

# Inhalt

Einleitung . . . . .	11
<b>TEIL I: WAS IST HOCHSENSIBILITÄT?</b>	
Selbsttest für Hochsensible (HSP – «Highly Sensitive Person») .	16
<i>Erläuterung</i> . . . . .	18
Merkmale der Hochsensibilität . . . . .	19
<i>Stärken und Schwächen</i> . . . . .	20
<i>Definition</i> . . . . .	24
<i>Wie alles begann</i> . . . . .	25
<i>Welche Rolle spielen die Spiegelneuronen?</i> . . . . .	26
Meine astrologischen Forschungen . . . . .	28
<i>Ergebnisse und Schlussfolgerungen</i> . . . . .	29
<i>Ein Modell: Typen I – V</i> . . . . .	32
<b>TEIL II: HOCHSENSIBILITÄT IM SPIEGEL DES HOROSKOPS UND ZUORDNUNG DER MERKMALE</b>	
Sensibilität und Empathie. . . . .	37
<i>Kombination von Sonne, Mond, Neptun/Fische/12. Haus</i> . . . . .	38
<i>Sonne in Aspekten zu Neptun</i> . . . . .	38
<i>Sonne in Fische und im 12. Haus</i> . . . . .	39
<i>Mond in Aspekten zu Neptun</i> . . . . .	40
<i>Mond in Fische</i> . . . . .	42
<i>Mond im 12. Haus</i> . . . . .	43
<i>Neptun im 12. Haus</i> . . . . .	45

Reize, Stimulation und hohe Wahrnehmungsfähigkeit . . . . .	47
<i>Kombination von Merkur/3. Haus, Neptun/</i>	
<i>12. Haus, Mars und Uranus</i> 48	
<i>Merkur in Aspekten zu Neptun</i> 48	
<i>Merkur in Aspekten zu Uranus</i> 49	
<i>Neptun im 3. und Merkur im 12. Haus</i> 51	
<i>Mars in Aspekten zu Neptun und im 12. Haus</i> 52	
<i>Horoskopbeispiel 1: Helene</i> 53	
<i>Horoskopbeispiel 2: Gisela</i> 55	
 Zusätzliche hohe Sensibilität durch chironische Wunden . . . . .	58
<i>Die wichtigsten Chiron-Aspekte</i> 60	
<i>Chiron in Aspekten zu Sonne</i> 60	
<i>Chiron in Aspekten zu Mond</i> 61	
<i>Chiron in Aspekten zu Merkur</i> 62	
<i>Horoskopbeispiel 3: Norbert</i> 63	
 HSP mit Chiron-Dominanz und zusätzlicher	
narzisstischer Verwundung . . . . .	66
<i>Test zur narzisstischen Verwundung</i> 66	
<i>Die großen Schwierigkeiten dieser HSP</i> 68	
<i>Horoskopbeispiel 4: Johanna</i> 70	
 Abgrenzung zur Hochsensibilität: Empfindsamkeit	
und hohes Erregungsniveau . . . . .	73
<i>Dominanz von Chiron und Uranus</i> 73	
<i>Horoskopbeispiel 5: Andreas</i> 74	
 Narzisstische Verwundung und hohes Erregungsniveau . . . . .	76
<i>Aspekte von Saturn und der Transsaturnier auf</i>	
<i>persönliche Planeten sowie Uranus-Dominanz</i> 76	
<i>Horoskopbeispiel 6: Lisa</i> 76	

Wichtige HSP-Themen und ergänzende astrologische Entsprechungen . . . . .	79
<i>Intuition</i> 79	
<i>Kommunikation</i> 82	
<i>Doublebinds</i> 85	
<i>Beruf</i> 90	
<i>Horoskopbeispiel 7: Helmut</i> 92	
<i>MC in Fische und in Aspekten zu Neptun</i> 94	
<i>Beziehungen und Partnerschaften</i> 96	
<i>Beziehungen zwischen HSP und Nicht-HSP</i> 98	
<i>Beziehungen zwischen HSP und HSP</i> 100	
<i>Astrologische Besonderheiten</i> 102	
<i>Anpassung, Verweigerung und Abwehr</i> 104	
<i>Venus/Saturn-Aspekte</i> 108	
<i>Spiritualität</i> 110	
<i>Sehnsucht und Weltschmerz</i> 114	
<i>Gesundheitliche Störungen</i> 118	
Horoskope bekannter hochsensibler Persönlichkeiten . . . . .	121
<i>Horoskopbeispiel 8: Albert Schweitzer</i> 121	
<i>Horoskopbeispiel 9: Johann Sebastian Bach</i> 123	
<i>Horoskopbeispiel 10: Virginia Woolf</i> 125	
<i>Horoskopbeispiel 11: Leonard Cohen</i> 126	
<i>Horoskopbeispiel 12: Frédéric Chopin</i> 128	
Allgemeine astrologische Ergänzungen . . . . .	131
<i>Die Existenzachse 6/12</i> 131	
<i>Neptun-Aspekte zur Mondknoten-Achse</i> 135	
<i>Gesamtdeutung von HSP-Horoskopen</i> 137	
<i>Horoskopbeispiel 13: Barbara Egert</i> 138	

Einige Besonderheiten . . . . .	141
<i>Die «High Sensation Seekers»</i> . . . . .	141
<i>Sind Hochsensible auch hochbegabt?</i> . . . . .	142
<i>Hochsensible Kinder (HSK)</i> . . . . .	143
<i>Astrologische Besonderheiten</i> . . . . .	147
<i>Test für HSK</i> . . . . .	148
<i>Horoskopbeispiel 14: Janine</i> . . . . .	150
<b>TEIL III: BEWÄLTIGUNG UND NEUBEWERTUNG</b>	
Selbsterkenntnis . . . . .	155
Teilpersönlichkeiten . . . . .	159
Entscheidungen . . . . .	162
Balance finden und Grenzen setzen . . . . .	167
Ironie und Humor . . . . .	171
Freude, Inspiration und Kreativität . . . . .	173
Anmerkungen . . . . .	179
Danksagung . . . . .	180
Über die Autorin . . . . .	181