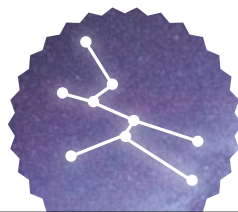
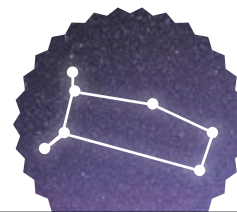




WIDDER



STIER



ZWILLINGE

Mars ist der Herrscher über Ihr Tierkreiszeichen. 2016 dreht sich daher alles um Sie: Wie verwirkliche ich mich? Habe ich den Beruf, der auch meine Berufung darstellt? Habe ich den richtigen Partner? Günstige Phasen für einen privaten Neuanfang sind die Zeiträume 6.3. bis 17.5., 3.8. bis 27.9. und 10.11. bis 19.12. Wenn Sie sich für jemanden begeistern, wollen Sie diesen Menschen ganz für sich haben. Führen Ihre Bemühungen zum Ziel, sind Sie im siebten Himmel. Zeigt man Ihnen die kalte Schulter, sind Sie beleidigt. Da Mars vom 27.9. bis 9.11. ein Quadrat zu Ihrer Sonne macht, stehen Sie in einem großen Wettbewerb. Sich unterzuordnen oder abzuwarten, fällt Ihnen schwer. Im Team arbeiten Sie nur so lange, wie Sie den Ton angeben können. Somit ist Ihr Leben ein ständiges Kräfteressen, bei dem Sie unbedingt die Oberhand behalten wollen.

SO BLEIBEN SIE GESUND

Ihre Schwachstelle ist der Kopf. Sie machen sich zu viele Gedanken oder wollen mit dem Kopf durch die Wand. Das führt zu Kopfschmerzen und/oder Ohrgeräuschen. Rat der Sterne: Bauen Sie Stress ab, indem Sie Sport treiben und trinken Sie Brennnessel-Tee! Er ist reich an B-Vitaminen, Vitamin C und Spurenelementen, selbst das Glückshormon Serotonin steckt darin. Gegen Verspannungen hilft Latschen-Öl.

Sie zelebrieren das Leben gerne auf barocke Art. Venus herrscht nicht umsonst über Ihr Tierkreiszeichen. Sie vernaschen gerne alles, was schön und teuer ist. Schnelle Entscheidungen sind dagegen nicht Ihr Ding – im Gegenteil! Als Erdzeichen lassen Sie sich Zeit. Sie verstehen es, alles ganz langsam zu Ihrem Vorteil zu drehen. Notfalls sitzen Sie die Dinge einfach aus. Reichlich Gelegenheit werden Sie 2016 dazu haben, wenn Mars in Opposition zu Ihrer Sonne steht (3.1. bis 6.3. und von Ende Mai bis Anfang August). Beschäftigen Sie sich mit Ihrer Familie und Ihren finanziellen Sicherheiten. Falls Sie verheiratet sind, wird auch Ihre Ehe ein Thema sein. Doch damit nicht genug! In die kritische Phase geht es noch einmal vom 9.11. bis 19.12. Ihr Motto: „Holzauge, sei wachsam!“

SO BLEIBEN SIE GESUND

Sie sind einfach zu gutmütig und schlucken zu viel herunter. Die Folgen sind dann Halsschmerzen, Erkältungen und Übergewicht. Grenzen Sie sich besser ab und lernen Sie, nein zu sagen! Fruchtsäfte und Limonaden sind tabu. Der Zucker macht nur müde und dick. Trinken Sie lieber stilles, nicht zu kaltes Wasser. Und achten Sie darauf, dass der Organismus Nährstoffe je nach Tageszeit unterschiedlich verarbeitet: Am besten morgens Kohlenhydrate und abends Eiweiß.

Das Leben ist ein Spiel, das Sie ohne großen Ernst betreiben. Wie ein schillernder Schmetterling flattern Sie von Blüte zu Blüte. Abwechslung tut Ihnen 2016 vor allem vom 9.11. bis 19.12. richtig gut! Falls es mit dem einen oder anderen Projekt nicht klappt, ziehen Sie einfach weiter. Die Welt ist voller spannender Themen. Sich nur bei einem aufzuhalten, ist für Sie als Luftzeichen reine Zeitverschwendung. Manche halten Sie deshalb für oberflächlich, vor allem vom 6.3. bis 27.5. und dann noch einmal vom 2.8. bis 27.9. Rat der Sterne: Zügeln Sie Ihren Unmut. Abwertende Urteile bringen Sie nicht weiter. Interessieren Sie sich ernsthaft für das Wohlergehen der anderen. Fragen Sie nach und suchen Sie nach Gemeinsamkeiten. Nur so kann Freundschaft auf Dauer wachsen und gedeihen.

SO BLEIBEN SIE GESUND

Manchmal leiden Sie unter Husten oder Herpes. Achten Sie besonders auf Ihre Lungen und Bronchien. Gehen Sie viel an die frische Luft und machen Sie Atemübungen. Bei Beschwerden hilft am besten Spitzwegerich. Der Hustenheiler vom Wegesrand legt sich wie ein Schutzfilm auf die Schleimhäute. Sein Zink unterstützt das Immunsystem. Falls Sie Herpes plagt, sollten Sie Melisse-Präparate aus der Apotheke nehmen.



KREBS

Ihr Findungsprozess dauert lange: mal „ja“, mal „nein“. Schließlich ist Mond Herrscher über Ihr Tierkreiszeichen und macht Sie stimmungsbhängig. Ist jedoch eine Entscheidung getroffen, dann ist es eine „Herzensentscheidung“. 2016 wird für Sie ein intensives Jahr. So mancher wird Sie subtil unter Druck setzen. Das kann Sie aus dem Gleichgewicht bringen, weil Sie Liebe, Anerkennung und Freundschaft brauchen wie eine Pflanze das Licht. Mars steht dazu günstig vom 3.1. bis 6.3. sowie vom 30.6. bis 2.8. Ebenfalls positiv wirkt sich der Fische-Mars ab dem 19.12. aus. Verdunkeln kann sich Ihre Seele vom 27.9. bis 9.11. Deshalb empfiehlt Ihnen Neptun, der Planet des Schicksals, sich immer wieder zurückzuziehen, um in Ruhe nachzudenken. Bauen Sie sich ein seelisches Zentrum, in dem Sie Ihre Batterien aufladen können. Das kann ein eigener Raum innerhalb Ihrer Wohnung sein oder ein Ort, an dem Sie Wellness machen.

SO BLEIBEN SIE GESUND

Wahrscheinlich tendieren Sie dazu, privaten und beruflichen Ärger hinunterzuschlucken. Rat der Sterne: Scheuen Sie keinen Konflikt, sondern verbalisieren Sie Ihre Probleme! Greifen Sie nicht zu Süßigkeiten & Co. Zwischen den Hauptmahlzeiten sollten 4 bis 5 Stunden Pause liegen, damit der Körper nicht ständig mit Verdauung beschäftigt ist. Papayas wirken verdauungsfördernd, zellschützend und entzündungshemmend.



LÖWE

Löwen werden geboren um zu herrschen. Ihr Zeichen ist die Sonne. Sie sind kreativ, aktiv und überzeugen, weil Sie von sich selbst überzeugt sind. Dabei strahlen Sie natürliche Autorität aus. Sie müssen nicht brüllen, sondern können ganz selbstverständlich der strahlende Mittelpunkt sein. Dennoch stellt 2016 eine Herausforderung dar. Vom 9.11. bis 19.12. steht Mars in Opposition zu Ihrer Sonne. Über Probleme dürfen Sie nicht länger „hinwegschreiten“, Sie müssen sich ihnen stellen. Erst dann kommt Ihnen Uranus mit genialen Ideen zu Hilfe. Ansonsten ziehen Sie zwischen dem 6.3. und 7.4. und vom 2.8. bis 27.12. lebenslustig durch die Welt, lassen sich bewundern und verwöhnen. Außerdem laden Sie gerne ein, aber ausnutzen lassen Sie sich nicht. Menschen, die es sich bei Ihnen bequem machen wollen, haben ganz schnell verspielt.

SO BLEIBEN SIE GESUND

Weil Sie den König in sich tragen, sind Herz, Kreislauf und der Rücken Ihre Schwachpunkte. Alles geht Ihnen direkt ans Herz, und alles muss auch mit dem Herzen verarbeitet werden. Es ist Ihr „Powerhouse“. Deshalb sollten Sie über einen längeren Zeitraum Johanniskraut zu sich nehmen. Es vertreibt nicht nur Verstimmungen, sondern auch unspezifische Rückenleiden, die oft stressbedingt sind. Dazu massiert man das Öl einige Minuten lang sanft auf die betroffene Stelle ein.



JUNGFRAU

Merkur, Mittler zwischen der göttlichen und der menschlichen Welt, ist Herrscher über Ihr Sonnenzeichen. Analyse und Vernunft, aber auch Anpassung und Flexibilität sind Ihre Themen. Als Erdzeichen nehmen Sie das Leben rational auf. Mars wird Ihnen dabei vom 3.1. bis 6.3., vom 30.6. bis 2.8. und vom 28.9. bis 9.11. helfen. Dank seiner Energie sind Sie in diesen Zeiträumen besonders fit und durchsetzungsstark. Aufpassen müssen Sie vom 6.3. bis Ende Mai, von Anfang August bis Ende September und in der Weihnachtszeit. Dann steht Mars in ungünstiger Position zu Ihrer Sonne. Wahrscheinlich gehen Sie zu kritisch an alles heran. Das empfinden viele als Nörgelei. Rat der Sterne: Finden Sie das richtige Maß! Ihr Umfeld weiß, dass die Alternativmedizin Ihr Steckenpferd ist. Sie müssen das nicht immer wieder betonen. Nicht umsonst bildet Neptun, der Heiler, das ganze Jahr über eine Opposition zu Ihrer Sonne.

SO BLEIBEN SIE GESUND

Manchmal leiden Sie unter Verdauungsbeschwerden. Analysieren Sie ganz individuell, welche Lebensmittel Sie gut vertragen und welche nicht. Brokkoli und Erdbeeren müssten Ihnen gut tun. Beide sind Vitamin-C-Lieferanten. Das fördert die Hormonproduktion in Schilddrüse und Nebennieren und die Ausscheidung von Giftstoffen. Bei Verstopfung bringen Flohsamen die Verdauung in Schwung, ohne zu blähen.



WAAGE

Ihre Gefühle resultieren aus der Harmonie zwischen Ihnen und dem Gegenüber. Sie lieben es, zu vermitteln, zu arrangieren und auszugleichen. Falls jemand in Ihrem Umfeld ohne vorherige Absprache mit Ihnen handelt, empfinden Sie das als rücksichtslos und sind gekränkt. Das macht Sie aber auch endlos wägend und wenig spontan. Ultimative Entscheidungen fürchten Sie vor allem ab Ende September bis zum 9.11., wenn Mars im Quadrat zu Ihrer Sonne steht. Am liebsten würden Sie sich in dieser Zeit unsichtbar machen. 2016 gibt es jedoch auch Highlights. Wenn Mars von Anfang März bis Mitte April und noch einmal von Anfang August bis Ende September ein Sextil bildet, sollten Sie folgende Themen abschließend hinterfragen: Sind Sie im Job wirklich am richtigen Platz? Finden hier Begegnungen und Kontakte auf Augenhöhe statt? Setzen Sie Ihre Kraft für eine bessere Welt ein oder bewahren Sie längst Überholtes? Können Sie andere mit Ihrer Arbeit inspirieren oder fördern Sie nur Mittelmäßigkeit?

SO BLEIBEN SIE GESUND

Ihr Schwachpunkt sind die Nieren und die Blase. Deshalb sollten Sie jeden Tag mindestens 2 Liter Wasser trinken. Gegen leichtere Harnwegsinfekte helfen die Blätter der Bärentraube. Falls Sie unter Zyklusstörungen leiden, ist für Sie Mönchspfeffer angesagt. Er wirkt auch gegen Wechseljahrsbeschwerden.



SKORPION

Mit Ihrer Verführungskraft ziehen Sie andere magisch in Ihren Bann. „Alles oder nichts!“ lautet Ihr Motto. Ihr Outfit ist geheimnisvoll. Sie kleiden sich in gespannten Farben wie Rot und Schwarz oder bevorzugen das Schachbrettmuster. Damit verkörpern Sie die leibhaftige Sünde, vor allem von Anfang Januar bis Anfang März und dann noch einmal im Juli. Wer Ihnen gefällt, den bekommen Sie. Selbst um die Weihnachtszeit locken Sie mit Ihrer Mars-Energie Menschen an. Das ist gut für Sie, denn Sie wollen tief in Themen eindringen. Ihr Forscherdrang ist groß. Sie wollen Grenzen ausloten, sich in Tabubereiche vorwagen und Geheimnisse lüften. Dabei kann es sich um Zusammenhänge handeln, die schon ganz lange zurückliegen. Sie spüren alles auf und bringen die Wahrheit ans Licht – vor allem von Ende September bis 9.11.

SO BLEIBEN SIE GESUND

Kümmern Sie sich regelmäßig um ihren Unterleib und um Ihren Darm. Wer unter Hämorrhoiden leidet, sollte Sitzbäder mit Schafgarbe machen. Diese entfaltet eine adstringierende Wirkung. Wer einen Reizdarm hat, dem hilft bei Blähungen Pfefferminze in Form von Kapseln. Außerdem kann eine Darmspiegelung angeraten sein.



SCHÜTZE

Als Feuerzeichen geben Sie anderen gerne Vorschusslorbeeren und sehen alles rosarot. 2016 ist auch Ihr Jahr, weil Powerplanet Mars Sie besonders im Visier hat, nämlich vom 6.3. bis 17.4. und dann wieder von Anfang August bis Ende September. Weitere Highlights sind vom 10.11. bis 19.12. zu erwarten. In diesen Zeiträumen werden Sie über sich selbst hinauswachsen. Wahrscheinlich können Sie beruflich und privat Ihren Horizont erweitern und mal wieder richtig glücklich sein. Vorsicht sollten Sie nur um die Weihnachtszeit walten lassen. Sie neigen zur Übertreibung, die blanke Realität kann Sie verwirren. Rat der Sterne: Schrauben Sie Ihre Ansprüche auf ein menschliches Maß zurück! Manchmal sehen Dinge und Menschen einfach zu perfekt aus. Dahinter verbergen sich dann Illusionen.

SO BLEIBEN SIE GESUND

Cellulite, Arthrose und Rheuma können den Schützen zusetzen. Bei Cellulite aktivieren Efeu, Birke und Schöllkraut (äußerlich angewendet) den Hautstoffwechsel. Ein Öl aus diesen Kräutern ist zwar kein Wundermittel gegen Dellen, strafft aber die Problemzonen. Bei Arthrose nehmen Anthroposophen die Mehlprimel als Heilpflanze. Gegen Rheuma sind Bäder und Wickel mit Heublumen zu empfehlen. Last but not least schwören Schützen auf Ayurveda.



STEINBOCK

Liebe ist für Sie kein Spiel, denn Sie sind bodenständig und stehen mit beiden Beinen mitten im Leben. Bei Ihrer Partnerwahl sind Sie anspruchsvoll. Und wer sich Ihnen an den Hals wirft, hat schon verloren. Erotik ist für Sie nämlich Energie, die am Widerstand wächst. Und dieser werden Sie 2016 gerecht, wenn Mars ab Ende September bis 9.11. auf Ihrer Sonne steht. Sollten Sie sich als Single in diesem Zeitraum verlieben, wollen Sie diesen Menschen auf Dauer an sich binden. Doch damit nicht genug: Weitere gute Flirt-Chancen haben Sie von Anfang Januar bis Anfang März und vom 30.6. bis 2.8. Wer bis dahin nicht fündig geworden ist, dem sind die Sterne sogar noch ab dem 20.12. hold. Schon so mancher Steinbock soll sich ja im tiefsten Winter beim romantischen Schein der Kerzen verliebt haben.

SO BLEIBEN SIE GESUND

Sie arbeiten zu viel. Erschöpfung, Neurodermitis oder unreine Haut sind nicht selten. In Kurkuma steckt Kurkumin, das keimtötend, abschwellend und durchblutungsfördernd wirkt. Außerdem schützt es vor frühzeitiger Alterung. Dieser können Sie auch mit Vitamin A entgegenwirken. Vegetarier sollten Spargel, Grünkohl, Paprika, Möhren und Aprikosen zu sich nehmen. Vollkornprodukte, Haferflocken und Sonnenblumenkerne kurbeln Ihren Stoffwechsel an und fördern die Konzentration.



WASSERMANN

Als Avantgardistin setzen Sie Trends, die in die Zukunft weisen. Mars wird Sie diesbezüglich pushen und zwar vom 6.3. bis 17.4. und vom 3.8. bis 27.9. Dann sprengen auch Ihre privaten Kontakte den Rahmen des Üblichen. Sie brauchen alle Freiheiten und lieben anders als die anderen. Wie ein Blitz tauchen Sie auf und verschwinden wieder. Als freie Frau nehmen Sie sich die Männer, die Ihnen gefallen. Diese müssen anders sein, originell und ein wenig verrückt. Doch Achtung! Herausforderungen lauern Anfang Januar bis Anfang März und den ganzen Juli hindurch. Liebend gerne wollen Sie verkrustete Strukturen aufbrechen und moderne Denkmodelle erfinden. Doch so mancher hält Sie für wahn-sinnig und versucht Ihnen Steine in den Weg zu legen. Lassen Sie sich nicht irritieren: Die Zeit ist reif für frischen Wind und Wandel.

SO BLEIBEN SIE GESUND

Wassermänner leiden oft unter Schlafstörungen und sind nicht sehr nervenstark. Baldrian beruhigt, indem er bestimmte Botenstoffe im Zentralnervensystem hemmt. Auch die weiblichen Blüten des Hopfens dämpfen Anspannung. Wer will, kann vor dem Schlafengehen ein Bier trinken. Zur Stärkung der Nerven nimmt man Lavendelöl in Kapselform zu sich. Außerdem sollten Sie bei Ihrer Ernährung auf Eisen, Jod und Vitamin B 12 achten. Essen Sie viel Gemüse, Hühnereier oder Algen.



FISCHE

Lange Zeit waren Sie orientierungslos und taten sich mit Ihrer Berufswahl schwer. Suchen können Sie nicht, weil Sie vom Schicksal gefunden werden. Für Sie kommen Berufe in Betracht, in denen es um alles zwischen Himmel und Erde geht. Das kann die Welt der Medien, des Films und der visionären Bilder sein, aber auch Heilberufe. Nicht immer sind Ihre Ergebnisse gleich sichtbar und messbar, aber sie wirken gewaltig. Und weil Sie von enormer energetischer Durchlässigkeit sind, eignen Sie sich auch zum Künstler und Schauspieler. 2016 werden Sie dank Mars zur richtigen Zeit am richtigen Ort sein und zwar von Anfang Januar bis Anfang März und den ganzen Juli hindurch. Doch damit nicht genug: Auch vom 27.9. bis zum 9.11. hat man den Eindruck, dass Sie von einer höheren Macht geführt werden. Sie brauchen keine akribische Planung und kein Sicherheitsdenken – alles fällt Ihnen zu. Haben Sie einfach nur Vertrauen in die kosmischen Zusammenhänge!

SO BLEIBEN SIE GESUND

Fische sind sehr sensibel. Ihre „Flossen“, also die Füße, sind ihre Schwachstelle. Pediküre und Fußreflexzonenmassage sind ein „Muss“. Wenn Sie sich müde und schlapp fühlen, sollten Sie sich mit Sesamöl massieren lassen. Falls Sie öfters unter Verstauchungen, Prellungen oder Quetschungen leiden, ist Arnika das Mittel der Wahl. //