
Die informative Zeitschrift des Österreichischen Astrologenverbandes

01/ 2026

€ 3,50

Willkommen
im neuen
astrologischen
Jahr -
dem Jahr des
Merkurs



INHALT



Osterferien im oeav	<u>3</u>
oeav-Kongresse 2026 - Graz und Wien - Juni/November	<u>4</u>
VDA-Symposium 2026 in Bad Säckingen/D - Juli	<u>5</u>
DAV-Kongress 2026 in Bad Kissingen/D - Oktober	<u>6</u>
Planetentalk - <i>Alexandra Kreuter</i>	<u>7</u>
Vortrag November 2025 - Die Saturn/Neptun-Konjunktion im Stundenhoroskop - <i>Mona Riegger</i>	<u>11</u>
Vortrag Jänner 2026 - Es werde Licht - Die Zirbeldrüse im Spiegel von Kosmos und Körper - <i>Heide Trautmann</i>	<u>17</u>
Vortrag Februar 2026 - Astrologie & Kinesiologie - eine sehr hilfreiche Verbindung - <i>Gildis Klaunzer-Binder</i>	<u>22</u>
Vortrag März 2026 - Depression im Horoskop und wie Astrologie helfen kann - <i>Holger Faß</i>	<u>27</u>
Astrologisches Rätsel - <i>Sigrid Farber</i>	<u>38</u>
Buchempfehlungen - <i>astronova</i>	<u>40</u>
Buch Neuvorstellung - <i>Andreas Bleeck</i>	<u>41</u>
Kalender 2026 - <i>Hartmut Warm</i>	<u>42</u>
Veranstaltungen im oeav - April bis Juni 2026	<u>43</u>
Stammtische oeav - Graz und Wien	<u>44</u>
Auflösung - Astrologisches Rätsel - <i>Sigrid Farber</i>	<u>45</u>
Impressum	<u>46</u>



Osterferien im **oeav**

Auch der **oeav** macht Oster-Urlaub!

Unser Büro ist von

30. März bis 7. April 2026
geschlossen.

Wir sind wieder für Sie da **ab 8. April 2026.**

**Frohe Ostern und
eine entspannte Auszeit!**

Ihr **oeav**-Team



Bilder: Canva



Informationen
und
Anmeldung
zum Kongress
in Graz

hier

2 unterschiedliche
Kongress-Themen,
mit jeweils
**5 Vortragenden
aus Österreich
und Deutschland.**

Wir freuen uns auf
die Kongresse,
welche
ausschließlich
in Präsenz
stattfinden.

VDA-Symposium 2026

4.-5. Juli 2026



VDA

VDA Symposium 2026

**Perspektiven zur Zukunft der
Sterndeutung**

Bad Säckingen (D) 04. / 05. Juli 2026

Referate von:
Andreas Bleeck, Kocku von Stuckrad, Monika Heer, Rolf Baltensperger

Moderation: Esther Wolf

Info und Anmeldung: www.astrologieverband.org
Vereinigung deutschsprachiger Astrologie-Organisationen VDA



Nähere Informationen und Anmeldung
[hier](#)

DAV-Kongress 2026

2.-4. Oktober 2026
in Bad Kissingen

Wir sind Astrologie!
Die Vielfalt als verbindende Kraft



Bild: Rolf Baltensperger - dav-Kongress 2025

Nähere Informationen und Anmeldung
[hier](#)



★ „Das Jahr der leisen Klugheit“

Sonne:

Meine Umlaufenden... wir kommen zum Stabwechsel. Venus übergibt an Merkur. Und ja... es war kein leichtes Jahr.

Venus:

Ich hatte es mir anders vorgestellt. Mehr Liebe, weniger Sirenen. Mehr Hochzeiten, weniger Schlagzeilen. Liebe und Selfies im Sonnenuntergang statt Fahndungsfotos.

Mond:

Ich habe so viele Tränen gespiegelt. Es war schwer, nachts hell zu bleiben.

PLANETEN-TALK

Autorin: Alexandra Kreuter

Mars:

Es war sogar mir zu laut und zu egoistisch!

Saturn:

Disziplin hätte geholfen. Stattdessen: Eskalation mit Anlauf.

Neptun:

So viele Hoffnungen sind im Rauch verpufft.

Uranus:

Und jede Überraschung war leider keine gute.

Pluto:

Transformation geschieht selten gemütlich.

Venus:

Ich habe mein Bestes gegeben! Ich habe Menschen zusammengebracht. Ich habe sie erinnert, dass sie fühlen können!

Mars:

Ja. Aber manche haben Gefühle mit Zündschnüren verwechselt.

Sonne:

Das Herz allein reicht nicht, wenn niemand zuhört.

Merkur:

Vielleicht... vielleicht ist genau das der Punkt.

Man hat gefühlt – aber nicht gesprochen.

Man hat reagiert – aber nicht verhandelt.

Mond:

Und wenn gesprochen wurde, dann nur in Großbuchstaben.

Saturn:

Ohne Satzzeichen. Eine Katastrophe.

Venus:

Ich wollte Harmonie. Aber Harmonie ohne Dialog ist nur Hintergrundmusik.

Neptun:

Wie ein schönes Lied, das niemand hört.

Mars:

Also gut, Wortakrobat. Was machst du anders?

Merkur:

Ich bringe Gespräche zurück.

Nicht Gerüchte – Gespräche.

Nicht Parolen – Argumente.

Nicht Krieg – Worte.

Uranus:

Revolution durch Rhetorik?

Merkur:

Warum nicht? Ein klug geführtes Streitgespräch ist billiger als jede Rakete.

Pluto:

Und nachhaltiger.

Saturn:

Wird es Regeln geben?

Merkur:

Oh ja.

Erstens: Zuhören ist kein Zeichen von Schwäche.

Zweitens: Wer schreit, verliert das Mikrofon.

Drittens: Fakten sind keine Meinung.

Mond:

Und Gefühle?

Merkur:

Dürfen mitreden. Aber sie bekommen Redezeit – keine Alleinherrschaft.

Venus:

Und die Liebe?

Merkur:

Die bekommt endlich Worte.

Vielleicht hätte dein Jahr weniger wehgetan, wenn mehr geredet worden wäre.

Mars:

Also kein Krieg mehr?

Merkur:

Ich verspreche nichts – ich bin Realist.

Aber ich werde alles daransetzen, dass zuerst gesprochen wird, dass sich alle wieder an einen Tisch setzen und verhandelt wird. Dass Lösungen und Kompromisse gefunden werden!

Und wenn jemand aufrüsten will, bekommt er erst eine Debatte aufgebrummt.

Uranus:

Mit Livestream!

Saturn:

Und Protokoll.

Neptun:

Und vielleicht... ein bisschen Verständnis und sozialem Gewissen.

Pluto:

Veränderung beginnt im Kopf.

Sonne:

Das letzte Jahr war überschattet.

Doch jedes Jahr trägt die Chance auf Korrektur in sich.

Mond:

Ich würde so gern wieder mehr Lachen spiegeln und auf Partys mit bunten Lampions herunterblicken!

Venus:

Merkur! Sorge dafür, dass geredet wird.

Nicht übereinander – miteinander- liebevoll.

Saturn:

Mit Bedacht, Anstand und Rücksicht!

Merkur:

Ab heute gilt:

Bevor jemand schießt, wird gesprochen.

Bevor jemand urteilt, wird gefragt.

Und bevor jemand hasst, wird erklärt.

Mars:

Und wenn keiner zuhört?

Merkur:

Dann rede ich rückläufig.

Saturn:

Bitte nicht schon wieder.

Uranus:

Ach, ein bisschen Chaos gehört dazu!

Neptun:

Vielleicht wird es ja ein Jahr der klareren Träume.

Pluto:

Oder der ehrlichen Wahrheiten.

Venus:

Dann war mein schwieriges Jahr vielleicht nur die Erinnerung daran,
wie sehr Liebe Kommunikation braucht.

Sonne:

So sei es.

Das Herz hat geschlagen.

Nun soll der Verstand sprechen.

Möge das Jahr des Merkur nicht lauter, sondern klüger werden.

Mona Riegger

Die Saturn/Neptun-Konjunktion im Stundenhoroskop



Bild: z.V.g.



Bild: z.V.g.

**Vortrag im oeav online
am 11. November 2025**

Die deutsche Astrologin Mona Riegger erzählte uns zu Beginn, dass sie zunächst kein Thema für einen Vortrag beim oeav hatte.

Sie erstellte daher ein Horoskop für den Zeitpunkt des Vortragsbeginns am 12. November 2025 um 19:00 Uhr MEZ in Berlin, und da war das Thema dann klar ersichtlich: die Saturn-Neptun-Konjunktion sollte es sein, über die ja in den letzten Monaten schon sehr viel zu hören und zu lesen war, denn sie begleitet uns ja schon seit dem Sommer 2025, auch wenn sie erst am 20. Februar 2026 ganz exakt wurde und noch bis April 2026 wirksam ist.

Zunächst warfen wir gemeinsam einen Blick in das Horoskop des Vortrags. Dieses Horoskop mit dem Krebs-AC, welcher mit seinem Herrscher Mond (Löwe, 3. Haus) für die Zuhörenden steht, verriet uns, dass es bei diesem Vortrag für uns etwas zu lernen geben würde. Doch was? Das Mond-Uranus-Quadrat wies auf etwas Interessantes und Inspirierendes hin, das aber auch Spaß machen sollte (Mond-Herrscherin Sonne befindet sich im 5. Radix-Haus). Frau Riegger als die Vortragende verortet sich selbst im 7. Haus (Steinbock) mit DC-Herrscher Saturn im 10. Haus in Konjunktion zu Neptun. Das sind Hinweise auf die Kompetenz der Vortragenden, doch auch auf ihre physische Abwesenheit, da der Vortrag ja nur online stattfand.



Bild: Canva

Die wichtigsten Regeln beim Fragehoroskop lauten:

1. Es ist der Zeitpunkt maßgeblich, wann eine Frage bei der/dem beratenden Astrolog:in eintrifft und auch verstanden wird.
2. Das Geburts-Horoskop des/der Fragestellenden spielt keine Rolle.
3. Der Aszendent des Fragehoroskops bzw. dessen Herrscher steht für den/die Fragestellende, ist somit Hauptsignifikator – es werden nur die „alten Herrscher“ (bis Saturn) hinzugezogen.
4. Der Gegenstand der Frage ist ein weiterer Hauptsignifikator (Zeichenherrscher).
5. Nebensignifikatoren sind der Mond sowie alle natürlichen auf den Gegenstand der Frage bezogenen Planeten.
6. Den essentiellen und akzidentiellen Würden der Planeten wird besondere Bedeutung beigemessen.
7. Aspekte zwischen den Signifikatoren spielen ebenfalls eine wesentliche Rolle.
8. Planeten direkt an den Achsen (auch Langsamläufern) kommt eine besondere Bedeutung im Hinblick auf die Frage zu

Zunächst ging die Vortragende allgemein auf die alle 36 Jahre stattfindende Konjunktion zwischen Saturn und Uranus ein. Die letzte Konjunktion fand im März, Juni und November 1989 auf 10° - 12° Steinbock statt, war aber das ganze Jahr 1989 hindurch wirksam. Entscheidende Ereignisse waren die Öffnung des Eisernen Vorhangs und der Fall der Berliner Mauer. Davor gab es diese Konjunktion im Zeichen Waage ($21^{\circ}/22^{\circ}$) zwischen Oktober 1952 und Ende September 1953. Die nächste exakte Konjunktion zwischen Saturn und Neptun wird am 7. Juni 2061 in Zwillinge stattfinden.

Dann folgte eine kurze Erinnerung, wofür die beiden Planeten in der Stundenastrologie stehen, nämlich:

Saturn: Immobilien, Autoritäten, Koryphäen, Richter, Stabilität, Strukturen, Dinge von langer Dauer, Begrenzung, Knochensystem, Knie

Neptun: Auflösung, Verschleierung, Unklarheiten, Depression, Süchte, Wahn, Chaos, Medikamente, Drogen, Illusionen

Frau Riegger präsentierte uns mehrere Beispiele aus ihre stundenastrologischen Praxis, wovon die folgenden drei zur Veranschaulichung dienen mögen.

1. Beispiel:

Eine Freundin der Vortragenden mit einer schlimmen Hauterkrankung war seit längerer Zeit bei verschiedenen Ärzten in Behandlung, von denen sie sich Besserung erhoffte – vergeblich. Ein weiterer Arzt untersuchte sie, diagnostizierte eine bestimmte Krankheit, die jedoch noch labormäßig abgeklärt werden sollte. Bevor es soweit war, ging er auf Urlaub, hatte ihr jedoch schon ein vielversprechendes Medikament verschrieben, das sie vorab schon einnehmen könne – ohne Bestätigung der Diagnose, weswegen sie am 12.6.2025 um 23:57 MESZ in Berlin die Frage stellte, ob sie das wirklich tun solle.

Die Antwort lautete: NEIN – aus folgenden Gründen:

Pluto steht nahe dem Wassermann-AC, der die Fragende verkörpert. Ein Problemplanet am AC ist immer ein Hinweis auf ein Problem.

Dies ist hier ersichtlich, es kann jedoch nichts zur Heilung beitragen. Zudem steht Saturn, der Signifikator für die Fragende (alter Herrscher Wassermann), in den Anfangsgraden Widder in Konjunktion zu Neptun und im ersten Haus, wo er bremst und verneint. Bei gesundheitlichen Themen ist natürlich auch das 6. Haus relevant. Dieses ist hier in Krebs angeschnitten, sein Herrscher Mond steht in Steinbock im Exil und im 12. Haus – ein weiteres Saturn/Neptun-Thema, daher ungünstig.

Nach dem Urlaub des Arztes stellte sich heraus, dass das verschriebene Medikament laut Untersuchungsergebnissen doch nicht das richtige gewesen wäre.

2. Beispiel: Hauskauf mit Hindernissen

Ein Klient hatte im April 2025 Haus gekauft, in das er mit seiner Familie am 1. Dezember 2025 einziehen wollte. Es lebten dort noch andere Mieter, die bis 1. November 2025 ausziehen wollten, allerdings bis zu diesem Zeitpunkt noch keine Ersatzwohnung gefunden hatten und daher um eine Verlängerung ihres Wohnrechts baten.

Der Klient stellte daher am 3.11.2025 um 12.22 MEZ in Berlin die Frage, ob er mit seiner Familie dennoch im Dezember einziehen könne. Die Auswertung des Fragehoroskops ergab folgendes:

Wegen der Saturn-Neptun-Konjunktion sind bis April 2026 prinzipiell alle Immobilien-Transaktionen belastet. Der Steinbock-AC mit Saturn im 2. Haus in Konjunktion zu Neptun sieht den Käufer in einer schwierigen Situation, die sich wohl erst im April 2026 auflösen wird, wenn Saturn wieder direktläufig in Widder und von Neptun losgelöst ist. Uranus im 4. Haus zeigt wohl einen Umzug an, aber eben nicht sofort. Die Noch-Mieter im Haus sind übrigens in einer ähnlichen Situation: Jupiter in Krebs im 7. Haus zeigt auch deren dringendes Wohnbedürfnis an, der Mond in Widder in 2: es geht um dieselbe Wohnung. Mit der Skorpion-Sonne in 9 könnte zudem ein Prozess drohen, und Pluto in 1 zeigt bei der Käuferfamilie eine krisenhafte Zeit an.

Wenn wir uns die Mond-Aspekte nach der Frage ansehen, dann wird dieser 12° später eine Konjunktion zu Chiron bilden, 13° später ein Quadrat zu Jupiter und 14° später eine Opposition zu Venus. Nach Mona Rieggers Verständnis bedeutet das, dass in vielen Fällen nach 12, 13 oder 14 Tagen, Wochen oder Monaten etwas mit der Frage Zusammenhängendes und Bedeutendes geschehen wird.

Die Antwort auf das Fragehoroskop lautete daher: NEIN – Frau Riegger dachte nicht, dass der Klient zum vorgesehenen Termin in das neue Haus einziehen kann. Allerdings hatte sie keine Rückmeldung mehr, konnte daher nicht sagen, wie es ausgegangen war.

Das 3. und letzte Beispiel bezieht sich auf ein historisches Ereignis aus dem Jahr 1989. Da hatte am 9. November 1989 um 18:57 MEZ Uhr bei einer Pressekonferenz der Sprecher des Zentralkomitees der SED, Günter Schabowski, auf die Frage eines Journalisten, ab wann denn die an diesem Tag beschlossene weitreichende Reisefreiheit für DDR-Bürger:innen gelten sollte, zur Antwort gegeben: nach seinem Wissen trete diese Regelung „sofort, unverzüglich“ in Kraft. Diese Aussage löste noch am selben Abend einen Massenansturm von DDR-Bürgern auf die Grenze zu West-Berlin aus, sodass daraufhin die Berliner Mauer von den Grenzwachebeamten auf Druck der Menschen überlassen wurde, die über sie in den Westen kletterten. In weiterer Folge wurde die Mauer demoliert.

Das Horoskop für dieses Ereignis weist mit seinem Krebs-AC darauf hin, dass „das Volk“ eine wichtige Rolle spielt und Glücksmomente erlebt (Krebs-Jupiter in 1 nahe dem AC).



Bild: Canva

Für Frau Riegger steht der AC-Herrscher Mond, der in Fische im 10. Haus eleuiert ist, für den Journalisten, der die entscheidende Frage gestellt hat. Die 4 Steinbock-Planeten, die rund um den DC angesiedelt sind (Uranus, Venus sowie Saturn-Neptun in exakter Konjunktion) erzählen von den plötzlichen, „unverzüglichen“ Auswirkungen, der Auflösung eines rigiden Systems und also dem Fall der Mauer. Das Stellium in Skorpion (Pluto, Merkur, Sonne) beschreibt den ungeheuren Druck, unter welchem dieses System gestanden ist (Sonne beherrscht das 4. Haus, die Heimat). Übrigens steht die Saturn-Neptun-Konjunktion fast exakt auf Schabowskis Radix-Sonne (geb. am 4.1.1929) und zeigt seine persönliche Involvierung in das Ereignis.

Der hochinteressante Vortrag endete mit Fragen der Zuhörenden, die Mona Riegger bestmöglich beantwortete.

Autorin: Sigrid Farber

Mona Riegger

Seit 1980 beratende u. unterrichtende Astrologin. Seit 1990 DAV geprüft. Sie ist Autorin zweier Lehrbücher zur Combin- und Composit-Deutung sowie des „Horoskop für zwei“ (Astrodienst). 2009 folgte ein Lehrbuch zur „Modernen Stundenastrologie“ (Chiron Vlg.), die, neben der Partnerschaftsastrologie, einen weiteren wichtigen Schwerpunkt ihrer Arbeit bildet.

<https://astrocampus.de/>



Bild: Canva

Heide Trautmann

Es werde Licht

Die Zirbeldrüse im Spiegel
von Kosmos und Körper



Bild: z.V.g.



Bild: z.V.g.

Vortrag im oeav online

14. Jänner 2026

Die Zirbeldrüse als Vermittlerin zwischen Mensch, Bewusstsein und kosmischer Ordnung

„Es werde Licht.“ Dieser Satz aus der Genesis ist weit mehr als ein spirituelles Urbild. Er beschreibt ein Prinzip, das sich auf erstaunlich konkrete Weise im menschlichen Körper wiederfindet. Mitten im Gehirn, exakt im Zentrum, liegt ein kleines Organ von der Größe einer Erbse: die Zirbeldrüse, auch Epiphyse genannt.

In der Astromedizin kommt ihr eine besondere Bedeutung zu. Sie gilt als jene Instanz, die zwischen Nervensystem, Bewusstsein, inneren Rhythmen und einer übergeordneten Ordnung vermittelt. Was hier wie Symbolik klingt, hat eine klare anatomische und physiologische Grundlage.

Ein einzigartiges Organ

Die Zirbeldrüse ist in mehrfacher Hinsicht außergewöhnlich. Während nahezu alle Strukturen des Gehirns paarig angelegt sind, existiert sie nur einmal. Sie liegt exakt in der Mitte und besitzt Zellen, die lichtempfindlich sind und in ihrer Struktur den Fotorezeptoren der Netzhaut ähneln. Damit ist sie nicht nur eine hormonproduzierende Drüse, sondern gewissermaßen ein inneres Lichtsinnesorgan.



Bild: z.V.G. H.Trautmann ChatGPT 14.01.26

Medizinisch reguliert sie den Schlaf-Wach-Rhythmus, beeinflusst die Körpertemperatur, steuert hormonelle Abläufe und ist wesentlich an der Traumverarbeitung beteiligt. In der astromedizinischen Betrachtung entspricht sie dem uranischen Prinzip: geistige Klarheit, Impuls, Synchronisation, Licht.

Die Stoffe, die sie ausschüttet – insbesondere Melatonin und DMT – werden hingegen dem neptunischen Prinzip zugeordnet: Entspannung, Hingabe, Traum, Bewusstseinserweiterung. Erst in einem Zustand innerer Ruhe wird der Mensch empfänglich für jene klaren Impulse, die als Eingebungen erlebt werden.

Melatonin – Regeneration in der Dunkelheit

Melatonin wird bei Dunkelheit gebildet. Es sorgt nicht nur für gesunden Schlaf, sondern verlängert die REM-Phase, in der das Nervensystem Spannungen löst und Erlebnisse verarbeitet. Es wirkt stark antioxidativ, unterstützt das Immunsystem und verlangsamt Alterungsprozesse.

Dabei zeigt sich ein bemerkenswerter Zusammenhang: Das tagsüber gebildete Serotonin – das sogenannte Glückshormon – wird nachts in Melatonin umgewandelt. Wer also tagsüber in innerer Balance lebt, schafft die Grundlage für regenerative Nächte.

DMT – das Molekül des Bewusstseins

Weniger bekannt ist, dass die Zirbeldrüse DMT (Dimethyltryptamin) produziert. Diese Substanz ist aus Pflanzen bekannt, in denen sie bewusstseinserweiternde Zustände auslöst. Im menschlichen Organismus scheint sie mit intensiven Traumzuständen, kreativen Bildwelten und veränderter Wahrnehmung verbunden zu sein.

Daraus ergibt sich eine faszinierende Perspektive: Der Mensch trägt das Potenzial für erweiterte Bewusstseinszustände bereits natürlich in sich.

Altes Wissen in neuer Betrachtung

Bemerkenswert ist, dass sich diese Zusammenhänge bereits in alten Kulturen symbolisch wiederfinden. Das ägyptische Auge des Horus entspricht in seiner Form verblüffend genau der anatomischen Lage der Zirbeldrüse. Horus gilt als Lichtträger – eine Parallele zum uranischen Prinzip.



Bild: z.V.g. shutterstock

Das dritte Auge und die innere Resonanz

Zwei energetische Zentren stehen in enger Beziehung zur Zirbeldrüse: das Stirnchakra, oft als „drittes Auge“ bezeichnet, und das Kronenchakra.

Über das dritte Auge werden Visionen empfangen und gesendet, über das Kronenchakra besteht die Verbindung zu einer übergeordneten geistigen Ebene, zur kosmischen Führung.

Die Zirbeldrüse selbst erzeugt nichts aktiv. Sie geht in Resonanz. Sie reagiert auf Licht, auf innere Zustände und auf äußere Rhythmen.

Synchronisation als Schlüssel

Eine ihrer wichtigsten Aufgaben ist die Synchronisation. Sie bringt das Nervensystem in Einklang mit natürlichen Rhythmen, etwa dem Erdmagnetfeld, und ermöglicht es dem Menschen, sich innerlich „geführt“ zu erleben.

Das Gefühl, zur richtigen Zeit am richtigen Ort zu sein, klare innere Impulse wahrzunehmen oder Zeichen zu erkennen, kann als Ausdruck dieser inneren Abstimmung verstanden werden.

Uranus wird aus dem Chaos geboren

Auch Träume gewinnen in diesem Zusammenhang eine neue Bedeutung. Während REM-Träume der Verarbeitung dienen, können die luziden Träume am Morgen Bilder und Hinweise liefern, die wie Visionen wirken. Aus dem Traum entsteht die Vision, aus dem neptunischen Zustand die uranische Klarheit.

Was die Zirbeldrüse schwächt – und was sie stärkt

Die Zirbeldrüse reagiert sensibel auf äußere Einflüsse. Künstliches Licht in der Nacht, Elektrosmog, Alkohol, Nikotin, Zucker und bestimmte chemische Stoffe können ihre Funktion beeinträchtigen. Dunkelheit, Ruhe, Natur, Meditation und ein bewusster Umgang mit Licht fördern hingegen ihre Aktivität.

Besonders wichtig ist der ungestörte Schlaf in absoluter Dunkelheit.

Tipps zur Aktivierung der Zirbeldrüse

- Fluoride meiden
- Entgiften mit Mineralerde mit einer starken Bindefähigkeit für Toxine (Bentonit, Zeolith etc.).
- Mariendistel, Löwenzahnwurzel, Curcuperin, und Bitterstoffen wie Bitterstern o.ä. unterstützen die Leber
- Eine Darmreinigung ist eine ausgezeichnete Maßnahme, um möglichst viele Toxine auszuleiten und somit die Leber wirkungsvoll zu entlasten.
- Koriander und Algen leiten Schwermetalle aus
- Täglich 2 bis 2,5t Liter gutes Quellwasser löst einen großen Teil der Gifte und scheidet sie über die Nieren aus.
- Das Einatmen von ätherischen Neroliöl regt die Zirbeldrüsenfunktion an.
- Sonnenlicht aktiviert die Zirbeldrüse.
- Singen erzeugt Schwingungen, die die Zirbeldrüse stimulieren ebenso Meditation.

Nahrungsmittel und Heilpflanzen, die besonders viel Melatonin bzw. seine Vorstufe enthalten:

- Tomaten, Gurken, Bananen, Rettich, Kiwis, Karotten und Nüsse, Haferflocken, Quark, Ananas, Algen.
- Baldrianpräparate, Johanniskraut, Calendula, Bärlauch, Lapacho und manche Heiltees sollen ebenfalls Melatonin enthalten.



Bild: z.V.g. shutterstock

Eine innere Ordnung

Letztlich führt all dies zu einer schlichten, aber weitreichenden Erkenntnis: Die Zirbeldrüse ist ein Regulationszentrum, das innere Ordnung schafft und den Menschen empfänglich macht für Intuition, Eingebung und Vision.

Wer lernt, den ersten inneren Impulsen zu vertrauen, erlebt eine Form der Führung, die nicht von außen kommt, sondern aus einer tiefen Abstimmung mit sich selbst und seiner Umwelt.

So wird der Satz „Es werde Licht“ zu einer lebendigen Erfahrung im Inneren des Menschen. Die Zirbeldrüse erweist sich als Schnittstelle zwischen Körper, Bewusstsein und jener Ordnung, die wir als kosmisch bezeichnen.

Autorin: HP Heide Trautmann
Blieskastel, 27. Januar 2026

Heide Trautmann

begann 1982, an einem Wendepunkt in ihrem Leben, mit einer Ausbildung in psychologischer Astrologie und Astromedizin bei Wolfgang Trautmann in Berlin. 1989 machte sie zudem eine Ausbildung in klassischer Homöopathie und ist seit 1996 als Heilpraktikerin in eigener Praxis tätig.

Ihre Intention war, die Astrologie mit der Medizin zu verbinden. So verschrieb sich Heide Trautmann ganz der Astromedizin. Seit 1999 bietet sie eine Fachausbildung für astrologisch interessierte Therapeuten*Innen und medizinisch interessierte Astrologen*Innen an.

Als Autorin zahlreicher Artikel zum Thema Astromedizin und als Referentin von Fachvorträgen und Seminaren in Schulen, bei Tagungen und Kongressen gibt Heide Trautmann das umfangreiches Wissen weiter.

www.astromedizin.info

Gildis Klaunzer-Binder

Astrologie & Kinesiologie

eine sehr hilfreiche Verbindung



Bild: z.V.g.



Bild: z.V.g.

Vortrag im oeav Graz hybrid

12. Februar 2026

In dem Vortrag „Astrologie und Kinesiologie - eine hilfreiche Verbindung“ berichtete Gildis Klaunzer-Binder aus ihrer langjährigen Erfahrung mit beiden Gebieten.

Die Astrologie bringt uns viele, sehr wertvolle Geschenke: durch sie werden wir uns bewusst, welche Anlagen und Entwicklungsthemen wir in uns tragen. Wir können erkennen, welche Themen die aktuellen Herausforderungen beinhalten, sowohl für uns selbst als auch für die kollektiven Entwicklungen.

Die intensive Auseinandersetzung mit der Astrologie macht uns klar, dass wir eingebettet sind in ein Großes Ganzes, in Zyklen und Rhythmen der Natur und dass wir, wenn wir klug sind, besser im Einklang mit der Natur leben statt dagegen. Sie lehrt uns, dass alles seine Zeit hat, obwohl in der westlichen Welt mit ihrer „immer höher - weiter- schneller“- Gesinnung eher der Standpunkt vertreten wird, dass alles immer möglich ist und dass Wachstum linear immer weitergeht. Dabei zeigen uns die Jahreszeiten und auch unser Körper, dass Wachstum, Entfaltung und Entwicklung eben nicht linear ablaufen, sondern zyklisch. Und genau das zeigen uns auch die Zyklen der Planeten.

Alle, die Horoskopberatungen machen, erleben immer wieder, dass Klienten zu uns kommen und das Wissen um den nächsten Schritt schon ahnend in sich wahrnehmen. Über den Blick ins Horoskop ergibt sich sehr oft eine Bestätigung dieser Ahnung. Dadurch wird der Klient in seiner Wahrnehmung gestärkt und ermutigt in der Wahl seiner nächsten Schritte.



Bild: Canva

Ein weiteres, ganz wichtiges Thema ist das Thema der Selbstverantwortung. Wie heißt es so treffend „Die Sterne machen geneigt, aber sie zwingen nicht.“ Sich also auf Konstellationen, sei es im Radix oder in aktuellen Analysen, auszureden im Sinne von „weil ich diese und jene - schwierige- Konstellation habe, drum kann ich nichts dafür, wie ich handle“ ist schlichtweg falsch verstandene Astrologie. Der Blick ins Horoskop soll uns ermutigen darüber nachzudenken, wie wir – auch mit schwierigen – Konstellationen umgehen und wie wir sie am besten und verantwortungsvollsten leben können. Der Schlüssel liegt in uns. Das kann man sich gar nicht oft genug bewusst machen. Damit liegt auch die Verantwortung für unseren Umgang mit uns selbst und unserem Umfeld bei uns. Die Astrologie zeigt uns Möglichkeiten an, wie wir Konstellationen leben können, die Entscheidung, wie wir es tatsächlich leben, liegt bei uns.

Weiters schenkt uns die Astrologie Orientierung auch in aktuellen kollektiven Geschehen. Gerade in diesen intensiven Wandlungszeiten kann man ohne den Blick in die Konstellationen geneigt sein, zu verzagen oder auch den Sinn nicht mehr zu finden. Oder auch das Vertrauen in eine gute Menschheitsentwicklung und damit in eine gute Zukunft zu verlieren.

Das Bewusstmachen der Themen, die sich also über die Astrologie zeigen, sei es für einen selbst oder im Hinblick auf kollektive Entwicklungsmöglichkeiten, geben uns einen erweiterten Blick auf das Leben. Das Erkennen von Aufgaben und der nächsten Schritte ist enorm hilfreich. Jeder, der sich ernsthaft und intensiv mit dem Horoskop auseinandersetzt, kann diese Erfahrungen machen.

Dennoch gibt es manchmal Situationen, die wohl jeder kennt, der in Veränderungsprozessen ist: man weiß um den richtigen Schritt, aber man schafft es nicht, es umzusetzen und findet sich wieder in alten Mustern trotz besseren Wissens.

An dieser Stelle ist die Kinesiologie sehr hilfreich.

Was ist Kinesiologie?

Das Wort „Kinesiologie“ bedeutet Lehre von der Bewegung („Kinesis“ griech.). Dabei geht es um Energiebewegung, Energiefluss. Wann immer wir in Stress geraten, stockt unser Energiefluss. Das eindrücklichste Beispiel dafür ist ein „Gedanken-Blackout“ z.B. bei Prüfungen. Es ist alles gelernt, aber aufgrund des Stresses in der Prüfung selbst nicht mehr abrufbar.

Die Kinesiologie entstand in den 1960ern und 1970ern in Amerika durch Chiropraktiker. Sie vereint Wissen aus westlichen und östlichen Gesundheitslehren. Man arbeitet hier rein energetisch. Die bekanntesten Entwickler der Kinesiologie sind Dr. George Goodheart und Dr. John F. Thie. (siehe FOTO) Besonders Dr. John F. Thie war es ein enormes Anliegen, auch Laien wichtige Werkzeuge für den Alltag an die Hand zu geben, denn es war ihm klar, dass Gesundheitserhaltung eines der wichtigsten Zukunftsthemen sein wird. So gründete er „Touch for Health“ für Laien zur Stabilisierung der eigenen Energie durch einfache Berührung bestimmter Körperpunkte oder auch Energiebahnen, der sogenannten „Meridiane“. Selbstverständlich ist auch diese Methode nur als Unterstützung gedacht, die keine Therapie oder medizinische Behandlung ersetzt, sondern im Gegenteil die Wirkung dieser Therapien unterstützt. Denn wenn wir den Stress verringern, kann unser System alle Arten von Therapie noch besser annehmen und umsetzen.

Aus dem Touch for Health entstanden im Laufe der Zeit sehr viele weitere Richtungen in der Kinesiologie (siehe nachfolgend Foto Baum). Inzwischen ist die Kinesiologie ein so riesiges Feld geworden, dass es unmöglich ist, alle Richtungen zu erlernen.

Das Kernstück aller Richtungen in der Kinesiologie ist der Muskeltest. Es zeigte sich über Jahrzehnte, dass wir über den Muskeltest herausfinden können, wo wir Energieblockaden in uns tragen. Diese Energieblockaden können auf körperlicher, emotionaler, mentaler oder spiritueller Ebene sein und verhindern, dass wir auf unser Potential und unser Wissen zugreifen können, genau wie beim oben genannten Prüfungsstress und „Gedanken-Blackout“.

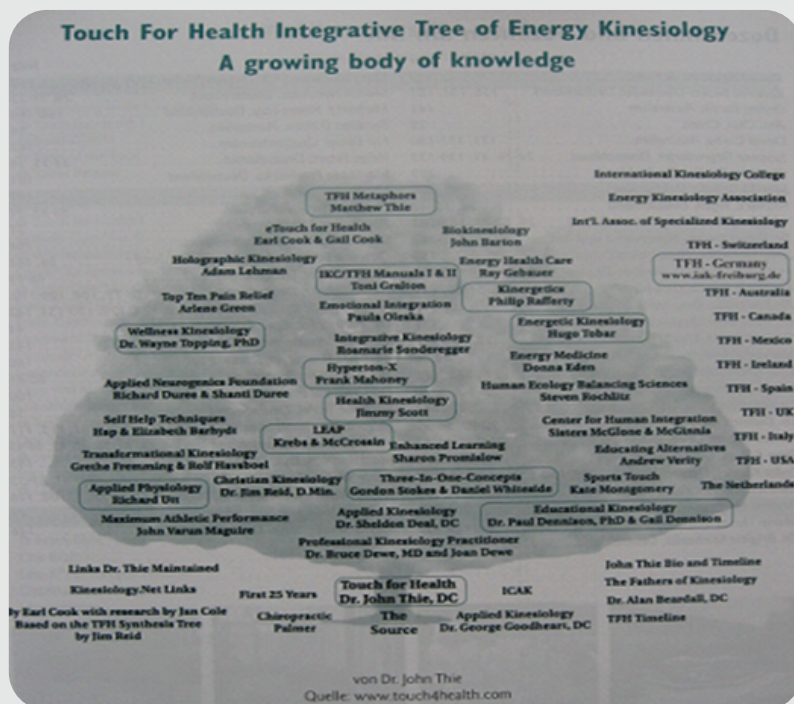
Um den Lesern gleich eine praktisch anwendbare Unterstützung mitzugeben für den Alltag, ist hier eine der allereinfachsten und zugleich sehr effektiv wirkenden Übungen angeführt: Diese Unterstützung der eigenen Zentrierung für jeden ist das „Stirn-Hinterkopf- Halten.“

Man hält ganz einfach eine Hand quer über die Stirn, die andere quer über Hinterkopf-Mitte (nicht Nacken). Dabei ist es gleichgültig, welche Hand vorne und welche hinten ist. Man hält so lange, bis man spürt, wie sich der Körper entspannt und man wieder durchatmet. Diese Übung ist so einfach, dass sie jederzeit und von jedem durchgeführt werden kann, wenn man sich stärken will. Sogar Kinder können die Übung selbst machen und es zeigt sich, dass auch Kinder diese Übung sehr lieben. Man kann sie im Stehen oder Sitzen machen. Im Liegen ist es am angenehmsten, wenn jemand diese Handhaltung am Kopf des Liegenden einnimmt, während derjenige, der liegt, sich einfach nur entspannt.

Diese einfache, so simple Übung lässt sich sehr vielfältig einsetzen. Ein Beispiel ist, sie anzuwenden, wenn man wichtige Prüfungen, Verhandlungen, Gespräche vor sich hat. Dann ist es ratsam, diese Übung schon Tage vorher regelmäßig zu machen und sich den optimalen Verlauf vorzustellen und dabei immer Stirn- Hinterkopf zu halten. Die Hände können jederzeit auch gewechselt werden. Dazu kann man sich auch das gute Gefühl bewusst machen, wenn das Vorhaben gut gelungen ist. Es lohnt sich wirklich, dies auszuprobieren und es im Alltag einzusetzen.

Selbstverständlich laufen die Kinesiologiesitzungen mit den sogenannten Balancen sehr viel komplexer ab. Inzwischen gibt es jahrelange, intensive Ausbildungen für Kinesiologie. Mit einigen dieser Ausbildungen arbeitet auch Gildis Klaunzer-Binder. Zugleich ist das Vermitteln vieler einfacher Übungen für jeden im Alltag auch ein sehr wichtiges Thema in der Kinesiologie, denn auch hier ist das Thema Selbstverantwortung voll im Fokus.

In der Kombination sind Astrologie und Kinesiologie sehr unterstützende Gebiete, da sie uns mehr Klarheit und Überblick vermitteln. Dadurch haben wir mehr Energie zur Verfügung und schauen positiver, gestärkter ins Leben. Gerade in der heutigen Zeit, wo so viel auf uns an Informationen in sehr kurzer Zeit einwirkt, ist die Verbindung beider Bereiche sehr hilfreich. Denn je zentrierter wir sind, umso besser können wir für uns und unser Umfeld in guter Weise da sein. Das ist eine der wichtigsten Aufgaben in diesen Zeiten des Wandels.



Dr. John F. Thie &
Dr. George Goodheart

Bild: touch4health.com

Autorin und Vortragende: Gildis Klaunzer-Binder
Bewusstsein Verändert!

Astrologie, Kinesiologie & Systeme-in-Balance®-Coach
www.bewusstsein-verändert.com

Holger Faß

Depression im Horoskop

und wie Astrologie helfen kann



Bild: z.V.g.



Bild: z.V.g.

Vortrag im oeav online

11. März 2026

Zu diesem interessanten Thema hielt der deutsche Astrologe und Chefredakteur der Zeitschrift „**Meridian**“, Holger Faß, im März 2026 einen bemerkenswerten online-Vortrag beim oeav.

Depressive Zustände zählen zu den häufigsten psychischen Belastungen der modernen Gesellschaft. Sie äußern sich unter anderem in anhaltender Niedergeschlagenheit, einem Verlust an Motivation, vermindertem Selbstwertgefühl und einer allgemeinen Einschränkung der Lebensqualität. In der modernen Psychologie wird Depression überwiegend durch biologische, psychologische und soziale Faktoren erklärt. Neurochemische Prozesse im Gehirn, belastende Lebensereignisse sowie negative Denkmuster werden dabei als zentrale Ursachen betrachtet.

Neben diesen wissenschaftlichen Erklärungsmodellen existieren jedoch auch symbolische Systeme, die versuchen, menschliche Erfahrungen und psychische Prozesse aus einer ganzheitlicheren Perspektive zu interpretieren. Eine solche Perspektive bietet die **psychologisch orientierte Astrologie**, denn sie versteht das Geburtshoroskop eines Menschen als symbolische Darstellung seiner inneren psychischen Struktur.

Die Positionen der Planeten im Moment der Geburt sowie ihre Beziehungen zueinander spiegeln nach astrologischer Auffassung grundlegende Persönlichkeitsmuster wider.

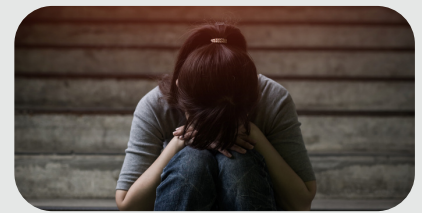


Bild: Canva

In diesem Zusammenhang werden depressive Erfahrungen nicht ausschließlich als Krankheit betrachtet, sondern auch als Ausdruck innerer Spannungen zwischen verschiedenen psychischen Kräften, symbolisiert durch die Planeten und ihre Aspekte zueinander. Aus astrologischer Sicht entstehen depressive Prozesse häufig aus Spannungen zwischen diesen archetypischen Kräften.

Holger Faß stellte jedoch die gewagte These auf, dass Depression nicht das Problem sei, sondern die Lösung des Problems. Die Begründung dafür lieferte er gegen Ende des Vortrags. Zunächst aber präsentierte Faß die verschiedenen Symptome, durch welche sich eine Depression äußern kann, und stellte auch die Verbindung zur Astrologie her.

Astrologische Faktoren bei depressiven Tendenzen

Mit Depressionen oder depressiven Verstimmungen werden insbesondere die Planeten Saturn, Neptun und Mars sowie ihre Beziehungen zueinander in Verbindung gebracht.

Saturn – der Planet der Melancholie

Saturn spielt in astrologischen Deutungen eine zentrale Rolle im Zusammenhang mit depressiven Erfahrungen.

Saturn symbolisiert:

- Grenzen
- Verantwortung
- Disziplin
- Realität
- Angst vor Versagen

Menschen mit starkem Saturn-Einfluss haben häufig ein ausgeprägtes Pflichtgefühl und stellen hohe Anforderungen an sich selbst. Diese Eigenschaften können zwar zu großer Leistungsfähigkeit führen, gleichzeitig aber auch zu innerem Druck und Selbstkritik.

Spannungsaspekte zwischen Saturn und persönlichen Planeten wie Mond oder Sonne können astrologisch mit folgenden Erfahrungen verbunden sein:

- Gefühle von Einsamkeit
- emotionaler Rückzug
- Selbstzweifel
- pessimistische Sichtweisen

Neptun – Sensibilität und Auflösung

Während Saturn Struktur und Begrenzung symbolisiert, steht Neptun für Auflösung von Grenzen und erhöhte Sensibilität.

Neptun wird astrologisch mit folgenden Themen verbunden:

- Empathie
- Fantasie
- Spiritualität
- Idealismus
- Auflösung von Grenzen

Menschen mit starkem Neptun-Einfluss sind häufig sehr feinfühlig und nehmen emotionale Stimmungen ihrer Umgebung intensiv wahr. Diese Sensibilität kann zu Kreativität und Mitgefühl führen, gleichzeitig aber auch eine gewisse Verletzlichkeit mit sich bringen.

In Spannungsaspekten kann Neptun mit folgenden Erfahrungen assoziiert werden:

- Orientierungslosigkeit
- emotionaler Überforderung
- Flucht in Fantasie oder Idealisierung
- innerer Unsicherheit

Mars-Neptun-Spannungen

Eine besonders interessante Konstellation im Zusammenhang mit depressiven Prozessen ist der Spannungsaspekt zwischen **Mars und Neptun**.

Mars steht für:

- Aktivität
- Handlung
- Durchsetzung
- Motivation

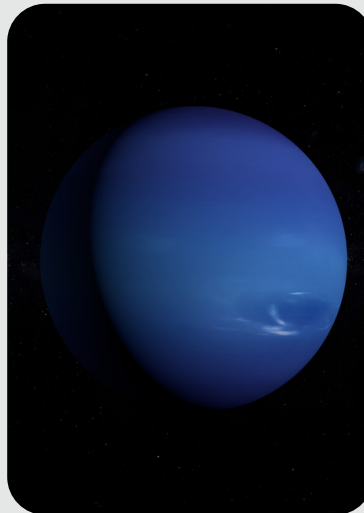


Bild: Canva



Bild: Canva

Neptun hingegen steht für:

- Sensibilität
- Auflösung
- Unsicherheit

Wenn diese beiden Energien in Spannung stehen, kann es zu einer inneren Ambivalenz kommen: Der Wunsch zu handeln (Mars) wird gleichzeitig durch Zweifel oder Unsicherheit (Neptun) abgeschwächt.

Astrologisch wird dies häufig mit folgenden Erfahrungen verbunden:

- mangelnde Zielklarheit
- Schwierigkeiten, Entscheidungen umzusetzen
- Gefühl von Energielosigkeit, emotionale Erschöpfung
- Frustration wegen mangelnder Handlungsmöglichkeiten

Bedeutung der astrologischen Häuser

Neben den Planeten spielen auch die astrologischen Häuser, die ja alle für bestimmte Lebensbereiche stehen, eine wichtige Rolle bei der Interpretation depressiver Prozesse. Besonders das **12. Haus** wird häufig mit inneren Rückzugsprozessen und psychischen Tiefenerfahrungen in Verbindung gebracht. Eine starke Betonung dieses Hauses kann auf eine intensive Auseinandersetzung mit unbewussten Themen hinweisen.

Als Beispiel für die astrologische Interpretation depressiver Prozesse zeigte Holger Faß das Horoskop einer Persönlichkeit mit einem stark besetzten 12. Haus und folgenden Mars-Neptun-Verbindungen, die sich keinesfalls nur auf direkte Aspekte zwischen diesen Planeten beziehen, sondern auf verschiedenen Ebenen eine Spannung zwischen Handlungskraft und Unsicherheit anzeigen, was zu Frustration und innerer Erschöpfung führen kann:

- Mars Quadrat Neptun
- Mars im 12. Haus
- Herr von 1 in 12
- Herr von 12 in 1
- Neptun Konjunktion Herr von 1 (Uranus)
- Das Zeichen Fische im 1. Haus eingeschlossen

Dazu kommen noch folgenden Konstellationen, welche die Persönlichkeit und die Psyche schwächen können:

- Mond Quadrat Neptun
- Sonne im 12. Haus

Astrologische Lösungsansätze

Ein zentraler Bestandteil astrologischer Beratung besteht darin, konstruktive Wege aufzuzeigen, wie mit den jeweiligen Energien umzugehen wäre. Bei Mars/Neptun-Spannungen wären das zum Beispiel:

Aktivierung von Mars

Bei Mars-Neptun-Spannungen ist es hilfreich, die eigene Handlungskraft bewusst zu stärken.

Hilfreiche Strategien sind:

- körperliche Bewegung
- klare Zieldefinition
- kleine, erreichbare Schritte

Kreativer Umgang mit Neptun

Die Energie von Neptun kann besonders gut durch kreative oder spirituelle Aktivitäten genutzt werden:

- Kunst und Musik
- Meditation
- Naturerfahrungen
- kreative Ausdrucksformen

Ein 2. Beispiel zeigt eine Merkur/Saturn-Thematik, und zwar:

- 3. Haus Steinbock
- Saturn im 3. Haus
- Herr von 10 (Sonne) Konjunktion Merkur
- Merkur in Waage steht in der Erhöhung von Saturn

Integration von Saturn

Statt Saturn nur als Belastung zu betrachten, kann seine Energie auch positive Eigenschaften fördern:

- Struktur im Alltag
- realistisches Selbstbild
- langfristige Zielsetzung

Eine bewusste Integration von Saturn kann zu innerer Stabilität führen.

Es ist auch wichtig, darauf hinzuweisen, dass immer mehrere Faktoren im Horoskop zusammenwirken müssen, um auf eine Depression oder depressive Verstimmungen schließen zu können.

Depression als Transformationsphase

In der psychologischen Astrologie werden Krisen häufig als Teil eines persönlichen Entwicklungsprozesses verstanden. Bestimmte planetare Konstellationen oder Transite können Phasen intensiver Selbstreflexion anzeigen. Solche Phasen können zwar emotional schwierig sein, gleichzeitig aber auch zu tiefgreifender persönlicher Entwicklung führen.

Astrologische Lösungsansätze und planetare Ressourcen

Ein zentraler Gedanke der psychologischen Astrologie besteht darin, dass problematische Konstellationen im Horoskop nicht als unveränderliches Schicksal verstanden werden. Vielmehr stellen sie Hinweise auf innere Spannungen dar, die durch Bewusstwerdung und Entwicklung bestimmter Qualitäten ausgeglichen werden können.

Es gilt daher, Ressourcen zu aktivieren, um ein Gleichgewicht zwischen verschiedenen psychischen Kräften herzustellen. Dabei werden bestimmten Planeten auch typische Lösungsstrategien zugeordnet, um einen Hinweis zu bekommen, welche Fähigkeiten oder Lebensbereiche besonders hilfreich sein können, um mit emotionalen Krisen oder depressiven Phasen umzugehen.

Sonne – Entwicklung von Selbstbewusstsein und Identität

Wenn depressive Prozesse mit Selbstzweifeln oder Orientierungslosigkeit verbunden sind, kann die bewusste Aktivierung der Sonnen-Energie hilfreich sein. Dies bedeutet insbesondere, sich mit den eigenen Stärken und Lebenszielen auseinanderzusetzen und so ein stabileres Gefühl von Identität und Lebensfreude zu entwickeln.

Typische Lösungsansätze im Sinne der Sonnen-Energie sind:

- Entwicklung eines klaren Selbstbildes
- bewusste Förderung persönlicher Talente
- Suche nach Sinn und Lebensrichtung
- Aktivitäten, die Selbstvertrauen stärken

Mond – emotionale Bedürfnisse wahrnehmen

Der Mond steht astrologisch für Gefühle, emotionale Sicherheit und grundlegende Bedürfnisse. In depressiven Phasen sind diese Bedürfnisse häufig unterdrückt oder werden nicht ausreichend wahrgenommen. Eine wichtige Aufgabe besteht daher darin, den Kontakt zur eigenen Gefühlswelt wiederherzustellen und so emotionale Stabilität und innere Sicherheit zu stärken.

Mögliche Lösungsansätze im Sinne der Mond-Energie sind:

- bewusste Wahrnehmung eigener Gefühle
- Pflege emotional unterstützender Beziehungen
- Schaffung von Geborgenheit und Sicherheit im Alltag
- Entwicklung von Selbstfürsorge



Bild: Canva

Merkur – Klarheit im Denken

In depressiven Phasen sind Gedanken häufig von negativen Interpretationen und Grübelprozessen geprägt. Die bewusste Aktivierung der Merkur-Energie kann helfen, gedankliche Klarheit zu schaffen, damit negative Gedankenspiralen leichter erkannt und verändert werden können.

Typische Lösungsansätze im Sinne der Merkur-Energie sind:

- Reflexion eigener Denkmuster
- Austausch mit anderen Menschen
- Schreiben oder Tagebuchführen
- bewusste Analyse von Problemen

Venus – Beziehungen und Selbstwert

In depressiven Phasen erleben viele Menschen eine starke Selbstabwertung oder ziehen sich sozial zurück. Die Aktivierung der Venus-Energie bedeutet daher, positive Beziehungen und Selbstakzeptanz zu stärken, um Gefühle der Verbundenheit zu fördern.

Mögliche Lösungsansätze im Sinne der Venus-Energie sind:

- Pflege sozialer Kontakte
- kreative Aktivitäten
- bewusste Wertschätzung eigener Fähigkeiten
- ästhetische oder künstlerische Erfahrungen

Mars – Aktivierung von Energie und Handlungskraft

Mars symbolisiert Energie, Mut und die Fähigkeit zu handeln. Besonders bei Konstellationen wie Mars-Neptun-Spannungen kann es

zu einem Gefühl von Antriebslosigkeit oder inneren Blockaden kommen. Die Aktivierung der Mars-Energie kann helfen, diese Blockaden zu überwinden und so die Lebensenergie wieder stärker zu aktivieren.

Typische Lösungsansätze im Sinne der Mars-Energie sind:

- körperliche Bewegung oder Sport
- konkrete Zielsetzung
- aktive Problemlösung
- Entwicklung von Durchsetzungsfähigkeit

Jupiter – Sinn und Perspektive

Jupiter symbolisiert Wachstum, Hoffnung und Sinnsuche. In depressiven Phasen verlieren Menschen häufig das Gefühl, dass ihr Leben einen Sinn hat und in eine positive Richtung verläuft. Die Jupiter-Energie kann helfen, neue Perspektiven zu sehen, um so wieder Hoffnung und Zuversicht zu entwickeln.

Typische Lösungsansätze im Sinne der Jupiter-Energie sind:

- Suche nach persönlichen Lebenszielen
- philosophische oder spirituelle Reflexion
- Lernen und persönliche Weiterentwicklung
- Offenheit für neue Erfahrungen

Saturn – Struktur und Stabilität

Saturn wird oft mit depressiven Themen in Verbindung gebracht, kann jedoch auch eine wichtige stabilisierende Funktion haben. Die konstruktive Nutzung der Saturn-Energie bedeutet, Struktur und Verantwortung im eigenen Leben zu entwickeln und emotionale Unsicherheiten zu reduzieren.

Typische Lösungsansätze im Sinne der Saturn-Energie sind:

- klare Tagesstrukturen aufstellen
- realistische Zielplanung
- Entwicklung von Disziplin
- schrittweises Vorgehen bei Problemen

Uranus – das Andere, Freiheit, Unruhe, Rebellion

In depressiven Phasen fehlt oft das Bewusstsein der eigenen Einzigartigkeit und Individualität. Es herrscht das Gefühl vor, eingeengt und unfrei zu sein, sich nicht aus Abhängigkeiten befreien zu können. Aus Angst vor Veränderungen wird keine Zukunft mehr gesehen.

Typische Lösungsansätze im Sinne der Uranus-Energie sind:

- sich von Belastendem zu trennen
- den eigenen Witz und Humor zum Ausdruck bringen
- sich gewisse „Narreteien“ erlauben
- sich von gesellschaftlichen Normen und Maßstäben zu befreien

Neptun – Spiritualität und Kreativität

Neptun steht für Sensibilität, Mitgefühl und Spiritualität. Wenn diese Energie unbewusst wirkt, kann sie zu Verwirrung oder Flucht in Fantasien führen.

Bewusst genutzt kann sie jedoch zu einer wichtigen Ressource werden, um die eigene Kreativität und Empathie konstruktiv anzuwenden.

Typische Lösungsansätze im Sinne der Neptun-Energie sind:

- Meditation oder spirituelle Praxis
- künstlerische Ausdrucksformen
- Naturerfahrungen
- Entwicklung von Empathie und Mitgefühl

Pluto – Transformation und innere Stärke

Pluto symbolisiert tiefgreifende Veränderungsprozesse, intensive Lebensphasen und Krisen, die jedoch auch eine starke transformierende Kraft besitzen. In diesem Sinne können depressive Erfahrungen als Teil eines tiefen inneren Wandlungsprozesses verstanden werden und langfristig zu tiefgreifender persönlicher Entwicklung führen.

Mögliche Lösungsansätze im Sinne der Pluto-Energie sind:

- intensive Selbstreflexion
- Auseinandersetzung mit verdrängten Themen
- Entwicklung innerer Stärke
- bewusste Veränderung alter Muster
- magische Rituale entwickeln

Zusammenfassung

Die astrologische Perspektive betrachtet depressive Prozesse als Ausdruck komplexer innerer Dynamiken zwischen verschiedenen archetypischen Kräften innerhalb der Persönlichkeit. Besonders Planeten wie Saturn, Neptun und Mars spielen dabei eine wichtige Rolle.

Während bestimmte Konstellationen symbolisch auf Herausforderungen hinweisen können, zeigt die astrologische Analyse gleichzeitig mögliche Wege auf, diese Energien konstruktiv zu nutzen. Die bewusste Aktivierung planetarer Ressourcen – etwa durch Selbstreflexion, kreative Ausdrucksformen oder strukturierende Lebensweisen – kann dazu beitragen, emotionale Stabilität und persönliche Entwicklung zu fördern.

Astrologie ersetzt dabei keine medizinische oder psychotherapeutische Behandlung, kann jedoch eine ergänzende Perspektive darstellen, die Menschen dabei unterstützt, ihre inneren Prozesse besser zu verstehen und bewusst mit ihnen umzugehen.

All das hat uns Holger Faß in seinem interessanten und inspirierenden Vortrag mit auf den Weg gegeben.

Sigrid Farber, Astromaster®

Basierend auf ChatGPT

ASTROLOGISCHES RÄTSEL

AUTORIN: SIGRID FARBER

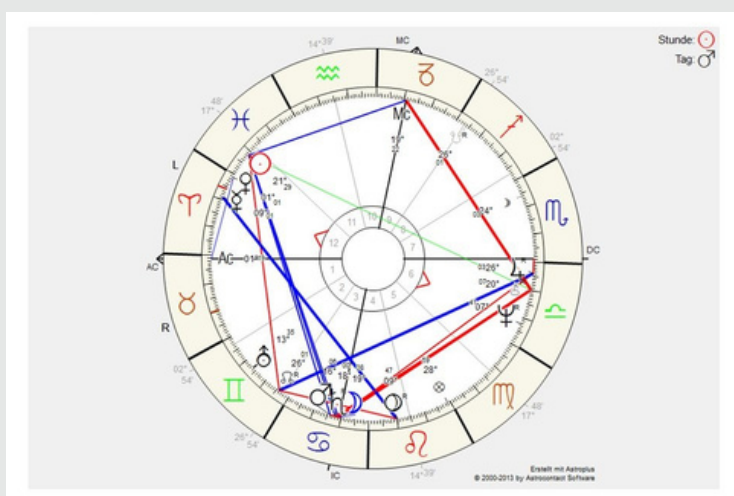
Ich liebte meinen Vater sehr, er war liebevoll und visionär. Doch meine Mutter war mein Idol. Sie war ein Star, berühmt, erfolgreich und schön. Ich wollte sein wie sie, in ihre Fußstapfen treten und mich künstlerisch betätigen. Und das Schicksal schien es gut mit mir zu meinen, denn auch mein Vater war in der Filmbranche berühmt. In diesem Milieu wuchs ich auf, auch nachdem meine Eltern sich getrennt hatten. So durfte ich schon als Kind in kleinen Rollen in verschiedenen Filmen auftreten und mich im Licht der Scheinwerfer sonnen. Da mein Vater als Regisseur von Musikfilmen brillierte, die mich faszinierten, konzentrierte ich mich darauf, Tänzerin und Eiskunstläuferin zu werden. Was glauben Sie, wie stolz ich war, als ich mit 10 Jahren in einer Show meiner Mutter als Tänzerin auftreten durfte! Doch als ich später einige Broadway-Musicals sah, wusste ich: Ich muss Schauspielerin werden! Mit der High School hatte ich, vor allem aufgrund zahlreicher Umzüge, ohnehin immer Probleme gehabt, deshalb verließ ich sie ohne Bedauern und Schulabschluss. Das Theater sollte fortan meine Welt werden. Doch so einfach, wie ich mir das gedacht hatte, war es nicht. Ich war ja kein Kinderstar gewesen wie meine Mutter, musste mich durchkämpfen. Erstaunlich, dass ich erst mit 17 mein Gesangstalent entdeckte. Meine Mutter, die ja auch Sängerin war, hatte darauf nie besonders geachtet. Sie war immer mehr mit sich selbst beschäftigt, mit ihrer Karriere, ihren Liebschaften und ihrem inneren Chaos, das sie mit Alkohol und Tabletten zu betäuben versuchte. Immerhin durfte ich dann in ihrer Show auch singen und nahm kurz darauf meine erste Platte auf. Erst dann wurde ich von meiner Mutter als eigenständige Künstlerin wahrgenommen. Nun erhielt ich Rollen in verschiedenen Musicals, und richtig berühmt wurde ich, nachdem eines dieser Musicals mit mir in der Hauptrolle verfilmt wurde.

Aber das hat meine Mutter leider nicht mehr erlebt, sie starb kurz davor an den Folgen ihrer schon unübersehbar gewordenen Alkohol- und Tablettensucht.

Leider hat sie mir die Suchtneigung ebenso vererbt wie ihren Ehrgeiz und ihre unerfüllten Liebessehnsüchte. Den Alkohol habe ich inzwischen im Griff, die Männer weniger. Viermal war ich verheiratet, gehalten hat keine meiner Ehen. Dennoch blicke ich auf ein schönes und interessantes Leben als Sängerin zurück, das noch lange nicht vorbei ist!

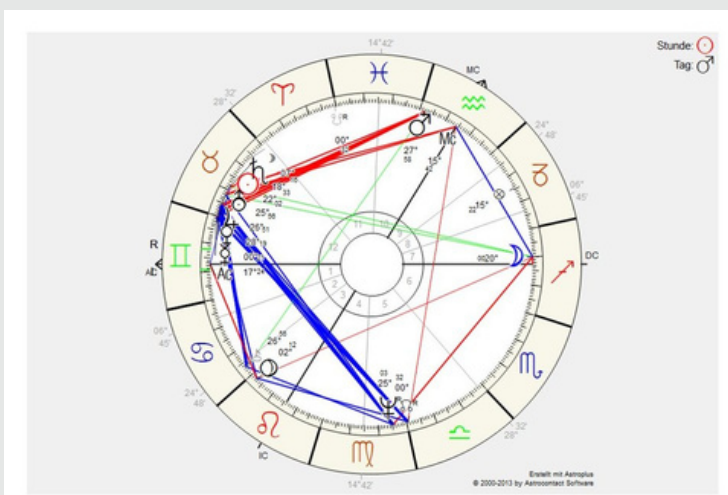
Wer bin ich: *Senta Berger* oder *Liza Minelli*?

Autorin: Sigrid Farber



Wer bin ich?

Auflösung



Buchempfehlungen - astronova

Buchempfehlungen www.astronova.de



Heike Hellenthal

Leben mit dem Tierkreis

Der Kompass für innere und äußere Ordnung

Paperback, 295 Seiten, Paperback, farbige Seiten, € 26.-

Die Autorin betrachtet die zwölf Lebenskräfte in ihrer ganzen Tiefe. Sie zeigt die inneren Zusammenhänge zwischen den verschiedenen Themenbereichen auf und erklärt anschaulich die jeweiligen Elemente und ihre zentrale Bedeutung für das menschliche Leben. Erfahren Sie, wie die Kräfte der Tierkreiszeichen konkret auf Körper, Seele und Geist wirken und wie Sie diese Kräfte bewusst aktivieren und für Ihr persönliches Wachstum nutzen können. Wer sich mit den zwölf Naturkräften verbindet, gelangt zu mehr Harmonie, Klarheit und innerem Gleichgewicht. So wird der Tierkreis zum Sinnbild eines Lebens im Einklang mit dem natürlichen und zeitlosen Rhythmus des Seins.



Alexandra Kalcakosz

Anbindung statt Entbindung

Chiron, Lilith und die Mondknoten in der pränatalen Astrologie

Paperback, 84 Seiten, € 16,95

Chiron gibt Hinweise auf das Geburtstrauma. Die Mondknotenachse erweist sich als Wegweiser der Seele. Lilith gibt Aufschluss über unsere Anhaftung an unser Familiensystem. Um die Heilung unserer Lilith-Energie anzugehen, ist es unumgänglich, dem systemischen Kind in uns zu erlauben, sich trotz seines schlechten Gewissens aus der Familientradition zu lösen und eine neue Heimat als Weltenseele zu finden. Planeten stehen für bestimmte Persönlichkeitsanteile. Das Buch Hinweise wie es gelingen kann die Planetenenergie nicht im Dienst des Egos aus dem Gleichgewicht geraten zu lassen



Holger A. L. Faß

Praxisbuch Horoskopaufstellung

Den eigenen Bedürfnissen begegnen - sich selbst besser verstehen

Paperback, 175 Seiten, € 18,90

Horoskopaufstellungen haben mit Familienaufstellungen nichts zu tun! Horoskopaufstellungen orientieren sich an individuellen Lösungsmustern. Gerade die Verschiedenheit der Geburtsbilder zeigt uns, dass wir auch für ähnliche Problemerklebnisse unterschiedliche Strategien entwickeln dürfen. Der Autor führt einfühlsam und verständlich in die Aufstellungsarbeit mit Planeten und anderen Horoskop-Faktoren ein, beschreibt Techniken zur Klärung tiefsitzender Konflikte und gibt konkrete Hilfestellung bei der Lösungsfindung. Nachvollziehbare Beispiele aus der Praxis runden das Buch ab.

Buch Neuerscheinung 2025

Bestellung [hier](#)



Bild: z.V.g.

Auf 718 Seiten zeichnet der Autor ein Bild der modernen Zeitgeschichte. Alle wesentlichen Mundanhoroskope der letzten zweihundert Jahre werden besprochen inklusive der Zyklen der Langsamläufer.

Die kosmischen Rhythmen der Menschheitsgeschichte werden auch in neuen Methoden wie der Deutung von Stellien oder Zyklen von Chiron deutlich. Historische Wendepunkte werden genauso analysiert, wie Kriege, Revolutionen und Wirtschaftskrisen mit dem Schwerpunkt auf das Industriezeitalter.

Ein Ausblick auf die für KI-typischen Horoskope ist ebenso enthalten wie eine kritische Würdigung der Horoskope starker Frauen aus dieser Zeit.

Einen besonderen Raum nimmt die Opposition von Chiron und Uranus ein, die von 1953 bis 1989 währte. In dieser Zeit sind viele von uns geboren. In unserem Geburtshoroskop ist die "Wunde der Technologie" eingeschrieben, die durch die Traumata als Kriegsenkel mit jedem Konflikt neu aktiviert wird.

Andreas Bleeck, geb. 1966, 2 Kinder. Astrologe, Autor und Seminarleiter, www.astrologie-abc.de

Kalender 2026

Bestellung [hier](#)

Hartmut Warm
Keplerstern Verlag

Kalender 2026 „Planetenkreise – Weltenreise“

Astronomische Objekte und Planetenfiguren



Der Keplerstern-Kalender für 2026 verbindet zwei Aspekte des Kosmos. Das sind zum einen die faszinierenden Entdeckungen der modernen Teleskope (Hubble und Webb) wie ferne Galaxien, planetarische Nebel, Sternentstehungsgebiete u.a. Diese werden auf künstlerische Weise mit Planetenfiguren unseres Sonnensystems kombiniert, welche die wunderbar geordneten Bewegungsbeziehungen der Planeten über lange Zeiträume darstellen.

Unser Kalender lädt Sie im neuen Jahr jeden Monat neu zu einer faszinierenden kosmischen Reise ein.

Wandkalender DIN A4

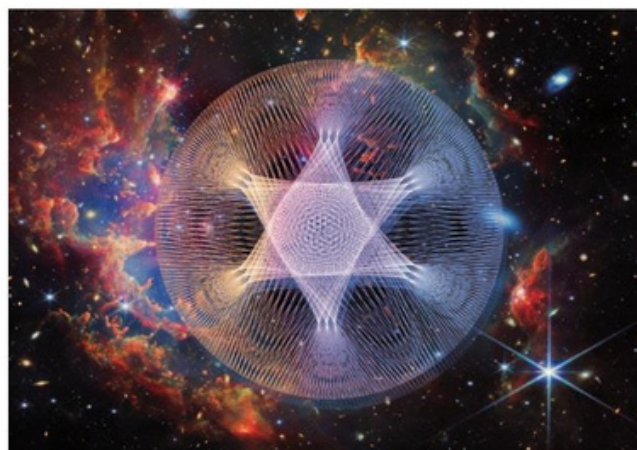
aufklappbar doppelseitig mit mittiger Spiralbindung

13 Blatt (Titelblatt, 12 Monatsblätter, Erläuterungsseite)

Preis 18,50 € incl. Versand (Ausland + 3,70 Porto), ISBN 978-3-935958-28-8

Exposé und Bestellung:

<https://www.keplerstern.de/shop/kalender/kalender-2026/>



Bewegungsfigur Jupiter - Uranus, 249 Jahre - NGC 602, Offener Sternhaufen im Sternbild Kleine Wasserschlange (Hydrus)

VERANSTALTUNGEN APRIL - JUNI 2026

Vorträge jeweils von 19:00-21:00 Uhr
Kongress Graz von 09:30-18:00 Uhr



Bild: z.V.g. G.
www.keplerstern.de

Hartmut Warm

Tanz der Planeten - Schönheit und Harmonie im Sonnensystem

Graz Präsenz/online Vortrag: [Donnerstag, 09. April 2026](#)



Bild: z.V.g.
www.astrologie-ausbildung-wien.at

Ing. Sandra Bohac

Vanished Twins - der verlorene Zwilling im Horoskop

Wien Präsenz/online Vortrag: [Mittwoch, 06. Mai 2026](#)



Bild: z.V.g. ocav S.Cernic
www.astrologenverband.at

Kostbarkeiten der Astrologie

Kongress Graz

Graz Präsenz: [Samstag, 20. Juni 2026](#)

Astrologie-Stammtische

Nächste Stammtisch-Treffen
in **Wien** und **Graz**

Graz: Donnerstag, 09. April 2026
nach dem Vortrag in der Astrologie Schule Graz

Wien: Mittwoch, 06. Mai 2026
nach dem Vortrag im NHV Wien



Nähere Informationen [hier](#)

Die Teilnahme ist kostenlos!
Einfach vorbei kommen und dabei sein!

Sie möchten teilnehmen?
haben Fragen?

Kontaktieren Sie bitte

für Wien: martina.groer@astrologenverband.at

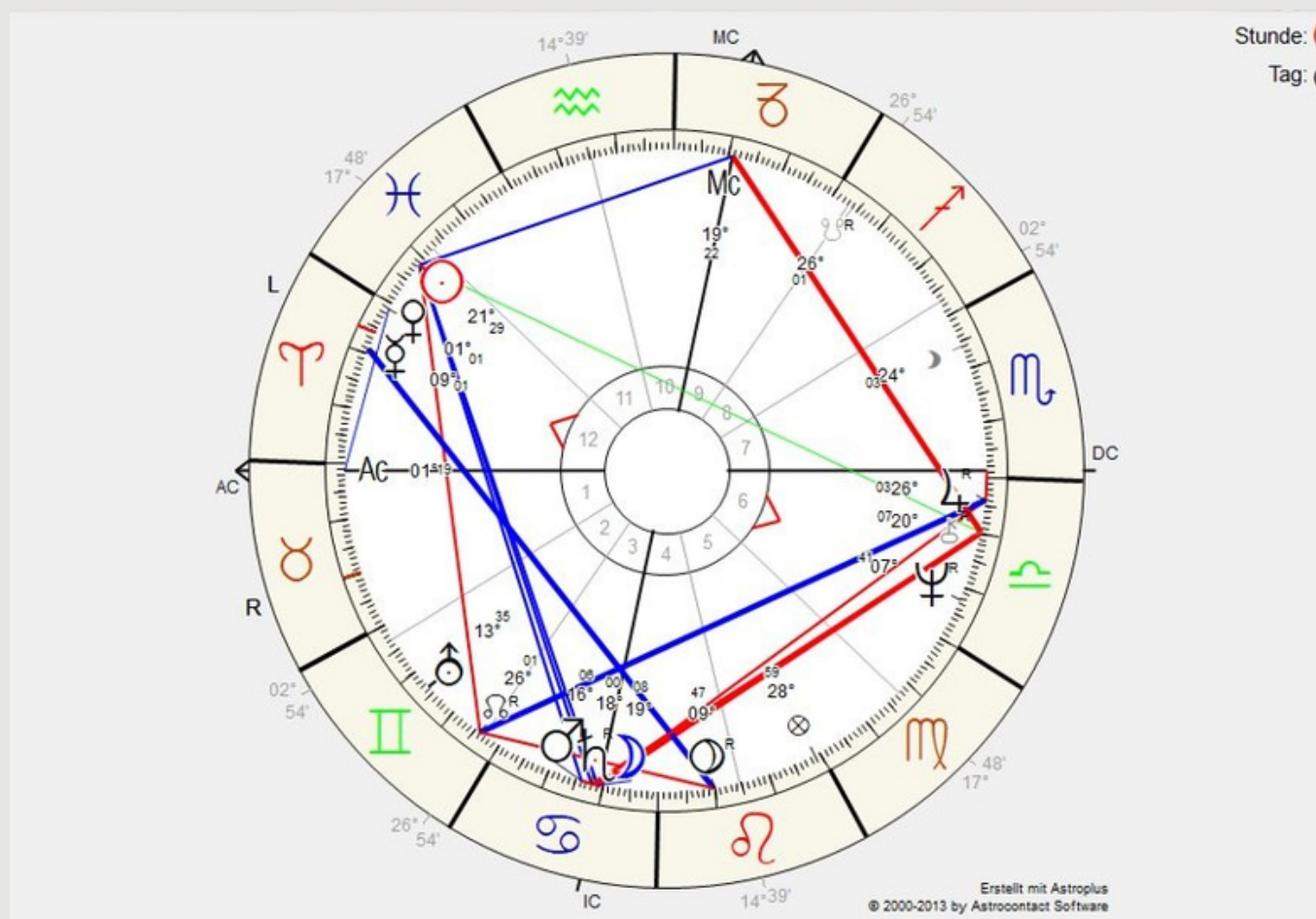
für Graz: s.cernic@astrologenverband.at

ASTROLOGISCHES RÄTSEL - AUFLÖSUNG

AUTORIN: SIGRID FARBER

Liza Minelli

geb. 12.3.1946, 7:58 PST, Los Angeles, USA



Vergleichshoroskop: Senta Berger, geb. 13.5.1941, 6:45 MESZ, Wien

IMPRESSUM

HERAUSGEBER UND VERLEGER

Österreichischer
Astrologenverband - **oeav**

VORSITZ

Martina Groer
Susanne Cerncic

SEKRETARIAT

Mitterstraße 141
8055 Graz/Seiersberg
Tel.: +43 (0)676 930 4135
office@astrologenverband.at

AUTOREN DIESER AUSGABE

Alexandra Kreuter
Sigrid Farber
Heide Trautmann
Gildis Klaunzer-Binder

ERSTELLUNG UND DESIGN

Martina Groer

BILDQUELLEN

siehe Bildunterschriften (z.V.g.)

ABO-SERVICE
office@astrologenverband.at

www.astrologenverband.at