

DEN GANZEN MENSCHEN SEHEN

Warum treiben Menschen so viel Aufwand mit Kosmetik, Frisuren, Bärten und selbst mit plastischer Chirurgie? Immer steht dahinter der Wunsch, sich nicht so zu zeigen, wie man ist. Wir neigen zum Verbergen, und sei es nur von aschfahler, unlebendiger Haut. Wer lässt sich schon gern in die Karten schauen?

Aber wir würden nur zu gern den anderen in dieselben blicken. So haben wir uns daran gewöhnt, in einer Gesellschaft von Pokerspielern zu leben – mit entsprechendem Pokerface. Jeder hinter seinen Mauern verborgen und doch bemüht, hinter die Mauern anderer zu blicken, hinter ihre Geheimnisse zu kommen, ohne etwas von sich preiszugeben.

Manchmal denken sich astrologisch vorgebildete Menschen, sie hätten gern ein Horoskop ihres Gegenübers, bevor sie sich tiefer mit ihm einlassen. Viele brauchen viel Zeit und können erst nach langen Erfahrungen Vertrauen entwickeln. Andere würden gern wenigstens einen Blick in den Bücherschrank jenes Menschen werfen, mit dem sie zu tun bekommen. Junge Leute, die sich heute im Rahmen von Single-Gesellschaft und One-Night-Stands schnell *aufeinander* einlassen, haben oft nicht einmal mehr einen, aber was sie immer haben, sind Hände, und die müssen sie irgendwann auf den Tisch legen. Später in der Beziehungsanbahnung müssen sie auch ihre Füße zeigen, und zwar nackt. Denn längst hat sich herumgesprochen, dass, wer die Socken anlässt, in der Regel kalte Füße und damit Angst vor der neuen Situation hat. Er verbirgt mit seinen Füßen eine Visitenkarte, wie sie ehrlicher nicht sein könnte. Vielleicht ist es also unbewusste Absicht, wenn die Socken »in der Eile« vergessen und angelassen werden. Man(n) will sich dann noch nicht so ganz offen zeigen, sondern lieber verbergen, wie er im Leben steht und welche Ängste, welcher Kummer ihn betrüben, welche Wünsche und Freuden ihn andererseits antreiben. Das alles und noch viel mehr ließe sich nämlich an seinen Zehen ablesen.

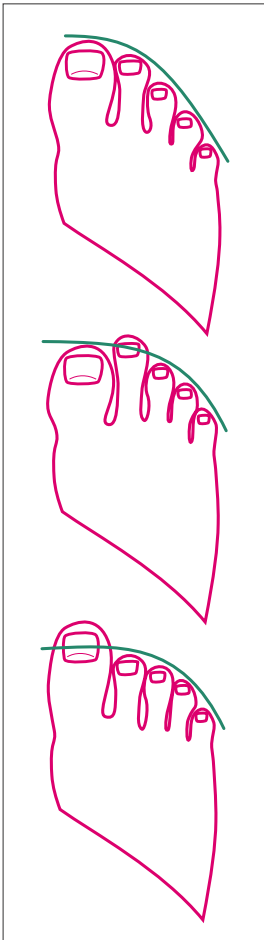
Wer die Hände auf den Tisch legt und sich auf die blanken Füße schauen lässt, schafft damit nackte Tatsachen. Er offenbart sich in umfassender Weise denjenigen, die beides zu lesen verstehen. Die Hände zeigen unser *Verhältnis* zur Welt, die Füße unser *Verständnis*

von uns selbst. Für ein erfolgreiches Leben mag Ersteres entscheidend sein, für ein glückliches Leben aber ist Letzteres mindestens genauso wichtig.

Während wir die Hände ständig der Welt zeigen, behalten wir unsere Wurzeln meist lieber für uns. Damit ist auch die häufig anzutreffende Diskrepanz zwischen oben und unten zu verstehen. Nicht selten gehören zu gepflegten Händen ziemlich heruntergekommene, vernachlässigte Füße, die von der Missachtung der eigenen Wurzeln erzählen. Dies passt zum modernen Trend, denn wir nehmen heute das Sichtbare wichtiger als das vermeintlich Unsichtbare, nach der Devise »Mehr scheinen als sein«. Somit sind uns die Hände im wahrsten Sinne des Wortes näher als die Füße. Menschen, die dem alten Modell des Unterstatement folgen und mehr sein als scheinen wollen, könnten sich dagegen bevorzugt zum *Verständnis* der Füße hingezogen fühlen.

Moderne Menschen möchten zudem mehr über andere als über sich selbst wissen. Ersteres bringt ihnen Vorteile in der Gesellschaft; Letzteres halten sie oft nur für deprimierend. Auch aus diesem Grund dürften sie versucht sein, die Hände zu bevorzugen. Dabei wäre die Erkenntnis des eigenen Weges mindestens genauso wichtig für unseren *Fortschritt*, und dieser ist – *nomen est omen* – sehr mit den Füßen und ihren Schritten verbunden.

Wo Selbsterkenntnis vorangeht, ist alles Weitere in der Regel leicht. Deshalb raten wir unseren Lesern, hinsichtlich von Deutungen unbedingt bei den eigenen Händen und Füßen zu beginnen und erst dann auf die der anderen zu blicken. In allen helfenden Bereichen sind es die angenehmeren und kompetenteren Therapeuten, die zuerst mit sich selbst ehrlich werden, bevor sie daran denken, andere zu analysieren und zu behandeln. Im Tempel von Delphi stand außen am Eingang: »Erkenne dich selbst.« Erst im Innenraum folgte der Zusatz: »Damit du Gott erkennst.«



Die drei unterschiedlichen Zehenharmonien verraten auf den ersten Blick, wie es vorwärtsgeht.

DIE ZEHEN – DIE UNTEREN FÜHLER

In der deutschen Sprache ist *der* Finger eindeutig männlich, aber *der* Zeh kann sich auch *die* Zehe nennen. So drückt sich aus, dass die Zehen unsere beiden Seiten widerspiegeln können: die archetypisch weibliche und männliche. Grundsätzlich stehen die Zehen des linken Fußes mehr für die weibliche Version von uns (weshalb wir in diesem Buch für sie auch die weibliche Form wählen und *die Zehe* sagen), die des rechten Fußes stehen eher für unsere männliche Seite (bezogen auf den rechten Fuß heißt es also *der Zeh*).

Äußere Merkmale

Die Zehenform bekommen wir mitgegeben, aber der Stand, das heißt die Ausrichtung aller Zehen, entsteht erst, je nachdem, wie wir mit äußeren und inneren Einflüssen umzugehen lernen. Allerdings kann sich auch die Zehenform wandeln, wenn jemand sich mit einem Thema erfolgreich auseinandergesetzt hat und damit fertig geworden ist.

Der Zehenbogen

Das Muster aller Zehen zusammengenommen lässt erkennen, inwieweit wir den Bogen heraushaben oder mit Unausgewogenheiten ringen. Aber auch so spezielle Fragen wie jene, ob wir zur Selbstständigkeit neigen oder es umgekehrt bevorzugen (sollten), uns unter- und einzuordnen, lassen

sich hier entscheiden. Bei der Deutung der Zehen gilt es zuerst einmal, die Harmonie untereinander zu betrachten. Passen die einzelnen Wurzeln gut zusammen?

Der große Zeh demonstriert über seine eindrucksvolle Größe einiges bezüglich des Zusammenspiels mit den anderen und im Hinblick auf den Umgang mit der eigenen Person. Im Idealfall herrscht eine ausgewogene Beziehung zu den übrigen vier Zehen, und er trägt den gemeinsamen Bogen mit. Dann ist er zwar der Größte, aber er steht weder vor noch zurück, sondern übernimmt bereitwillig die Rolle des *princeps inter pares*, des Ersten unter Gleichen. Dieses Erscheinungsbild spricht für ausgeglichene, sich harmonisch einfügende Menschen, die den Bogen im Leben heraushaben. In diesem Fall bilden die zehn Zehen beider nebeneinandergestellter Füße eine schön geschwungene Reihe, in der jeder seinen Platz einnimmt und sich weder vordrängt noch zurückbleibt. Hier ist der große Zeh perfekt eingepasst und in Einklang mit dem Ganzen.

Dieser harmonische Schwung wird sich im Leben seines Besitzers in der Art, wie er sich der Welt *stellt* und anderen Menschen *entgegentritt*, bemerkbar machen. Die so Ausgezeichneten besitzen einen ausgeprägten Sinn für Schönheit und Harmonie, und sie fühlen sich nur heimisch, wo alles geordnet und ordentlich ist und ihr Auge anspricht und erfreut. Da sie durch Harmonie bestimmt werden, wollen sie auch um sich herum alles in Harmonie bringen. Sie geraten dadurch manchmal in Gefahr, in einer Art Harmoniesucht Schönheit über alles zu *stellen* und sich selbst geschmacklich über andere.

Grundsätzlich ordnen sie sich wie ihr großer Zeh nicht gern unter, sondern bestehen auf der geordneten Hierarchie, wie sie sich in ihrem Zehenmuster zeigt – wobei sie gern selbst bestimmen, was harmonisch ist. Immerhin können sie auf die schon in ihren Wurzeln angelegte Harmonie verweisen. Dieses Geschenk des harmonischen Zehenbogens ist ins Leben mitgebracht, allerdings kann es verspielt werden, wenn Zehen sich zum Beispiel verkrampfen und zurückziehen oder sich unter andere schieben.

Bei Menschen mit diesem Vorzug eines harmonisch eingepassten großen Zehs bilden die beiden Füße zusammen einen schönen Bogen mit einer Betonung der Spitze. Solch glückliche Menschen müssen sich folglich nicht zur Spitze aufschwingen und Autorität über andere ausüben; sie lassen sich aber auch nicht von anderen unterjochen. So wenig wie sie sich selbst unterordnen, wollen sie andere unter ihre Knute zwingen, sondern sie sind im positiven Sinne so (eigen-)mächtig, sich vor niemandem zu beugen, und so demütig, niemandem zu erlauben, sich vor ihnen zu beugen. Damit entsprechen

sie dem schamanischen Ideal des Kriegers, der sich von allen Gewohnheiten befreit und zu sich gefunden hat.¹⁶

Ist der **große Zeh** dagegen **zurückgenommen** und gar nicht so groß oder so weit vorn, wie es ihm eigentlich zukommen würde, spricht dies für einen Besitzer, der sich ebenfalls zu sehr zurücknimmt, der sein Licht unter den Scheffel stellt oder den anderen mehr dient als sich – und als ihnen und ihm guttut. Die Größe und Stellung des großen Zehs zeigt also an, wie viel (Lebens-)Raum man sich gibt und nimmt, was manchmal sogar Hinweise darauf gibt, wie geräumig das eigene Zuhause ausfällt. Wer, konkret nach der Schuhgröße gemessen, auf großem Fuß lebt, will dies meist auch im äußeren Leben in seinem Haus widerspiegeln. Letzteres ist besonders Frauen oft wichtig, aber auf der Körper- und Fußebene peinlich, und sie zwingen sich dann wider besseres Wissen häufig in zu kleine Schuhe.

Der große Zeh macht seinem Namen wenig Ehre, wenn er in der Phalanx zurückweicht, wodurch beide Füße zusammen nur noch einen flachen Bogen bilden, der je nach Zurücknahme der großen Zehen sogar in der Mitte eine Einziehung haben kann. Damit sind die Zehenverhältnisse nicht wirklich geordnet, weil die erste Stelle nicht eindeutig besetzt und die Hierarchie verlorengegangen ist. In der Art, wie sie sich *stellen* und ihre Anliegen *vertreten*, wirken die Betroffenen mehr oder weniger aus dem Gleichgewicht. Vielleicht gibt es bei ihnen eine Überfülle an Ideen mit der Gefahr eines Multitasking-Chaos, das am Ende zu nichts Konkretem führt.

Wer in seiner Anlage erkennt, dass er *den* (idealen) *Bogen nicht heraushat*, könnte sich bewusst unterordnen und die ihm fehlende Hierarchie im Außen suchen, etwa in Gestalt verlässlicher Vorgesetzter, denen er sich freiwillig unterordnen kann, oder in einer Aufgabe, der er sich bereitwillig unterstellt und der er in positivem Sinne dienen kann. Unerlöst könnte diese Zehenlage auch einer gewissen Liebedienerei Vorschub leisten, die niemandem wirklich dient und den sich solcherart Unterordnenden nur unangenehm einbrechen lässt – ähnlich wie den Bogen seiner beiden Füße in der Mitte.

Falls der **große Zeh weiter vorsteht** als die anderen und über Gebühr herausragt, will sein Besitzer hoch und oft immer höher hinaus. Dieser Wunsch, zu den Herausragenden zu gehören, kann – in unerlöster Weise – eine gewisse Rücksichtslosigkeit mit sich bringen. Diese Menschen nehmen sich dann selbst oft zu wichtig und stellen

¹⁶ Siehe die Darstellung der menschlichen Entwicklungsstadien in den Büchern von Carlos Castaneda über die *Lehren des Don Juan*, Frankfurt 1973ff.

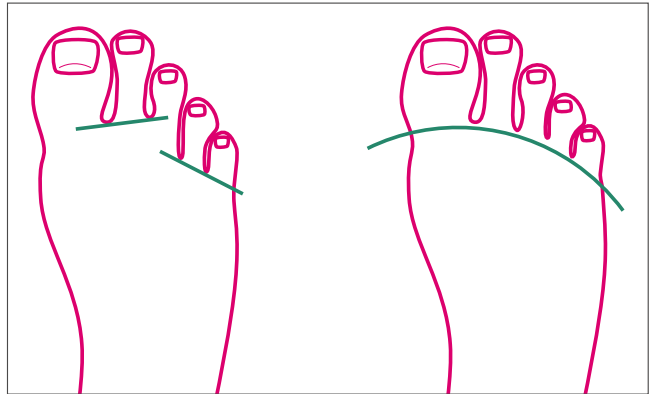
sich egoman über den Rest der Menschheit. Solche Überheblichkeit mag sich eventuell auch nur in Fantasien ausleben, dann bleibt der Größenanspruch stecken und macht den Betreffenden nur das (innere) Leben schwer.

Der große Zeh übertreibt seine Rolle, wenn er aus der Phalanx hervorsticht. Beide Füße zusammen bilden dann einen extremen Spitzbogen. Die stark herausragende Spitze betont die Mitte. Die Besitzer dieser (Aus-)Zeichnung

müssten ihren großen Zehen nacheifern und ebenfalls Hervorragendes, ja Überragendes leisten und sich an die Spitze einer Hierarchie stellen. Ihre Zehenordnung weist ihnen gleichsam einen Spitzenplatz zu, und es bleibt ihnen wenig anderes übrig, als – in erlöster Weise – aus der Masse hervorzuragen, die anderen zu überragen und diese herausgehobene Position darzustellen und entsprechend hervorragend zu vertreten.

Einen weiteren Deutungsaspekt liefern die **Zehenwurzeln**. Falls die Ansatzstellen oder Wurzeln von Zehen auf gleicher Höhe liegen, passen die jeweiligen Themen besonders gut zusammen. Die Energie zwischen zwei Zehen, die auf gleicher Höhe beginnen, und den von ihnen repräsentierten Themen und auch Chakren fließt leicht und vorteilhaft.

Wenn etwa die linke zweite (Gedanken-)Zehe und die linke dritte (Kreativitäts-)Zehe auf einer Höhe ansetzen, unterstützen die Gedanken und die Intuition die Kreativität und umgekehrt.



Links: unharmonische Kommunikation der Chakren, Person sollte ihre Mitte wiederfinden lernen. Rechts: Zehenwurzeln und Chakren in guter Harmonie, innere Kommunikation fließt vertrauensvoll.