

Dunkles Land

Trauerbegleitung
in der
astrologischen Beratung

Über die Autorin

*»Märchen erzählen nicht von einer heilen Welt -
aber, wenn du sie verstehen lernst, dann heilen sie
deine Welt.«*

Ilona Picha-Höberth

Psychologische und systemische Astrologin, Freie Erzählerin und Autorin.

Nach autodidaktem Studium der klassischen Astrologie und einer Ausbildung zur psychologischen Astrologin engagierte sie sich in den 1990er Jahren intensiv in der Hospizbewegung. Sie leitete Ausbildungsgruppen für Trauer- und Sterbebegleiter, sowie verschiedene Seminare und Fortbildungen im Bereich der Persönlichkeitsentwicklung für unterschiedliche soziale Organisationen.

Seit mehr als 30 Jahren arbeitet sie als beratende Astrologin in eigener Praxis, sowie als Fotokünstlerin, freie Erzählerin und Autorin von Märchen, Geschichten und Sachbüchern.

Bisherige Publikationen im creAstro-Verlag:

- »Wer küsst Rapunzels Schuh?« - 2005
- »PICCO – ein Märchen« - 2008
- »Märchen vom grünen Fluß« - 2010
- »Stille Nacht – Raue Nacht« (CD) - 2011
- »Märchen von der Unmöglichkeit der Liebe« 2013
- »Kosmische Momente« - 2014
- »Das Sandelholzmädchen« (CD) – 2016

Kontakt: iph@creastro.de

Ilona Picha-Höberth

Dunkles Land

Trauerbegleitung
in der
astrologischen Beratung

creAstro Verlag

Besuchen Sie auch die Website www.creAstro.de

Bibliografische Information Der Deutschen Bibliothek
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Ilona Picha-Höberth

Dunkles Land

Trauerbegleitung in der astrologischen Beratung

Wasserburg am Inn, creAstro-Verlag , 2016

ISBN: 978-3-939078-05-0

© (2016) Ilona Picha-Höberth

Alle Rechte vorbehalten. Das Buch darf – auch auszugsweise
– nicht ohne vorherige schriftliche Genehmigung der
Autorin wiedergegeben werden.

Grafik: Gerhard Höberth / www.hoerberth.de

Umschlaggestaltung: Gerhard Höberth

Umschlagsfoto: Ilona Picha-Höberth

Gedruckt in Deutschland

Inhaltsverzeichnis

1. Dunkles Land - Wege durch die Trauer	11
1.1 Trauerbegleitung in der astrologischen Beratung	11
1.2 Was ist Trauer und wodurch wird sie ausgelöst?	17
1.2.1 <i>Denial / Verweigerung</i>	31
1.2.2 <i>Anger / Zorn</i>	32
1.2.3 <i>Bargaining / Feilschen</i>	33
1.2.4 <i>Depression</i>	35
1.2.5 <i>Acceptance/Annehmen</i>	36
1.3 Was bedeutet Trauerbegleitung?	37
1.4 Trauer hat viele Gesichter	43
1.4.1 <i>Saturn</i>	46
1.4.2 <i>Uranus</i>	56
1.4.3 <i>Neptun</i>	65
1.4.4 <i>Pluto</i>	82
1.5 Trauer im sozialen Kontext	91
2. Märchen und Astrologie	99
3. Märchen	103
3.1 Die Mosfrau	103
3.2 Hintergrund des Märchens	116

4. Anwendung in der Praxis	121
4.1 Jede Reise beginnt mit dem ersten Schritt	123
4.2 Schritt 1 - der Verlust des Gewohnten	133
4.2.1 <i>Anklage, Selbstvorwürfe und Schuldgefühle</i>	138
4.2.2 <i>Leugnen und Nicht-wahrhaben-wollen</i>	144
4.2.3 <i>Konfrontation des Unabwendbaren</i>	147
4.3 Schritt 2 - Aufbruch	151
4.3.1 <i>Nützliche Helfer</i>	156
4.3.2 <i>Wichtige Werkzeuge</i>	167
4.4 Schritt 3 - Gestärkt auf den Weg machen	179
4.5 Plutonische Wandlung	183
4.5.1 <i>Tod und Wiedergeburt</i>	195
4.5.2 <i>Ein neuer Kreislauf</i>	201
4.5.3 <i>Zu-sich-selbst-finden</i>	215
4.5.4 <i>Rituale für einen gelungenen Abschied</i>	221
4.6 Schritt 4 - Zurück ins Leben	229

*»Ich habe keine Lehre.
Ich zeige nur etwas.
Ich zeige Wirklichkeit.
Ich zeige etwas an der Wirklichkeit,
was nicht oder zu wenig gesehen worden ist.
Ich nehme ihn, der mir zuhört, an der Hand
und führe ihn zum Fenster.
Ich stoße das Fenster auf und zeige hinaus.
Ich habe keine Lehre, aber ich führe ein Gespräch.«*

Martin Buber

Nacht ohne Antwort

Der Vater kam von der Beerdigungszeremonie zurück. Sein siebenjähriger Sohn stand mit weit offenen Augen am Fenster, ein goldenes Amulett am Hals. Er war zu jung, um mit seinen Gedanken ins Reine zu kommen. Der Vater nahm ihn auf den Arm und der Knabe fragte: »Wo ist Mutter?« »Im Himmel«, antwortete der Vater und wies nach oben. Der Knabe erhob die Augen zum Himmel und starrte lange in das Schweigen. Sein verstörter Geist sandte eine Frage in die Nacht: »Wo ist der Himmel?« Keine Antwort kam. Und die Sterne waren wie brennende Tränen in dieser Nacht, ohne Antwort.

Tagore

1. Dunkles Land - Wege durch die Trauer

*»Können und Wissen helfen nicht weiter, so lange Ängste, Wünsche und Bedürfnisse nicht erkannt werden. Wir müssen zuhören, zuhören und nochmals zuhören.«
(Prof. Dr. Marina Kojer)*

1.1 Trauerbegleitung in der astrologischen Beratung

Wann sucht ein Mensch den Rat eines Astrologen? Wenn er hofft, eine glückliche Zukunft offenbart zu bekommen? Einen Lottogewinn? Einen Traummann? Reisen? Gewiss, für viele mag das genau der Vorstellung entsprechen, die sie von einer astrologischen Sitzung haben. Für sie besitzt Astrologie mehr oder weniger nur Unterhaltungswert. Aber diese Klienten suchen meist mehr nach einem Wahrsager und unsere Arbeit ist für sie wohl eher in den Bereichen der Zuckerwürfel-Astrologie oder des Kaffeesatzlesens angesiedelt und hat mit einer seriösen Beratung und vor allem Förderung der individuellen Weiterentwicklung nicht sehr viel zu tun.

In den meisten Fällen jedoch, in denen eine Klientin oder ein Klient um einen Termin bittet, geht es um ernsthafte Herausforderungen auf dem Lebensweg, Krisen, während derer er sich Beistand und Begleitung wünscht. Menschen suchen Rat, wenn Schicksalschläge ihre Lebensordnung bedrohen und sie wünschen sich Orientierung, wenn der Weg, der gerade noch so klar vor ihnen lag, plötzlich in ein undurchdringliches Chaos mündet.

Insofern ist es natürlich nicht abwegig, dass Menschen gerade in Trauer- oder Verlustsituationen den Weg zu einem Astrologen suchen.

Für Berater ist dies immer eine gewisse Herausforderung, denn Trauerprozesse zu begleiten, erfordert ein grosses Mass an Sensibilität und Empathie. Trauer ist ein Prozess, der nicht nach vorgeschriebenen Regeln verläuft, nicht nach messbaren Zeiten und nicht nach vorhersehbaren Effekten des Trauernden. Sie ist eine psychische Reaktion auf ein schmerzhaftes Ereignis, die den Regeln unserer Gesellschaft, die auf Berechenbarkeit und Kontrollfähigkeit setzt, grundlegend widerspricht. Insofern ist ein Astrologe in einer solchen Ausnahmesituation auch eher gefordert, den Klienten zu unterstützen, ihn zu begleiten, als ihm Rat- oder Verbesserungsvorschläge zu erteilen. Schnelle Lösungsansätze sind nicht gefragt, wenn ein Mensch mit einer Verlustsituation fertig werden muss, die sein ganzes

Trauerbegleitung in der astrologischen Beratung

Leben von einer Sekunde zur anderen infrage gestellt hat.

Doch, wie werden wir einem Menschen gerecht, der gerade alles verloren hat? Wie können wir ihn trösten und so stärken, dass er den langen Weg der Trauer, der vor ihm liegt, seiner individuellen Persönlichkeit entsprechend, gehen kann, ohne sich zu verlieren und ohne sich selbst infrage zu stellen?

Menschen in Trauersituationen reagieren i.d.R. noch sensibler, als sonst, auf Verbesserungsvorschläge oder Berichtigungsversuche. Gerade deshalb brauchen sie mehr Einfühlungsvermögen, mehr Verständnis, für ihre Unzulänglichkeiten und mehr Unterstützung, als zu anderen Zeiten.

Die Astrologin und Psychoanalytikerin Liz Greene schrieb in ihrem Buch ›Saturn‹¹:

»Einen beim Astrologen Rat suchenden Durchschnittsmenschen kann man nicht sagen, seine Schmerzen seien letztendlich Teil des Wachstums und der Evolution eines größeren Lebens, zu dem er selbst auch gehöre. Es kann ihm nicht helfen, wenn seine persönlichen Probleme mit für ihn unverständlichen Ausdrücken bewältigt werden. Er interessiert sich auch sicher nicht dafür, dass selbst die Erdenseele sich

¹ Liz Greene »Saturn«, Hugendubel, 8. Auflage, München 1991

vorbereite auf eine Einweihung in eine höhere Sphäre, und dass sein persönliches Streben mit diesem höheren Streben zusammenhänge.«

Um so mehr gilt diese Erkenntnis für Zeiten der Trauer. Erfährt ein Ratsuchender hier keine Unterstützung, sondern Infragestellung oder moralische Bewertung, wird er seine Trauer nicht mehr nach Außen tragen. Er wird sie verstecken oder schlimmstenfalls verdrängen.

Einen Menschen in seinen dunkelsten Stunden zu begleiten ist auch für uns Astrologen seelische Schwerarbeit. Sie ist anstrengend und mühsam, denn sie macht uns mehr zu Seelsorgern, als zu Ratgebern. Darüber hinaus verlangt sie von uns, dass wir uns selbst und unser persönliches Wollen - noch mehr, als in jeder anderen Beratungssituation - zurücknehmen und uns ganz auf unser Gegenüber einlassen.

Das Gelingen eines solchen Gespräches hängt weit mehr von unserer Einfühlung und unserer Fähigkeit ab, den anderen so zu sehen, wie er ist und was er gerade braucht, als von unseren Lehrmeinungen und unserem Wissen.

Die Gesprächsführung in einer astrologischen Beratung ist immer eine Kunst, die über alles Fachwissen

Trauerbegleitung in der astrologischen Beratung

hinausgeht. In einer Trauersituation sind wir gefordert, diese Kunst aufs Bestmögliche zu verfeinern.

Carl Rogers, Psychologe, Psychotherapeut und Begründer der klientenzentrierten (nicht-direktiven) Gesprächstherapie, fasste die Grundpfeiler seiner Arbeit in folgenden Begriffen zusammen:

- Echtheit
- Emotionale Wärme
- Selbstkongruenz

Sie bilden auch heute noch die Basis eines respektvollen Umgangs mit Klienten und Ratsuchenden.

Gerade während einer Trauer braucht ein Mensch, so viel mehr als sonst, das Gefühl, angenommen, wichtig und wertvoll zu sein, und nicht berichtigt oder kritisiert zu werden. Es ist in dieser Situation nicht seine Absicht, seine Persönlichkeit zu erweitern oder zu entwickeln, er möchte in seinem Schmerz nur verstanden und akzeptiert werden. Und er möchte Möglichkeiten aufgezeigt bekommen, wie er mit diesem Schmerz umgehen soll.

Wir als Astrologen können dazu beitragen diesen Weg durch die Trauer zu erleichtern, indem wir keine guten Rat-*<Schläge>* erteilen, sondern es möglich machen, dass ein Mensch sich in einer seiner schwers-

DUNKLES LAND - WEGE DURCH DIE TRAUER

ten Lebenssituationen nicht zusätzlich selbst in Frage stellen oder für seine Gefühle und Empfindungen schämen muss.