

Caroline DeClair

# Wer bin ich

Abenteuer Selbsterkenntnis

EIN PSYCHOLOGISCH-MYSTISCHER  
RATGEBER FÜR FRAUEN



### *Widmung*

Diesen psychologisch-mystischen Ratgeber für Frauen möchte ich meiner unvergessenen Mutter widmen. Denn sie ist die Frau, der ich es verdanke, gerne Frau zu sein, weil sie mir gezeigt hat, wie viel Freude es macht, sich selbst kennenzulernen, sich weiterzuentwickeln und niemals aufzuhören, Fragen zu stellen. Und genau diese Freude möchte ich nun auch mit anderen teilen.

Bücher haben feste Preise.

1. Auflage 2012

Caroline DeClair

*WER BIN ICH – Abenteuer Selbsterkenntnis*

© Caroline DeClair/Neue Erde GmbH 2012

Alle Rechte vorbehalten.

Titelseite:

Fotos: Aleisha Evans/shutterstock (Spiegel),

Adcharyaphoto/shutterstock (Sternenhimmel)

Gestaltung: Dragon Design, GB

Satz und Gestaltung:

Dragon Design, GB

Gesetzt aus der Minion

Gesamtherstellung: L.E.G.O. S.p.A. Lavis (TN)

Printed in Italy

**ISBN 978-3-89060-606-4**

IRIS ist ein Imprint bei Neue Erde.

Neue Erde GmbH

Cecilienstr. 29 · 66111 Saarbrücken · Deutschland · Planet Erde

[www.neue-erde.de](http://www.neue-erde.de)

# Inhalt

Vorwort: *Abenteuer Selbsterkenntnis* 8

## TEIL 1: PSYCHOLOGIE – DER SCHLÜSSEL ZUR PERSÖNLICHKEIT

Die archetypische Göttin in Ihnen 11

*Psycho-Test* 12

Träume – nächtliches Kino im Kopf 21

*Wissenswertes rund ums Träumen* 21

*Traumpersönlichkeits-Test* 22

*Die verschiedenen Traumarten* 27

*Traumdeutung* 31

*Traumsymbole von A - Z* 31

Kritzeleien – Bilder aus dem Unterbewusstsein 36

Das Innere Ich 39

*Der Test* 40

Die Prägung durch die Mutter-Tochter-Beziehung 46

*Psycho-Test* 46

Die Geschwisterkonstellation 52

Die neun Seelentypen 56

*Der Enneagramm-Test* 56

Die Ausgewogenheit Ihrer Persönlichkeit 66

*Der Yin-und-Yang-Test* 67

Der Emotionale Intelligenz Quotient 71

*Der EQ-Test* 72

*Tipps und Strategien zur Steigerung der Emotionalen Intelligenz* 77

Das Selbstwertgefühl 79

*Psycho-Test* 79

Die Willenskraft 83

*Psycho-Test* 83

Die Betrachtungsweise 87

*Test: Optimistin, Pessimistin oder Realistin?* 87

*Tipps: So werden Sie optimistischer* 91

Das Konfliktverhalten 92

*Test: Wie gehen Sie mit Konflikten um?* 92

Die Stressbewältigung 96

*Typen-Test* 96

Das Zeitgefühl 102

Die Begabung 105

*Test* 105

Die Farbpsychologie 110

*Über Lieblingsfarben und Charakter* 111

Das Haar im Spiegel der Psychologie 116

*Die Haarfarben* 116

*Die Frisuren* 120

## TEIL 2: MYSTIK – DIE GEHEIME CHARAKTERKUNDE

Astrologie – Die Weisheit der Sterne 125

*Was Sie über die Astrologie wissen sollten* 125

*Das Geburtshoroskop* 127

*Wichtige Stichworte zur Astrologie* 128

*Die zwölf Tierkreiszeichen* 136

*Der persönliche Jahresregent* 146

*Der Geburtswochentag und sein planetarer Einfluss* 149

*Die Jahreszeiten-Typologie* 152

*Die Geburtstotems der Ureinwohner Nordamerikas* 155

*Der keltische Baumkreis* 164

Der Zauber der Zahlenmystik 173

*Numerologie – die Lehre von den Zahlen* 174

*Die Geburtszahl* 174

*Die Namenszahl* 179

*Die Schicksalszahl* 183

*Die Tageszahl Ihres Geburtsdatums* 186

*Der Anfangsbuchstabe Ihres Vornamens* 193

Körperbezogene Typologien 197

*Die Wahrheit steht im Gesicht* 198

*Die Kunst des Handlesens* 201

*Moleosophie – das Deuten von Schönheitsflecken* 204

Ihr persönlicher Mystik-Faktor 208

*Test: Schicksal, Zufall und freier Wille* 208

*Test: Wie ausgeprägt ist Ihr »sechster Sinn«?* 213

Und so geht es weiter... 219

Literatur 220

Abbildungsnachweis 220

Vorwort

## *Abenteuer Selbsterkenntnis*

Fragen nicht auch Sie sich von Zeit zu Zeit, warum Sie sich so oder so verhalten, in bestimmten Situationen auf bestimmte Art reagieren und manche Dinge mögen und andere nicht? Welche Stärken und Schwächen, welche Einflüsse, Wünsche, Sehnsüchte und Bedürfnisse, aber auch Abgründe machen Sie zu der Frau, die Sie sind?!

Am Anfang jeder Selbsterkenntnis steht die Frage nach dem eigenen Ich. – Machen Sie sich auf den Weg und finden Sie es heraus! Nutzen Sie die Erkenntnisse der modernen Psychologie, greifen Sie zurück auf uraltes Menschheitswissen, befragen Sie Ihr Unterbewusstsein, wandeln Sie auf spirituellen Pfaden, suchen Sie Antworten in den Sternen und scheuen Sie auch vor mystischen Methoden nicht zurück! Uns allen gemeinsam ist eins: die Suche nach Erkenntnis über das eigene Selbst, das eigene Sein. Und freuen Sie sich auf dieses Abenteuer, denn nichts ist spannender, als die Entdeckungsreise ins eigene Ich.

*»Durch die unaufhörliche innere Nachforschung, die fragt ›Wer bin ich‹, wirst du dich selbst erkennen und dadurch Befreiung erlangen.«*

RAMANA MAHARSHI, *GROSSE MEISTER INDIENS*

*»Im Spiegel des Wassers erkennt man sein Gesicht, und im Spiegel seiner Gedanken erkennt der Mensch sich selbst.«*

ALTES TESTAMENT: *SPRÜCHE 27:19*

*Ohne Selbsterkenntnis ist jede Beobachtung und jede Vernunftanwendung unmöglich.*

LEO N. TOLSTOI, *KRIEG UND FRIEDEN*

*Selbsterkenntnis ist der Anfang von Weisheit, die das Ende der Angst bedeutet.*

KRISHNAMURTI, *ÜBER DIE LIEBE*

TEIL 1

# PSYCHOLOGIE – DER SCHLÜSSEL ZUR PERSÖNLICHKEIT

Als anerkannte Wissenschaft gibt es die Psychologie erst seit dem 19. Jahrhundert. Doch ihre Wurzeln und viele ihrer Erkenntnisse reichen bis in die graue Vorzeit zurück und speisen sich aus so verschiedenen Quellen wie der Philosophie, der Theologie, der Astrologie, den esoterischen Geheimwissenschaften und der Medizin.

Zum Glück müssen Sie, um die Psychologie als Instrument zum besseren Verständnis Ihrer eigenen Persönlichkeit nutzen zu können, weder zahlreiche dicke Bücher der oben aufgeführten Disziplinen wälzen noch einen Therapeuten aufsuchen oder gar selbst zur Psychologin werden. Was Ihnen schnell und effizient weiterhilft, ist ein grundsätzliches Verständnis der Begriffe Persönlichkeit, Psyche und Seele.

Als *Persönlichkeit* wird die Summe der Eigenschaften, die dem einzelnen Menschen seine charakteristische, unverwechselbare Individualität verleihen, bezeichnet. Sie setzt sich aus verschiedenen Anteilen zusammen; und zwar zum einen aus den Anlagen, die jeder Mensch von Anfang an mitbringt. Schließlich zeigen schon neugeborene Babys unterschiedliche Temperamente, Vorlieben und Abneigungen, die sie noch gar nicht erworben haben können. Und zum anderen aus dem Einfluss der Umwelt, der Erziehung und den kindlichen Prägungen sowie aus den persönlichen Erfahrungen und Lebensumständen.

Das Wort *Psyche* stammt ursprünglich aus dem Altgriechischen und bedeutet wörtlich übersetzt *Atem* oder *Hauch* und im übertragenen Sinn *Seele*. Im Altertum waren also Psyche und Seele identisch, und man verstand darunter das gesamte nichtkörperliche, geistige Sein des Menschen. Im Laufe der Zeit aber änderte sich dieses Verständnis. Und so wird der Begriff Psyche heute eher sachlich gesehen und als die Gesamtheit aller geistigen und emotionalen inneren Vorgänge des bewussten und unbewussten Denkens und Fühlens, der instinktiven Verhaltensmuster sowie der eigenen Wahrnehmung all dessen interpretiert. Die spirituellen Aspekte, in denen es um nicht-materielle Prinzipien oder auch um die Existenz einer unsterblichen Identität geht, finden sich nun weitgehend nur noch im Begriff Seele.

Doch unabhängig aller Begriffsvielfalt: Wer sich selbst verstehen will, ist gut beraten, alle Facetten des menschlichen Seins, also Körper, Geist und Seele sowie die Erkenntnisse der modernen Psychologie mit einzubeziehen. Und genau das werden wir nun gemeinsam tun.



## Die archetypische Göttin in Ihnen

Der erste Schritt auf unserer Reise ins eigene Innere beginnt im Unterbewusstsein. Und zwar nicht im individuellen, sondern im kollektiven. Dazu stützen wir uns auf eine in den USA in den neunziger Jahren des 20. Jahrhunderts von Psychologinnen und Analytikerinnen entwickelte, sehr interessante Weiterführung der Archetypenlehre des berühmten Schweizer Psychiaters und Philosophen C. G. Jung. Diese sogenannte »Psychologie einer neuen Weiblichkeit« benützt die Symbolkraft von sieben Göttinnen der griechischen Mythologie und deren Anteile in der weiblichen Psyche.

### Archetypen

Um diese inneren Bilder und Rollenmodelle besser zu verstehen, sollten wir uns zunächst kurz den Begriff des Archetypus, der aus der Tiefenpsychologie stammt, genauer anschauen. Archetypen sind urtümliche, seit alters her vorhandene allgemeine Bilder und Symbole aus Mythos, Märchen und gelebten Erfahrungen, die im kollektiven Unterbewusstsein existieren. Im Gegensatz zur persönlichen Psyche sind dessen Inhalte und Verhaltensweisen überpersönlicher Natur und somit als seelische Grundlage in jedem Menschen verankert.

### Die Göttinnen

Schon vor weit mehr als 5000 Jahren verehrten unsere überwiegend sesshaften Vorfahren die sogenannte Große Göttin. Es erschien ihnen aufgrund ihrer Beobachtungen in der Natur als selbstverständlich, dass eine lebensspendende Gottheit weiblich sein müsse. Doch ab etwa 3000 vor Christus begannen die bis

dahin göltigen Werte sich zu verändern. Männlicher Eroberungsdrang dominierte nun die Gesellschaft, und entsprechend patriarchalisch gefärbt waren auch die Mythen, die in jener Zeit entstanden. Die Eigenschaften, die einst der Großen Göttin alleine zustanden, wurden nun hauptsächlich auf männliche Götter übertragen. Bestimmte Charakteristika der weiblichen Urgöttin fanden sich allerdings, wenn auch in aufgesplitteter Form, in der Gestalt von sieben griechischen Göttinnen wieder. Diese weiblichen Gottheiten sind Aphrodite, Artemis, Athene, Demeter, Hera, Hestia und Persephone, und sie besitzen sowohl positive als auch negative Charakterzüge. Außerdem verkörpern sie die verschiedenen Entwicklungsstufen im Leben einer Frau. Im kollektiven Unterbewusstsein der weiblichen Psyche sind sie als archetypische Frauengestalten gespeichert. In unserer Umwelt stoßen wir mit diesen weiblichen Archetypen jedoch häufig auf Grenzen, die uns durch gesellschaftlich auferlegte Rollenbilder gesetzt werden. Daher leben wir manche Göttinnen sehr viel stärker aus, als andere. In jedem Fall ist es wichtig, dass wir alle unsere archetypischen Göttinnen und ihre Vielfältigkeit kennen. So können wir lernen, uns selbst einzuschätzen, und daraus resultierend die Fähigkeit entwickeln, unsere Bedürfnisse zu erkennen und selbstbewusst zu formulieren.

### DER TEST

Dieser Test beruht auf den weiblichen Archetypen und beleuchtet die verschieden stark ausgeprägten Aspekte der Göttinnen in Ihnen. Finden Sie heraus, welche Göttinnen in Ihrem Innenleben wichtige Rollen spielen und welche Sie möglicherweise zu stark verdrängen! Wählen Sie bei jeder der zwölf Fragen nur eine, und zwar die Ihnen am zutreffendsten erscheinende Antwort aus! Notieren Sie sich danach jeweils den Großbuchstaben, der hinter Ihrer Antwort steht und tragen Sie in die Tabelle die Anzahl Ihrer Antworten pro Buchstaben ein. Die entsprechenden Deutungstexte finden Sie unter dem jeweiligen Buchstaben.

	T	U	V	W	X	Y	Z
Summe							

### Frage 1: Was machen Sie üblicherweise an einem ganz normalen Samstagnachmittag?

- Ich kümmere mich um die Familie, mache den Hausputz oder arbeite im Garten. **U**
- Ich gehe einkaufen oder unternehme etwas mit Freunden. **Z**
- Ich verbringe den Nachmittag mit einem guten Buch, schaue Fernsehen oder sitze vor dem PC. **W**
- Ich treibe Sport. **X**
- Ich befasse mich mit meinen esoterischen Hobbys, z. B. Kartenlegen. **V**
- Ich treffe Vorbereitungen für die Dinner-Party am Abend. **T**
- Ich arbeite ehrenamtlich in einer kirchlichen Gruppe oder einem gemeinnützigen Verein. **Y**

### Frage 2: Wen laden Sie am ehesten zu einem Abendessen zu sich nach Hause ein?

- Überwiegend männliche Freunde oder Bekannte. **Z**
- Eine Gruppe Gleichgesinnter, die meine spirituellen Interessen teilen. **V**
- Meine Familie oder andere Familien mit Kindern, die im gleichen Alter wie die meinen sind. **U**
- Die Bekannten und Geschäftspartner meines Mannes mit deren Frauen. **T**
- Liebe Menschen, die ich durch meine ehrenamtlichen Tätigkeiten kennen gelernt habe. **Y**
- Nur die engsten Freunde und Freundinnen. **W**
- Die Freundinnen, mit denen ich am meisten Spaß habe. **X**

### Frage 3: Beschreiben Sie Ihren idealen Lebenspartner!

- Hilfsbereit, mitfühlend und immer für die anderen da. **Y**
- Leidenschaftlich, liebevoll und sexuell genauso aufgeschlossen wie ich es bin. **Z**
- Intelligent und vielseitig interessiert, so dass wir immer Gesprächsstoff haben. **W**
- Unabhängig, eigenständig, und er muss davon überzeugt sein, dass jeder der Partner auch in einer Beziehung weiterhin sein eigenes Leben führen kann. **X**
- Reif, erfolgreich, beeindruckend und einflussreich. **V**
- Gefestigt, beständig, beschützend und in der Lage, mich und die Familie zu versorgen. **U**
- Selbstbewusst und mir ebenbürtig. **T**

**Frage 4: Welche Aussage charakterisiert Ihr Liebesleben am besten?**

- Ich bin schnell erregbar und genieße die körperliche Liebe mit dem richtigen Partner sehr. **Z**
- Oft ist es schwer für mich meinen Kopf auszuschalten. Dadurch fällt es mir nicht immer leicht, Sex zu genießen. **W**
- Anfangs finde ich es manchmal schwierig, mich fallen zu lassen, aber sobald ich entspannt bin, ist es sehr schön. **X**
- Sex ist für mich eine machtvolle, ja beinahe übersinnliche Erfahrung. **V**
- Ich liebe es, meinen Partner zu verwöhnen, aber oft vergesse ich dabei meine eigenen Bedürfnisse. **Y**
- Ich genieße das Geben und Nehmen, das zu gemeinsamer Erfüllung führt. **T**
- Ich kann in einer Beziehung mit oder ohne Sex leben, aber nicht ohne Liebe. **U**

**Frage 5: Was ist Ihrer Meinung nach das wichtigste in einer Ehe?**

- Freundschaft, weil sie der Schlüssel für eine dauerhafte Beziehung ist. **W**
- Ich bin eigentlich überhaupt kein Typ für die Ehe. **X**
- Die spirituelle Verbindung mit meinem Partner. **V**
- Die Kinder. **U**
- Eine gleichberechtigte Partnerschaft. **T**
- Die Nestwärme und die Möglichkeit, für mich und die Meinen ein gemütliches Zuhause zu schaffen. **Y**
- Leidenschaft, denn was hat man schon ohne sie?! **Z**

**Frage 6: Wie reagieren Sie auf die Einladung von Freunden zu einer Party am kommenden Freitagabend?**

- Ich freue mich darauf, viele neue Leute kennen zu lernen. **X**
- Ich hoffe, dass ich dort wenigstens einen Menschen finde, mit dem ich ein tiefgreifendes Gespräch führen kann. **U**
- Ich beschließe, an diesem Abend die Gastgeber in der Küche zu unterstützen und ihnen bei der Bewirtung ihrer Gäste zu helfen. **Y**
- Ich male mir aus, wie toll es sein wird, Arm in Arm mit meinem Partner dort zu erscheinen. **T**
- Ich erfinde eine Ausrede, da ich den Abend lieber zu hause verbringen möchte. **V**
- Ich plane sorgfältig, was ich anziehen werde. **Z**
- Ich überlege mir schon mal ein paar aktuelle und interessante Themen, über die ich mich mit anderen Partygästen unterhalten kann. **W**

**Frage 7: Welche dieser Tätigkeiten würden Ihrer inneren Berufung am meisten entsprechen?**

- Anwältin, Managerin oder selbstständige Geschäftsfrau. **W**
- Sportlehrerein, Reiseleiterin oder Animateurin in einem Ferienclub. **X**
- Psychologin oder Heilpraktikerin. **V**
- Modedesignerin, Schauspielerin, Musikerin oder PR- Beraterin. **Z**
- Gastronomin oder Hotelfachfrau. **T**
- Eine verantwortliche Aufgabe bei einer Nonprofit-Organisation oder eine Tätigkeit als Chefsekretärin oder als Assistentin. **Y**
- Kinderärztin, Krankenschwester oder Sozialarbeiterin. **U**

**Frage 8: Wenn Sie die Möglichkeit hätten, Ihren Wohntraum zu verwirklichen, wo und wie würde er sein?**

- In einem Penthaus mit spektakulärer Aussicht in einer beliebigen Stadt. **Z**
- In einer Wohnung in einer Großstadt mit Weltflair wie Paris, London oder New York City. **W**
- Wo ist mir egal. Hauptsache ist doch, dass die Atmosphäre Ruhe und Frieden ausstrahlt. **Y**
- In einem netten Haus in einem kleinen Ort, wo jeder jeden kennt. **X**
- Unbedingt auf dem Land in einem total gemütlichen Bauernhaus. **U**
- In einer Villa in einem noblen und eleganten Vorort. **T**
- Sicherheit ist mir das Allerwichtigste, also in einer gut bewachten Nachbarschaft, in einem Haus mit Alarmanlage und hohem Zaun. **V**

**Frage 9: Wie verbringen Sie Ihre Freizeit am liebsten?**

- Indem ich mich ehrenamtlich engagiere. **Y**
- Beim Shopping. **Z**
- Beim Stöbern in einem Buchladen oder beim Lesen. **W**
- Ich mache lange Spaziergänge. **U**
- Ich nehme mir Zeit für mich selbst, denke nach, meditiere oder entspanne mich bei einem schönen Schaumbad. **V**
- Zusammen mit meiner Familie und meinen Freunden. **T**
- Ich gehe mit meinen Freundinnen aus. **X**

**Frage 10: Wovon findet man in Ihrem Kleiderschrank am meisten?**

- Business Outfits, also Kostüme und Hosenanzüge.
- Geschmackvolle Freizeitkleidung.
- Künstlerische, exzentrische und ausgefallene Sachen.
- Alles, was bequem ist.
- Klassische und elegante Kombinationen.
- Ein wildes Sammelsurium von Klamotten aller Art.
- Figurbetonte, sexy Outfits und jede Menge Dessous.

W

Y

V

U

T

X

Z

**Frage 11: Welche der folgenden Aussagen könnte von Ihnen stammen?**

- Mein Körper ist attraktiv.
- Ich kümmere mich um meinen Körper, damit ich möglichst lange aktiv und fit bleiben kann.
- Ich denke nicht oft über meinen Körper nach.
- Ich bemühe mich, mit meinem Körper endlich Frieden zu schließen.
- Die Tatsache, dass ich mit meinem Körper Kinder gebären kann, macht mich stolz und glücklich.
- Am liebsten mag ich meinen Körper, wenn ich merke, wie attraktiv mein Partner ihn findet.
- Mein Aussehen bedeutet mir wesentlich weniger als mein innerer Seelenfrieden.

Z

X

W

V

U

T

Y

**Frage 12: Hand aufs Herz, was hat in Ihrem Leben wirklich die größte Priorität?**

- Karriere.
- Unabhängigkeit.
- Selbstfindung.
- Kinder und Familie.
- Partnerschaft und Ehe.
- Hilfe und Unterstützung sowie der Dienst an meinen Mitmenschen.
- Romantik und Leidenschaft.

W

X

V

U

T

Y

Z

**DEUTUNG***T = Hera*

**Der Mythos:** Die Schutzgöttin der Ehe und der Frauen, Schwester und Gemahlin des obersten, olympischen Gott Zeus, gilt als die Königin des Götterhimmels. Sie soll ihre Nebenbuhlerinnen, also die zahlreichen Geliebten ihres Gatten Zeus, mit Eifer- und Rachsucht verfolgt haben.

**Der Archetyp:** Hera, bei den Römern als Juno bekannt, symbolisiert den Typ der klassischen Ehefrau, die sich hauptsächlich durch die Beziehung zu ihrem Partner definiert. Gleichzeitig ist sie aber auch die sprichwörtlich starke Frau, die hinter ihrem Mann steht.

**Persönlichkeit:** Eine hohe Punktzahl bei Hera weist darauf hin, dass die Partnerschaft, ja mehr noch die Ehe, für Sie absolute Priorität hat. Sie sind eine starke, absolut loyale Gefährtin und erwarten auch von Ihrem Partner, dass er treu und zuverlässig ist und dass Sie auf ihn stolz sein können. Sie wollen gleichberechtigt zum Erfolg der Beziehung beitragen, wobei das sehr wohl auch heißen kann, dass Sie in Ihrer Ehe eine strikte, oft auch traditionelle Aufgabenteilung vorziehen. Ihren Zuständigkeitsbereich managen Sie sehr erfolgreich und mit viel Geschick, wünschen sich dafür aber auch die entsprechende Anerkennung. Für Ihre persönliche Entwicklung ist – vor allem in Krisenzeiten – das Annehmen einiger der Eigenschaften des sehr eigenständigen Archetyps Hestia bestimmt sehr sinnvoll.

*U = Demeter*

**Der Mythos:** Die Göttin der Fruchtbarkeit der Erde, der Kornfelder und der Jahreszeiten tritt in verschiedenen Manifestationen auf. Besonders bedeutsam ist ihre Mutterrolle, vor allem auch im Zusammenhang mit ihrer Tochter Persephone, der Königin der Unterwelt. Demeter galt als die Beschützerin von Geburten und von kleinen Kindern.

**Der Archetyp:** Demeter, bei den Römern Ceres, ist die Verkörperung der Erdmutter, die Ernährerin und die Frau, die in ihrer Rolle als Mutter die größte Erfüllung findet.

**Persönlichkeit:** Wenn Sie bei Demeter hoch abgeschnitten haben, dann entsprechen Sie in vielem dem klassischen Mutterbild – fürsorglich, nährend und selbstlos. Wahrscheinlich ist bzw. war die biologische Mutterschaft für Sie auch tatsächlich etwas absolut Erstrebenswertes. Kinder zu haben ist für Sie eben von essentieller Lebensbedeutung. Außerdem neigen Sie generell dazu, sich um

andere zu kümmern, zu sorgen und sie zu bemuttern. Es kann allerdings sein, dass Sie so sehr in Ihrer Mutterrolle aufgehen, dass Sie sich nicht genügend um Ihre anderen Bedürfnisse als Frau und Mensch kümmern. Sollte dies der Fall sein, dann dürfte es Ihnen helfen, einige der archetypischen Eigenschaften der eher selbstbezogenen Aphrodite und der individualistisch veranlagten Artemis zu erlernen.

### *V = Persephone*

**Der Mythos:** Persephone, Tochter der Demeter und zunächst eine der zahlreichen Fruchtbarkeitsgöttinnen, wird beim Blumenpflücken von Hades, dem Gott der Unterwelt geraubt und in sein Schattenreich entführt. Als seine Gemahlin wird sie zur Königin der Unterwelt. Doch weil der Schmerz Demeters ob des Verlustes ihrer Tochter so groß ist, entscheidet Zeus unter dem Druck der erzürnten Mutter, dass Persephone stets einen Teil des Jahres bei Demeter auf der Erde verbringen darf. Dieser Vorgang gilt als Symbol für die jährlich wiederkehrenden Stirb- und Werdeprozesse in der Natur.

**Der Archetyp:** Persephone, bei den Römern Prosperina, steht sowohl für das passive, ewig junge Mädchen und die behütete Tochter, als auch für die Frau, die mit zunehmender Reife zur Führerin durch die Schattenwelt der Seele und zur Erforscherin des Unterbewusstseins sowie des Geheimnisvollen wird.

**Persönlichkeit:** Wenn Sie hier hoch gepunktet haben, dann sind Ihnen schmerzliche Erfahrungen bestimmt nicht unbekannt. Vielleicht haben Sie ja zunächst stets versucht, sich den Anforderungen, den Wünschen und den Bedürfnissen anderer auf mädchenhafte Weise anzupassen. Und wahrscheinlich sind Sie auch etwas verträumt, und die Konfrontation mit der harten Realität führte bzw. führt noch zu dem einen oder anderen seelischen blauen Fleck. Doch all das macht Sie auch sehr einfühlsam, sensibel und mitfühlend. Gut möglich, dass Sie sich besonders für spirituelle, esoterische und psychologische Wahrheiten interessieren. Gerade in diesen Bereichen können Sie nicht nur für sich selbst, sondern auch für andere Wertvolles leisten. Und dadurch sind Sie auch in der Lage, wenn nötig, die Eigenschaften anderer weiblicher Archetypen in Ihre Persönlichkeit zu integrieren.

### *W = Athene*

**Der Mythos:** Die jungfräuliche, kämpferische Göttin der Weisheit, der Künste und der Wissenschaften, der besonnenen Tat, des Handwerks und der strategischen Kriegskunst soll in voller Rüstung dem Haupt ihres Vaters Zeus entsprungen sein. Sie trägt die Beinamen Pallas (Mädchen) oder Parthenos (Jung-

frau). Ursprünglich nur die Schutzgöttin von Athen, wurde sie später in der Antike als Patronin aller Städte und als weise Ratgeberin verehrt.

**Der Archetyp:** Athene, von den Römern Minerva genannt, gilt als klug, mutig und selbstbestimmt. Sie vereint sowohl weibliche als auch männliche Eigenschaften und symbolisiert daher gewissermaßen die geistige Androgynität.

**Persönlichkeit:** Wenn Sie bei Athena viele Punkte haben, dann sind Sie intelligent, zuverlässig, ausdrucksstark und extravertiert. Sie denken logisch, sind praktisch und rational veranlagt und legen großen Wert auf eine gewisse Eigenständigkeit. Ihr Beruf und Ihre Karriere sind Ihnen wichtig. Sie haben eine natürliche Begabung für Wirtschaft, Politik, Justiz und/oder Wissenschaft. Freundschaften pflegen Sie eher mit Männern als mit Frauen. Sie planen klug und vorausschauend und können mit etwas diplomatischem Geschick Ihre oftmals ehrgeizigen Ziele durchaus erreichen. Im Interesse Ihrer seelischen Ausgeglichenheit ist es für Sie aber auch sehr wichtig, den Kontakt zu Ihrer Weiblichkeit, den Bedürfnissen Ihres Körpers und zu Ihren Emotionen zuzulassen. Sollten Sie damit Schwierigkeiten haben, dann helfen Ihnen einige der Eigenschaften von Hestia und Aphrodite bestimmt weiter.

### *X = Artemis*

**Der Mythos:** Die jungfräuliche Zwillingsschwester von Apollo galt als die Göttin der Jagd, der Tiere, der freien Natur und des Wachstums. Zusammen mit den ebenfalls jungfräulichen Nymphen durchstreifte sie mit Pfeil und Bogen die Wälder. Oft wurde sie auch als die Göttin, die Leben gibt und nimmt, mit dem Mond in Verbindung gebracht.

**Der Archetyp:** Artemis, von den Römern als Diana verehrt, verkörpert die unbeherrschbare, wilde und ungezähmte Kraft der Natur, welche auch ohne männliche Unterstützung ihre Ziele verfolgt und erreicht.

**Persönlichkeit:** Wenn Sie bei dem Artemis Archetyp eine hohe Punktzahl erreicht haben, dann verfügen Sie über die geballte, weibliche Natur- und Urkraft sowie über jede Menge Energie. Sie sind ein sportlicher Typ, natur- und tierlieb und halten sich bestimmt sehr gerne im Freien auf. Wenn Sie von einem Anliegen oder einer Sache überzeugt sind, dann setzen Sie sich voll und ganz dafür ein. Sie sind gerne mit anderen Frauen zusammen und glauben mehr oder weniger unbewusst an den Gedanken, dass alle Frauen irgendwie eine große Schwesternschaft bilden. Auf Ihre Freiheit und Ihre Unabhängigkeit legen Sie allergrößten Wert. Nur wenn ein Mann in der Lage ist, das zu akzeptieren, kommt eine dauerhafte Bindung für Sie in Frage. Wenn Sie in einer festen Beziehung leben, könnten Ihnen einige der Hera zugeschriebenen Eigenschaften bestimmt wertvolle Dienste leisten.

## Y = Hestia

**Der Mythos:** Die jungfräuliche Göttin des Herdfeuers wurde als Hüterin von Haus, Heim und Tempel verehrt. Obwohl sowohl Poseidon, der Gott des Meeres, als auch Apollo, der Gott des Lichts, ihr die Ehe anboten, lehnte die Tante von Göttervater Zeus beide Anträge ab. Ihr war es wichtiger, sich voll und ganz auf ihre Aufgaben zu konzentrieren.

**Der Archetyp:** Hestia, bei den Römern Vestia, symbolisiert das gezähmte Feuer im Herd, das stellvertretend für das innere Feuer steht. Sie ist weise, selbstgenügsam und erleuchtet.

**Persönlichkeit:** Wenn Sie viele der Hestia Qualitäten haben, dann ruhen Sie in sich selbst. Sie sind eine weise, reife und sehr spirituell veranlagte Frau. Man merkt Ihnen an, dass die innere Mitte für Sie weit mehr als nur ein Begriff aus einem der zahlreichen esoterischen Ratgeber ist. Gut möglich, dass Sie sich ehrenamtlich für verschiedene soziale Projekte engagieren. Materielle Güter und weltlicher Ruhm bedeuten Ihnen nicht viel. Sie konzentrieren Ihre Aufmerksamkeit bei sich und anderen auf die inneren Werte, und das kommt auch in Ihren Aktivitäten zum Tragen. Fast alles, was Sie tun, führen Sie mit einer ruhigen Achtsamkeit aus. Ihr Wesen und die innere Sicherheit, die Sie ausstrahlen, werden von vielen Menschen in einer zunehmend hektischen Welt als sehr angenehm empfunden.

## Z = Aphrodite

**Der Mythos:** Die Göttin der sinnlichen Liebe und der Schönheit, die aus dem Schaum des Meeres geboren sein soll, galt als Beschützerin aller Liebespaare. Sie war die Ehefrau des hinkenden Feuergottes Hephaistos, aber auch die Geliebte des Kriegsgottes Ares. Außerdem soll sie noch zahlreiche weitere Liebschaften mit Göttern und Menschen gehabt haben und die Mutter von vielen Kindern, darunter dem Liebesgott Eros und dem trojanischen Helden Äneas sein.

**Der Archetyp:** Aphrodite, von den Römern Venus genannt, wird aufgrund ihrer enormen Anziehungskraft von anderen Frauen oft gefürchtet, aber von den Männern begehrt und geliebt.

**Persönlichkeit:** Eine hohe Punktzahl bei Aphrodite lässt darauf schließen, dass Sie eine sehr feminine, erotische, leidenschaftliche und verführerische Frau sind. Nur wenige Männer können sich Ihrer geballten Sinnlichkeit entziehen. Sie mögen Ihren Körper, stehen zu Ihrer Weiblichkeit und genießen all die Hochgefühle, die mit der Liebe verbunden sind – und das physisch wie psychisch. Sie verlieben sich schnell und heftig, wechseln aber möglicherweise das Objekt

Ihrer Begierde genauso rasch und heftig. Wirklich verpflichtet fühlen Sie sich nämlich eigentlich nur sich selbst. Doch wenn Sie den »richtigen« Liebespartner gefunden haben, kann sich das ändern. Dann wandeln Sie sich, mit Hilfe einiger Hera-Qualitäten, von der zauberhaften, aber flüchtigen Geliebten, zu einer innig und dauerhaft liebenden Frau.

## Träume – Nächtliches Kino im Kopf

Auch der nächste Schritt auf unserer Entdeckungsreise führt uns wieder in das Unterbewusstsein. Aber diesmal in unser ganz persönliches – und zwar in die enorm spannende Welt unserer nächtlichen Träume.

### Wissenswertes rund ums Träumen

Jeder Mensch träumt. Auch wenn sich am nächsten Morgen nicht jeder daran erinnern kann. In etwa drei bis sieben Episoden und so ungefähr zwei Stunden pro Nacht bietet uns das nächtliche Traumgeschehen ein buntes Unterhaltungsprogramm. Das Spektrum unserer internen Filmproduktion ist breit gefächert. Von der Liebesschnulze bis zum Horrorstreifen ist da alles drin. Nur – bewusst bestimmen können wir dieses Programm nicht. Im Traum übernimmt nämlich der unterbewusste Teil unserer Psyche die Kontrolle. Sämtliche Beschränkungen, Hemmschwellen und Grenzen, die uns bei Tag kontrollieren, werden dadurch außer Kraft gesetzt. Deswegen ist im Traum alles möglich: Man ist ein gefeierter Superstar, wird von böartigen Monstern verfolgt, kann fliegen, auf Zeitreisen gehen, mit Tieren sprechen oder bärenstarke Kräfte entwickeln.

Aber warum träumen wir überhaupt? So ganz genau kann das auch die Wissenschaft noch nicht erklären. Jedoch geht man, seit der Begründer der Tiefenpsychologie, Sigmund Freud (1856 - 1939), im Jahr 1900 sein Buch »Traumdeutung« veröffentlichte, davon aus, dass Träume wichtig für die Gesundheit von Körper, Geist und Seele sind. Fakt ist, Menschen, denen aufgrund von Schlafentzug die Möglichkeit zum Träumen über einen längeren Zeitraum genommen wird, werden psychisch und körperlich krank.

Der Stoff, aus dem die Träume sind, entsteht aus verschiedenen Quellen. Dazu gehören Kindheitserfahrungen, Wunschdenken, Instinkte, Triebe und das von dem Psychologen und Philosophen C. G. Jung (1875 - 1961) definierte sogenannte kollektive Unterbewusstsein, in dem sich die Gestalten aus Legenden und Mythen unserer Vorfahren tummeln, von denen Sie einige bereits im