

Zeichnung von Escher:

*Dachte der Fisch eines Nachts: Wenn ich doch nur wüsste, wer ich bin? Und in welcher Realität ich herumschwimme! Bin ich bloss eine Spiegelung? Ist die Welt nur eine Spiegelung? ÄNDERT SICH, WENN ICH MICH VERÄNDERE, DER SPIEGEL?*

## Der Sternenmädchenkreis (SMK): Der Spiegel der Selbsterkenntnis

### Die allgemeine Bedeutung des SMK

Der SMK ist das Schlüssel-Treiber-Rad für fast alle Medizinräder. Man nennt das Rad auch den Stein des Weisen. Es ist ein Achter-Rad. Es beschreibt also die Qualitäten und Kräfte der acht Richtungen. Es ist vor allem ein praktisches Arbeitsrad. Es ist der Schlüssel zu den Türen, die zum Wissen und zur Alchemie des verkörperten Lebens auf diesem Planeten führen. Es ermöglicht das Verständnis für unsere Erfahrung im täglichen Leben. Wenn wir schamanische Heilzeremonien machen, ist es das Werkzeug, das uns erlaubt zu verstehen, wie jemand das Symptom seiner Krankheit choreografiert. Aber auch was der tiefer liegende seelische Grund des Krankseins sein kann.

Es ist auch ein ganz persönliches Werkzeug, das uns erlaubt, unsere eigenen Muster zu durchschauen. Wie versuche ich – im Stress – die Kontrolle zu erhalten? Damit ist es auch ein Schlüssel, unsere Muster da zu verändern, wo das Resultat uns nicht gefällt. Es hilft uns zu sehen, wie wir unsere „Wirklichkeit“ selbst kreieren. Damit ermöglicht es unser Erwachen, indem wir in diesen Spiegel blicken: Ich bin es! So können wir die Verantwortung übernehmen.

Den SMK können wir auch als die Brücke verstehen zwischen den subjektiven inneren Wahrheiten und der äusseren physischen Wirklichkeit. Wir verstehen, warum das Resultat unseres Handelns oft ganz anders ist als wir „gemeint“ haben. Es kommt sehr darauf an, was wir mit den 8 Bausteinen machen. Benutzen wir sie hell oder dunkel? Dienen sie meiner Erweiterung, meinem Wachstum, meiner Lebendigkeit, dem Zuwachs an bedeutungsvollem Wissen? Bringt mein Handeln Selbstheilung? Kann ich aus Fehlern lernen? All das nennen wir die hellen Spiegel. Die dunklen Spiegel dagegen bringen Stagnation, wir bleiben in einem alten Schmerzspiel und in den Wiederholungsmustern stecken bleiben. Auch wenn es wehtut, haben wir doch eine Identität. Das ARME ICH fürchtet Veränderung, der KRIEGER MIT HERZ sucht Wachstum, Erweiterung und Selbstheilung.

Als Swift Deer uns erstmals den SMK beizubringen versuchte, meinte er: Ich hab zwanzig Jahre gebraucht, um die Weisheit dieses Rades zu begreifen. Also: Hab Geduld. Machen wir dennoch einen Anfang.

## Einige Hinweise zum SMK

1. Diese acht Richtungen sind die Bausteine unserer Wirklichkeit. Wir kreieren unsere eigene Wirklichkeit durch die Art und Weise, wie wir mit diesen acht Bausteinen – meist unbewusst – umgehen. Es ist unser Baukasten. Ein Baustein in diesem Kasten ist z.B. mein Selbstkonzept, ein anderer mein Traum, ein dritter alles Physisch-Manifeste, usw. Wir können mit Hilfe des Wissens dieser Bausteine unsere gelebte Wirklichkeit verändern. Nicht das „Wetter“, aber wie wir mit „schlechtem Wetter“ umgehen. Nur: Es gibt keine Tatsachen an sich, entscheidend ist, was wir als Tatsache wahrnehmen. Unsere Re-Aktion auf die Energie, die uns erreicht. Dabei ist folgendes banal und wahr: Es gibt stets einen mächtigen Teil der Realität, auf den wir keinen Einfluss haben. Diese Gegebenheiten müssen wir akzeptieren, also bejahen, nicht in dem Sinn, dass es unbedingt richtig so ist so, sondern bloss, dass es „halt“ so ist. (80% Muster) und es gibt einen kleineren, aber entscheidenden Teil freier Energie, über die wir verfügen können, die wir gestalten und choreografieren können. (20% Freiheit) Dazu gibt es zwei Krieger-Wahlsprüche: 1. Wenn du nichts mehr ändern kannst, kannst du immer noch deine Einstellung und Haltung ändern. (Südosten)  
2. DER KRIEGER WÄHLT IN JEDEM AUGENBLICK DAS, WAS ER TUT!

Frage: Was bedeutet dieser Wahlspruch? Welche Auswirkungen hätte er auf mein Leben, wenn ich ihm folgen würde?

2. In jedem Achterrad bilden die vier Hauptrichtungen, S, W, N und O (die Kardinalen) das stabile Gerüst. Die vier Zwischenrichtungen (die Non-Kardinalen) bilden die dynamischen Tore, die Bewegungen. Hier kann Energie rein und raus. Das Zentrum ist stets die Katalysator-Energie, manchmal das Ziel, wo wir hinkommen wollen, indem wir rund um das Rad „tanzen“ oder die verborgene Kraft, die uns hilft, unterwegs zu sein.
3. Die Achter-Struktur steht für das Tonal. Also für die normale, alltägliche und wissenschaftlich erforschbare, letztlich stets sinnlich erfahrbare Wirklichkeit. Das Nagual drückt sich aus in Rädern mit einer Zwölfer-Struktur. Nagual ist der Möglichkeitsraum, Tonal ist der Wirklichkeitsraum.
4. Weil der SMK die Grundlage aller tonalen Räder sind, sind alle diese Räder praktische Arbeitsräder in unserer alltäglichen Wirklichkeit! Das Tonal ist unsere alltägliche Erfahrung und Realität.
5. In der Basisform ist der SMK in der Mitte leer. Die Mitte ist die Leere, die Katalysator-Energie. Stell dir vor, dass es eigentlich unsere Aufgabe ist, selbst in diese Mitte zu gehen und rundherum unsere Welt zu erblicken. In guten Augenblicken sind wir dort, ein weiser, ein erleuchteter Mensch hat viele solche guten Augenblicke. Die Mitte ist auch das Tor zur Unteren Welt und zur Oberen Welt. Man nennt das auch das Seelentor oder die Seelen-Verbindung. Das also ist der eigentlich uns zugedachte „Ort“: in der Mitte, der Leere, an jenem Ort, wo wir selbst das Tor sind von unten und oben. Hier sind wir der Lebensbaum: verwurzelt und strecken unsere Äste ins Licht. Wir fürchten uns selbstverständlich vor dieser „Leere“. In den östlichen Religionen nennt man den Weg dorthin das Ego loslassen, nämlich die Identifikationen loslassen, die Antworten auf die Frage *wer bin ich?* relativieren. Je besser es uns gelingt, Oben und Unten zu verbinden, desto nüchterner vermögen wir unseren Alltag zu erkennen.
6. Die acht Spiegel unserer Realität. Wenn wir aus dieser Mitte rundum in oder auf unsere eigene Welt schauen, dann sehen wir „unsere Realität“, eben das, was wir als unsere Realität wahrnehmen. Es scheint einfach so zu sein, wie es ist. Scheinbar muss es so sein. Wir durchschauen nicht, dass es bloss für mich so ist. Tatsächlich aber blicken wir in die acht Spiegel unseres Selbst. Wir haben also zwei verschiedene Metaphern benutzt: wir besitzen acht Bausteine, mit der wir unsere Realität gestalten. Und diese gestaltete Realität ist dann nichts anderes als ein höchst raffiniertes Spiegelkabinett mit acht unterscheidbaren Spiegeln.

Frage: Du schaust in den Toilettenspiegel und etwas an deinem Spiegelbild gefällt dir nicht. Was kannst du tun? Und wenn dir etwas in deiner Realität nicht gefällt? Was kannst du tun? – Vorsicht, die Antwort ist nicht trivial. Denk an die Anmerkung in Nr. 1!

7. Helle und dunkle Spiegel. Der simple Verstand liebt es, in harten Gegensätzen zu denken: etwas ist entweder gut oder es ist schlecht. Wer nicht für mich ist, ist gegen mich. Der Verstand ist verliebt in das *Entweder-Oder*. Die weise Vernunft dagegen sieht das *Sowohl als Auch*. Mit diesem Sowohl-Als-

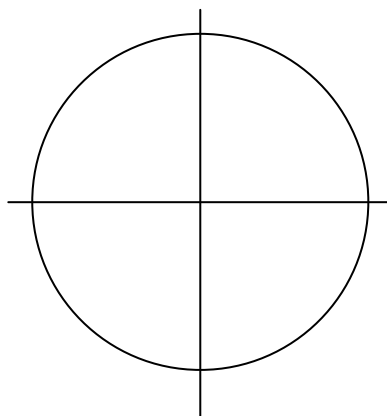
Auch-Blick sollen wir in die 8 Spiegel blicken! Jeder der acht Spiegel besitzt zwei Qualitäten: die hellen Spiegel spiegeln das, was für mich lebensfördernd ist, was Öffnung und Erweiterung und Wachstum bringt. Und die dunklen Spiegel spiegeln das an meiner Realität, was für mich lebensfeindlich ist, was mich klein macht und eng, was mich an Vergangenheit bindet oder auf eine Zukunft fixiert. Genau genommen sind also nicht die Spiegel hell oder dunkel (klar oder trüb), sondern sie spiegeln nüchtern und unbestechlich meine hellen und dunklen Aspekte.

8. Der Spiegeltanz, eine Heilzeremonie. Von dieser Tatsache, dass der SMK ein Spiegelkabinett ist, in dem wir uns selbst nüchtern sehen können, leitet sich jene Heilzeremonie her, die wir den Spiegeltanz nennen. Wir spiegeln für jemanden, der ein „geliebtes Problem“ geworden ist, die hellen und dunklen Spiegel. Das bringt diesem Menschen die Freiheit der Wahl zurück. Mach aus deinem Alltag einen „Spiegeltanz“!
9. Der SMK ist stets ein Ganzes! Ein magisches Gesetz sagt: Alles ist mit allem verbunden. Wir isolieren die acht einzelnen Bausteine, um die Mechanismen verstehen zu können. Es sind aber stets alle acht Spiegel mit im Spiel. (Vergiss das nie!) Weiter hilft es sehr für das Verständnis, wenn wir jeweils zwei auf dem Rad gegenüber liegende Kräfte wie ein zusammengehörendes Paar betrachten. Wir sprechen von einer Achse, die wie ein Magnet zwei Pole kreiert. Also gehören der SW und der NO besonders zusammen, sie schwingen zusammen. Oder der Westen mit dem Osten, usw.

## Repetition der Vierer-Räder

Du kennst bestimmt einige Vierer-Räder. Alle Vierer-Räder vertiefen das Element-Rad. In diesem Feld ist das Element-Rad das grundlegende Treiber-Rad. Wesentlich sind weiter das Rad vom balancierten Gebrauch der Energie, die vier Kräfte, die vier (fünf) Welten der Grossmutter Erde und die Schilde. Oft hat das Zentrum auch ein Thema, Viererräder sind so meist Fünfer-Räder. Es werden mit der Zeit noch einige Räder dazukommen, die genannten aber sind grundlegend, eben *elementar!* Wir bitten dich, mit diesen Rädern herum zu spielen. Auf der Webseite findest du weitere Räder.

Aufgabe: Trage in das Rad alles ein, was du bereits von den Vierer-Rädern kennst. Vergiss das Rad der Schilde nicht. Benutze jeweils eine Farbe für ein bestimmtes Rad.



## Die 8 Richtungen

Hier folgt ein vereinfachter erster Überblick über die acht Richtungen. Damit wir bei der späteren Differenzierung die Grundidee nicht verlieren.

### Süden:

*Hier hast du oben möglicherweise notiert: Geben, Fliesen, Pflanzen, Kind-Substanz-Schild, und Gras, Sand, Schwimmer, Rote Menschen, Tollilaqui...*

In der Weise wie wir uns als Kind ins Leben geben, mit dem mitfließen, was ist, kreieren wir für uns die Erfahrung, wie es wahrhaftig ist. Wir erfahren das, was für uns subjektiv wahr ist. Für einen andern Menschen an einem andern Ort, z.B. für meinen Bruder in derselben Familie, entsteht eine ganz andere Wahrheit. Wir glauben felsenfest an diese wahre Wirklichkeit, weil wir sie ja so erfahren haben. Wir sehen nicht, wie sehr wir Teil des Spiels sind! Im Alltag berufen wir uns auf unserer so erlebte Wahrheit. Beispielsweise: *Ich weiss, dass ich in der Welt nur überlebe, wenn ich schlauer bin als alle andern. Wenn ich kämpfe. Wenn ich freundlich lächle und mich anpasse. Wenn ich listig so tue als ob ich mitspielen würde und hinterrücks mein eigenes Ziel verfolge. Indem ich mich unsichtbar mache. Indem ich diese oder jene MASKE trage!* Diese subjektiven Lebenswahrheiten nennen wir unseren Mythos, unseren Kind-Mythos. Er ist wahr, weil er uns geholfen hat zu überleben.

Indem mir der Mythos geholfen hat, war er einmal förderlich. Wenn er mich heute noch fördert, ist er immer noch eine gute Sache. Wenn er mich heute aber hindert, wird er zum dunkeln Spiegel. Oft sind das Helle und das Dunkle eng verflochten, es kann beispielsweise oft eine gute Sache sein, sich mit physischer Kraft durchzusetzen, es kann andererseits eine Dummheit sein zu glauben, dass man stets gegen Feinde kämpfen muss. Derselbe Kind-Mythos kann eine helle und eine dunkle Seite haben.

#### Heller Spiegel im Süden, heller Kindmythos

Alles, was uns immer noch fördert, aufmacht, neugierig und wissensdurstig macht, was uns hilft, im Fluss zu sein, uns ins Leben zu geben... Die Lust, mitzuspielen, das neugierige, weltoffene, verspielte Kind.

#### Dunkler Spiegel, dunkler Mythos

Alles was uns heute eng und verschlossen und steif und zurückgezogen macht. Die Angst vor dem Leben, die Angst, sichtbar zu werden... Das nennen wir Schmerzspiel und Unterhaltung!

Die Fragen im Süden sind also: Was gehört zu meinem Überlebens-Mythos? Was ist hell (öffnend), was ist dunkel (einengend)? Welches ist meine persönliche Wahrheit?

### Südwesten:

*Zwischen dem Element Wasser und Erde. Zwischen Südschild und Westschild...*

Der SW ist also ein dynamischer Ort, ein Tor, wie alle Zwischenrichtungen. Mit der Festigkeit des Westens, dem Wissen des Körpers, der Möglichkeit, innen zu fühlen und zu wissen, und mit den Mythen des Südens mache ich mich auf die Reise des Lebens, ich lasse den Fluss des Lebens zu. Der SW ist die Ausfahrt ins Abenteuer des Lebens. Es ist das Tor zur Erfahrung. Erfahrung ist jeden Tag neu. Ich kann zurückblicken, aber ich weiss nicht, was kommt. Dieses Nicht-Wissen macht Angst und ist zugleich der Kitzel des Neuen und Unbekannten.

In unserer Kultur halten wir nichts für wirklicher als die Erfahrung. In der schamanischen Welt Amerikas, ebenso in Australien spricht man dagegen vom Traum. Mein wirkliches Leben ist mein Traum. Wenn ich aus dem Nachttraum aufwache, dann merke ich, dass es „nur“ ein Traum war. Könnte ich aus dem wirklichen Traum meines Lebens aufwachen, würde ich merken, dass das auch nur ein Traum war. Das ist in der Tat die Herausforderung unseres Lebens: soweit in unserem Traum (unserer Wirklichkeit) aufzuwachen, dass wir sehen, dass wir träumen. Nicht „nur“ träumen, sondern träumen schliesst ein, dass wir aktiv unser Leben wach träumen. Wir können den Traum gestalten, wir sind nicht einfach Opfer.

Wichtig ist nun: im SW begegnen wir der Wirklichkeit unseres abenteuerlichen Lebens als einer symbolischen Welt. Der SW ist der Platz der Symbole des Lebens. Im SW begegnen wir den Symbolen des Lebens, der Lebenserfahrung. Es gibt offene Symbole und es gibt geschlossene Symbole.

Ein offene Symbol ist ein verlockendes Tor, durch das wir vermutlich schon oft hindurchgegangen sind. Es führt in einen neuen Erfahrungsraum. So erweitert dieses Abenteuer mein Leben, bereichert den Schatz

meiner Erfahrungen. Dieses Tor ins Unbekannte hat natürlich auch die Angst als Torwächter. Damit ich nicht blindlings hinein stolpere. Als beherzter Krieger habe ich den Mut, diese Angst zu konfrontieren. Als Armes Ich halte ich mich fest an dem, was ich kenne. Manchmal halten wir uns an einem Schmerz fest, weil wir ihn kennen, weil wir das Unbekannte mehr fürchten.

Ein geschlossenes Symbol. Wenn die Angst zu gross wird, durch das Tor ins Ungewisse zu gehen, dann getraue ich mich nicht. Das Tor bleibt zu, eben geschlossen. Ich sehe nur das Monster hinter der verschlossenen Türe, nicht die Verlockung, nicht das Abenteuer. Nicht die Chance, ein anderer zu werden.

Unser Alltag ist geprägt von den offenen Symbolen, die wir irgendwann einmal geöffnet haben. (Kinder machen das ständig!) Also sollten wir genauer sagen: **Im Leben geht es darum, immer wieder geschlossene Symbole zu öffnen.**

Aufgabe: Überlege dir eigene Beispiele. Welche Symbole des Lebens sind für dich ganz selbstverständlich offen, Räume, die du schon lange bewohnst? Die aber auch zur Gewohnheit geworden sind. *Wie war das: Zum ersten Mal allein in die Ferien gefahren zu sein? Und heute ist es selbstverständlich.* Und welche Symbole sind zu? Wo ist die Angst zu gross, einen neuen Erfahrungsraum zu betreten? (Das Ich ist meist zu stolz, um die Angst zuzugeben. Wir erfinden Gründe, warum wir uns nicht einlassen. Wir „rationalisieren“ die Angst. Ich würde nie Golf spielen, so ein versnobter Sport! Also: Welche Symbole – Erfahrungsräume – besitzen eine grosse Verlockung, ziehen mich an, sind voller Kitzel – aber noch überwiegt die Angst? (Die du also öffnen könntest!)

Dunkler Südwestaspekt:

Angst vor dem Unbekannten, geschlossene Symbole, Rationalisierung der Angst, Gefangensein im Wiederholungskreis, weil ich neuen Erfahrungen ausweiche. Ich lebe nur mit und durch offene Symbole.

Heller Südwestaspekt:

Geschlossene Symbole öffnen, also die Angst zum Verbündeten machen, den neuen Erfahrungsraum erschliessen, mich einlassen, das Unbekannte bekannt machen, neugierig entdeckend sein...

Die Fragen im Südwesten sind also: Welches sind meine geschlossenen Symbole der Lebenserfahrung? Wo weiche ich den Forderungen und Rufen des Lebens aus? Wo lebe ich ausschliesslich mit den schon offenen Symbolen und bleibe so im Wiederholungskreis hängen? Wie und wo lasse ich mich auf das Abenteuer ein? Öffne ich geschlossene Symbole und komme dadurch in den Erweiterungskreis?

Westen:

*Hier hast du oben auf dem Rad vielleicht notiert: Erde, Körper, Stabilität, Halten und Transformieren, Mineralwelt, Westschild, Kräuter und Büsche, Felsen, Kriechtiere, schwarze Menschen, Toshihahey...*

Der Westen ist der Platz des Körpers und des Verkörperns. Hier machen wir die Dinge physisch geschehen, d.h. etwas verwirklichen. Das ist, anders als das Träumen im Südwesten, ein Gestalten und Materialisieren. Ich habe Ideen (im Osten des Rades), ich habe Träume (im Südwesten), hier aber muss ich ganz konkrete Schritte unternehmen, um meine Bedürfnisse, Wünsche, Sehnsüchte, Träume und Visionen zu verwirklichen. Wenn ich das tue, und zwar nicht auf Kosten anderer und nicht auf Kosten der Erde und wenn ich auch keinen Raubbau betreibe an mir selbst, dann befinde ich mich auf der hellen Seite.

Wenn ich jedoch in blossen Tagträumen herumhänge, dann bin ich auf der dunklen Seite. Ich schaukle im Schaukelstuhl und „tagträume“, fantaschiere, wie es wäre, wenn ich... würde...

Dunkler Aspekt des Westens:

Ich hänge im Tagträumen, ich verwirkliche meine Ideen nicht, materialisiere meine Träume nicht, lasse mich nicht mit der physischen Wirklichkeit ein. Oder verliere mich im „Material“. Ich (über-)prüfe nicht an der Wirklichkeit.

Heller Aspekt des Westens:

Ich mache meine Träume und Visionen geschehen. So wachse ich mit meiner Arbeit mit. *(Also nicht jedes Fleissig- und Tätigsein ist auf der hellen Seite. Ich kann so gerade meiner eigentlichen Aufgabe ausweichen. Das ist typisch für Arbeitssucht.)*

Die Fragen im Westen sind also: Kenne ich meine Visionen und Träume und mache ich sie wirklich geschehen? Lasse ich mich auf die physische Wirklichkeit ein? Kann ich dranbleiben? Wie gehe ich mit Widerständen um? Kann ich meine Projekte fertig machen? Wo bleibe ich im Tagträumen hängen? Achte ich auf meinen Körper? Oder begehe ich Raubbau? Auch das Geld gehört in den Westen, auch der Besitz.

### Nordwesten:

*Zwischen Halten und Empfangen....*

Der Nordwesten ist also die Verbindung von Westen, alles Materielle, und mit dem Mind, dem Denken im Norden. Diese Verbindung zeigt sich als Struktur, als Muster, als Schematismus. Ich folge einem bestimmten Schema, gehorche einem bestimmten Gesetz, kreierte bekannte Muster und Strukturen. Der NW ist also der Platz der Regeln und Gesetze.

Im Nordwesten auf dem SMK spiegeln sich stets die Wiederholungsmuster eines Lebenszusammenhanges, die Struktur, damit die verborgene Gesetzmässigkeit der Realität. Tatsächlich erfahren wir diese tieferliegende Ebene der Struktur und der Gesetzmässigkeit als die eigentliche Gestalt der Wirklichkeit. Was meine Realität zu meiner Wirklichkeit macht, ist dass ich in gleichen Situationen immer wieder demselben Muster und demselben Schema folge.

Beispiel: Aufgrund meines Kindmythos, meiner inneren subjektiven Wahrheit des Überlebens, „weiss“ ich, dass ich nur überlebe, wenn ich gegen meine Feinde und gegen „alles“ kämpfe. In meinem Traum (SW) gibt es also starke Symbole von Freund und Feind, ich sehe überall Dinge und Menschen, die gegen mich sind. Im Westen nimmt mein Geschehen-Machen und mein Verwirklichen den Charakter des Mich-Durchsetzens an. Ich trainiere mich physisch, mache aus meinem Körper eine „Waffe“ oder versuche, das Leben mit Geld zu kaufen. Im Nordwesten befolge ich meinen (unbewussten) Lebensgesetzen: Ich muss zuerst schlagen, ich muss schneller sein, stärker usw. Diese Regeln kreieren die Struktur meines Lebens. Damit bin ich im Nordwest-Spiegel angekommen. Wenn ich dann einen Schritt weitergehe, in den Norden, mache ich um all diese Erfahrungen herum ein Philosophie- und Glaubenssystem, das den Wahr-Schein trägt.

#### Der dunkle Aspekt des Nordwestens:

Ich lebe auf Kosten anderer, meine unbewussten Gesetze des Handelns sind im Widerspruch zu den Gesetzen des Lebens oder im Widerspruch zu den natürlichen Gesetzen. Ich bin festgefahren in Gewohnheitsmustern. Ich wiederhole die Schmerzmuster (und diese halten das Schmerzspiel meines Kindmythos aufrecht.)

#### Der helle Aspekt des Nordwestens:

Ich lebe im Einklang mit den grösseren Gesetzen des Lebens (und komme deshalb möglicherweise in Konflikt mit gesellschaftlichen Gesetzen und Erwartungen). Ich bin in Verbindung mit dem Auftrag meines Lebens, d.h. ich lebe das, was ich in mein Lebensbuch geschrieben habe. Ich gehe meinen Weg lernend durch das Leben.

Die Fragen des Nordwestens sind, ob meine persönlichen Gesetze mit den Gesetzen der Natur und den heiligen Gesetzen des Lebens im Einklang sind. Oder ob ich mein illusionäres Sonder-Züglein fahre (als Soziopath). Welches sind meine *man soll, man muss, man darf nicht* usw.? Wie gehe ich mit Stress um? Wähle ich stets dasselbe Schema des Reagierens? Achte ich die Heiligkeit des Lebens?

### Norden:

*Hier hast du notiert: Wind, Empfangen, Tiere, Edelsteine, Blüten und Blumen, weisse Menschen, Tungashilabs, Nordschild....*

Im Norden ist also auch das Erwachsenen-Schild. Durch dieses übernehmen wir die Verantwortung für ein grösseres Ganzes. Wir sind auf Zukunft gerichtet und lernen aus der Vergangenheit und den Fehlern. Wir sind am Ganzen und am Sinn des Lebens interessiert. Wir wollen Antworten auf die Fragen Warum? und Wozu? Wir kreieren unsere Überzeugungen (was uns wahr und vernünftig scheint, auch was Wahr-Schein besitzt),

unsere Ansichten über das Leben. Unsere Philosophie- und Glaubenssysteme (belieb-). Hier entwerfen wir auch erfolgsversprechende Strategien und Taktiken. Wir benutzen Tierenergie, vor allem benutzen wir unsere Sinne, um wahrzunehmen, was ist. Und dann benutzen wir unseren Verstand, um uns nach dem, was ist zu richten.

Der dunkle Aspekt des Nordens:

Wir sind gefangen in fixen Überzeugungen und Ansichten. Wir müssen immer recht haben. Wir wissen es schon und schauen gar nicht mehr richtig hin. Wir sind in einem vernünftigen Laufgitter gefangen. Wir besitzen alle Antworten und haben die Fragen vergessen.

Der helle Aspekt des Nordens:

Wir sind mental offen und flexibel. Wir wissen um die Beschränktheit des eigenen Standpunktes und Blickwinkels und können uns in andre Menschen versetzen, die Welt so sehen, wie sie sie sehen. Wir sind (über alle Sinne) empfänglich für die Wirklichkeit. Wir sind offene Fragen...

Die Fragen des Nordens sind also: Wo muss ich immer recht haben? Wo bin ich in einem Schon-Wissen gefangen? Wo halte ich mich an meine Überzeugungen und Lebensansichten und überprüfe sie nicht mehr an der Realität? Wo bin ich unbelehrbar geworden? Und wo bin ich offen und flexibel, empfänglich und belehrbar? Habe ich einen offenen Geist? Oder bin ich ganz eng in meinen Überzeugungen gefangen?

Nordosten:

*Zwischen Empfangen und Bestimmen, zwischen Wind und Feuer...*

Im Nordosten kommt das offene, vorurteilslose Wahrnehmen der Wirklichkeit zusammen mit meinem Bestimmen aus Lust und Feuer (Osten). Bestimmen heisst, das wählen, was mir (und allen Wesen in meinem Lebenskreis) am meisten und für die längste Zeit Erweiterung und Bewusstheit bringt. Wie mache ich es? Nicht was mache ich?

Der Nordosten ist die Frage: wie gestalte und choreografiere ich die (freie) Energie? Dazu gehören besonders wichtig die folgenden Fragen: Bin ich in Aktion oder in Reaktion auf die Ereignisse? Bestimme ich, was geschehen soll oder renne ich den Ereignissen hinterher? Mache ich immer alles auf die männliche oder auf die weibliche Art? Oder gibt es eine schöne Balance zwischen meiner männlichen und weiblichen Seite? Kenne ich meine Prioritäten im Leben? Und halte ich mich auch daran? Oder handle ich in den konkreten Situationen dann doch ganz anders?

Die dunkle Seite des Nordostens:

Ich bin in Reaktion auf die äusseren oder inneren Ereignisse, ich habe die Kraft meines Bestimmens weggegeben. Auch die nüchterne Wahrnehmung dessen, was ist. Ich kann nicht anders als unter Stress stets auf eine weibliche oder stets auf eine männliche Weise zu re-agieren. Zwar träume ich von dem, was wichtig wäre, aber in allen konkreten Situationen unterstütze ich nicht meine wichtigsten Prioritäten. Eher passe ich mich an usw.

Die helle Seite des Nordostens:

Ich choreografiere und gestalte meine Lebensenergie. Ich bin in Aktion (das kann auch heissen: zur rechten Zeit passiv-empänglich zu sein; ich handle und lasse geschehen im rechten Augenblick. Meine weibliche und meine männliche Seite sind in Balance. Ich kenne meine Prioritäten und handle auch danach. (Es bleibt nicht in meinen Tagträumen.) Ich gestalte und choreografiere meinen Traum. Ich bin „Ursache“ meines Lebens. Ich besitze die Kraft, mich zu entscheiden.

Die Fragen des Nordostens sind also: Wie gestalte und choreografiere ich tatsächlich mein Leben? Meinen Traum (gegenüber im SW)? Was ist wichtig und was unwichtig? Wohin gebe ich meine Energie, meine Aufmerksamkeit, wohin fliesst mein Geld, wofür verwende ich meine Zeit, meine Energie? Wo handle ich in Reaktion auf andere, auf äussere Ereignisse? Auf innere Wahrheiten, etwa auf Angst?

### Osten:

*Feuer, Transformation, Erweiterung, Expansion, das Leuchten, die Schönheit, der Spirit, das Rad der Menschen, Bestimmen mit Lust und Freude, Bergkristalle, die aufrechte Nation der Bäume, die geflügelt-gefiederten Wesen, die Menschen, die gelben Menschen, das Ostschild: Kind-Geist-Schild, Omitaquiassin...*

Der Ostspiegel spiegelt all das, was mit Erweiterung, Expansion, Begeisterung, Freude, Einsicht, Selbsterkenntnis, Erleuchtung, Illumination und Transformation zu tun hat. Der Platz des Lichtes, der Sonne, der Sterne. Das Feuer des Ostens muss ich selbst nähren. Hier geht es entschieden um Selbstverantwortung und Selbstbestimmung. Wähle ich das, was mir und den andern mehr Bewusstheit bringt? Oder ziehe ich es vor, in der Bequemlichkeit des Schon-Bekanntes zu bleiben? Habe ich Visionen oder nur Sorgen, was es morgen alles zu tun gibt? Was begeistert mich? Wo löscht es mir ab? Zum dunklen Aspekt gehört etwa, wenn wir unsere Kraft an andere weggeben: Guruitis, Ideologien. „Fantasy“ und Illusionen.

#### Der dunkle Spiegel des Ostens:

Ich bin gefangen in Fantasien und Illusionen. In Dogmen und Ideologien. Ich weiss es schon. Ich überprüfe meine Ideale nicht mehr an der Wirklichkeit. Ich tröste mich, dass ich es dann schon tue, wenn die Forderung des Lebens da ist. Ich täusche mich selbst. Ich verschiebe auf übermorgen, was ich vorgestern hätte tun sollen.

#### Der helle Spiegel des Ostens:

Ich suche in allem Erweiterung. Ich begegne allem mit Begeisterung. Ich nähre das Feuer selbst. Ich suche Einsicht, Selbsterkenntnis, Erleuchtung und Bewusstheit in allem, was ich tue. Ich gehe durch die Tore der Initiation und der Transformation. Ich suche spirituelles Wachstum, nicht Glauben an irgendwelche schöne Wahrheiten.

Die Fragen des Ostens sind also: Mache ich mir nur vor, auf dem Weg zu sein, zu wachsen, mich zu verändern? Oder bin ich Illusionen und Fantasien gefangen? Bin ich bereit, etwas ins Feuer zu geben? Etwas von mir sterben zu lassen? Suche ich Erweiterung? Oder Bestätigung, Zuwendung, Sicherheit? Suche ich spirituelles Wachstum oder rede ich nur davon? (Esoterik als Ersatznahrung?)

### Südosten:

*Zwischen Feuer und Wasser, Verbindung von Kind-Substanz-Schild und Geist-Kind. Zwischen Bestimmen und im Fluss des Lebens unterwegs sein...*

Suche ich Liebe, Zuwendung, Anerkennung **durch andere**? Oder liebe ich mich selbst? Sage ich Ja zu dem, was ich bin, aber auch zu dem, was ich noch werden kann? Zur Wirklichkeit und zur Möglichkeit? Bin ich zuhause in der grossen Menschheitsfrage: Wer bin ich? Oder habe ich mich bequem und endgültig in den Antworten, wer ich bin und zu sein habe, eingerichtet?

Der Südost-Spiegel spiegelt mein Selbstbild und mein Weltbild, das zu meinem Selbstbild passt. (Oder umgekehrt.) Entwerfe ich mich selbst oder mache ich mich von der Meinung und dem Verhalten der andern abhängig? Das wichtigste Teaching zu dieser Richtung sind die sieben hellen und dunklen Pfeile des Selbstkonzeptes.

#### Der dunkle Spiegel des Südostens:

Ich mache mich von den andern abhängig, ich habe ein kraftloses Selbstkonzept, es fehlt mir alles Selbstvertrauen, ich nehme ich ständig zurück und glaube gleichzeitig, dass ich alle überrage: Selbstmitleid. Oder versuche, alle zu dominieren: Selbstwichtigkeit. Ich mache mich klein, habe Angst, sichtbar zu werden, habe Angst vor meiner eigenen Kraft und Schönheit. Habe Angst, meine Fehler zu sehen (sie als Lehrer wertzuschätzen.) Ich vergleiche mich mit andern, verurteile mich, die andern, das Leben...

Der helle Spiegel des Südostens: Die sieben Lichtpfeile des Selbst: Selbstgewahrsein, Selbstwertschätzung, Selbstakzeptanz, Freude und Lust am Selbst, Selbstliebe, Selbstgestaltung und Selbstaktualisierung, Augenblicke der Vollkommenheit.

Es geht um mich, aber nicht im Sinne des Egoisten, sondern der Selbstliebe. Nur wenn ich mich zuerst selber gern habe, kann ich das Leben und die andern mit meiner Liebe beschenken.

Die Fragen zum Südosten: Habe ich einmal im Leben wirklich ganz Ja gesagt zu meiner physischen Existenz? Oder glaube ich immer noch, dass es auf der andern Seite schöner und besser wäre? Bin ich bereit, mich selbst zu lieben? Oder erwarte ich das zuerst von andern?



## Der Sternenmädchenkreis:

Kreiere dein eigenes Rad des SMK, indem du zuerst für jede der 8 Richtungen mit einem Begriff oder Satz das Thema festlegst und dann kurz und bündig den hellen und den dunklen Spiegel. So wie wir das für den Süden schon gemacht haben.

