

ASTROLOGISCHE ANALYSE

Wellness Kurzform

Angelina Jolie

04.06.1975 09:09

Los Angeles



Sonnenzeichen: Zwilling

Mondzeichen: Widder

Aszendent: Krebs

Inhalts- verzeichnis

Deckblatt	1
Inhaltsverzeichnis	2
Horoskopgrafik	3
Aspektgrafik / Daten	4
Vorwort	5
Sonne in den Zeichen	5
Sonne in den Häusern	6
Mond in den Zeichen	6
Mond in den Häusern	7
Venus in den Zeichen	7
Venus in den Häusern	8
Sonne in Zwillinge - Durst nach Wissen	8
Sonne in Haus 11 - Körper und Geist	9
Mond in Widder - Aufbruch ins Leben	10
Mond in Haus 9 - ein Hauch von Pathos	11
Venus in Krebs - im Fluss sein	12
Venus in Haus 12 - Begegnung mit dem Numinosen	13
Nachwort	14

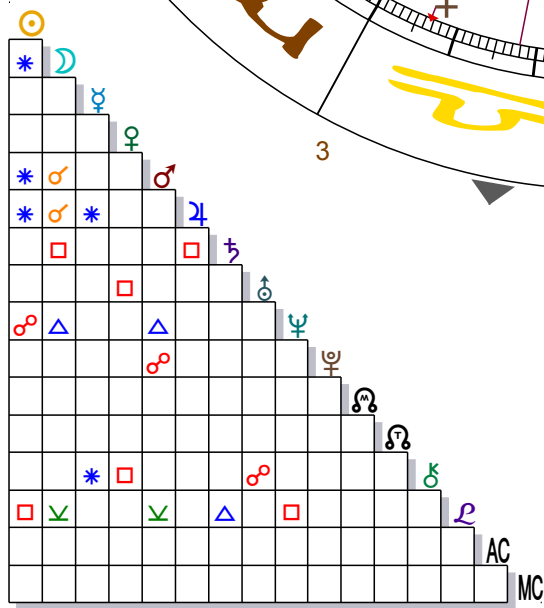
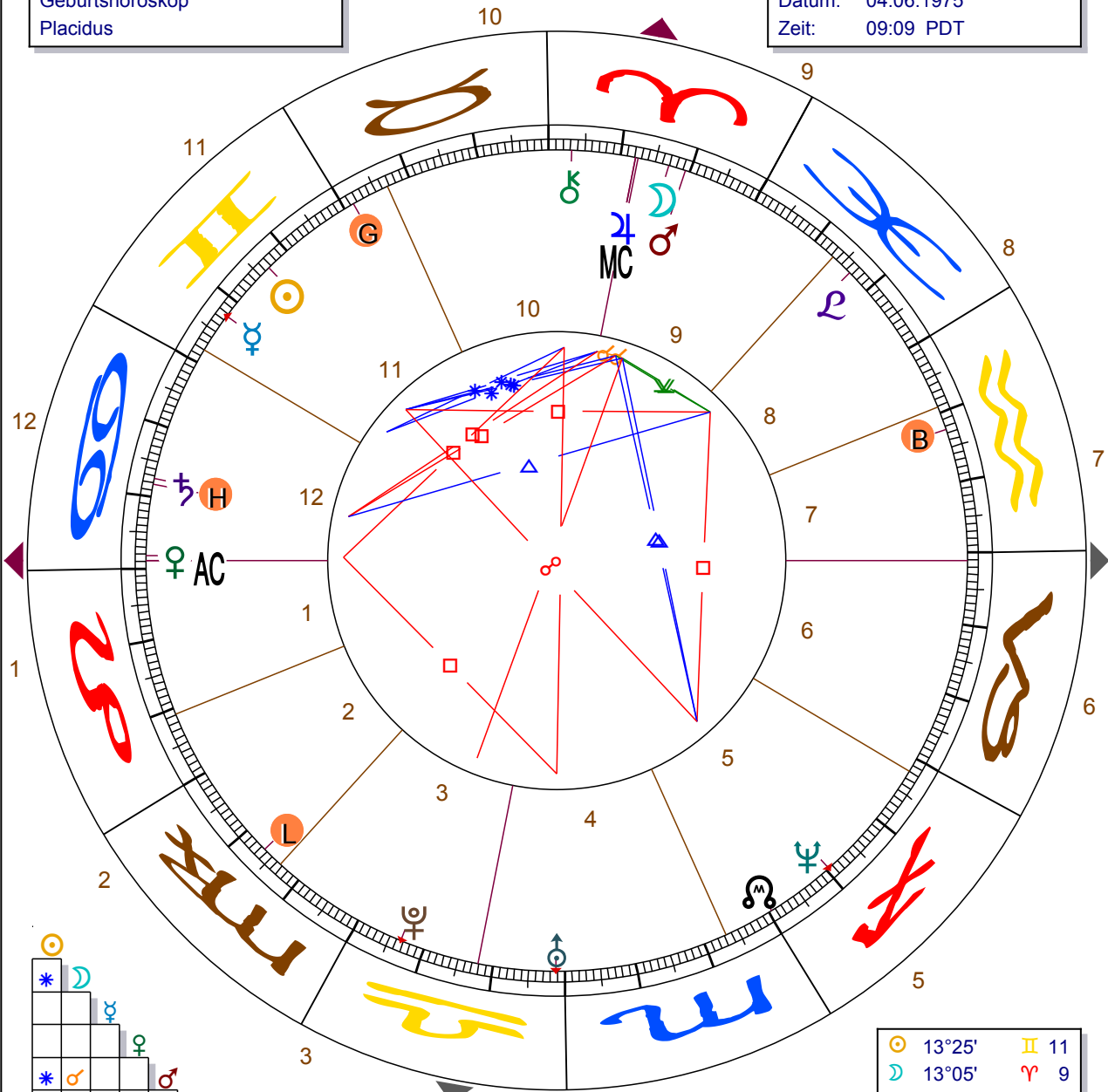
**Angelina
Jolie**

Los Angeles

Länge: 118°14' W Breite: 34°03' N

Geburtshoroskop
Placidus

Datum: 04.06.1975
Zeit: 09:09 PDT



Kardinal: 8
Fix: 0
Flexibel: 5

Feuer: 6
Erde: 0
Luft: 4
Wasser: 3

Männlich: 10
Weiblich: 3

1	28°54'	♉
2	20°50'	♊
3	16°37'	♈
4	17°53'	♉
5	23°16'	♈
6	28°01'	♊
7	28°54'	♈
8	20°50'	♈
9	16°37'	♈
10	17°53'	♈
11	23°16'	♈
12	28°01'	♈

☉	13°25'	♈	11
☾	13°05'	♈	9
♀	22°20' (R)	♈	11
♂	28°09'	♈	12
♃	10°42'	♈	9
♄	17°25'	♈	9
♅	17°23'	♈	12
♆	28°48' (R)	♈	4
♇	10°20' (R)	♈	5
♁	6°31' (R)	♈	3
♂	0°24'	♈	5
♃	26°46'	♈	10
♄	13°21'	♈	8
AC	28°54'	♈	1
MC	17°53'	♈	10

Angelina Jolie

Los Angeles

Länge: 118°14' W Breite: 34°03' N

Geburtshoroskop
Placidus

Datum: 04.06.1975
Zeit: 09:09 PDT

Planeten-Stellungen

☉ Sonne	13°25'	♊ Zwilling	Haus 11
☾ Mond	13°05'	♈ Widder	Haus 9
☿ Merkur	22°20' (R)	♊ Zwilling	Haus 11
♀ Venus	28°09'	♋ Krebs	Haus 12
♂ Mars	10°42'	♈ Widder	Haus 9
♃ Jupiter	17°25'	♈ Widder	Haus 9
♄ Saturn	17°23'	♋ Krebs	Haus 12
♅ Uranus	28°48' (R)	♎ Waage	Haus 4
♆ Neptun	10°20' (R)	♏ Schütze	Haus 5
♇ Pluto	6°31' (R)	♎ Waage	Haus 3
♁ mKnoten	0°24'	♏ Schütze	Haus 5
♄ Chiron	26°46'	♈ Widder	Haus 10
♁ Lilith	13°21'	♋ Fische	Haus 8
♌ AC Aszendent	28°54'	♋ Krebs	Haus 1
♌ MC Medium Coeli	17°53'	♈ Widder	Haus 10

Häuser-Stellungen

1	28°54'	♋	Krebs
2	20°50'	♌	Löwe
3	16°37'	♍	Jungfrau
4	17°53'	♎	Waage
5	23°16'	♏	Skorpion
6	28°01'	♐	Schütze
7	28°54'	♑	Steinbock
8	20°50'	♒	Wassermann
9	16°37'	♓	Fische
10	17°53'	♈	Widder
11	23°16'	♉	Stier
12	28°01'	♊	Zwilling

Aspekte

♃ □ ♄	+0°02'	☉ □ ♁	+0°04'	☾ ∨ ♁	+0°16'
☉ * ☾	+0°20'	♂ △ ♀	+0°22'	♀ □ ♁	+0°39'
♀ □ ♁	+1°23'	♁ * ♂	+2°02'	☾ ♂ ♂	+2°23'
♂ ∨ ♁	+2°39'	☉ * ♂	+2°43'	☾ △ ♀	+2°45'
♀ □ ♁	+3°01'	☉ ♂ ♀	+3°05'	☉ * ♃	+4°00'
♄ △ ♁	+4°02'	♂ ♂ ♁	+4°11'	☾ □ ♄	+4°18'
☾ ♂ ♃	+4°20'	♀ * ♂	+4°27'	♀ * ♃	+4°54'

Quadranten

Quadrant 1	1 ♁
Quadrant 2	3 ♁ ♀ ♁
Quadrant 3	4 ☾ ♂ ♃ ♁
Quadrant 4	5 ☉ ♀ ♀ ♄ ♂

Elemente

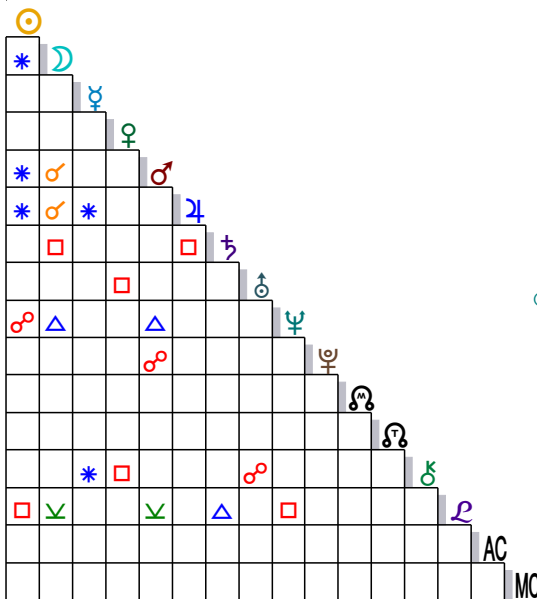
Feuer	6 ☾ ♂ ♃ ♀ ♁ ♂
Erde	0
Luft	4 ☉ ♀ ♁ ♁
Wasser	3 ♀ ♄ ♁

Qualitäten

Kardinal	8 ☾ ♀ ♂ ♃ ♄ ♁ ♁ ♂
Fix	0
Flexibel	5 ☉ ♀ ♀ ♁ ♁

Männlich / Weiblich

Männlich	10 ☉ ☾ ♀ ♂ ♃ ♁ ♁ ♁ ♁ ♂
Weiblich	3 ♀ ♄ ♁



Legende

- ♂ Konjunktion
- ∨ Halbsextil
- ∠ Halbquadrat
- * Sextil
- Quintil
- Quadrat
- △ Trigon
- ▢ Sesquiquadrat
- β Biquintil
- ⋈ Quincunx
- ♁ Opposition

- ☉ Sonne
- ☾ Mond
- ☿ Merkur
- ♀ Venus
- ♂ Mars
- ♃ Jupiter
- ♄ Saturn
- ♅ Uranus
- ♆ Neptun
- ♇ Pluto
- ♁ mKnoten
- ♄ Chiron
- ♁ Lilith
- ♌ AC Aszendent
- ♌ MC Medium Coeli

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

Vorwort

Ein Horoskop ist ein komplexes Gebilde aus vielen Aspekten, die miteinander vernetzt sind und sich gegenseitig beeinflussen, so wie Ihr Körper mit all seinen Funktionen. Ein einzelner Einfluss wirkt sich verändernd auf das ganze System aus. Das sollten Sie bedenken, wenn Sie im folgenden die einzelnen Textbausteine zu Ihrem Horoskop lesen. Sie beschreiben quasi die Zutaten, die, für sich genommen, anders schmecken als der Kuchen, den Sie daraus backen.

In dieser Kurzanalyse Ihres Wellness-Typs ist eine kleine Auswahl aus dem Gesamtkomplex getroffen worden, die Ihnen einen Eindruck von den Aussagemöglichkeiten der astrologischen Sprache vermitteln wollen, wie Sie die Chancen und Herausforderungen wahrnehmen können, um Ihre individuellen Bedürfnisse mit Ihrer Umwelt zu harmonisieren. Die Kurzanalyse ist in sechs Rubriken unterteilt:

- 1. Was Sie brauchen, um sich in der Welt wohl zu fühlen - Der Mond in den Zeichen.*
- 2. Wie Sie sich in die Welt eingebettet erleben - Der Mond in den Häusern.*
- 3. Was Sie von sich brauchen, um sich aktiv an der Gestaltung der Welt zu beteiligen - Die Sonne in den Zeichen*
- 4. Wie Sie mit sich selbst umgehen sollten, damit Sie über genügend Kraft zur Durchsetzung Ihrer Bedürfnisse haben - Die Sonne in den Häusern.*
- 5. Was Sie brauchen, um sich mit Ihrer Umwelt in Harmonie zu fühlen - Die Venus in den Zeichen.*

6. Wie Sie sich selbst in der Umwelt platzieren können, um in Harmonie mit ihr zu leben - Die Venus in den Häusern.

Nehmen Sie für Ihre eigene Selbsterforschung alle Beschreibungen als Anregungen und nicht als Festlegungen und verstehen Sie die angeführten Beispiele als sinngemäß und übertragen Sie sie auf Ihre spezielle Situation. Sie haben immer viel mehr Potential und zahlreichere Facetten, als hier zum Ausdruck kommen kann. Die Texte sind im Sinne Ihres bestmöglichen Potentials formuliert und möchten Sie ermuntern, nicht in Problemen, sondern in Lösungen zu denken.

Sonne in den Zeichen

Dies entspricht Ihrem bekannten "Sternzeichen". Wenn es darum geht, sich im Gleichgewicht zwischen inneren Bedürfnissen und äußeren Anforderungen zu befinden, zeigt uns die Sonne im Zeichen, was wir allgemein brauchen, um uns sicher im Auftritt beim Durchsetzen unserer Bedürfnisse zu fühlen. Sie zeigt unsere allgemeine Art und Weise, in der Welt zu handeln und so Einfluss auf sie zu nehmen.

Um diese Fähigkeiten zu stärken, vermittelt uns die Sonne in den Zeichen einen Eindruck davon, welche Qualitäten wir benötigen, um ein souveränes Auftreten zu ermöglichen, und zwar gerade in körperlicher Hinsicht. Sie finden hier also Tipps und Hinweise, wie Sie mit Ihren ureigenem Handlungspotenzial kreativer umgehen können.

Sonne in den Häusern

Die Sonne in den Häusern zeigt uns allgemein die Lebensbereiche an, in denen wir am ehesten von den Energien der Sonne in Kontakt treten können und von denen wir deshalb am meisten profitieren. Wenn es darum geht, eine Balance zwischen den eigenen Bedürfnissen und der Umwelt zu schaffen, gibt uns diese Konstellation darüber Auskunft, wie wir unsere körperliche Energie am besten zum Einsatz bringen können, um uns in unserer Haut wohl zu fühlen und einen guten Eindruck nach außen zu machen. Deshalb finden Sie hier insbesondere Tipps und Hinweise zu körperlicher Fitness und Bewegung.

Mond in den Zeichen

Das Mond-Zeichen gibt uns Auskunft darüber, wie wir uns ganz allgemein in die Welt eingebettet fühlen, welche "Brille" wir aufhaben (ohne dass es uns bewusst sein müsste), wenn wir in die Welt hinausblicken. Er gibt eine Grundstimmung an, mit der wir in der Welt zu leben pflegen. Für die Bestimmung des Wellness-Typen ist die Mondstellung von besonderer Bedeutung, denn sie hat die größte Aussagekraft darüber, was wir wirklich brauchen, um uns im Einklang mit uns selbst zu fühlen. In der Praxis hat sich bewährt, diese Grundeigenschaften des Mondzeichens durch die Anwendung von Farben zu stabilisieren und zu fördern. Sie finden hier also Hinweise zu den einzelnen Farben, die Ihnen gut tun und Ihr Wohlbefinden stärken.

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, so dass 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 Farb Lampen 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.

Mond in den Häusern

Die Stellung des Mondes in den Häusern eröffnet uns jenen Lebensbereich, in dem wir uns wohlsten fühlen und zu dem wir deshalb (mehr unbewusst als bewusst) immer wieder hingezogen fühlen. Am deutlichsten spüren wir diesen Bereich dann, wenn ihm etwas fehlt, wir also eine Mangelsituation haben. Deshalb beschäftigt sich diese Konstellation mit der seelischen Seite unserer Persönlichkeit und worauf wir achten müssen, um das seelische Gleichgewicht aufrecht zu erhalten. Tipps und Hinweise, wie Sie den inneren Mangel, so Sie ihn verspüren, beheben können, führen Sie wieder zu einem harmonischen Verhältnis zwischen Innen und Außen.

Venus in den Zeichen

Die Venus in den Zeichen zeigt uns, was wir allgemein über unser Umwelt empfinden, wie wir sie sehen, was wir von ihr erwarten und welche Qualitäten wir brauchen, um uns wohl zu fühlen. Im Gegensatz zum Mond ist die Venus schon deutlicher auf bestimmte Dinge und Menschen ausgerichtet - sie kann unterscheiden und bestimmte Vorlieben und Abneigungen besser ausdrücken. Dadurch sind natürlich Konflikte schon programmiert, denn nicht immer mag das, was wir für schön und gut empfinden auch den Vorstellungen unserer Umwelt entsprechen. Deshalb liegt hier ein großes Potenzial aus dem Gleichgewicht zu geraten. Doch wenn wir Venus betrachten, kommen wir nicht umhin, uns als Bestandteil der Umwelt zu erleben. D.h. in der Praxis, dass zur Wiederherstellung eines inneren Gleichgewichts immer auch die Situation der Umwelt miteinbezogen werden muss. Darauf zielen auch die Tipps und Hinweise zu dieser Konstellation ab: Sie zeigt Ihnen, was Sie wirklich wollen, um sich besser einbringen zu können. Es hat sich herausgestellt, dass es bestimmte Pflanzen und Gewürze gibt, die diesen positiven und kreativen Zugang zur Umwelt stimulieren und uns in Einklang mit unseren eigentlichen Bedürfnissen bringen. Hier finden Sie eine kleine Auswahl davon.

Venus in den Häusern

Die Stellung der Venus in den Häusern bringt uns mit dem Lebensbereich in Kontakt, zu dem wir die größte Affinität haben und der deshalb unser bevorzugter Zugang zu Umwelt darstellt. Diese Konstellation zeigt uns, wie wir am besten von unserer Umwelt profitieren können und wo die wichtigsten Herausforderungen auf uns warten. Auch vermittelt sie uns einen Eindruck davon, auf welche Weise wir am besten im Umgang mit unserer Mitwelt lernen können, wie wir vollständiger werden und herausfinden können, was uns zum glücklich sein noch fehlt. Ein hervorragender Weg, sich dies bewusster zu machen, ist die Ernährung, denn auch hier stellen wir einen Kontakt zur Umwelt her und profitieren von ihr, um an ihr zu wachsen, aber auch um unsere eigene Lebensqualität zu verbessern. Der bewusste Umgang mit Lebensmitteln, insbesondere mit Obst und Gemüse, verhilft uns, die Dynamik zwischen Innen und Außen besser zu verstehen. Deshalb finden Sie hier eine Auswahl an Früchten, die ganz besonders gut geeignet sind, Ihren Umgang mit der Welt ins Gleichgewicht zu bringen.



Sonne in Zwillinge - Durst nach Wissen

Als **Zwilling** werden Sie von einer Lust nach neuen Dingen und der Vielfalt der Welt angetrieben. Im Grunde gibt es nichts, was Sie nicht zu interessieren vermag. Und wenn der Tag nicht eine begrenzte Stundenanzahl hätte und auch körperliche Bedürfnisse wie Essen, Trinken und Schlaf ihr Recht forderten, würden Sie auf Ihrer unermüdlichen Entdeckungsreise nach immer Neuerem und Aktuellerem niemals zur Ruhe kommen. Beweglichkeit ist deshalb Ihre Stärke und da Sie sich nicht gerne spezialisieren, verfügen Sie über eine große Flexibilität. Ihr Leben wird vom Puls der Zeit in Bewegung gehalten. Aber es ist Ihnen nicht wichtig, Eindrücke und Informationen nur zu sammeln - Sie wollen sich auch mit anderen Menschen darüber austauschen. Aus diesem Grunde gehören Sie als Zwillinge-Geborener zu den kommunikativsten Tierkreiszeichen.

Die intensive Berührung, das gründliche Erfassen der Dinge mit dem Tastsinn - das entspricht der leichten und flüchtigen Art des Zwillinge-Geborenen wenig. Er liebt es spielerisch unverbindlich und möchte sich nicht allzu lange mit einer Sache aufhalten. Sein Element ist die Luft und wie die Luft möchte er zwar alles berühren, aber an nichts haften bleiben. Auch wenn Luft alles umgibt,

ist sie kaum spürbar - erst wenn sie in Bewegung gerät und sie als Windhauch die Haut umschmeichelt oder als frische Brise uns Schauer über den Körper jagt. Ebenso sucht der **Zwilling** Kontakt zu den Dingen: immer in Bewegung, immer nur für den Augenblick.

Wenn Ihnen die Energie ausgeht und Sie das Gefühl haben, neue Kraft tanken zu müssen, tut Ihnen Bewegung ganz besonders gut. Verlassen Sie Ihre vier Wände, suchen Sie ein Fleckchen Natur auf - und lassen Sie sich von Ihren Füßen einfach tragen. Folgen Sie Ihren Sinnen! Nehmen Sie einfach wahr, was um Sie herum geschieht, ohne es zu bewerten. Versuchen Sie dabei, sich auf Ihre Körperempfindungen zu konzentrieren: Spüren Sie die frische Luft, die Wärme der Sonnenstrahlen oder einen lauen Sommerregen auf Ihrer Haut und das Gras unter Ihren Füßen, während Sie gehen. Laufen Sie ruhig ein wenig, tänzeln Sie! Tun Sie alles, um Ihren Körper von aller Last und Bürde zu befreien: also weg mit Gürteln, Krawatten, Halstüchern, Ketten und Armbändern!



Sonne in Haus 11 - Körper und Geist

Sie haben eine eher vergeistigte Sicht auf die Welt und glauben, dass der Geist die Welt regiert und sich Materie dem Geist unterzuordnen habe. Daher erleben Sie Ihre

körperlichen Bedürfnisse nicht selten als Belastung, weil sie den Geist in seinen Höhenflügen bremsen. Ob Hunger, Durst, Schlaf oder gar das Bedürfnis nach regelmäßiger Bewegung - diesen Geboten des Körpers nachzugeben ist eine lästige Pflicht. Nicht dass Sie bewegungsfaul wären - im Gegenteil, wenn Sie Ihre Ideale beflügeln, sind Sie sehr wohl in der Lage, Ihren Körper bis an seine Grenzen zu treiben. Wenn Sie jedoch in Ihrem idealistischen Überschwang vergessen, Ihren Körper die notwendige Aufmerksamkeit zu zollen, müssen Sie sich nicht wundern, wenn Sie sich bisweilen in kritische Situationen manövrieren, was Sie Ihrer Unkonzentriertheit und unnötigen Hektik zu verdanken haben.

Gerade für Sie ist es wichtig, ein gutes Verhältnis zu Ihrem Körper aufzubauen, ihn lieben und schätzen zu lernen als ein wertvolles Instrument, um all Ihre Ideen und Ideale in die Wirklichkeit zu übersetzen. Ohne Ihren Körper läuft nichts! Gönnen Sie Ihrem Körper daher das, was er dringend braucht: Pflege, Entspannung und natürlich ausreichend Bewegung. Wahrscheinlich ist es mit dem üblichen Trainingsprogramm nicht getan - es wird Sie schnell langweilen. Deshalb wäre es ratsam, sich in eine auf Ihre ganz individuellen Bedürfnisse abgestimmte Behandlung zu begeben, in der geistige Aspekte nicht zu kurz kommen. Sie sind sich mehr als Andere des Grundsatzes bewusst, dass es der Geist ist, der den Körper formt,

deshalb ist die Philosophie hinter einer Technik und Methode besonders wichtig für Sie.

Spezielle Fitness-Formen wie ein Workout nach den Techniken von Pilates unter der Leitung eines Personal Trainers kommen hier ebenso infrage wie Körperübungen des klassischen Hatha Joga: sie alle verbindet das Ziel, Körper und Geist als Einheit zu trainieren.



Mond in Widder - Aufbruch ins Leben

In ihrer Seele schlummert der Wunsch nach Aufbruch hinaus in das Leben, nach ungehinderter Entfaltung Ihres Tatendranges. Keine andere Konstellation besitzt so viel impulsive Kraft, hat so viel Freude daran, die Zukunft im Sturm zu erobern wie diese. Nichts darf Sie aufhalten, denn in Ihnen brennt der Wille, vorwärts zu kommen und das Alte hinter sich zu lassen, so wie der Frühling die Tristesse und Kälte des Winters hinter sich lässt und ein neuer Lebenszyklus beginnt. Die Vergangenheit interessiert Sie nicht - Ihnen gehört das Morgen, der Aufbruch in eine neue Zeit, voller Abenteuer und Wege, auf denen nie zuvor ein Mensch gegangen ist.

Sie stärken diesen Grundimpuls in Ihrem Leben mit folgenden Farben:

Vor allen anderen Farben gab der Mensch der Farbe Rot einen Namen: Rot, so könnte man sagen, ist die erste Farbe des Menschen. In dieser Farbe vereinen sich zwei elementare Erfahrungen des Menschen: Blut und Feuer. Als Blutrot bedeutet es Lebenskraft. Blut gilt in vielen Kulturen als Sitz der Seele. Rot bringt das Blut "in Wallung": Es ist die Farbe aller leidenschaftlichen Gefühle, von der Liebe, der Erotik bis zur Wut - man sieht "rot". Darum ist Rot auch die Farbe des Kampfes und gibt Kraft. Als Feuerrot reinigt es und vertreibt die Kälte. So wie jede Flamme nach oben strebt, verkörpert Rot den Willen, über sich selbst hinauszuwachsen. Rot ist die Farbe des positiven Lebensgefühls. Rot ist die Widder-Farbe schlechthin - sie korrespondiert mit der Feuerkraft dieses Zeichens und seinem Durst nach Leben und Aufbruch zu neuen Ufern.

Die Farbe Orange wird in überall mit der gleichnamigen Frucht assoziiert. Sie wirkt erfrischend und weckt die Erinnerung an Süße. Orange ist hell, ohne grell zu wirken, ist warm, aber nie drückend heiß: die ideale Farbe für Körper und Geist. Insbesondere im Zusammenhang mit Rot und Gelb ist Orange die Farbe des Vergnügens und der Lebensfreude. Neben Rot ist es die Farbe der Energie schlechthin. Orange ist die zweite Widder-Farbe und ergänzt den ungestümen, manchmal rücksichtslosen Impuls von Rot mit der Freude am Leben. Dadurch werden die

aggressiven Töne gemildert und neue Impulse werden als Chance zur Veränderung der Lebensperspektiven aufgenommen.

Gelb ist die Farbe der Sonne und stimmt heiter. Im Zusammenspiel mit Rot und Orange trägt es eine positive Leichtigkeit und Optimismus bei. Da diese Farbe dem Licht am nächsten ist, verbreitet sie eine Atmosphäre von sommerlicher Frische. Für den **Widder** bedeutet Gelb die Erinnerung an seine edelsten Absichten: die eigenen Kräfte für das Gute einzusetzen und sich ohne Zwang und ohne gewaltsamen Druck auf die Erfüllung der gesetzten Ziele hinzubewegen.



Mond in Haus 9 - ein Hauch von Pathos

Sie sind dafür bekannt, dass Sie auch in Gefühlsdingen nach dem Motto verfahren: "Nicht kleckern, sondern klotzen!" Sie neigen zu Überschwang in positiver wie auch in negativer Hinsicht: nicht selten machen Sie aus jeder Mücke einen Elefanten. Das liegt zum Einen daran, dass Sie einfach mit einem überdurchschnittlich großem Potenzial an Vorstellungskraft gesegnet sind und sich jede Fassade in allen nur denkbaren Farben ausmalen können. Zum Anderen tendieren Sie dazu, sich auch in emotionaler Hinsicht zu verausgaben: Sie können Gefühle, denen Sie einmal freien Lauf gegeben haben, nur sehr schlecht

stoppen. Ob nun ein Sturm der Entrüstung losbricht oder Sie sich zutiefst getroffen in Ihrer Schmollecke zurückziehen - über allem liegt ein Hauch von Pathos, mit dem nicht jeder kann. Zugleich ist diese Tendenz auch für Ihr seelische Gleichgewicht nicht unbedingt von Vorteil: zwar geben Sie Ihrem emotionalem Überschwang freien Lauf, auf der anderen Seite kann es durchaus geschehen, dass diese Reaktionen von anderen als überhaupt nicht angemessen betrachtet werden und Sie daher Missverständnissen provozieren.

Gefühle müssen raus, aber, wenn Sie ehrlich sind: Nicht jedes unliebsame Ereignis ist es wert, mit aller Dramatik aufgebauscht zu werden - zu viel Energie wird darauf verschwendet, anstatt souverän nach Lösungen zu suchen. Lehnen Sie sich hin und wieder einfach zurück, atmen Sie tief durch, auch wenn es in Ihnen wieder mal so richtig hoch kocht, und überlegen Sie: Ist dieses Ereignis/dieses Situation es wirklich wert, dass ich mich auf der Stelle echauffiere? Was könnte mir helfen, wieder Bodenkontakt zu kriegen - vielleicht ein Spaziergang an der frischen Luft? Und vor allen Dingen: Wie könnte ich meine Energie konstruktiv einsetzen, um eine Lösung zu finden?



Venus in Krebs - im Fluss sein

Für Sie ist klar, dass die Welt sich fortwährend im Fluss befindet. Gefühle kommen und gehen und möchten sich nicht aufhalten lassen. Gerade Sie wissen, wie wenig man sich auf die Stabilität der Gefühle verlassen kann. Dennoch suchen auch Sie nach Dauerhaftigkeit. Da Sie wissen, dass die Zukunft ungewiss ist, finden Sie diese Dauerhaftigkeit in der Vergangenheit. Sie können unglaublich nostalgisch sein und fühlen sich der "guten alten Zeit" sehnsüchtig verbunden. Dabei identifizieren Sie sich stärker als andere mit Menschen, Ereignissen und Situationen in der persönlichen Vergangenheit. Sie haben ein deutliches Gespür dafür, woher Sie kommen - und ziehen daraus die Kraft für Ihren Weg in die Zukunft.

Folgende Gewürze und Tees helfen Ihnen, Ihren Umgang mit sich selbst und mit Ihrer Umwelt in Balance zu bringen:

Johanniskraut. Zur Sommersonnwende steht sie in voller Blüte: die Staude des Johanniskrauts. Seit Jahrhunderten wird es zur Behandlung von Gemütsverstimnungen, die durch seelische Belastung entstanden sind, eingesetzt. Es weckt durch seine stimmungsaufhellende Wirkung die Lebensfreude. Man fühlt sich kräftiger und ruhiger und kommt besser mit belastenden Situationen zurecht. Übergießen Sie 1 - 2 TL

Johanniskraut mit einer Tasse kochendem Wasser und seihen Sie nach 10 Minuten ab. Trinken Sie morgens und abends während vier bis sechs Wochen ein bis zwei Tassen. Sonnenempfindliche Personen sollten während der Einnahme starke Sonnenbestrahlung meiden.

Holunderblüten. Schon in alten Zeiten schätzte man den Holler und erhoffte sich von ihm Schutz für Haus und Hof. Der feine, liebliche Duft der Blüten ist ganz nach dem Geschmack des Krebses und es gibt zahlreiche ländliche Rezepte, in denen sein Aroma zur Geltung kommt, zum Beispiel die Holunderküchle - das sind Holunderblütendolden, die in Teig herausgebacken werden oder der beliebte Holunderblütensirup. Probieren Sie doch auch mal Holundermilch: Setzen Sie zwei frische Blütendolden auf zwei Tassen kalte Milch an und bringen Sie das zu kochen. Lassen Sie das Ganze noch einige Zeit ziehen, seihen Sie ab und würzen die Milch mit Honig, Vanille oder Zimt.

Steinklee. Steinklee, auch Honigklee genannt, ist für die feine Nase des Krebses eine wahre Wonne, denn der Duft seiner gelben Blüten erinnert an alles, was Kinderherzen höher schlagen lässt: an frisches Heu, Vanille, Waldmeister und natürlich an Honig. Noch im getrockneten Zustand verströmt er lange Zeit diesen unnachahmlichen Duft, der wie Balsam für die Seele ist. Verwenden Sie fein zerriebenen, getrockneten Honigklee zum Würzen von Quarkspeisen und Joghurt oder

kochen Sie für einen wunderbaren Honigklee-Vanillepudding in die Milch getrocknetes Kraut ein, das Sie vor der Zugabe des Puddingpulvers wieder abseihen.



Venus in Haus 12 - Begegnung mit dem Numinosen

Die Welt, in die Sie sich eingebettet sehen, ist wie ein riesiger Ozean voller Inspirationen. Dabei geht es Ihnen nicht so sehr um die Bewältigung des Alltäglichen, sondern um die Begegnung mit dem Numinosen, dem Heiligen hinter den Dingen. Sie interessiert nicht so sehr, wie die Dinge in ihrem materiellen Aspekt erscheinen - Sie suchen eine Ebene, auf der das Materielle keine Bedeutung mehr hat.

In der Begegnung wünschen Sie sich eine gehörige Portion Mystik und Romantik, und da Sie wissen, wie schwierig Ihre Vorstellung von einer vollkommenen, in jeder Hinsicht zufrieden stellenden Beziehung zu einem Menschen zu erfüllen ist, neigen Sie nicht selten dazu, sich eher Ihren Träumen zu ergeben als sich wirklich auf die Suche danach zu machen. Dabei wohnt Ihrem Bedürfnis ein starker Impuls inne, in einer Art idealen Liebe zu allem Lebendigen aufzugehen.

Diese Obst- und Gemüsesorten sind geeignet, um Ihr Begegnungspotenzial in Harmonie mit den eigenen Bedürfnisse zu bringen:

Meeresgemüse (Algen). Meeresgemüse beinhaltet Mineralstoffe wie z.B. Kalzium, Magnesium, Kalium, Phosphor und Eisen, und ist reich an Spurenelementen wie z.B. Selen, Chrom, Magnesium Zink und Jod. Der gesundheitliche Vorteil von Meeresgemüsen ist schon seit Jahrhunderten bekannt. Die reichhaltigen Inhaltsstoffe wirken sich positiv auf unser Nervensystem aus: sie reduzieren Stress. Zudem stärken sie das Immunsystem. Algen-Säure kann auch dazu beitragen, Gifte, die ständig in unserem Körper lagern, nachträglich auszuspülen. Die bekanntesten Algensorten sind: Nori, Dulse, Kombu, Wakame, Arame, Hijiki, Meerespalmee und Agar-Agar - Letzteres bietet einen hervorragenden Ersatz für Gelatine.

Okras. Okraschoten, auch Gemüse-Eibisch oder "Ladyfingers" genannt, gehören zu den ältesten Fruchtgemüsearten der Welt. Dieses kalorienarme, tiefgrüne Gemüse enthält wenig Fett, dafür aber viele Mineralstoffe sowie hohe Mengen an B-Vitaminen, Folsäure und Provitamin A. Im Geschmack ist sehr mild und erinnert an Bohnen. Das Typische an Okras ist die schleimige Flüssigkeit, die sie beim Kochen absondern. Diese wird zum Beispiel im kreolischen "Gumbo-Eintopf" als Bindemittel eingesetzt. Werden die gewaschenen und geputzten Schoten fünf Minuten in heißem Essigwasser blanchiert, tritt jedoch keine Flüssigkeit aus.

Geben Sie Okras in den Eintopf oder servieren Sie sie als Beilage. Okras, können auch direkt in der Pfanne gebraten werden, z.B. vorher in Maismehl paniert.

Litschi. Lange Zeit kannte man sie nur aus der Dose - jetzt sind sie immer öfter auch frisch im Handel: Litschi. Geachtet wird der Baum der Litschi nicht nur weil er "königliche Früchte" trägt (so bezeichnen die Chinesen ihre Litschi), sondern ebenso, weil er das stattliche Alter von 2000 Jahren erreichen kann. Die süßen Früchte duften leicht nach Rosen. Unter der rötlichen Schale der kiefernzapfenähnlichen Frucht befindet sich das geleeartige, durchscheinende bis weiße, saftige, leicht süß-sauer schmeckende Fruchtfleisch. Litschi enthalten Kohlenhydrate, wertvolle Mineralstoffe wie Kalium, Kalzium, Phosphor oder Magnesium und jede Menge Vitamin C.

allen Einzelheiten danach untersucht und viele weitere Tipps und Hinweise für mehr Wohlbefinden enthält.

Nachwort

Sie haben jetzt nach der Lektüre einen kleinen Eindruck von den Kräften und Qualitäten bekommen, welche eine Balance zwischen den eigenen Bedürfnissen und den Anforderungen der Umwelt ausmachen - und genau dies ist mit Wellness gemeint. Wenn diese Texte Sie neugierig gemacht haben, noch tiefer einzusteigen und mehr Details und Aspekte über Ihren "Wellness"-Typ zu erfahren, steht Ihnen eine ausführliche Langversion von ca. 30 - 40 Seiten Text zur Verfügung, die Ihr Horoskop in