

Wie eine astrologisch psychologische Beratung gelingt:

von Ruth Stüssi

Dieser Artikel soll anregen, die Beratung in den Dienst des Klienten zu stellen ohne Ziel, ohne Erwartung und ohne Bedarf nach Lob.

1. Einschwingen auf den Klienten / die Klientin

Innere Vorbereitung auf die Beratung:

Für eine gute Beratung müssen wir in einem neutralen energetischen Zustand sein (entsprechend der Pause zwischen den Atemzügen). Nur so können wir uns einfühlen, wertfrei bleiben und den Bedürfnissen des Klienten folgen.

Wie erreichen wir die innere Ruhe, die dafür Voraussetzung ist?

- durch eine Meditation
- durch einen Spaziergang
- durch die Lichtdusche
- durch eine Meditation über das Horoskop des Klienten
- durch die Kundalini – Meditation (von Osho)
- durch Düfte, Aurosoma usw.
- durch geeignete Übungen (z.P. Polarity – Yoga, 5 Tibeter usw.)

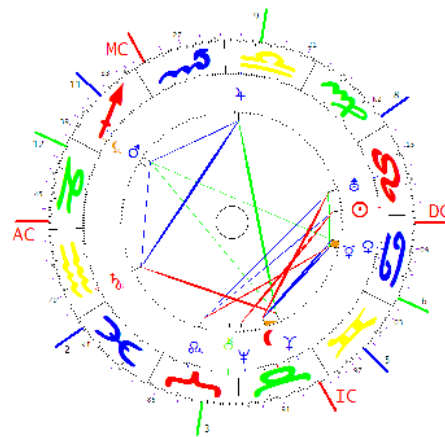
a) die Lichtdusche:

- Wir setzen uns in Meditationshaltung hin und entspannen uns, indem wir tief und regelmässig atmen.
- Nun lassen wir aus dem kosmischen Raum einen weissen, leuchtenden Lichtstrahl in unseren Kopf eintreten und durch den ganzen Körper fließen.
- Bei den Füßen fließt er weiter in die Erde, wo Verunreinigungen transformiert werden.
- Das weisse Licht fließt nun in jede einzelne Zelle, die gereinigt, gestärkt und geheilt wird. Wir lassen diesem Vorgang Zeit.
- Nun lassen wir das weisse Licht durch uns hindurch und um uns herum fließen, so dass um uns herum eine Hülle von weissem Licht entsteht, die uns schützt vor all dem, was nicht dem Licht entspricht.
- Wir fühlen das Licht in uns und um uns herum und spüren seine Leuchtkraft.
- Nun lassen wir das Bild langsam verblassen. Dabei wissen wir, dass das weisse Licht bei uns bleibt, auch wenn wir es nicht mehr sehen. Es hilft uns, in der Beratung neutral zu bleiben.



b) Meditation über das Horoskop des Klienten:

- Wir betrachten das Aspektbild indem wir durch das Bild hindurchschauen ohne dabei zu denken.
- Wir fühlen uns ein indem wir das Bild in unserem eigenen Körper spüren.
- Wie wäre es, dieser Mensch zu sein?



c) Kundlalini – Meditation von Osho

Diese Meditation ist auf CD käuflich.

Sie ermöglicht uns, vom Stress, von der Belastung, vom Tief usw. zurückzufinden in unsere Mitte indem sie uns da abholt, wo wir uns befinden.

Damit ist sie die ideale Meditation für den westlichen, aktiven Menschen, der sich eine Stunde Zeit nehmen kann:

Die Kundalini – Meditation besteht aus 4 Teilen à je 15 Minuten.

Es wird nicht gesprochen auf dieser CD:

1. Teil: mit beiden Füßen fest auf dem Boden stehend, wird durch das Becken hindurch alles weggeschüttelt, was irgendwie belastet. Die Augen sind geschlossen, damit man besser spüren kann. Tief atmen dabei.
2. Teil: Ausdruckstanz nach der Musik mit geschlossenen Augen.
3. Teil: Sitzen mit aufrechtem Rücken. Sich von den Tönen massieren lassen. Die Töne öffnen die Chakren.
4. Teil: Stille. Im Liegen wird die Stille erlebt bis der Gong das Ende der Meditation ankündigt.

Aktives Zuhören:

Beim aktiven Zuhören wird nichts Eigenes formuliert.

Was das Gegenüber erzählt, wird aufmerksam mitverfolgt und durch Nicken, Wiederholungen usw. bestätigt.

Wichtige Sätze **lässt** man wiederholen.

Nutzen für die Beratung:

Bei der Beratung besteht die Gefahr, selber zuviel zu reden.

Wer aktiv zuhören kann, gewinnt das Vertrauen des Klienten / der Klientin leichter.

Es braucht in jeder Beratung Sequenzen des aktiven Zuhörens damit der Klient sich angenommen, ernst genommen fühlt.



Pacing:

So wichtig wie das aktive Zuhören ist das Pacing:



Abstimmen der Körperhaltung auf den Klienten.

Atemrhythmus angleichen.

Lautstärke, Stimme und Ausdrucksart auf das Gegenüber abstimmen.

Fragen stellen:

Eine gute Beratung lebt von treffend gestellten Fragen.

Das Gegenüber fühlt sich nur einbezogen, wenn es auch gefragt wird.

Gute Fragen lassen sich nicht mit ja oder nein beantworten.

Gute Fragen regen den Klienten zum Erzählen und Nachdenken an.



Beispiele: w - Fragen

- **warum** beschäftigt Sie diese Situation so stark?
warum fühlten Sie sich als Kind ausgeschlossen?
- **wie** sind Sie mit dieser Situation umgegangen?
wie haben Sie Ihre Mutter erlebt?
- **was** beschäftigt Sie daran besonders nachhaltig?
was hat Ihr Vater von Ihnen verlangt?



2. Die eigentliche Beratung:

1. Kontaktaufnahme mit dem Klienten
2. ein Glas Wasser anbieten
3. Fragen nach dem Anliegen, nach der Erwartung
4. das Aspektbild als Grundcharakter erkennen
5. der Vergleich Radix - Häuserhoroskop verdeutlicht den Unterschied zwischen Anlage, Grundcharakter und der Prägung, den Verhaltensmustern (Ueberlebensstrategie)
6. Das Familienmodell beschreibt, wie im 1. Lebensjahr die Mutter, der Vater und das Kind selber erlebt wurden.
Dieses Erleben wird als Prägung in Form von inneren Rollenbildern festgehalten.
Diese Rollenbilder bestimmen unser Erleben und unser Verhalten in der Partnerschaft und als Eltern solange sie nicht aufgearbeitet werden
7. Der Alterspunkt beleuchtet die Gegenwart mit den aktuellen Themen und ermöglicht es, in die Vergangenheit zurückzublenden um diese besser zu verstehen
8. Die Stellung des Mondes gibt Auskunft über die gefühlsmässigen Bedürfnisse und über das Ausdrücken der Gefühle, ebenso über erlittene Verletzungen, welche Empfindlichkeiten erzeugen.

} Vertrauen schaffen

9. Das Herausarbeiten der Intelligenzart und der besonderen Talente und Bedürfnisse ermöglicht eine Berufsberatung, welche nach der Berufung strebt.

Was man gut kann und besonders gerne tut, soll auch den Lebensunterhalt einbringen, so dass die tägliche Arbeit zur Freude wird.

10. Der Mondknoten zeigt wie ein Wegweiser, welche Richtung für die Weiterentwicklung eingeschlagen werden soll.
Folgen wir ihm, geht es immer gut weiter.

Das AC zeigt die Tugend, zu der die Lebensfäden hinführen sollen.

11. Ueber die Hintergründe gesundheitlicher Probleme erfahren wir viel im Horoskop. Jedes Ungleichgewicht kann sich z.B. körperlich auswirken.
Arbeiten wir an einem besseren Gleichgewicht, an einer besseren Harmonie, dient das ganz direkt unserer Gesundheit.
Das Horoskop kann uns helfen, den geeigneten Heilungsweg zu finden.

