

# Totemtier - Specht

## Persönlichkeitsprofil des Spechtes 21. Juni - 21. Juli

In dieser ersten Geburtszeit des Sommerzyklus ist die wohlige Wärme des Sommers spürbar. Sie verleiht den jetzt geborenen Menschen ihr Fürsorglichkeit. Diese erste Periode des Sommerzyklus beginnt mit der Sommersonnenwende. In dieser Zeit erreicht die Energie der Sonne ihren Höhepunkt. Die Natur beendet allmählich die Phase des schnellen Wachstums im Frühling und schwelgt in ihrer ganzen verschwenderischen Fülle.

### Einfluss der Natur

Die charakteristischen Eigenschaften der Natur zu diesem Zeitpunkt zeigen sich auch in der Natur des Menschen, der in dieser Zeit das Licht der Welt erblickt. So wie an den langen Tagen des Jahres zarte, duftende Blumen im saftigen Gras blühen, sind auch die Menschen dieser Geburtszeit voller Wärme und Zuneigung, mit der sie andere Menschen anziehen und ihr Vertrauen gewinnen. Ihre sanfte Freundlichkeit, die auf andere so tröstlich wirkt und ihnen harmonische Beziehungen schenkt, entspricht der Sanftheit dieser Jahreszeit. Doch wie die schwüle Hitze mancher Sommertage kann ihr Wunsch, andere Menschen zu umsorgen und zu schützen, manchmal auch erdrückend wirken.

Bei den Hopi-Indianern wurde fünf Tage nach der Sommersonnenwende die Niman-Zeremonie abgehalten.

Die feierlichen Rituale dauerten 14 Tage und sollten den nötigen Regen für eine gute Ernte sicher stellen. Auch Specht-Menschen investieren viel Zeit und Liebe in die Entwicklung ihrer Talente, um später einmal die Früchte ernten zu können.

### **Lebensphase**

Diese Zeit des Jahres entspricht der Lebensphase, in der ein Jugendlicher die Schwelle zum Erwachsenenalter erreicht. Jetzt wird das Potential des jungen Menschen erprobt und durch Erfahrung weiter entwickelt.

Entwicklungsgeschichtlich gesehen nehmen wir in diesem Alter unsere Pflichten und Verantwortlichkeiten auf uns - in der Erwartung, dass unsere Bemühungen Früchte tragen werden.

### **Verwirklichen des Potentials**

Specht-Menschen fördern gern die Talente anderer und glauben daran, dass diese ihr volles Potential verwirklichen können. Mit ihrer Warmherzigkeit und Ermutigung ermöglichen sie es ihren Lieben, sich in ihrem ureigenen Tempo zur vollen Reife zu entfalten. Sie hängen sehr an Menschen und Dingen, für deren Entwicklung sie sich einsetzen. Allerdings werden sie leicht zornig und verbittert, wenn ein Projekt, das ihnen am Herzen liegt, abgebrochen wird oder ein für sie wichtiger Mensch sich plötzlich gegen sie wendet.

Specht-Geborene sollten es vermeiden, zuviel emotionale Energie in einen Menschen oder ein Projekt zu stecken -

dann fällt ihnen der Rückzug schwer. Außerdem sollten sie anderen gegenüber nicht zu sehr in die Beschützerrolle geraten.

### **Der Lernprozess des Spechtes**

Die erste Lektion für Specht-Menschen heißt: Aufhören, sich dauernd Sorgen um etwas zu machen, das vielleicht nie passieren wird oder bereits lange vorbei ist. Specht-Menschen denken schon an das Ende einer Beziehung, wenn sie gerade erst angefangen hat oder grübeln darüber nach, wie anders ihre Karriere verlaufen wäre, wenn... Sie müssen aufhören, Vergangenes zu bedauern und ständig an ihrer Zukunft zu zweifeln. Statt dessen sollten sie ganz bewusst im Hier und Jetzt leben. So können sie mehr Freude und Erfüllung im Leben finden. In ihrer zweiten Lektion müssen Specht-Menschen außerdem lernen, ihre stürmischen Emotionen und ihre Besitzansprüche unter Kontrolle zu bringen. Sie sind sehr sensibel und zu tiefer Liebe fähig, aber auch sehr verletzlich. Das kann zu irrationalen Gefühlsausbrüchen und zu verbitterten Anschuldigungen führen. Sie sollten immer daran denken, dass ihnen nahestehende Menschen sie meistens gar nicht verletzen wollen. Dann können sie versuchen, deren Verhalten aus der richtigen Perspektive zu sehen und ihnen den notwendigen Freiraum lassen. Die dritte Lektion heißt: Erkennen, dass die Versuchungen und Konflikte, Erfolge und Misserfolge im Leben allesamt wertvoll für die persönliche Entwicklung sind. Lassen Sie nicht zu, dass Rückschläge in der Liebe oder im Beruf Sie

entmutigen oder deprimieren.

Bleiben Sie positiv und versuchen Sie in jeder Enttäuschung eine Herausforderung auf dem Weg zu einem kraftvollen, erfüllteren Leben zu sehen.

### **Das Geburtstotem - Der Specht**

Wie ihr Totemtier, der Specht, sind Menschen, die in der Zeit der langen Tage geboren werden, fürsorglich, beschützend und beharrlich. Mit ihrer warmherzigen, gefühlsbetonten und empfindsamen Natur bauen sie tiefe emotionale Beziehungen zu Menschen und Projekten auf. Für Specht-Menschen ist das Zuhause sehr wichtig. Sie schaffen gern eine schöne, behagliche Umgebung für sich und ihre Lieben. Ihrer Familie sind sie so zugetan, dass ihr Beschützerinstinkt ihren Kindern gegenüber manchmal ein wenig ausufert. Sie lassen sie nur ungern ihrer Wege ziehen, wenn sie flügge geworden sind.

Die freundlichen, rücksichtsvollen Specht-Menschen nehmen unsensibles Verhalten leicht übel. Ihr Herz gewinnt schnell die Oberhand über ihren Verstand - dann lassen sie sich hin und wieder zu vorschnellen Urteilen hinreißen, die sie später bedauern. Sie stehen zu ihren Überzeugungen und zu nahestehenden Menschen und gelten so als loyale Freunde und Kollegen. Das kann allerdings manchmal so weit gehen, dass sie ihre eigenen Bedürfnisse im Interesse anderer zurück stellen und sich dann bittere Vorwürfe machen.

## **Gesundheit**

Mit ihrer lebhaften Phantasie neigen Specht-Menschen dazu, sich übermäßig Sorgen um ihre Zukunft zu machen. Diese Angst kann auf der körperlichen Ebene zu Magenbeschwerden führen, denn der Magen ist ihr empfindlichster Punkt. Dank ihrer robusten Konstitution erholen sie sich aber meist schnell wieder von Krankheiten. Da sie eine niedrige Schmerzschwelle haben, können sie allerdings recht fordernd werden, wenn sie sich nicht wohl fühlen.

## **Der Specht und Beziehungen**

Die rücksichtsvollen und sensiblen Specht-Menschen sind loyale Freunde und hingebungsvolle Partner, ihr Beschützerinstinkt kann jedoch Überhand nehmen. Wie ihr Totemtier halten die gefühlsbetonten Specht-Geborenen meist beharrlich an allem fest, was ihnen lieb und teuer ist. Sie bauen enge Beziehungen und Freundschaften auf, binden sich allerdings manchmal zu stark an andere. Im Umgang mit losen Bekannten und Fremden fühlen sie sich meist nicht ganz wohl in ihrer Haut und wirken dann leicht kühl und unfreundlich.

## **Liebesbeziehungen**

Specht-Menschen blühen auf, wenn sie sich ganz einlassen können. Sie brauchen enge Beziehungen, um sich sicher zu fühlen. Der Specht-Mann spielt gern den Beschützer und hat viel Geduld. Die Specht-Frau ist sehr fürsorglich und sexuell manchmal ziemlich bestimmend.

Beide sind äußerst sensibel und fühlen sich schnell verletzt oder enttäuscht.

Die Ursache von Problemen liegt meist darin, dass sie nicht los lassen können. Zeitweise können sie auch launisch oder völlig mit ihrem eigenen Kummer beschäftigt sein, ganz im Gegensatz zu ihrem sonst so freundlichen Wesen.

### **Umgang mit dem Specht**

Specht-Menschen haben ein extrem gefühlsbetontes und sensibles Wesen - sie brauchen Freundlichkeit. Sie beschützen gern andere, sind aber selbst sehr verletzlich und ziehen sich schnell zurück, wenn sie sich bedroht fühlen. Dann machen sie einen verbitterten und defensiven Eindruck. Positive Gesellschaft tut ihnen gut, denn durch ihre Sensibilität lassen sie sich leicht von Stimmungen beeinflussen. Da sie sich oft Sorgen machen, brauchen sie viel Bestätigung, um sich entspannen zu können und weniger zu klammern.

### **Das Richtungstotem - Die Maus**

Das Maus-Totem entspricht einem erhöhtem Wahrnehmungsvermögen. Die Maus symbolisiert den Einfluss des Südens auf Lachs-Geborene, deren Energie aus ihren tief empfundenen Gefühlen erwächst.

Die Zeit der langen Tage, der Reife und der Ernte liegen auf dem Medizinrad alle in dem Viertel, das dem Süden bzw. dem Südwind zugeordnet ist. Der Süden entspricht

dem Sommer und der strahlenden Wärme der Mittagszeit. Er steht für Vertrauen, Unschuld, Gefühlstiefe, einen Sinn für Wunder und Hoffnung. Die Kraft des Südens wirkt sich vorwiegend auf die Emotionen aus - sie liegt vor allem im Geben. Das Totem des Südens ist die sensible, neugierige und unscheinbare Maus.

Der besondere Einfluss des Westens auf Specht-Menschen zeigt sich in ihrem Gespür und in ihrem Vertrauen auf ihren Instinkt. Der Südwind dieser Zeit erleichtert das Verständnis der eigenen Gefühle und befähigt zu selbstloser Liebe. Der Süden galt auch als "die Richtung des Kindes", denn er wurde mit Vertrauen in das wahre Selbst und der Überwindung von Zynismus und Arroganz gleich gesetzt.

### **Maus-Eigenschaften**

Dank ihrem ausgeprägten Tastsinn reagiert die Maus besonders sensibel auf ihre Umgebung. So symbolisierte sie für die Indianer Nordamerikas die Fähigkeit der Wahrnehmung über Nähe und Fühlen. Weil sie so klein ist, wird die Maus leicht übersehen - wie auch wir oft die leise Stimme unseres wahren Inneren Selbst überhören. Die Maus verkörpert außerdem Neugier, den Wert der eigenen Erfahrung durch persönliches Erleben, sowie die Fähigkeit, schnell zu lernen und sich zügig weiter zu entwickeln.

Menschen mit diesem Richtungstotem reagieren meist sehr sensibel auf die Atmosphäre. Sie treffen oft gefühlsmäßige Entscheidungen, die sie mit ihrer Vernunft

in Einklang bringen müssen. Außerdem achten sie sehr auf Details, lernen schnell und wissen, dass aus kleinen Anfängen Großes erwachsen kann. Dank ihrer Energie übernehmen sie oft die Führung und Verantwortung - auch bei schwierigen Aufgaben, denen andere lieber aus dem Weg gehen.

### **Das Elementtotem - Der Frosch**

Wie der Frosch noch die kleinste Welle im Wasser wahrnimmt, brauchen auch die hochsensiblen Specht-Menschen die Freiheit des Ausdrucks. Der Frosch symbolisiert die Grundeigenschaft des Elementes Wasser: hohe Sensibilität.

Der Elementaspekt des Spechtes (wie auch der des Wolfes und der Schlange) ist Wasser. Alle drei Zeichen gehören also zur gleichen Element-Familie bzw. zu einem ganz bestimmten "Klan"

### **Der Frosch-Klan**

Das Totem jedes Klans gibt Einblick in die wesentlichen Eigenschaften. Das Totem des Elemente-Klans Wasser ist der Frosch. Er steht für eine sensible, emotionale, nachdenkliche und intuitive Natur. Der Frosch ist sowohl im Wasser als auch auf dem Land zu Hause. Er taucht unter die Oberfläche und bleibt still sitzen, eingestimmt auf jede Bewegung um ihn herum. Wer zu diesem Klan gehört, ist also sehr anpassungsfähig und kann dank seiner Intuition auch unter die Oberfläche schauen und die Stimmung anderer Menschen wahrnehmen.



Menschen, die zum Frosch-Klan gehören, sind phantasievoll, empfänglich und tief empfindend. Ihre starken Emotionen halten sie manchmal "unter Verschluss". Das Gefühl der Verletzlichkeit mögen sie überhaupt nicht. Außerdem neigen sie zu Verslossenheit. Sie brauchen Verständnis und wahre Freiheit, um sich emotional und schöpferisch ausdrücken zu können.

### **Elementprofil**

Bei Specht-Menschen bleibt der vorherrschende Element-Aspekt - emotionales Wasser - ganz rein und unverfälscht, denn auch ihr Grundelement ist Wasser. Wer in dieser Zeit geboren wurde, hat also meist sehr tiefe Empfindungen und ein intuitives Verständnis für die Gefühle anderer Menschen. Durch den Einfluss des unruhigen Wassers können Specht-Menschen übersensibel sein und leicht von ihren Emotionen überwältigt werden. Dann verlieren sie gelegentlich die Kontrolle und geraten in Verwirrung. Wenn solche Situationen zu Problemen führen, neigen sie zu Verbitterung, sind unglücklich und negativ.

In solchen Zeiten oder wenn Sie sich einmal niedergeschlagen fühlen und Ihnen die nötige Energie fehlt, kann die folgende Revitalisierungsübung helfen:

Suchen Sie sich einen ruhigen Platz am Wasser - zu dem eine natürliche Affinität besteht und deshalb beruhigend wirkt -, abseits vom Verkehrslärm und der Hektik des Alltags. Das kann ein Bach, ein See, das Meer oder auch nur ein Schwimmbecken oder Springbrunnen sein.

Genießen Sie einfach das Spiel des Lichtes auf der Wasseroberfläche. Beim langsamen tiefen Einatmen spült das Geräusch des Wasser über Sie hinweg. Spüren Sie mit jedem Atemzug, wie stärkende Lebenskraft durch Sie hindurch dringt und mit der Klarheit eines Gebirgsflusses Körper, Geist und Seele erfrischt.

### **Stein-Affinität – ROSENQUARZ**

Mit Hilfe des Edelsteins, der mit unseren ureigenen Wesen in Resonanz steht, können wir uns die Kraft der Erde erschließen und unsere inneren Stärken erwecken. Der Rosenquarz soll emotionale Verletzungen heilen und die Familienbande stärken.

### **Energieresonanz**

Specht-Menschen haben eine Affinität zum Rosenquarz, einer zart rosafarbenen Quarzart. Seine Farbe ist angeblich auf Spuren von Titan zurückzuführen. Der Rosenquarz gilt auch als "Liebesstein". Seine Kraft soll die Gefühle besänftigen und Beziehungen mit Liebe und Zärtlichkeit erfüllen. Die Indianer heilten mit diesem Stein emotionale Verletzungen und stärkten das Selbstwertgefühl. Außerdem schreibt man ihm eine beruhigende Wirkung zu - vor allem nach einer aufwühlenden Erfahrung. Der Rosenquarz fördert zudem die Empfänglichkeit für alles Schöne.

Für Specht-Geborene ist der Rosenquarz besonders hilfreich, wenn plötzlich Schwierigkeiten auftauchen. Seine sanfte, beruhigende Energie verstärkt die Einsicht - das macht ihn zu einer wertvollen Hilfe in Krisenzeiten oder in schwierigen,

emotionsgeladenen Situationen.

Damit der Rosenquarz optimal wirken kann, sollten Sie immer einen Rosenquarz bei sich tragen. Zuhause schafft er - gut sichtbar aufbewahrt - eine friedliche Atmosphäre.

### **Den Rosenquarz aktivieren**

Der Rosenquarz wird unter fließendem kaltem Wasser gereinigt und sollte dann an der Luft trocknen. Danach führen Sie den Stein mit beiden Händen zum Mund und pusten 3-4x kräftig darauf, um ihn so mit Ihrem eigenen Atem zu durchdringen und zu prägen. Dann sollte der Stein fest in die Hand genommen werden und als Freund und Helfer still in Ihrem Leben willkommen geheißen werden.

Wenn plötzlich ein Problem auftaucht, können Sie mit dem Rosenquarz darüber meditieren. Suchen Sie sich dazu ein ruhiges Plätzchen, an dem Sie eine Zeitlang vor Störungen sicher sind und legen Sie sich hin - der Rosenquarz kommt auf das Brustbein. Schließen Sie nun die Augen und visualisieren Sie, wie sein warmes rosafarbenes Licht in Sie hinein strömt und Ihnen eine Lösung für Ihr Problem zeigt. Hören Sie auf die leise Stimme Ihres inneren Selbst.

### **Baum-Affinität – ESPE**

Wer sich mit seinem »Seelenbaum« verbindet, gelangt zu einem tieferen Verständnis seiner eigenen Natur und kann die in ihm schlummernden Kräfte wecken.

Der Baum der Specht-Menschen ist die Espe, ein kräftiger und dennoch anmutiger Baum. Das charakteristische Wispern seiner Blätter kann Specht-Geborenen zeigen, wie auch sie ihre starken Gefühle auf sanfte Art zum Ausdruck bringen können. Das "Zittern" des Espenlaubes spiegelt die hohe, zu manchen Zeiten auch zu hohe Empfindsamkeit der Menschen, die unter dem Totem des Spechtes zur Welt gekommen sind, wieder. In emotional aufgeladenen Situationen können sie durch die Verbindung mit ihrem Baum wieder Zugang zu ihrer inneren Kraft und Beherrschung finden.

Specht-Geborene haben ein fürsorgliches, gefühlsbetontes Wesen. Die Kehrseite dieser Sensibilität ist ihre Neigung, sich um alles Sorgen zu machen. Diese Grundhaltung kann zu übergroßer Vorsicht und Launenhaftigkeit, manchmal jedoch auch zur Stagnation führen. Früher wurde Espenholz zu Schilden verarbeitet, die der Verteidigung dienten. Auch Specht-Geborene können ihre Entschlossenheit stärken und angesichts von Bedrohung und Unsicherheit Hoffnung und Widerstandskraft entwickeln.

Sie können die Kraft der Espe nutzen, um ihre Ängste zu beschwichtigen und ihrem Herzen zu folgen, das ihnen sagt, welcher Weg der Richtige ist.

### **Farb-Affinität – ROSA**

Wer seine positiven Eigenschaften verstärken möchte, kann mit Hilfe der »Seelenfarbe« seinen emotionalen und mentalen Zustand günstig beeinflussen.

Die Farbe der Specht-Menschen ist Rosa. Diese Farbe besteht zu gleichen Teilen aus Weiß und Rot, kombiniert also beide Farbeinflüsse. Rot steht für kraftvolle, leidenschaftliche Energie, Weiß für Frieden und Gelassenheit. Beide Farben zusammen ergeben Rosa, das große Fürsorglichkeit und einen ausgeprägten Beschützerinstinkt verkörpert. Rosa ist eine beruhigende Farbe - sie beschwichtigt negative Gefühle und Wut und hilft, besser mit Stress umzugehen. Rosa hebt aber auch das Energieniveau und fördert die emotionale Beharrlichkeit. In dieser Farbe verbindet sich Vitalität mit Selbstlosigkeit und gelassenem Urteilsvermögen. Das führt zu einer liebevollen, fürsorglichen Grundeinstellung, die weniger von Impulsivität und Leidenschaft geprägt ist, als von Einfühlungsvermögen und Beständigkeit. Mit Rosa-Schattierungen in der Wohnung können Specht-Menschen ihre Aura und ihre positiven Eigenschaften verstärken. Rosafarbene Kissen oder Vorhänge oder ein Strauß Rosen - das traditionelle Zeichen für Liebe und Zuneigung - in einer hellrosa Vase auf dem Couchtisch verändern die ganze Atmosphäre im Zimmer.

Wer sein Selbstvertrauen stärken will, kann ein Kleidungsstück in seiner Farbe tragen.