

Steinbock



Das Prinzip:

Die Zahl 10

Manifestation, Verdichtung,
Kristallisation

Verdichtung, Manifestation

- Der Geist hat sich bis auf die Ebene der Materie verdichtet
- Die Idee die im Widder ihren Ursprung hatte kommt jetzt zur Manifestation
- Kräfte werde in eine strukturierte Form gebracht
- Meisterung des Selbst durch siegreiche Überwindung von Hindernissen

Saturn



- Das Kreuz der Materie steht über der Seele (Halbkreis)
- Notwendigkeit, den Sehnsüchten der Seele innerhalb der existenziellen Grenzen von Zeit und Raum Gestalt und Form zu verleihen.
- Man muss sein Kreuz tragen

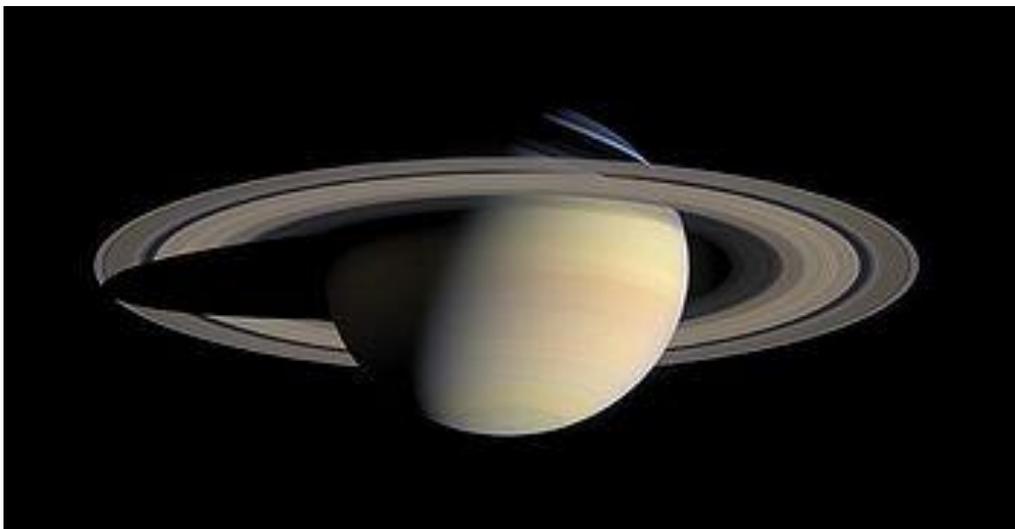
Saturn

- Karmische Planet: wir werden mit den Konsequenzen unserer Handlungen konfrontiert.
- Saturnar: 'Saturn-Return' ungefähr alle 29 Jahre
- Korrekturen vornehmen, die sich aus begangenen Fehlern ergeben.
- Saturn einschränkende Prinzip. Wo er steht, da müssen meist Probleme bewältigt werden



Saturn - Der Ehrgeizige

- Saturn, im griechischen Mythos Kronos, der Gott der Zeit (chronisch)
- Finsternis oder Materie.
- Er ist Leitbild für Einschränkung, Begrenzung, Hemmung, Widerstand, Härte und das Alter
- Reden wenig, am wenigsten über ihre eigenen Probleme, sie sind oft ehrgeizig und zielstrebig, mitunter einsam oder gar vereinsamt.



Saturn Persönlichkeit n Bezug auf Erd-Element

- Praktisch, gesunder Menschenverstand
- Steht mit beiden Beinen auf dem Boden
- Bleibt fest und stabil – zuverlässig
- Asketische Tendenzen (Disziplin, Strenge)

Bei zu viel Erde

- Träges, düsteres Temperament
- Pessimismus, Depression
- Sieht nur die negativen Dinge
- Festgefahren in den Gewohnheiten des analytischen Alltagsverstandes
- Öffnet sich nicht mehr neuen Horizonten (Jupiter)

Saturn Persönlichkeit in Bezug Zeit

- Geduld, Durchhaltevermögen
- Lässt die Zeit für sich arbeiten
- Führen zu Ende was sie angefangen haben

Saturn Persönlichkeit in Bezug auf Struktur (Grenzen)

- Gut organisiert
- Sauber und ordentlich
- Präzise, anspruchsvoll, übersehen auch Details nicht
- Vorsichtig, kann mit wenig gut auskommen (weil er das wenige gut verwalten kann)
- Zurückhaltend und selbstbeherrscht

Bei zu starken Grenzen

- Übermäßig kritisch
- Findet an allem einen Fehler
- Blockade in der Handlung (weil zu pessimistisch)
- Schlechtes Gewissen
- Angst davor in die Welt hinauszugehen (zu viel Zurückhaltung – Hemmungen)

Saturn und die Krankheiten - Schlüsselbegriffe

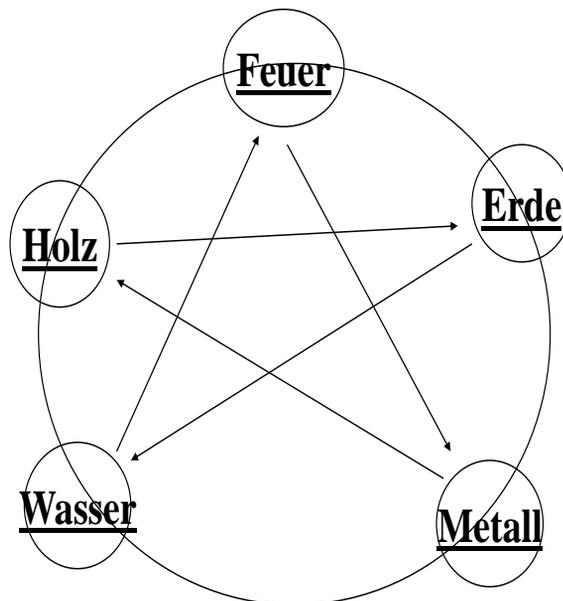
- Stütze
- Aufrechter Gang
- Knochen, Wirbelsäule,
Bandscheiben, Rückenmuskulatur
- Begrenzung
- Haut
- Verfestigung, Starre
- Konzentration
- Blockade, Erschwernis

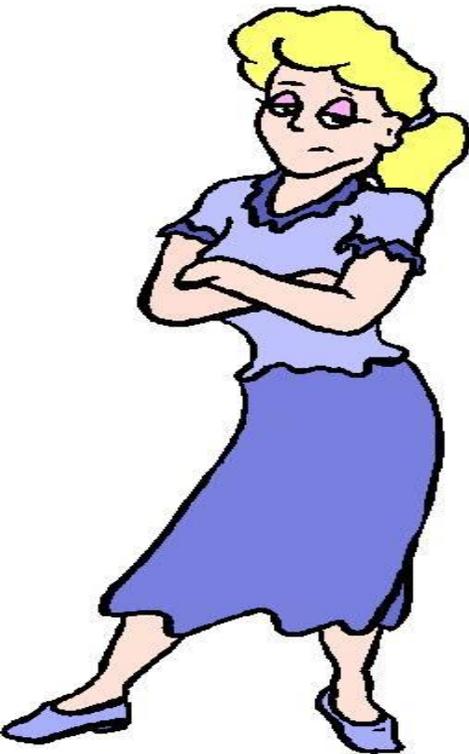
Saturn und die Krankheiten

- Chronische Krankheiten, (entwickeln sich langsam und sind hartnäckig)
- Schränken die Beweglichkeit ein
- Welken und Schwinden der Lebenskraft
- Krankheiten die die Struktur betreffen (z.B.: Skelett)
- Psychische Probleme
- Alterungsprozess

Bezug zur TCM

- Metall – Element (Verdichtung, Konzentration, Lunge, Haut,
- Wasser-Element (Knochen, Rücken, Wirbelsäule, Blasenmeridian)
- **Feuer schmilzt Metall.** Zu wenig Feuer im Metall bewirkt starre geistige Haltung.





Der Distanzierte

Eine Hauptaufgabe der Lunge ist die Anbindung an die Welt, sie ist das Kontaktorgan, welches uns mit der Welt verbindet.

- Zu wenig Feuer (Herzlichkeit, Offenheit = Sonne)
- Distanz zur Außenwelt (zu viel Metall)
- Isolierte Überheblichkeit, Einsamkeit, Depression
- Einsamkeitsgefühle
- Zu viel Abgrenzung (Haut)

Perfektionisti, Ehrgeizig



- Gesetzmäßigkeiten, Ideale („es muss so sein“)
- Egal ob es um den eigenen Körper, die eigene Leistung oder um den Partner geht, es wird immer mit einer imaginären, gesetzmäßigen Idealform verglichen
- Überhöhte Erwartungen an sich und andere
- Häufige Frustrationserlebnisse

Steinbock in Kompensation: Von anderen wird Perfektion erwartet

Steinbock in Hemmung: Perfektion wird von mir selbst verlangt, fühle mich schlecht wenn nicht erfüllt (siehe Schuldi)

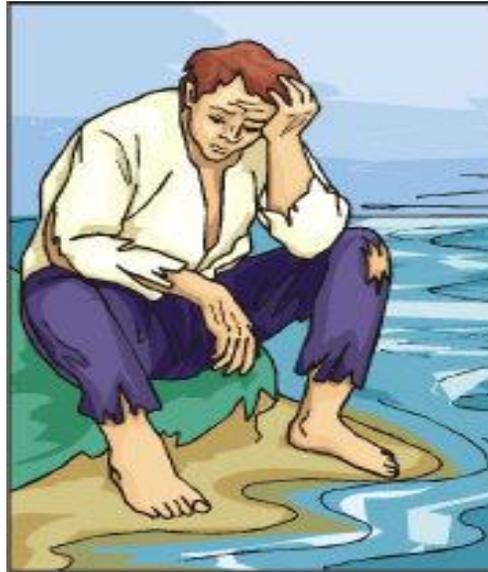
Schuldi

(Steinbock in Hemmung)



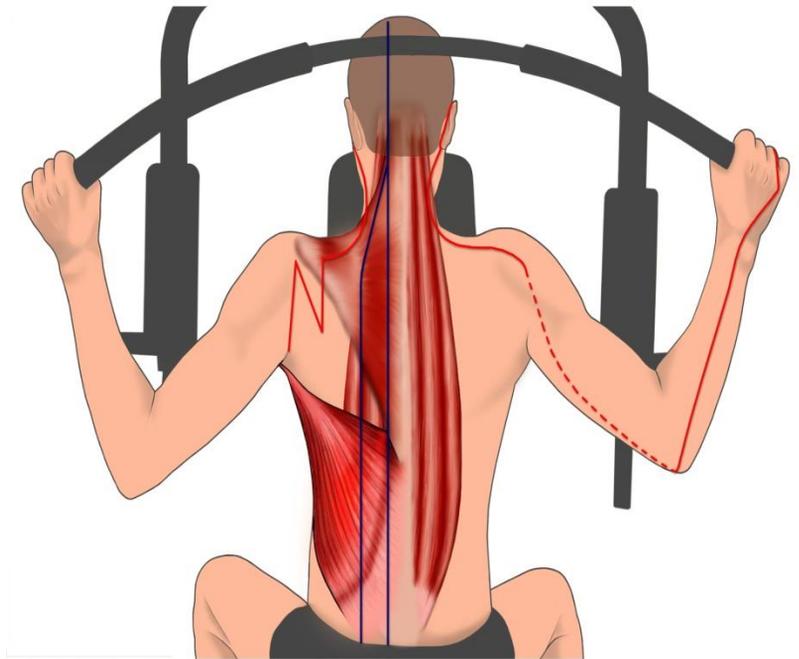
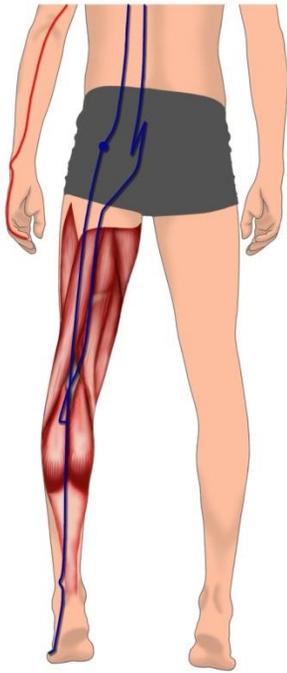
- Schlechtes Gewissen („Ich hätte es damals anders machen sollen“)
- Wird von anderen gemäßregelt
- Beansprucht seine Rechte zu wenig
- Selbstbestrafung

Ver-Zweifler (Schwäche des Lungen Qi)



- Lunge Zuversicht und Optimismus
- Aktivierung des Lungenmeridians hilft tiefer durchzuatmen und neuen Lebensmut zu schöpfen.
- Je beweglicher der Brustkorb (Sonne) wird desto geringer wird der Lebenspessimismus und die Negativität. Zweifel, Verzweiflung und Zukunftssorgen weichen Optimismus und Zuversicht.

Beispiel Steinbock - Blasenmeridian



Rigider Charakter (leistungsbezogen, aufrecht, starr)

Loslassen lernen – entspannen

Knochen und Zähne (stärkste Verdichtung)

Hinnehmen und akzeptieren können

Toleranz und Flexibilität

- Vegetativ ausgleichend (entspannend)
- Energie weg vom Kopf
- Stärkung der Wirbelsäule

Das 10. Haus

- Ansehen, Status in der Gesellschaft
- Berufung
- Karriere
- Ziele die ich erreichen möchte
- Gesetze, Maßstäbe bzw. die Normen die für alle Gültigkeit haben sollen
- Reglementierung

Was der Steinbock lernen soll

- Sein Herz mehr öffnen (mehr Herzqualität, Sonne)
- Flexibler und anpassungsfähiger zu werden (Feuer schmilzt Metall)
- Entspannen, genießen lernen (Blasenmeridian)
- Verantwortung abgeben lernen
- Rechte für sich selbst beanspruchen bzw. anderen ihr Recht lassen
- Mehr im Gefühl sein nicht nur im Verstand (Krebs Prinzip – TCM - Erde und Wasser)