beschämte, war die verbreitete geringe Wertschätzung dieses alten, zugleich reichhaltigen und modernisierten Wissens. Bisweilen war ich fassungslos über lose aus dem Handgelenk gedeutete Prognosen meiner Zunft.

Das wachsende »Pathologisieren« der Astrologie führte dazu, dass ich mich ganz klar anders positionierte. Damit meine ich: weg von der Konzentration auf die Schwierigkeiten eines Horoskops, seiner Aspekte und Konstellationen. Ich begann schon recht früh, die Astrologie mit anderen »Techniken« zu verbinden, um all das, was wir Menschen im Gepäck haben, auszuleben und zu entfalten, anstatt uns davor zu fürchten oder es sogar als Alibi für Probleme zu sehen.

Der seit Jahrzehnten stetig wachsende Esoteriktrend verschaffte einer Vielzahl von Menschen Gehör, die mit ihren schnellen Deutungen zwar großes Interesse weckten, jedoch gleichzeitig beträchtlichen Schaden anrichteten.

Angst und Schrecken zu verbreiten hat mit der Kunst der Prognose nichts zu tun. Es stellt sich überhaupt die Frage, ob wir derartige Voraussagen brauchen, um Astromedizin und Astrologie auszuüben. Die Astrologie steht für etwas, das ich als eines ihrer wunderbaren Attribute bezeichne – das jedoch in unserer heutigen Zeit immer mehr dahinschwindet: die Wertfreiheit.

Bei der Astrologie handelt es sich um ein komplexes System. Beim Ausüben meiner Tätigkeit halte ich mich deshalb gern an den sokratischen Ansatz der drei Siebe:

- ★ »Steckt Wahrheit in meinen Aussagen?
- ★ Findet sich Güte in den Deutungen?
- ★ Ist es nützlich?« (Sokrates)

Ich gebe zu, dass die Begriffe »Güte« und »Wahrheit« etwas überhöht und veraltet erscheinen. Für das Heute neu formuliert, würde ich sagen:

- ★ Deute ich verständlich – ohne Gefahr der Fehlinterpretation?
- ★ Bin ich mit meinem Klienten empathisch verbunden und zeitgleich mit etwas Größerem verknüpft – bin ich dazu in der Lage?
- ★ Was nimmt meine Klientin an wertvollen Informationen und Anstößen mit, wenn sie wieder geht?

Um Astromedizin professionell auszuüben, bedarf es einer stetigen Weiterbildung und teilweise auch harter Arbeit an sich selbst, um Missbrauch und Projektion

auszuschließen. Wir Berufsastrologen unterschreiben, sofern wir Mitglieder des deutschen Astrologenverbandes sind, ein Gelöbnis, das unsere Ethik manifestiert.

## FLUCH UND SEGEN DER ASTROLOGIE – GEFÄHRLICHES HALBWISSEN ZWISCHEN HIOB UND HEILUNG

Sobald Sie etwas aus Leidenschaft tun, wächst Ihre Überzeugung dafür. Sie brennen dafür, beginnen, Ihre Ansichten zu verteidigen, sich von anderen abzugrenzen. So zumindest erging es mir immer wieder in all den Jahren. Heute weiß ich, dass ich vieles nicht weiß, und vor allem, dass ich es nicht besser weiß als meine Klienten. Und dass es bei der Ausübung meines Berufs, besonders bei gesundheitlichen Themen, nicht um Rechthaben oder Besserwissen gehen darf. Wachsende Orientierungslosigkeit des Klienten verleitet den Beratenden leicht zur Selbstüberschätzung.

Eines ist klar: Wenn ein Mensch in eine Beratung kommt, gibt es Themen, bei denen er Hilfe, Rat oder Unterstützung sucht.

Meine langjährige Tätigkeit beim Fernsehen hilft mir sehr dabei, der Astrologie mehr Humor und Leichtigkeit einzuhauchen. Meine Deutungen musste ich auf meinem persönlichen Weg immer wieder verändern. Komplexes auf Einfachheit und Verständlichkeit herunterzubrechen ist ein wichtiger Baustein, um eine wertvolle Vermittlerin zwischen Himmel und Erde zu sein. Nicht zuletzt ist es mir wichtig, statt Hiobsbotschaften Mut, Courage und Zuversicht zu vermitteln – und dabei unterhaltsam zu sein. Ich bin ein großer Fan der positiven Psychologie. In der Körpertherapie arbeiten wir nie am Problem direkt, sondern stärken das Umliegende, damit die »kranke« Stelle gestärkt wird und heilen kann.

Meiner Erfahrung nach begleitet jene Menschen, die zur Beratung kommen, eine Mischung aus Angst und Neugier. Anhand eines Horoskops kann ich zwar Krankheitsdispositionen erkennen – doch darum geht es nicht! Zur astromedizinischen Beratung kommen schließlich Menschen mit konkreten Symptomen. Was bringt die Fokussierung auf eine Disposition überhaupt? Ohne Intuition und Neugier wird es schwer, dauerhaft mit Menschen zu arbeiten. Sobald wir in Schemata ableiten, die wir aus Büchern entnommen haben, fällt das Niveau. Der Beratende kann sich zwar an bestimmten Hinweisen entlanghangeln, doch es kann schnell problematisch werden. Das »Hineindeuten« halte ich für gefährlich. Wir können Klienten auf diesem Weg stark verunsichern oder auf eine Fährte bringen, die sie eher vom eigenen Weg abbringt, als sie zu ihm hinzuführen. Schon auf seelischer Ebene ist

»hineindeuten« grenzwertig. In der Astromedizin gilt das noch mehr. Wie würden Sie es auffassen, wenn ein Astromediziner zu Ihnen sagt, dass ein Steinbock Knieprobleme bekommt oder Fische-Geborene immer suchtgefährdet sind? Was machen Sie mit diesem ebenso zweifelhaften wie »gefährlichen« Halbwissen?

**Oft reicht es aus, einem Menschen zu sagen, wie er ist, um sicherzugehen, dass er sich mit diesen Eigenschaften identifiziert oder sie bekämpft. So oder so führt beides weg von ihm selbst und seiner inneren Wahrheit und Identität.**

Mir persönlich geht es um Lösungen, wachsende Leichtigkeit, Akzeptanz sowie vertieftes Verständnis. Doch vor allem geht es mir darum, dazu anzuregen, seine Potenziale zu entfalten, um vollständiger und gewappneter zu sein – für all das, was uns im Leben begegnet. Ich gehe prinzipiell vom

#### ASTROLOGIE BRAUCHT NEUGIER

Astrologie lernen wir nicht aus den Büchern – diese sind eine Basis dafür, um in die Deutung einzusteigen. Erst unsere echten Erfahrungen werden zu echtem Wissen, dafür braucht es Neugier, Entdeckerfreude, Offenheit, Menschenliebe, ein solides Grundwissen und den Mut, immer wieder neu zu denken und zu handeln.

Besten aus statt von einem Worst-Case-Szenario, das möglicherweise nur Ängste schürt. Und bei aller Unterstützung: Veränderung in Angriff nehmen kann jeder nur für sich. Astrologie ist ein wunderbares Hilfsmittel auf diesem Weg und die Astromedizin ein wertvoller Begleiter.

## Der Unterschied zwischen Krankheitsdisposition und Symptom

Die meisten von uns suchen Erklärungen und Ursachen für ein bestimmtes Problem oder ein Ungleichgewicht, damit sie sich wieder besser orientieren können und Heilung finden. Die wachsende Bereitschaft für eine Psychotherapie beispielsweise spiegelt das deutlich. Negativ erlebte Situationen werden häufig erzählt, um sie »loszuwerden«, doch dieses Wiederholen führt nicht selten dazu, dass wir sie erneut emotional und körperlich durchleben. Wir bleiben in den Mustern und im Schmerz stecken, auch wenn sich unser Bewusstsein im therapeutischen Setting verändert.

Was ich damit sagen möchte, ist dies: Es ist zwar wunderbar, sich einiges bewusst zu machen, doch das allein verändert noch

nichts. Das Reden darüber mag kurzfristig Erleichterung verschaffen, langfristig kann es jedoch im ungünstigsten Fall dazu führen, etwas zu verschlimmern.

**Unsere Energie folgt der Aufmerksamkeit.** Wir haben die Neigung, unsere negativen Erfahrungen dauerhafter abzuspeichern als die positiven. Das ergibt aus biologischer Sicht sogar Sinn: Das Erinnern an negativ erlebte Situationen ermöglicht, sich in Zukunft anders zu verhalten, und gewährleistet so im Zweifelsfall das Überleben. Ich erwähne dies, um nun den komplexen Bereich von Krankheitsdisposition und Symptom zu betreten.

## Was bedeutet Disposition?

Vereinfacht ausgedrückt bedeutet Disposition in Zusammenhang mit Krankheiten Veranlagung. In der Astromedizin sprechen wir ebenfalls von Dispositionen. Ich würde diesen Begriff jedoch etwas abändern. Wenn ich ein Horoskop anschau und die innere Landkarte eines Menschen in Bezug auf seine Stärken oder vorhandenen Spannungsfelder betrachte, dann übersetze ich ihm quasi seine innere Matrix, indem ich seinen verschiedenen Persönlichkeits-

anteilen eine Stimme gebe. Eine Disposition muss gar nicht erwähnt werden. Denn Krankheit löst immer eine gewisse Angst in uns aus, ganz besonders dann, wenn wir krank sind oder ein Mensch aus unserer Umgebung erkrankt ist.

Doch wie wirkt es auf Sie, wenn ein Astromediziner beispielsweise zu Ihnen sagt: »Ach, Sie sind Skorpion? Haben Sie schon viele lebensbedrohliche Erkrankungen erlebt oder sind Sie anfällig für Geschlechtskrankheiten?« Das ist jetzt etwas übertrieben, dennoch – selbst wenn Sie bis dato kerngesund waren – wird Sie die eventuelle Erkrankung spätestens ab jenem Zeitpunkt beschäftigen.

Obwohl die Disposition nur eine Anlage ist, also etwas, das keineswegs eintreten muss, gibt das Wissen darum vielen Menschen das Gefühl von Unabänderlichkeit. Es kann großen Schaden anrichten, Ihnen eine Idee von etwas zu geben, das Sie bis dato nicht beschäftigt, denn noch einmal: **Energie folgt der Aufmerksamkeit.**

In der Astromedizin wird jedes Sternzeichen einer bestimmten Körperregion zugeordnet. Körperliche Beschwerden entsprechen dann dieser Region, dem Sternzeichen und Planeten.

Der Aspekt Disposition ist ein heikles Thema. Benutzen Sie dieses Buch deshalb bitte nicht mechanisch wie ein Kochbuch, nach dem Motto: »Sag mir dein Sternzeichen und ich sage dir, welche Krankheit dich erwischen wird.« Meist weiß jeder von uns, welche Organe sich bei ihm immer wieder melden, welche körperlichen Beschwerden sich häufen, wo die »Schwachstellen« sind. Schütten wir deshalb nicht zusätzlich Öl ins Feuer, sondern lassen die geschwächten Regionen wieder stärker werden und tanken die Ressourcen auf.

## Was bedeutet Symptom?

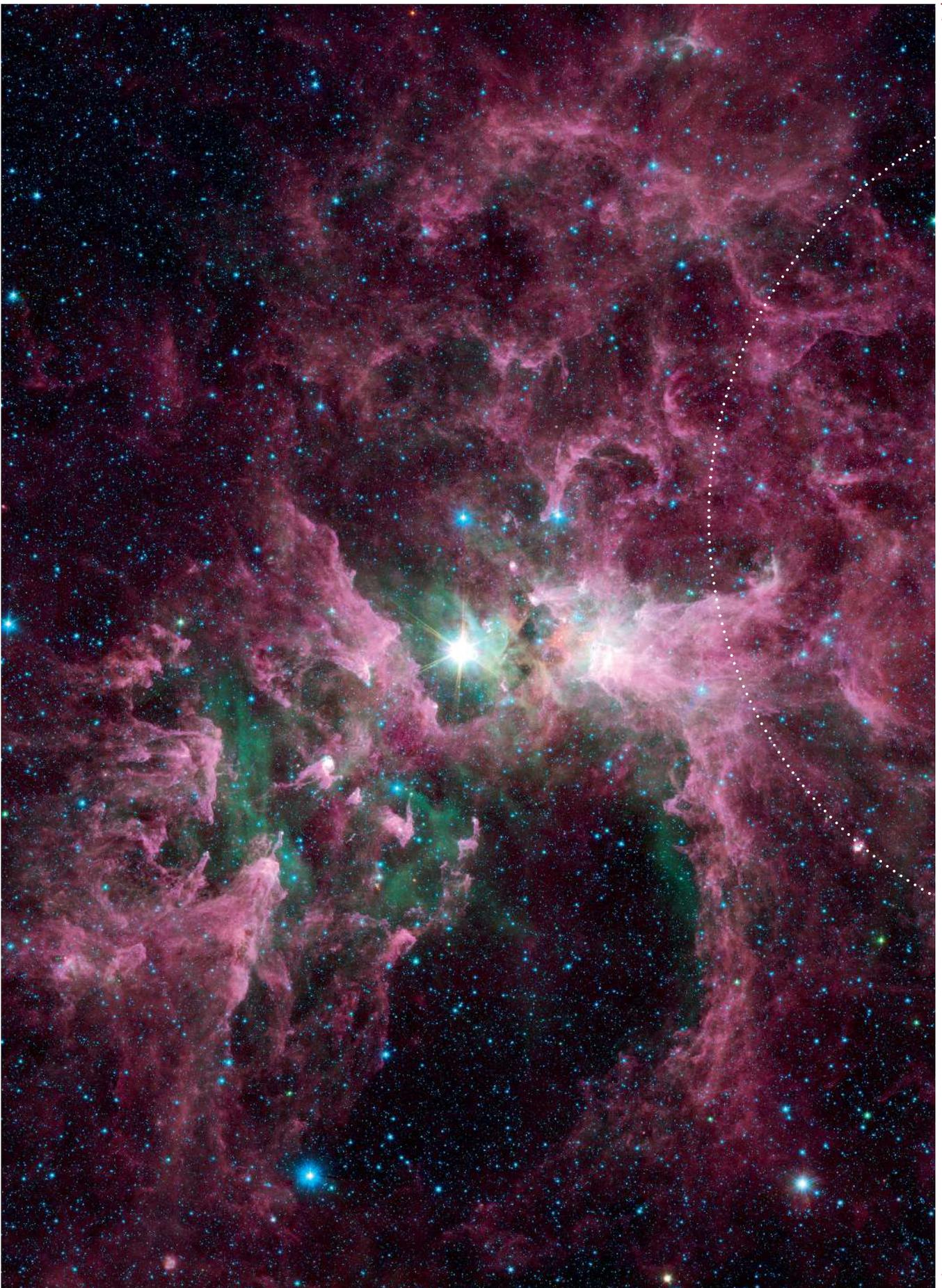
Symptom ist ein anderes Wort für Anzeichen und Merkmal einer Krankheit. Der Fuß ist dick, die Leberwerte sind schlecht, die Pusteln knallrot und überall zu sehen. All das sind Beschwerde-Stimmen Ihres Körpers, der Ihnen damit etwas sagen will. Jede davon ist ein Geschenk. Natürlich: Wenn ich morgens vor dem Spiegel mit Halsschmerzen meine belegte Zunge und die dicken Mandeln betrachte, kommt mir sicher kein Jubelschrei über die Lippen. Das Geschenk gibt es meist erst danach, wenn das Krankheitszeichen überwunden, behandelt oder

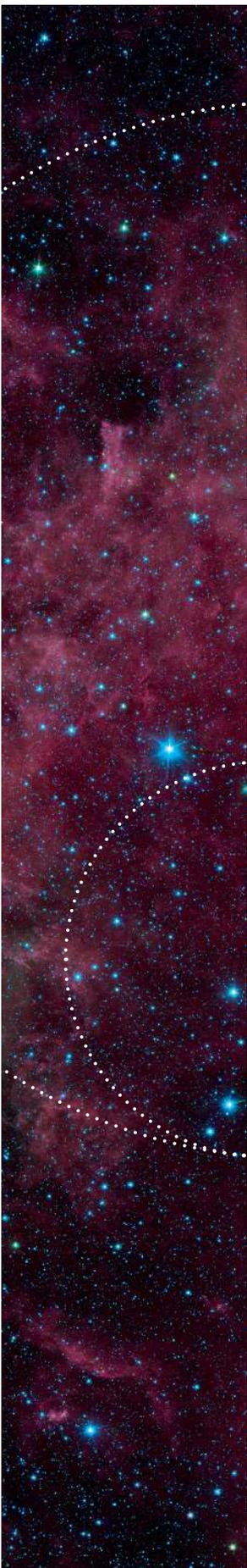
auch nur akzeptiert wurde. Ein Symptom ist aber immer etwas Handfestes, mit dem wir loslegen können, um uns ins Abenteuer Gesundung zu stürzen. Ein Beschwerdezeichen will entschlüsselt werden, ohne dass wir ihm zu viel Bedeutung beimessen. Dabei das richtige Maß zu finden – zwischen der aufmerksamen Wahrnehmung für Körper, Seele, Geist und hypochondrischer Selbstbezogenheit ist eine Kunst, in die wir allmählich hineinwachsen.

Als ich meiner Mutter das Konzept für dieses Buch zeigte, schrie sie bei folgendem Satz laut auf: Symptome sind Geschenke. Mit ihren über 80 Jahren konnte sie daran so gar nichts finden. Doch für uns alle, egal in welchem Alter, möchte ich diesen Satz als stille Überschrift mitführen. Lassen Sie uns positiv an unsere »Baustellen« herangehen, ohne daran vorbeizulächeln und ohne steckenzubleiben in dem Gefühl, bestraft zu werden. »Warum ausgerechnet ich?«, ist eine menschliche und normale Reaktion, doch sie hilft nicht weiter.

Gehen Sie bei einer Krankheit immer davon aus, dass kein strafender Gott und kein böses Universum seinen Zorn über Sie ausgeschüttet haben: All diese Gedanken sind für die Gesundung nicht förderlich. Nehmen Sie stattdessen das Symptom als Leitfaden, um herauszufinden, was uns die Seele sagen will. Um herauszufinden, was nun ansteht und was verändert werden will. Um festzustellen, was so nicht weitergehen kann, und noch viel mehr.

Nicht wenige von uns müssen ein Leben lang mit einer Erkrankung oder Behinderung umgehen und sie in ihr Leben integrieren. Oder sie identifizieren sich mit ihr so sehr, dass die Identität daraus besteht, krank zu sein. Symptom und Ursache, Symptom und Auslösung – in diesem Buch werden wir ausführlich die Zusammenhänge betrachten. Sobald wir erkranken, sucht der Körper einen Weg, mit einem Konflikt umzugehen, der häufig länger zurückliegt. Krankheit bedeutet also gleichzeitig auch: gesund werden wollen.





# KOSMISCHE BESTIMMUNG



## WO KOMME ICH HER?

Seit jeher ist der Mensch vom Sternenhimmel fasziniert. Wir stellen uns neugierig die Frage, was uns mit denen verbindet, die vor uns da waren, sowie mit denen, die nach uns kommen werden. Sobald wir astrophilosophische Herkunftsfragen auf konstruktive Art integrieren, wird unser Leben reichhaltiger. Manche von Ihnen mögen eher eine religiöse Sicht auf die Entstehung der Menschheit haben, andere sehen es rein wissenschaftlich, wiederum andere interessiert es einfach nicht.

Als Astrologin und Erdenbewohnerin vertraue ich auf die universelle und schöpferische Kraft, die sich in uns spiegelt. Unser Körper, unser Geist und unsere Seele halten die Zeitqualität in Form von Planetenständen fest: In dem Moment, in dem wir geboren werden, scheint die Zeit für einen Moment stillzustehen. Die Konstellationen am Himmel, die Planetenstände und deren Verbindungen zueinander, werden zu unserem Horoskop (übersetzt = Stunden-schau). Sie bleiben durch unsere Geburt feststehend, sodass unser Horoskop zu einer Art innerem Wegweiser auf unserer Lebensreise wird.

### VERBINDUNG

Astrologie ist das Bindeglied zwischen Mensch und Kosmos. Mit den Füßen auf dem Boden und der Schädelskappe Richtung Himmel. Wir sind Mittler zwischen Himmel und Erde.

Bewegen wir uns an den Anfang, denn allem Anfang wohnt ein Zauber inne. Wann genau fing alles an? Und wenn es einen Anfang gibt, was war davor?

Beginnen wir mit dem Urknall. Stattdessen hat er, aus wissenschaftlicher Sicht, vor 13,81 Milliarden Jahren. Ausgelöst wurde er durch eine Menge Hitze, ein Übermaß an Energie und die Kollision verschiedener Atome. Die Astrophysik geht seit Langem davon aus, dass das Universum expansiv ist, sich also ausdehnt, und der Raum dementsprechend größer wird. Daraus könnten wir schlussfolgern: Ein Überschuss an Energie lässt Materie entstehen.

Doch was bitte schön verursachte diese Energie, die Kollision? Gab es da etwa eine



Art Schöpfer? Das Universum ist also expansiv. Aber wenn es expandiert: Wie klein war es dann zum Zeitpunkt des Urknalls? Und was hat das mit mir hier und heute zu tun? Interessanterweise haben auch wir

Menschen meist den Wunsch zu expandieren, uns zu optimieren und zu wachsen. Weniger an Masse, sondern eher geistig, beruflich, materiell oder auch als Persönlichkeit und Mensch.

## DAS UNIVERSUM IN IHNEN

Durch das Vergehen des einen entsteht das neue andere. Die faszinierende Genesis setzt sich fort. Wir sind Teil der Schöpfungsgeschichte. Alles ist in uns. Doch meist treffen wir nicht auf optimale Bedingungen, um das Potenzial, das wir mitbringen, vollständig zu entfalten. Der soziale und kulturelle Rahmen, in den wir hineingeboren werden, ist unterschiedlich. Das ändert jedoch nichts an unserer Vollkommenheit.

Das Universum in sich selbst zu erwecken ist der erste Schritt, um verloren gegangene Anteile aufzustöbern und Potenziale zu entfalten, um vollständiger zu werden. Unsere Wertfreiheit ist Voraussetzung dafür, das Gesamtpaket kennenzulernen und zu

integrieren. Auf den folgenden Seiten werden die Planeten als innere Persönlichkeitsanteile beschrieben – wie wir sie leben oder wieder lebendiger werden lassen können. Jeder Mensch bringt einen inneren Bauplan in Form von verschiedenen Planetenstellungen und deren Aspekten mit. Anhand eines Horoskops zeigt sich dieser innere Plan mit unseren Anlagen, Ressourcen und Potenzialen, die verwirklicht werden wollen.

Jedes Zeichen hat einen zugehörigen Planeten. Jeder Mensch hat ein Horoskop, inklusive aller Planeten. Den inneren Bauplan nenne ich auch innere Matrix. Jeder Planet verfügt über eine Grundenergie, auf die ich nun näher eingehen werde.



## WECKEN SIE DIE GÖTTER IN SICH

Jeder von uns hat eine andere Bezeichnung für das, was ich persönlich »göttlich« nenne. Ich vermute, die wenigsten von uns würden ihren momentanen Zustand als göttlich bezeichnen. Lassen Sie sich davon nicht abschrecken. Ich vertraue darauf, dass es in Ihrem Leben göttliche oder vollkommene Momente gab und geben wird. Immer wieder geht es darum, zur ursprünglichen Vollkommenheit zurückzukehren. Nicht zu verwechseln mit dem »Perfektsein«! Zwischen Vollkommenheit und Perfektion liegt ein schmaler Grat. In uns ist alles vorhanden, nur unterschiedlich verteilt. Genau das beschreibt für mich den Zustand von Vollkommenheit: Alles ist da.

Perfektionismus zeigt sich als ständiges Streben nach etwas, das noch nicht vorhanden ist. Dies setzt ein ständiges Beurteilen voraus, ein Bemessen und Bewerten. Wir leben dadurch häufig in der Vorstellung davon, wie wir sein müssten, doch nicht in der Wahrnehmung dessen, wie wir sind. Deshalb kann Perfektionismus zu viel Unglück führen. Noch dazu ist dieser Drang häufig darauf ausgerichtet, den Vorstellungen und Erwartungen unserer Umgebung gerecht

zu werden. Darin können wir uns regelrecht verlieren und unsere wahren Bedürfnisse aus den Augen verlieren.

Die folgenden Informationen und Übungen sollen Ihnen einen ganz praktischen Einstieg in die Welt von Astrologie und Astromedizin geben. Es werden die Verknüpfungen sichtbar zwischen Körper, Persönlichkeitsanteilen, Astrologie und Astromedizin, um herauszufinden und auch zu spüren, was gut gelingt, wann Widerstände auftauchen oder wo der Zugang fehlt. Sie lernen die körperliche Zuordnung zu den Planeten kennen. Astrologie bietet ein komplexes und vollkommenes System, angezeigt durch Planeten und Zeichen. Alles in der Welt lässt sich ihm zuordnen. Jeder Mensch bringt mit seiner Geburt und seinem Horoskop alles mit, um vollständig zu sein bzw. zu werden.

Ich lade Sie ein, diesen ersten praktischen Teil zu dokumentieren. Legen Sie sich ein Heft zu, in dem Sie Ihre Erfahrungen festhalten. Lassen Sie sich Zeit mit jedem Planeten. Wir befassen uns mit zehn Planeten, die auf zwölf Zeichen verteilt sind. Venus und Merkur teilen sich auf.