

Neptun in Fische und der aktuelle Zeitgeist

Wie der Transit unser Leben verändert

von Alexandra Klinghammer

Langsamläufer wie Pluto, Neptun und Uranus prägen unseren Zeitgeist. An ihren aktuellen Transiten können wir die kollektiven Entwicklungen und Moden ablesen. Neptun, der 164 Jahre braucht, um den Tierkreis zu durchlaufen, befindet sich seit 2011 (und noch bis 2026) in seinem eigenen Zeichen Fische und steht damit sehr stark. Steht ein Planet in seinem Domizil, bringt er seine Eigenschaften unverfälscht und unmittelbar zum Ausdruck. Doch wir verstehen die Wirkung dieses wichtigen Transits nur ansatzweise, wenn wir ihn nur auf das Fische-Zeichen beschränken. Um seinen Einfluss auf unser Leben in seiner Gänze zu erfassen, müssen wir die ganze Zeichenachse einbeziehen. Denn durch Neptuns Passage durch Fische wird ebenfalls das gegenüberliegende Jungfrau-Zeichen aktiviert.

Neptun strebt langsam auf den Höhepunkt seiner Zeit im Fische-Zeichen zu. Bereits im Juni stand er auf 14 Grad, 16 Bogenminuten, und im kommenden April erreicht er erstmals die exakte Mitte des Zeichens. Gelegenheit, zu reflektieren, wie dieser Transit unser Leben verändert hat und was wir von der restlichen Zeit bis 2026 erwarten können. Wie sehr er imstande ist, gewachsene Strukturen aufzuweichen und neue Lebensstile zu prägen, zeigt schon das erste Beispiel.

Die Auflösung der Grenzen zwischen Beruflichem und Privatem

Die Schweiz ist bekanntlich ein Jungfrau-Land. Entsprechend gelten Fleiss, Verlässlichkeit und Pünktlichkeit als wichtige Tugenden. Obwohl die Arbeit immer noch einen hohen Stellenwert besitzt, hat sich in den letzten Jahren

ganz im Stile Neptuns, nämlich still und heimlich, ein neuer Trend herausgebildet. So zeigt eine aktuelle Studie, dass die Schweizer immer weniger arbeiten. Kaum zu glauben: Die Jahresarbeitszeit liegt derzeit kaum höher als in Frankreich. Und im Vergleich zu vielen anderen Ländern der Welt wird heute in der Schweiz sogar weniger gearbeitet. Das Klischee vom fleissigen Schweizer, es bröckelt. Neptun in Fische hat scheinbar

“ Neptun in Fische hat scheinbar ganze Arbeit geleistet und in Herrn und Frau Schweizer die Lust auf mehr Freizeit geweckt.



ganze Arbeit geleistet und in Herrn und Frau Schweizer die Lust auf mehr Freizeit geweckt. Immer weniger Erwerbstätige arbeiten Vollzeit. Ein Trend, der sich vor allem bei Männern je länger, je mehr bemerkbar macht.

Dass die Rechnung dennoch aufgeht, ist nicht zuletzt der ausgeprägten Effizienz und dem hohen Ausbildungsstandard zu verdanken. Denn trotz sinkendem Arbeitsvolumen ist der Wohlstand im Land gestiegen. Die Jungfrau-Qualitäten haben also keineswegs ausgedient, sie haben aber mächtig Konkurrenz erhalten. Dass trotz mehr verfügbarer Zeit dennoch nicht die grosse Entspannung um sich greift, mutet nur auf den ersten Blick seltsam an. In Neptuns Natur liegt es, Grenzen zu verwischen. Im Fische-Zeichen erst recht.

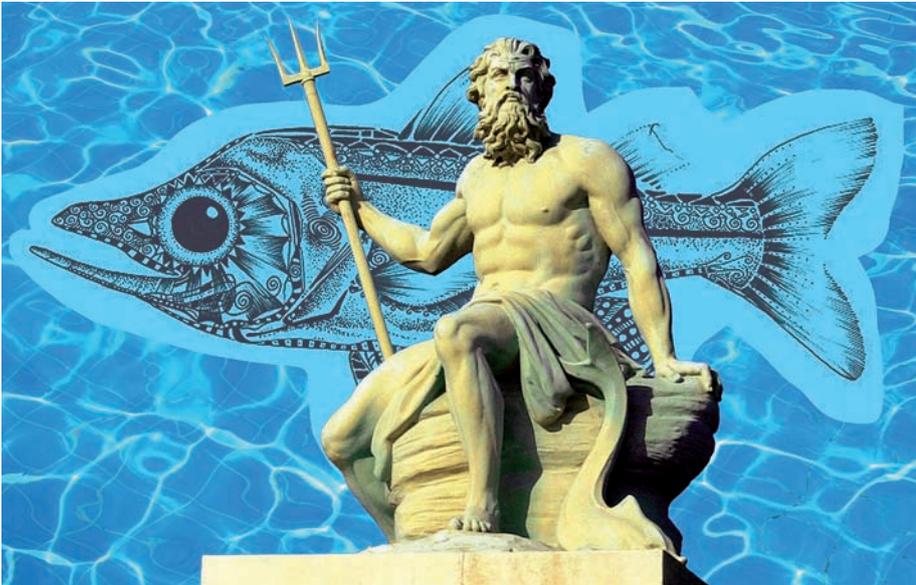
Dies hat nicht nur in der Schweiz, sondern global zu der Erscheinung geführt, dass berufliches und privates Leben immer mehr ineinanderfliessen. Waren früher beide Sphären klar voneinander abgegrenzt, lösen sich die Grenzen zwischen Arbeit und Freizeit aufgrund der modernen Kommunikationsmittel immer mehr auf. Diese Entwicklung treibt teilweise absurde Blüten. So erwarten manche internationale Firmen bereits, dass ihre Mitarbeiter ihre E-Mails auch nachts checken, um so in Echtzeit über Laufendes informiert zu sein und

unabhängig von der jeweiligen Zeitzone, in der sie leben, reagieren zu können. Auch wenn dies Extrembeispiele sind, so sind sie doch Ausdruck eines immer stärker um sich greifenden Gefühls: das Gefühl, dauergestresst zu sein. Als wahrer Luxus gilt demnach heute nicht mehr, über viel Geld, sondern über viel Zeit zu verfügen. Vielfach ist der Stress aber auch hausgemacht. Die hohe Anzahl an Stunden, die viele in den sozialen Medien verbringen, fehlt an anderer Stelle und verschärft so den Eindruck, ständig unter einem chronischen Zeitmangel zu leiden.

Eine der grossen Herausforderungen unserer Zeit liegt demnach in der Frage, wie wir mit der allgegenwärtigen Informationsflut in Zukunft auf intelligente Weise umgehen. Gegenwärtig fehlen uns noch wirksame Strategien und Modelle, wie wir der Digitalisierung und ihrer Durchdringung unseres Alltags auf befriedigende Art Herr werden. Die permanente Reizüberflutung hat dazu geführt, dass ziemlich rasch ein wachsendes Bedürfnis nach Entschleunigung entstanden ist. Auszeiten im Kloster, Meditations- und Achtsamkeitsworkshops oder Schweige-Retreats verhelfen zu temporärer Entspannung, indem sie bieten, was im Alltag fehlt: Ruhe, Bewusstheit, Klarheit.

Das Eintauchen in eine Gegenwelt als Kontrast zum hektischen Alltag, auch das ist ein Ausdruck von Neptun in Fische. Dabei geben diese kleineren oder grösseren Auszeiten nicht nur Gelegenheit, neue Kraft zu schöpfen. Sie werden auch deshalb so heilsam erlebt, weil sie imstande sind, ein verloren gegangenes Körpergefühl wiederzubeleben. In Momenten, in denen wir nämlich nicht abgelenkt und damit auf uns selbst zurückgeworfen sind, verändert sich unser Zeitempfinden dramatisch. In solchen Augenblicken vergeht die Zeit wesentlich langsamer, ja sie scheint regelrecht zu schleichen. Ganz anders dagegen, wenn wir durch den Tag hetzen. Die Hektik zieht uns regelrecht von uns weg und bewirkt, dass die Zeit schneller vergeht.

Der Psychologe und Zeitforscher Marc Wittmann hat sich intensiv mit dem Zusammenhang von Zeitwahrneh-



mung und Körpergefühl beschäftigt und dabei herausgefunden, dass für beides das gleiche Areal im Gehirn zuständig ist, die sogenannte Inselrinde. Stress, der ja daraus resultiert, dass wir zu viele Dinge erledigen bzw. gleichzeitig erledigen, führt zum Empfinden von toter Zeit. Sie wird im Gedächtnis nicht abgespeichert. Solche Momente oder Tage sind für uns unwiederbringlich verloren, da ihnen Tiefe und Lebendigkeit fehlen. Ganz anders dagegen, wenn wir die Dinge achtsam machen. Verrichten wir sie mit voller Präsenz, erhalten sie eine emotionale Ladung. Die emotionale Intensität führt dazu, dass das Erlebte im Gedächtnis haften bleibt. Erstaunlicherweise wirkt sich dies ebenfalls auf unsere subjektiv empfundene Lebenszeit aus. Sie verlängert sich.

Ernährung: Die neue Religion

Auch in anderer Hinsicht spielt der Körper beziehungsweise das Körperempfinden eine zunehmend wichtige Rolle. So ist in den letzten Jahren das Thema Ernährung (Jungfrau) zu einem der grossen Megatrends avanciert. Was am gegenwärtigen Trend besonders heraussticht, ist, wie sehr sich das Essverhalten dabei immer weniger danach richtet, was gegessen wird, als vielmehr, was nicht gegessen wird. Kaum einer Alltagshandlung wird heute eine grössere Rolle zugeschrieben als dem Essen.

Das hängt einerseits damit zusammen, dass immer mehr Menschen unter Nahrungsmittelallergien und -unverträglichkeiten leiden und darauf achten müssen, was sie konsumieren. – Doch

was ist eigentlich der Grund für die rasante Zunahme von Allergien und Unverträglichkeiten? Sind wir mit Neptun in Fische insgesamt sensibler geworden? Höchstwahrscheinlich schon. Dabei reagiert unser Körper durchaus sinnvoll, indem er uns darauf aufmerksam macht, dass etwas mit unserem Essen nicht stimmt. Die immer grösseren Mengen an Pestiziden, die in der Landwirtschaft eingesetzt werden, die kaum mehr zu überblickenden Zusatzstoffe, die verwendet werden, sowie die Verpackungsrückstände in der Nahrung bleiben nicht ohne Wirkung. Unser System rebelliert. Und das zu Recht.

Andererseits verzichten immer mehr Personen, auch ohne gesundheitliche Beeinträchtigungen, auf bestimmte Nahrungsmittel. Ob vegan, ovo-lakto-vegetarisch oder flexitarisch – meist sind ethisch-moralische Gründe ausschlaggebend für den gewählten Ernährungsstil.

“ Wenn Neptun die zweite Hälfte seines Zeichens passiert, dürfte ein neuer Trend entstehen, der sich um das Thema «achtsames Essen» dreht.



Die Lebensmittelindustrie hat diesen Trend rasch erkannt. So hat beispielsweise die Schweizer Supermarktkette Coop vor einiger Zeit die Produktlinie «Karma» in ihr Sortiment aufgenommen. Wer solche «reinen» Lebensmittel verzehrt, lädt kein neues Karma auf sich. So die suggerierte Botschaft. Was wir essen,

wird zunehmend zu einer ideologischen Frage.

Dabei fällt auf, dass es bislang vor allem um die Frage des *Was* und weniger um die Frage des *Wie* geht. Doch auf welche Weise, also mit welcher Haltung wir essen, hat mindestens ebenso grossen Einfluss auf unser Wohlbefinden. Daher denke ich, dass in den kommenden Jahren, wenn Neptun die zweite Hälfte seines Zeichens passiert (15–30 Grad Fische), ein neuer Trend entstehen dürfte, der sich um das Thema achtsames Essen dreht. Dabei geht es unter anderem um die Erkenntnis, dass Essen nicht nur der Erhaltung aller wichtiger Lebensfunktionen dient, sondern es sich dabei auch um einen geistigen Vorgang handelt. Was wir während des Essens konsumieren (Fernsehen, Zeitunglesen), ist keinesfalls gleichgültig, denn wir verleiben es uns ebenso ein wie die grobmaterielle Speise, die wir zu uns nehmen. Nahrungsmittel sind ebenso wie Wasser fähig, Informationen zu speichern. So, wie wir Wasser mit heilenden Botschaften laden können, ist dies auch mit Lebensmitteln möglich, indem wir uns beispielsweise vor und während des Verzehrs darauf konzentrieren können, dass unser Wunsch, ge-

Seminare mit Alexandra Klinghammer in Zürich

Astrologie

Lilith

Weibliche Kraft und Weisheit in der zweiten Lebenshälfte

Samstag, 30. September 2017,
10.00–17.30 Uhr, Kosten: Fr. 180.–
Veranstalter: Schule für Erwachsene (SFER)

Gesundheit

Die Kunst der Selbstheilung

Unser inneres Heilungspotenzial einfach und wirkungsvoll aktivieren

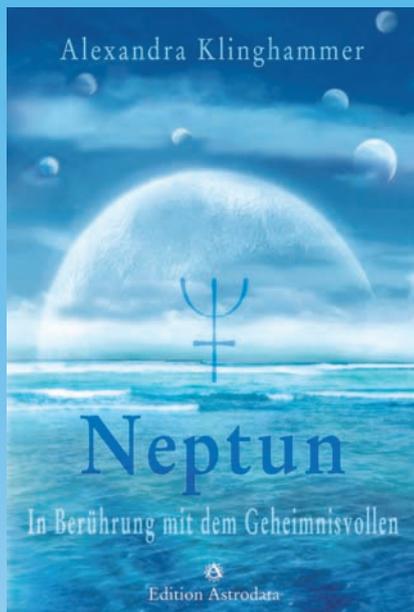
Samstag, 11. November 2017,
10.00–17.00 Uhr, Kosten: Bei
Anmeldung bis 10. September Fr. 170.–
/ € 155.–, danach Fr. 190.– / € 175.–
Veranstalter: Astrodata

Weitere Informationen und
Anmeldung unter:

www.alexandraklinghammer.com
klinghammer@astrodata.com



Edition Astrodata



Alexandra Klinghammer Neptun

In Berührung mit dem Geheimnisvollen

In diesem Buch nimmt Alexandra Klinghammer den Leser mit in das mysteriöse Reich Neptuns, dieses geheimnisvollsten aller Planeten. Sie schildert, wie sie durch ein bedeutsames persönliches Erlebnis mit den verschiedenen Seiten Neptuns und seiner Energie in Kontakt kommt und Heilung erfährt. Im zweiten Teil des Buches geht es um den aktuellen Transit von Neptun im Fische-Zeichen. Die Autorin zeigt, wie diese bedeutende Konstellation unser aller Leben in den kommenden Jahren hinsichtlich Arbeit, Freizeit, Kommunikation, Gesundheit und Ernährung prägen und verändern dürfte. Der dritte Teil behandelt die Deutung von Neptun im persönlichen Horoskop. Dabei wird seine Stellung in den Häusern, im Aspekt zu den Planeten sowie als Transit beschrieben.

112 S. / 21 fg. Abb. / € 17,- / sFr. 22.-

ASTRODATA Versandbuchhandlung,
Chilenholzstr. 8, CH-8907 Wettswil,
Tel.: 0041 (0) 43 343 33 00
Mail: bookshop@astrodata.ch
www.astrodata.com

Sie können auch mit der Karte an der Rückseite dieses Heftes bestellen!

sund und vital zu sein, sich in der Speise manifestiert und sich in uns realisiert.

Es gibt viele Methoden, die uns darin unterstützen, unsere Lebensenergie zu steigern und hochzuhalten, und uns damit vor Krankheiten schützen. Unser in-

“ Wenn Neptun 2026 sein Zeichen verlässt, könnten wir in Sachen Umweltschutz an einem ganz anderen Punkt stehen als vor dem Transit.

”

nerer Arzt ist viel mächtiger, als wir gemeinhin denken. Unter dem jetzigen Neptun-Transit entdecken wir gerade, welches Heilungspotenzial in uns steckt.

Die tiefere Bedeutung des Schlafes

Ein weiteres Mysterium, das uns noch viele Rätsel aufgibt, ist der Schlaf. Eine weitere typische Entsprechung von Neptun/Fische. Auch hier sind in den kommenden Jahren neue Erkenntnisse und Durchbrüche denkbar, die erklären könnten, warum wir eigentlich schlafen.

Viel wird in letzter Zeit über den Schlaf geforscht, aber die alles entschei-



dende Frage, warum wir Nacht für Nacht in Schlaf versinken, ist weiterhin ein grosses, unbeantwortetes Rätsel. Vielleicht geht es beim Schlafen gar nicht so sehr um die Regeneration wichtiger Körperfunktionen – erste wissenschaftliche Erkenntnisse deuten bereits in diese Richtung –, sondern darum, dass wir im Schlaf in den grenzenlosen Zustand des Bewusstseins zurückkehren, in dieses ozeanische Sein, in dem Zeit und Raum nicht existieren. Wenn wir, wie die Inder

und viele andere alte Kulturen, davon ausgehen, dass unsere Realität eine Illusion ist, dann wird vielleicht verständlich, wofür der Schlaf dient: nämlich uns Nacht für Nacht die Gelegenheit zu geben, uns wieder mit unserem ureigensten ursprünglichen Zustand zu verbinden, um von dort neue Kraft zu schöpfen.

Durchbruch an der Klimafront

Zuletzt möchte ich noch ein Thema behandeln, das aufgrund der jüngsten politischen Entwicklungen derzeit für viel Wirbel sorgt: der Klimaschutz. Hier hat sich im zweiten Jahrzehnt unseres Jahrhunderts – also seit sich Neptun in Fische befindet – Entscheidendes getan. In dieser Zeit sind die technischen Fortschritte so rasant verlaufen (Uranus in Widder), dass es heute für viele Firmen teurer kommt, wenn sie moderne Klimastandards verletzen. Selbst grosse Industriefirmen setzen immer häufiger auf alternative Energien.

Das ist etwas genuin Neues. Der Beginn einer neuen Ära. Bislang galt die Maxime: Umweltfreundliche Technologien verteuern die Produktion und schmälern den Wettbewerbsvorteil. Entsprechend wurden Umweltauflagen häufig erst unter politischem Druck erfüllt. Doch heute setzen viele Firmen freiwillig auf saubere Technologien, weil sie effizient und kostensparend sind. Daher haben sogar viele US-Firmen die kürzliche Entscheidung ihres Präsidenten, aus dem Pariser Klimaabkommen auszusteigen, als falsch kritisiert. Der US-Präsident glaubt, durch die Reetablierung alter Industrien verlorengegangene Arbeitsplätze wiederbeleben zu können. Das ist jedoch ein Trugschluss. Denn schon heute entstehen in den USA mehr Arbeitsplätze im Bereich erneuerbarer Energien als auf dem Gebiet der klassischen Schwerindustrie.

Die Welt löst sich je länger, je mehr von Öl, Kohle und Gas. Wenn Neptun 2026 sein Zeichen verlässt, könnten wir punkto Umweltschutz an einem ganz anderen Punkt stehen als vor dem Transit. Das wäre ein wahrer Meilenstein. ■

Alexandra Klinghammer, abgeschlossenes Studium der Psychologie an der Uni Köln; Astrologin; Geschäftsleiterin der Astrodata; seit 1996 ständige Mitarbeiterin von ASTROLOGIE HEUTE; Bücher: «Das Erwachen der weiblichen Urkraft» (2016); «Neptun – In Berührung mit dem Geheimnisvollen» (2014); «Die Lilith-Fibel» (2008)