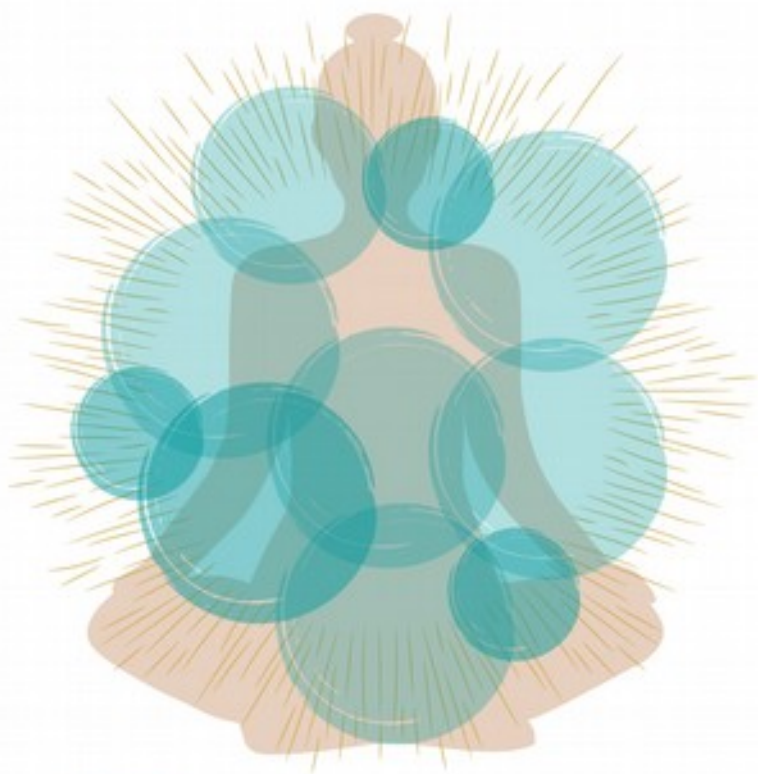


Reflektor

Die Energie des weisen Bewusstseins



Chamäleon / Spiegel
Reflektiert sein Umfeld und die Welt

3.5 Der Reflektor – in dir erkennen wir uns

3.1.1 Typbeschreibung, Strategie, Merkmale und Besonderheiten

Die Reflektoren sind unsere Wegweiser, tief verbundene Menschen und gleichzeitig wandelbare Persönlichkeiten, die uns ganz gezielt zeigen, wie es um uns steht. Sie machen derzeit nur 1% der Bevölkerung aus. Ihre Aufgabe ist es Weisheit zu entwickeln und in jedem Moment des Lebens neu zu wählen, wer man sein möchte, wie man sich fühlt. Mit ihrer tiefen Angebundenheit und ihren Chamäleon-Fähigkeiten haben sie die Aufgabe alle anderen Typen dabei zu unterstützen, immer mehr sie selbst zu werden. Sie demonstrieren uns eindrucksvoll und friedlich zugleich, welche „Schattenthemen“ wir selbst inne haben und sind zur gleichen Zeit die Reinheit des Menschen, einfach durch ihr Sein. Reflektoren nehmen ihre Umwelt in der Tiefe wahr und sind immer mit anderen verbunden. Sie besitzen eine scharfsinnige 360° Beobachtungsgabe und die Fähigkeit mit anderen zu verschmelzen. Sie verstärken Energien von anderen Menschen wie z.B. Emotionen oder Ideenimpulse. Ein gängiger Satz im Human Design ist auch: „Willst du in der Tiefe gesehen werden, dann stell dich 5 Minuten vor einen Reflektor und schau ihm in die Augen. Dann kannst du für einen Moment dir selbst begegnen.“ Reflektoren erkennen andere durch ihre Energie in ihrer Ganzheit. Das wichtigste für den Reflektor, ist es herauszufinden wer er selbst ist und sein möchte, wenn er nicht im Verbund mit anderen ist. Er darf erkennen, dass sein offenes, fühlendes Wesen und seine Persönlichkeit wandelbar und fließend sind. Für mich besitzen Reflektoren den X-Faktor, eine Besonderheit die wenige benennen können aber alle spüren. Ich nenne ihn auch gerne:

- Energie des weisen Bewusstseins
- das Chamäleon
- den Tieftaucher
- Der Wegweiser für die Menschheit
- der / die tief Verbundene
- die Reinheit des menschlichen Seins
- den scharfsinnigen Beobachter
- der Mensch mit dem fühlbaren X-Factor

Kerndesign des Reflektor

Reflektoren sind sogenannte Nicht-Energie Typen und der einzige Typ dessen Bodygraph „weiß“ ist. Das bedeutet, dass er alle Zentren undefiniert hat. Du kannst dir vorstellen, dass definierte Zentren (die farbigen) wie ein Stamm des Baumes sind. Sie sind fixe Anteile in uns

über die wir Dinge nach Außen geben. Alle undefinierten Zentren sind für mich die Wurzeln, die Äste, die Blätter des Baumes. Denn diese Elemente sind ständigen Änderungen in der Umgebung ausgesetzt. Der Baum passt sich seinem Umfeld an und kann dieses Umfeld stark fühlen und auch wiederspiegeln. Blätter und Äste werden durch Wind geschaukelt oder durchgewirbelt, daran sehen alle anderen Typen, dass Wind weht. Auch die Wurzeln müssen sich darauf einstellen, dass sich die Bodenqualität und die Menge an Wasser, Nährstoffen ändern kann. Diese Elemente sind abhängig von ihrem Milieu, dass täglich durch andere Faktoren wechselt.

Die große Kraft des Reflektors sind genau diese undefinierten Zentren, die Äste, Blätter und Wurzeln, die alles um sich herum erfassen und tief erfühlen können. Und die uns gleichzeitig

anzeigen ob Wind weht. Diese Offenheit und gleichzeitig Abhängigkeit vom äußeren Milieu (Wasser, Boden, Windstärke) lassen ihn selbst zu einem höchst wandelbaren Wesen werden. Wie ein Baum an einem Sommertag, kann der Reflektor ruhig stehen während sich die Blätter im Wind wiegen. Ist er aber einem Sturm ausgesetzt so werden seine Blätter und Äste diesen Sturm sehr stark spüren. Und jetzt stell' dir vor, dieser Sturm verursacht, dass Äste abfallen und auf dem Boden landen, dann hat der Reflektor diesen Sturm (für uns Beobachter) noch verstärkt. Der Reflektor zeigt dir also immer an, wie die Boden- und Luftqualität dort ist, wo er ist. Du erkennst anhand seiner Blätter, seiner Gesundheit, seinem Handeln ziemlich genau ob in seinem Umfeld alles ok ist. Wir wissen auch, dass Bäume sehr robuste und widerstandsfähige Eigenschaften haben, denn ihre Wurzel können selbst entscheiden, welche Nährstoffe sie aufnehmen. Das kann der Reflektor auch – er kann entscheiden, welche Menschen er in seinem Umfeld und welche Energien er sich zuführt.

Beispiel um das besser zu verstehen: Der Reflektor-Baum steht auf einem idyllischen Stück Land. Er ist hier viel mit sich alleine und ist in ständigem Austausch mit Tieren, Pflanzen, Menschen und dem Wetter. Er ist verbunden mit allen anderen Lebewesen und in einem fruchtbaren Austausch. Er hat seinen ganz eigenen Bereich. Er wächst und gedeiht und lässt sich vom Leben überraschen, wer denn heute zu Besuch kommt. Er empfindet viel Freude, weil das Leben jeden Tag neu zum Vorschein kommt. Einige Wochen später rollt eine Baufirma an, die beschließt den Lebensbereich dort zu wandeln für ein Bauprojekt. Viele Faktoren ändern sich für den Reflektor-Baum massiv. Denn alle seine Freunde und Tiere sind auf einmal nicht mehr da. Stattdessen

lehnen Bauarbeiter an ihm zum Mittagessen. Sie pinnen ihre Zettel in seinen Stamm, kippen Schotter auf die Wiesen und erwischen beim Baggern auch einige Wurzeln des Reflektors. Die Bodenqualität wird schlechter und der Reflektor-Baum entscheidet aus Selbstschutz, keine Nährstoffe mehr aus diesem Boden aufzunehmen. Nach einigen Monaten sieht man dem Baum an, dass er unter dieser neuen Umgebung leidet. Die Rinde blättert ab und viele Äste sind abgefallen. Die Blätter sind voller Farbspritzer vom Lack der Bauarbeiter und es fühlt sich an, als ob der Baum stöhnt. Der Reflektor-Baum fühlt förmlich den Stress der Arbeiter und auch die Unzufriedenheit, die sie mitbringen. Das macht den Baum selbst sehr müde und erschöpft. Er verfällt in eine Art Passivität und nimmt es hin. Er bemerkt nicht einmal mehr, dass sich die Jahreszeiten ändern.

Merke also – ein Reflektor in seiner Kraft kann anderen ein blühender und robuster Baum sein, der sich vom Leben überraschen lässt. Er ist gleichzeitig da für die, die ihn aufsuchen und umgeben und spiegelt direkt wie es ihm mit diesem Menschen, der Gruppe, seinem Umfeld geht. Ein Reflektor im falschen Umfeld, der sich nicht abgrenzen kann, mit dichten Energien, wird darunter als Mensch sehr zu leiden haben. Die Freude des Lebens geht verloren und auch die Wandelbarkeit des Lebens wahrzunehmen und zu schätzen.

Achtung – diese Analogie heißt nicht, dass der Reflektor an einem Ort „verwurzelt“ ist und allem ausgeliefert ist. Im Gegensatz zum Baum, kann der Reflektor den Ort selbst wählen, indem das Milieu stimmt. Es beschreibt nur gut, wie viele Reflektoren sich in einem Milieu entwickeln, dass für sie selbst schädlich ist und dass sie im Gesamtgefüge der Menschheit, eine wichtige Aufgabe haben.

Sie reflektieren, wie es um uns selbst und die Menschheit steht.

Fähigkeit des Reflektors – 360° Sicht und Fühlen

Ich nutze hier gerne noch einmal die Analogie des Chamäleons – denn diese haben ein Blickfeld von 360° und können bis zu 1000 Meter scharf sehen und tief in ihre Umgebung eintauchen. Das beschreibt die wichtigsten Eigenschaften des Reflektors:

- scharfsinniges Beobachten und Wahrnehmen
- Rundumblick und Erfassen aller Prozesse und Vorgänge um sich herum
- Ein Teil der Dinge werden und diese abtasten, die einen umgeben

Der Reflektor ist damit in der Lage Menschen und Dinge nicht einfach zu sehen, sondern alles zu erfassen, was mit ihnen zu tun hat. Er hört zu, nicht um zu antworten sondern um sich tief in die Perspektive seines Gegenübers hineinzuzusetzen.

Das eigene Umfeld definiert dich

Reflektoren sind die Essenz der Menschen die sie umgeben. Sie reflektieren die Qualität der eigenen Umgebung. Kennst du den Spruch: „Umgeb dich mit den Menschen, die verkörpern wo du hinwillst.“ Für den Reflektor ist es essentiell, dass er ein Umfeld hat, dass ihm und seinen Interessen entspricht. Durch die starke Definition von Außen kann das eigene Umfeld dem Reflektor Druck machen, Energie ziehen oder auch dazu führen, dass der Reflektor sich selbst vollkommen verliert. Deswegen wähle als Reflektor weise, mit welchen Menschen du dich umgibst. Wer kann dich überraschen, wenn du auf nichts wartest oder selbst

auf etwas beharrst? Wer verkörpert eine Energie, die du gerne fühlst, die dir gut tut? Wer bringt Dinge in dein Leben, die du mit all deiner Kraft gern verstärken willst? Beobachte scharfsinnig, welche Werte dein Umfeld hat und ob dies auch deine sind. Beobachte ob du diese Energie reflektieren möchtest, denn du bist immer auch geprägt durch das Sein deines direkten Umfeldes. Dein ideales Umfeld kann dich in enorme Kraft für dein Wesen versetzen. Wenn du akzeptiert wirst in deiner Wandelbarkeit und die Menschen dich als Geschenk sehen, dann wirst du auch körperlich spüren, dass die Dinge sich gut, klar, frei anfühlen und ohne Druck stattfinden.

Stehst du selbst oft unter Druck oder durchläufst starke emotionale Wellen dann kann es durchaus sein, dass deine Familie, dein Umfeld gerade Konfrontationen oder auch Instabilität ausgesetzt sind. Sehr oft spiegeln Reflektoren die Gemütszustände, Ängste und Unsicherheiten anderer Menschen und fühlen es so stark, dass sie denken es wären ihre eigenen. Ein Reflektor in einem unbewussten, unreflektierten Umfeld kann darum auch sehr schnell krank, schlapp, müde und freudlos werden oder selbst die Handlungsweisen und Meinungen der anderen übernehmen. Die richtigen Menschen für dich werden anerkennen, dass du ihre tiefen Themen siehst. Sie werden sogar mit dir darüber sprechen können und dankbar sein dafür, dass du ihnen ihre Schattenseiten aufgezeigt hast. Diese Menschen schaffen ein Umfeld für dich, indem du deine besondere Energie leben kannst.

Wandelbares Wesen – Chamäleonart zur Superkraft machen

Der Reflektor kann sich, wie ein Chamäleon an einem Tag gut fühlen und am nächsten Tag schlecht. Er kann im einen Moment begeistert angesteckt worden sein von einer Idee und die

Emotionen seines Gegenüber fühlen und im nächsten Moment ist die Begeisterung weg, weil die zugehörige andere Person das Haus verlassen hat. Denke an ein Chamäleon, es nimmt seine Umwelt ein Stück weit an und spiegelt die Farbe des Baumes wieder, auf dem es sitzt. Trotzdem kann das Chamäleon entscheiden, diesen Baum zu verlassen und zum nächsten zu gehen, wenn es genug dieser „Baumfarbe“ adaptiert oder gefühlt hat oder es dort einfach unbequem und nass ist. Du hast die Fähigkeit mit anderen zu verschmelzen und einen tiefen Einblick in deren aktuelle Energie zu erhalten. Nutze dies nicht um mit ihnen zu leiden oder dich zu vergleichen, sondern um zu erkennen, was hier das eigentliche Problem ist. Oft ist dein Umfeld gefangen in einem Strudel ohne Lösung und Ziel. Du siehst die Lösung meist in dem Moment, indem du die Person in ihrer Gänze erfasst. Durch diese wunderbare Wandelbarkeit bist du ein Geschenk für andere Menschen, denn du erkennst in einer fühlenden Distanz, den Schlüssel nachdem sie suchen. Das macht Reflektoren übrigens auch zu idealen Coaches, Beratern und Wegweisern.

Hohe Feinfühligkeit und scharfes Beobachten

Dein offenes Wesen bringt mit sich, dass du enorm feinfühlig, hoch empathisch und auch hochsensibel bist. Das führt dazu, dass du ein starkes Gespür für andere Menschen hast, es dir aber auch schnell zu viel werden kann zu fühlen, was andere fühlen. Diese „Belastung“ die dadurch entstehen kann, fühlt sich zeitweise an wie eine Bürde. Ich habe Reflektoren schon oft hören gesagt, dass sie sich wünschen, sie würden nicht so viel fühlen. Diese starke Fühligkeit ist eine deiner Superkräfte und ermöglicht es dir scharfsinnig zu beobachten und auch, den Schmerz der anderen zu wandeln, indem du ihnen den Dorn aus der Wunde ziehst.

Beachte mit diesen Fähigkeiten, dass dich Menschenmassen leicht überfordern können und extrem auslaugen z.B. Flugzeuge, Konzerte, Weihnachtsfeiern, große Gruppen. Du bist in all den Energien dieser Menschen immer wieder angedockt, das kann echt müde machen und dich schwer fühlen lassen. Deswegen:

„Reflektor: Praise your ME-TIME. Sie ist der Zugang zu dir.“

Regeneration durch Me-Time

Wichtig ist für dich, sich viel Zeit für dich alleine zu nehmen, in der du alle aus deiner Aura rauswirfst und dich nur mit dir „einklinkst“. Nur in diesem Zustand kannst du deine echte Freude und Neugier auf das Leben spüren und DICH wahrnehmen. In diesen Momenten werden auch deine Gedanken klarer und Emotionen meist ruhiger. Gefühlt fällt Ballast von dir ab, wenn du nur mit dir sein kannst. Diese regelmäßige „Reinigung“ darf fester Bestandteil deines Alltages werden, auch wenn es nur 30 Minuten in der Badewanne sind. In dieser Zeit werden andere Stimmen, Meinungen und Gefühle leiser in dir und deine eigene darf zum Vorschein kommen. Dein System regeneriert also dadurch, dass du dich „freimachst“ von den Energien deiner Mitmenschen und deines direkten Umfeldes.

Tipp: eine Aura kann zwischen 40-70m groß sein. Wenn es dir möglich ist, dann suche dir einen Ort wo du wirklich nur mit sein kannst, auch wenn das nicht jeden Tag möglich ist.

Zwischen Individualismus & Verbundenheit

Reflektoren sind durch ihre wandelbare Persönlichkeit Individualisten und doch streben sie danach tief verbundene Beziehungen zu führen. Sehr oft haben Reflektoren sogar große

Familien. Ein Individualist zu sein heißt nicht als Einsiedler im Wald zu leben sondern das eigene Wesen an erste Stelle zu rücken und von seinen Impulsen und Entscheidungen nicht abzuweichen. Du machst Dinge anders als andere, denn du bist anders als 99% der Menschen auf diesem Planeten. Du darfst dein Individualistentum voll raushängen lassen und die Menschen in deinem Umfeld und auch in deinem Beruf, dürfen genau das wertschätzen. Die abtastende Aura von Reflektoren sucht nach Verbindung und dem Erfahren anderer Menschen und Energien, deswegen wird es dir schwerfallen eine lange Zeit komplett alleine zu sein. Du erfährst das Leben durch die Energien anderer, deswegen bindest du dich auch tief an andere Menschen. Achte bitte als Reflektor darauf, dass eine tiefe und innige Verbindung nur für z.B. Paare konstant ist, wenn keinerlei Manipulation im Spiel ist. Der Reflektor, als Chamäleon behaart oft auf den Baum an dem er einmal sitzt und scheut sich davor, sich vom Leben überraschen zu lassen und den Baum auch mal zu wechseln. Echte Verbundenheit kommt aber dadurch zustande, dass du dein Individualistentum ausleben kannst im Verbund mit anderen und dir keiner Vorschriften darüber macht, wie genau eine Familie, eine Beziehung oder eine Freundschaft auszusehen hat. Als Reflektor spürst du auch hier sehr schnell körperlich, wenn Menschen dir nicht guttun und Beziehungen nicht auf Liebe sondern Machtstrukturen oder Kontrolle aufgebaut sind. Das spürst du nicht nur in deinen eigenen Verbindungen sondern auch in denen anderer Menschen. Und genau hier, kannst du durch deine eigene Reflektion anderen Menschen beistehen und helfen.

Die abtastende Aura

Unsere Aura ist die Energie die uns umgibt und unser inneres

spiegelt. Mit unserer Aura werden wir für andere greifbar und tauschen Dinge mit unserer Umwelt aus. Der Reflektor besitzt eine abtastende Aura oder auch Teflon Aura genannte. Diese ermöglicht es ihm permanent in der Verbindung mit Energien und Lebewesen zu sein und die anderen sprichwörtlich nachzufühlen. Seine Aura bringt auch mit, dass sie ihn gut schützt und Reflektoren zu widerstandsfähigen und robusten Menschen macht. Die einzelnen „Tastfelder“ sind unabhängige kleine Ballons oder auch Bratpfannen, die sich zwar überall reinfühlen können aber die dafür sorgen, dass der Reflektor nicht komplett zu einer anderen Person wird – sie schützen ihn. Ich habe schon oft gehört wie Menschen die Aura des Reflektors als sanft, einhüllend beschreiben. Das liegt daran, dass er mit anderen Menschen in Bruchteilen von Sekunden verschmelzen kann. Seine Aura ist für viele Menschen faszinierend und sie beschreiben den Reflektor als mystisch in seiner Energie.

Der Reflektor nimmt sich für eine Entscheidung oder Abwägung eine Mondphase Zeit um die Erkenntnisse zu sortieren aus unterschiedlichen Persepektiven zu beleuchten.



Wie fühlt sich das an?

Fakten

Vergleich

Ja

gefährlich

Nein

Emotionen

Transite

wild, unruhig

Angst



Alle Erkenntnisse führen ihn zum Sack de Weisheit, mithilfe dessen er eine fundierte Entscheidung treffen kann.

Strategie: Eintauchen – mit dem Mondzyklus

Die Strategie des Reflektors (d.h. wie agiert er am besten im Leben mit seiner Energie) ist es, einzutauchen in einen Mondzyklus (29 Tage). Lass' mich dieses Thema etwas weiter ausfahren, weil es oft Missverständnisse darüber gibt. Der Reflektor kann sich durch seine „Offenheit“ heute so und morgen ganz anders fühlen und auch agieren. Das liegt daran, dass äußere Energien besonders stark auf ihn wirken und ihn in seiner Aktion auch verändern können. Dieses chamäleonartige Verhalten, macht es dem Reflektor nicht unbedingt einfach zu wissen, was er wirklich will und wie er selbst fühlt, wie er entscheiden soll. Denn ständig spielen andere Komponenten bei einer Sache oder Entscheidung eine Rolle, je nachdem mit wem er sich umgibt und was gerade auf ihn einwirkt. Die Strategie des Reflektors ist es also einzutauchen in diesen Wandlungsprozess und sich dem Chamäleonprozess voll hinzugeben. Bedeutet einfach – er nimmt seine Entscheidung mit in einen Mondzyklus und beobachtet ca. 29 Tage lang (bitte seht das entspannt), scharfsinnig wie sich sein Blick auf diese eine Sache verändert. Nach diesem Prozess hat der Reflektor so gut wie alle Aspekte beleuchtet. Er hat es durchdacht, auf mentaler Ebene. Er hat es gefühlt, als Emotion. Er hat es bewegt, durch Energie die ihn antreibt. Er hat es mit anderen geteilt und selbst eine Projektion zu erhalten. Dieses „weise“ eintauchen und abwarten ermöglicht ihm völlige Klarheit darüber zu erlangen wer er in dieser Sache ist und wie er handeln möchte. Er kann jetzt eine wahrlich reflektierte Entscheidung treffen, die auch zum Besten seines Wesens ist.

Warum 29 Tage und Mondzyklus?

29,53 Tage dauert ein Mondzyklus. Dazu muss man wissen, dass alle Menschen immer den Energien der täglich wechselnden

Planetenkonstellationen unterliegen und dadurch immer eine andere Energie auf uns wirkt. Man nennt dies auch „Transite“. Die Energien der Planeten „durchqueren“ unseren Energiekörper und bewirken damit, dass sich unsere Grundenergie kurzzeitig ändert. Innerhalb der 29 Tage des Mondzyklus durchwanderst du einmal alle Tierkreiszeichen und alle 64 Tore des I-Ging. A

Stell' es dir am besten so vor wie die Kleidung die du jeden Tag wechselst. Jede Farbe oder jedes Teil hat eine andere Wirkung auf dich selbst und andere. Jeden Tag wirkt deine „Kleidung“ auf dich und du kannst dich dadurch kraftvoll, sexy und lebendig fühlen oder eben auch im Schlabberlook eher in der Stimmung sein dich zurückzuziehen. Einzig, die Kleidungswahl triffst nicht du, sondern die planetarische Konstellation, die auf uns wirkt. Wir haben jeden Tag andere Kleidung an und genauso wirken auch die Transite zu jederzeit auf uns. Achtung, dass ist ein absolutes Human Design Deep Dive Thema – deswegen hier nur kurz erklärt um den Reflektor zu verstehen.

In den 29 Tagen, die der Reflektor eintaucht in seinen Prozess, durchläuft er verschiedene Transite, die es ihm ermöglichen sehr viele verschiedene Aspekte in seine Entscheidung einzubeziehen.

Beispiel 1: ein Transit definiert dem Reflektor das Emotionszentrum. Dies ermöglicht dem Reflektor für kurze Zeit auf emotionaler Ebene in seine Entscheidungsfindung einzutauchen und auch die gesamte Farbpalette der einhergehenden Emotionen wahrzunehmen. Für seine Gesamtentscheidung ist es wichtig, dies kurzzeitig gefühlt und wahrgenommen zu haben, damit Klarheit im eigenen System ist. Er kann dadurch emotional übersprudeln und diesen Aspekt sehen.

Beispiel 2: ein Transit definiert dem Reflektor den Kopf/Verstand und sorgt dafür, dass sein Gedankenkarussell zur Ruhe kommt und er fundierte Gedanken bis zum Ende denken kann. Er merkt in dieser Zeit stark, welches Wissen er besitzt und kann gut unterscheiden zwischen den Gedanken anderer und den eigenen. Dieser Transit ist sehr hilfreich für seine Entscheidungsfindung, denn er kann einen Moment lang sich selbst denken hören. Dadurch, dass der Reflektor die 64 Tore des I-Ging alle durchwandert und kurzzeitig definiert hat, kann er eine allumfassende Entscheidung treffen, weil er die Auswirkungen der Entscheidung aus den Blickwinkeln aller Möglichkeiten, Impulse und Emotionen gesehen hat.

Enttäuschung als Indikator für Veränderung

Das sogenannte Nicht-Selbst oder auch Schattenthema Thema des Reflektors ist die Enttäuschung. Diese entsteht meist aus folgenden Gründen:

- er lässt sich selbst nicht vom Leben überraschen und „erwartet und beharrt“ zu viel und wird dann enttäuscht
- Menschen, die nicht bereits sind reflektiert zu bekommen wer sie sind weisen ihn zurück
- er wird ausgegrenzt, weil andere Angst davor haben gesehen zu werden
- Sein Blickwinkel und Weisheit wird bekämpft
- die tiefe Verbindung die er sucht wird nicht erwidert
- er ist zu sehr in den Energien anderer verhaftet und kann sich nicht erkennen und ausleben – er resigniert und ist über das Leben enttäuscht

Der Indikator der Enttäuschung zeigt hier an, dass die eigene Energie nicht das tut, wofür sie hier ist und gelebt werden kann. Wenn der Reflektor also merkt, dass eine Enttäuschung eintritt kann er sich folgende reflektierende Fragen stellen:

- Was/ wer hat mich enttäuscht und warum?
- Welche Erwartung hatte ich an den Prozess, Gespräch, Beziehung etc. und warum?
- Warum halte ich starr am Ausgang der Dinge fest?
- Darf mich das Leben überraschen? Lasse ich das zu?
- Habe ich mir einen bestimmten Ausgang der Situation gewünscht und wenn ja, aus welchem tieferen Grund?
- Umgebe ich mich, mit den für mich richtigen Menschen?
- Habe ich tiefe Verbindungen, die mein Wesen wertschätzen?
- Spüre ich den Schmerz der anderen Person oder ist es mein eigener?
- Trage ich die Last der anderen Menschen mit oder ist es meine eigene Last?
- Nehme ich mir genug Zeit für mich alleine damit Klarheit und Präzision sich einstellen können?

Alle diese Fragen helfen, ein Bewusstsein für die eigene Energie zu entwickeln und diesen wunderbaren Indikator dafür zu nutzen, etwas in seinem Leben zu verändern, sodass mehr Leichtigkeit, Lebenskraft und Erfolg eintritt.

Häufige Glaubenssätze und Konditionierungen von Reflektoren

Wir alle haben unsere Glaubenssätze. Muster, die wir uns früh angeeignet haben, damit es uns leichter fällt, uns in der Welt zurechtzufinden und für uns eine Art „Autobahn mit Leitplanken“ zu entwickeln, in der wir uns bewegen können. Diese

Konditionierungen übernehmen wir für unser Leben. Glaubenssätze sind nur zu 10% durch unseren Verstand erkennbar und erklärbar. Ganze 90% unserer Glaubenssätze werden durch das Unterbewusstsein immer wieder hervorgeholt, wenn wir Sie benötigen. Achtung: ein Glaubenssatz ist an sich nichts Schlechtes. Er kann jedoch limitierend wirken, wenn er veraltet und deinem Leben nicht mehr zuträglich ist. So übernehmen wir beispielsweise viele Glaubenssätze von unseren Eltern und Lehrern bereits aus der Kindheit, lösen diese aber im Erwachsenenalter nicht auf, wenn wir selbst die Verantwortung für unser Leben übernehmen dürfen. Die Generatoren teilen häufig ähnliche Glaubenssätze und Erfahrungen, da es eine gemeinschaftliche Aufgabe ist, sich daraus zu lösen. In vielen Human Design Readings und durch diverse Ausbildungsmaterialien habe ich die häufigsten Glaubenssätze für Reflektoren zusammengetragen, die natürlich nicht allumfassend sind, aber die Übersicht mag dem Wiedererkennen und Verständnis dafür dienen, was die eigenen Herausforderungen sind. Diese Glaubenssätze können uns daran hindern, uns unsere eigene Energie zu erlauben und zu leben:

- *Ich bin Luft. Ich werde nicht gesehen.*
- *Ich bin allein.*
- *Ich bin ausgeliefert.*
- *Ich werde gemieden.*
- *Ich spüre alles und verliere mich.*
- *Ich passe nirgendwohin.*

Mehr über die Glaubenssätze und wo diese sichtbar werden, erfährst du im Kapitel über die Zentren.

Herausforderungen für Reflektoren

Wer bin ich - ich bin so viele gleichzeitig – gesunde Abgrenzung

Würde ich ein „Wie komme ich als Reflektor durchs Leben – Bootcamp“ machen, dann wäre der erste Punkt den wir lernen: Abgrenzung! Das ist wohl eines der wichtigsten Themen für den Reflektor – er darf sich wiederfinden, indem er mit sich alleine ist. Das bedeutet auch, dass er ein gewohntes Umfeld, Sicherheit und Meinungen regelmäßig verlässt, um für sich selbst zu sorgen und zu 100% in der eigenen Energie zu sein (auch, wenn es nur einige Stunden sind). Er darf sich von anderen Menschen und Energien abgrenzen und auch sehr deutlich andere Menschen aus seinem System werfen, wenn diese ihm nicht gut tun. Diese Fähigkeit für sich selbst zu entwickeln und zu erkennen, wann der Reflektor „die vielen anderen“ reflektiert ist für ihn sehr wichtig, damit er sich nicht verliert. Er darf lernen, was seine Klarheitsstimme ist und wann die vielen anderen Stimmen seines Umfeldes aus ihm sprechen.

Bei einer gesunden Abgrenzung kann dem Reflektor helfen:

- sich täglich zu reinigen und zu duschen
- seinen eigenen Raum zu unterstützen mit energetischer Arbeit, Artefakte der universellen Geometrie und eine passende Inneneinrichtung
- die Verbindungen zum Bewusstsein anderer Menschen regelmäßig gedanklich trennen (oder es auch sagen)

Konditionierungen und Manipulationen erkennen und ablegen

Dadurch, dass der Reflektor so offen und durchlässig für andere Menschen ist, ist er auch empfänglich für Konditionierungen. Das bedeutet, Dinge und Lebensweisen die er (oft als Kind) übernommen hat, weil er denkt, dass es nur so geht. Das man nur

so richtig ist und durch's Leben kommt. Ein Reflektor ist durch seine hochsensible Art sehr manipulierbar und konditionierbar durch andere starke Typen. Er neigt dazu den Schmerz, die Emotionen und die Sorgen anderer als seine eigenen auszuleben. Diese „Weltbilder“ anderer abzulegen und zu erkennen, dass es nicht das eigene Bild ist, ist die größte Herausforderung für den Reflektor.

Konsistenz und Beharren - „Wie man sein soll!“ über Bord werfen

Das Leben kann dich nur überraschen, wenn du das auch zulässt. Der Reflektor ist nicht dazu hier um einen Lebensweg zu gehen, den andere Menschen für erstrebenswert halten. Er ist hier um mit dem Leben zu tanzen und zu fließen und die Vielfalt des Lebens zu spüren. Jegliches Beharren darüber wie ein Mensch, ein Leben, eine Karriere, ein Werdegang, Eltern, Kinder zu sein haben darf er über Bord werfen und sich überraschen lassen. Denn ein Beharren auf falschen Erwartungen und Projektionen führt den Reflektor zur Enttäuschung.

Lass' los and everything will be alright.

Weisheit nicht verwechseln mit Guruschaft

Jeder Mensch hat eigene Themen im Leben zu bewältigen. Ein Extrem in das viele „bewusste“ Reflektoren rutschen können ist es, alles auf die Energien der anderen abzuwälzen. Zu sehr darauf zu beharren, dass die eigenen Stimmungen immer nur durch andere zustande kommen. Übernimm' hier Verantwortung für dich, denn es wäre sehr einfach, für jeden Trigger, der durch andere entsteht auch die anderen dafür verantwortlich zu machen. Du bist mächtig in deinen Fähigkeiten aber du bist auch Mensch, in eigenen Erkenntnisprozessen. Deine innere Weisheit leben

bedeutet nicht, dich zum Non-Plus-Ultra aller Menschen in deinem Umfeld aufzuschwingen und nur deine Weltsicht zuzulassen sondern eben weise zu wissen, an welchem Punkt deine Reflektion gebraucht wird.

Der Reflektor ist nicht zum arbeiten hier

Ich habe schon oft gehört, dass der Reflektor als ein weiser Guru beschrieben wird, der auf einem Berg sitzt. Das stimmt so halb auch. Denn er ist nicht zum arbeiten hier oder dazu da, einer 40h Woche nachzugehen. Er ist maßgeblich hier um:

- Energien, Systeme, Menschen zu erkennen
- Aufzuzeigen wo wir nicht authentisch leben und was nicht funktioniert in unserer Gesellschaft
- ein Ratgeber und Berater sein zu dürfen, für die Menschen, die seine Eigenschaften wertschätzend

Die große Herausforderung für den Reflektor ist es, dass anzunehmen und zu verstehen, dass diese Prozesse und „Arbeit“ eine Menge Kraft kosten. Der Reflektor ist dauerhaft am Arbeiten, wenn seine Aura andere abtastet (selbst im Schlaf) und ein normaler Job wird den Reflektor auf Dauer sehr ermüden. Diesen Platz in der aktuellen Welt zu finden kann sehr herausfordernd sein.

3.1.2 Darum bist du hier, lieber Reflektor!

Neben dem ganz persönlichen Lebensweg und der eigenen Aufgabe, die durch das individuelle Chart eines jeden Menschen definiert sind, hat die Gruppe der manifestierenden Generatoren gemeinschaftliche Aufgaben, sogenannte kollektive Aufgaben, zu lösen. Mithilfe ihrer Energie bringen sie dadurch Leichtigkeit und

Heilung in die Welt und können kollektive Wunden, Denkmuster und „veraltete Dogmen“ auflösen.

Uns zeigen, wie es um uns steht

Reflektoren können für andere Menschen sehr unbequem sein und sich wie ein Stachel anfühlen. Denn sie zeigen auf, in welchen Teilen wir selbst an uns arbeiten dürfen und uns nicht authentisch zeigen.

Die Fühler des Reflektors erkennen sofort wo jemand im Außen darstellt, was er im Inneren nicht ist. Der Reflektor spürt Disbalancen in der Energie anderer und in Systemen.

Damit zeigt er uns immer wieder auf wo unsere animalische, menschliche Grundstruktur uns daran hindert uns weiterzuentwickeln. Letztendlich ist der Reflektor ein Barometer für eine neue Zeit, in der es darum geht, der zu sein, der man ist. Immer wenn eine Gruppe, ein System, eine Botschaft, ein Mensch niedere Beweggründe verkörpert (Gier, Neid, Hass, Selbstsucht etc.) wird das Reflektor Barometer deutlich anspringen und dies den Menschen anzeigen. Das alles geschieht, damit die Menschen im Umfeld des Reflektors immer mehr zu sich selbst kommen und ihre Potenziale aufzeigen. Ein Reflektor kann auch gut über seinen eigenen körperlichen Zustand, das innere der umgebenden Menschen spiegeln.

Beispiel: Reflektor Kinds (2 Jahre)

In meiner Praxis baten mich Eltern um Hilfe, deren Kind seit mehreren Monaten einen Hautausschlag zeigte. Die Ärzte konnten nicht helfen und alle Möglichkeiten waren bereits erschöpft. Die Eltern wollten gern schauen, was im Familiensystem

vielleicht dazu führte, dass es dem Kind so ging und stießen auf das Human Design. In einem Human Design Profiling der gesamten Familie erklärte sich dann dieser Zustand sehr schnell, mit der Erkenntnis, dass ihre Tochter eine Reflektorin ist und die aktuelle Lebenssituation der Familie spiegelte.

Der Ausschlag begann, als das Kind in den Kindergarten eingewöhnt wurde und auch die Mutter wieder anfangen zu arbeiten. Die Mutter selbst hatte es schwer sich wieder einzufinden im Job und sagte im Gespräch auch, dass sie sich fühlt als stecke sie in einer anderen Haut, wenn sie im Büro ist. Das Reflektor-Kind reagierte zum einen darauf, dass es die Prozesse der Mutter spiegelte und spürte „das Mama sich nicht wohl in ihrer Haut fühlt.“ Es reagierte aber auch darauf, dass zu viele Einflüsse auf es selbst einprasselten im Kindergarten. Energien vieler Menschen und Kinder, Lautstärke, Erwartungen Dinge zu können und zu lernen. Das Reflektor-Kind versuchte sich abzugrenzen, weil es keinen anderen Weg gab das sonst auszuhalten, nicht alles an sich ranzulassen. Es sog ständig die Energien anderer auf und verarbeitete Nachts oft stundenlang beim Weinen all das was es gefühlt und erlebt hatte. Wir wissen aus den psychosomatischen Lehren u.a. von Rüdiger Dahlke, dass die Haut unser Organ ist, mit dem wir in Kontakt gehen. Und das sich unser Körper oft der Haut bedient um „nicht mehr in Kontakt“ zu müssen. Genau das passierte bei dem Reflektor-Kind in extremen Maße. Das System reagierte mit einem Ausschlag um sich abzugrenzen, damit es nicht mehr in Kontakt mit den vielen Händen und Energien sein muss. Und was bestärkend hinzukam war, dass die Mutter gerade ähnliche Prozesse der Abgrenzung und des Unwohl-Fühlens durchlebte, sie selbst war 2/4 Projektorin. Ein Lösungsansatz war schnell gefunden.

Es wurde für das Kind die Möglichkeit geschaffen nur bis Mittag in der Kita zu sein. Die Mutter verkürzte ihre Arbeitszeit und verlagerte sie ins HomeOffice. Beiden ging es nach kurzer Zeit besser und der Ausschlag verschwand fast völlig nach 2 Monaten. Die Mama hatte verstanden, dass ihr Kind den Raum alleine (oder mit ihr als Bindungsperson) braucht um die Energien und vielen Erlebnisse auch wieder loszuwerden. Was es in der Alleinzeit von Mittag bis Abends auch konnte. Gleichzeitig arbeitete die Mama daran, sich selbst wieder wohler zu fühlen und ihr eigenes Berufsbild zu verändern. Wir sehen an diesem Beispiel sehr gut, dass Reflektoren-Kinder extrem auf äußere Disbalancen reagieren können und die Energie der Systeme spiegeln in denen sie sind oder aufwachsen.

*Hinweis: das ist ein anonymes Praxisbeispiel und keine medizinische Erklärung oder Pauschalisierung für Hautausschlag bei Kindern. Jeder Mensch ist anders und das Human Design kann eine große Hilfestellung sein, wenn man tiefer in Familiendynamiken einsteigen möchte. Bitte konsultiert bei ähnlichen Problemen immer Ärzte oder Therapeuten mit fundierter Ausbildung. Das Human Design und die Psychosomatik kann lediglich begleitend oder unterstützend, weitere Hinweise liefern.

Lerne uns loszulassen und dem Leben zu vertrauen

Durch dein Beispiel lernt das Kollektiv dem Weg des Lebens und sich selbst zu vertrauen, die Sicherheit in sich zu finden. Wenn du uns demonstrierst wie ein solch selbstermächtigender Weg aussehen kann. Du zeigst uns, dass „Kontrolle behalten“ immer aus der Ohnmacht heraus geschieht die eigene Macht nicht

anzunehmen. Du lehrst uns mit deinem Weg, dass wir die vielen Überraschungen, Zeichen und Hinweise im Leben wieder wahrnehmen und wertschätzen dürfen, um unserem Weg zu folgen. In dem Wissen und Gefühl, dass wir in uns sicher sind und es nichts zu kontrollieren gibt.

Du hilfst uns „Erwachsen zu werden“

Der Reflektor hat die große kollektive Aufgabe uns dabei zu helfen wirklich erwachsen zu werden. Denn er erfasst verwundete innere Kinder sehr schnell und bietet uns die Möglichkeit in seiner Energie diese alten Wunden abzulegen. Er macht sie sichtbar, sodass wir selbst in die Verantwortung für unser Leben gehen können um unser Leben im Erwachsenen-Ich zu leben. Das bedeutet, dass wir selbst in der Lage sind zu reflektieren, unsere Emotionen zu regulieren und die ständigen Kämpfe beizulegen, die wir mit uns und anderen führen.

Der Schmerz des Reflektors – alleine zu sein auf weiter Flur

Du fühlst dich manchmal wie eine Insel neben allen anderen Menschen? Vielleicht, weil 99% der Menschen ganz anders sind und ticken als du. Darin liegt auch dein größter Schmerz. Immer wieder das Gefühl zu haben, dass man einfach alleine ist mit seinem Empfinden, mit seiner Fühligkeit, mit seinem Blick auf das Leben. Dieser Schmerz kann so groß werden, dass du tatsächlich müde wirst vom Leben und in einen Passiv-Modus schaltest, denn du bist eh alleine, dich wird eh keiner verstehen. Im Gegenteil, die Menschen grenzen dich aus, deswegen ist es besser sich ruhig zu verhalten, nicht aufzufallen. Das ist der Schmerzkreis des Reflektors. Diesen Schmerz kannst du aber lösen! Indem du dich immer mehr dir zuwendest und erkennst:

- das deine Empfindsamkeit deine Stärke ist
- das du nicht die Energien der anderen bist
- das deine innere Stimme zu dir spricht und dir den Weg weist
- das dein Weg zu 99% anders ist als der Weg anderer Menschen
- das du nicht im System geboren wurdest um es zu bedienen sondern um es zu verändern durch deine Wahrnehmung
- das deine Aufgabe hier wichtig ist, damit die Menschen sich selbst wieder spüren

Meine Bitte an Reflektoren

Nur 1% der Menschheit sind Reflektoren und wir brauchen jeden einzelnen davon. Vielleicht gefällt dir nicht, was du hier liest aber unbewusst sagt dein Körper ganz still „Oh doch, das stimmt.“ Bitte lasse dich auf dieses Experiment ein. Denn du zeigst uns sprichwörtlich wo wir wachsen dürfen in eine neue Zeit mit neuem Bewusstsein. Mit dir kommen wir schneller in eine Welt mit einem anderen Verständnis von Beziehungen, Elternschaft, Leben und Arbeiten, Hingabe, Leidenschaft, Schule, Finanzsystem, Digitalisierung und den vielen anderen Dingen die gerade im Umbruch sind. Du musst da nicht alleine durch. Es gibt tolle Reflektor Coaches und eine Community in der du gesehen wirst und aufgehoben bist.

Die besondere Energie des Reflektor – Zusammenfassung

Du bist für mich, in deinem Kern, die Energie eines Kindes. Du bist mit allem verbunden und adaptierst und lernst von denen, die dir die Welt zeigen und dich umgeben – deinen Eltern und Geschwistern, der Natur. Du beobachtest deren Verhalten sehr

genau, erfasst sie in ihrem Wesen und ahmst es nach. Wenn du mal gesehen hast wie jemand wütend ist oder einen anderen Menschen beschimpft, probierst du als Kind das auch gleich aus. Du verarbeitest Dinge und Erkenntnisse indem du Verhalten spiegelst. Nicht um wirklich jemanden zu beschimpfen sondern um zu spiegeln, nachzuahmen. Du erfährst das Leben indem du neugierig darauf zugehst und dich vor nichts versperrst. Du forderst sogar heraus, dass das Leben dich überraschen kann. Das Leben entdeckst du auf vielen verschiedenen Spielwiesen auf denen du überall die reine Energie spürst, dass was wirklich präsent ist. Als Kind weißt du intuitiv, bei welchem Menschen du nicht auf den Arm willst oder welche Dinge du nicht machen willst. Du ziehst dich intuitiv manchmal in dein Zimmer oder den Garten zurück um für dich alleine die Welt zu entdecken und mit dir verbunden zu sein. Als Kind sind wir sehr empfänglich dafür, wenn man uns sagt, wie wir Dinge zu machen haben. Ich meine damit nicht, dass man dir hilft es selbst zu tun (Montessori Ansatz) sondern das man dich bevormundet und dir das Gefühl gibt, dass du alleine Dinge nicht kannst. Es kann dadurch oft Enttäuschung in dir entstehen, wenn du Erwartungen nicht erfüllen kannst und es kommt das Gefühl in dir auf, dass du dein fühlendes Wesen lieber unterdrücken solltest, damit andere Menschen es bequemer haben. Du lernst dadurch selbst Erwartungen zu haben und auf Dinge zu beharren, die dich enttäuschen, wenn das Leben dich überraschen will aber der Weg nicht der ist, den du wolltest. Dein Wesen ist und bleibt aber immer das, des Kindes, das verbunden auf die Welt kommt. Diesen Zugang verlierst du nie, auch wenn er manchmal nicht spürbar ist. Du kannst alles und jeden erfühlen und abtasten und bist intuitiv in der Lage zu erkennen, was gut für dich und andere ist. Du bist verbunden mit Tieren, Seelen und nimmst als Kind auch Ebenen wahr, die viele Erwachsene nicht

mehr spüren können. Manchmal fühlst du dich, als ob du in andere Dimensionen abdriftest und träumst. Lass' mich dir sagen, dass du nicht träumst sondern das du uns einen besonderen Zugang zu allem gewährst. Wer bereit ist, dich so zu erkennen und anzunehmen, den kannst du in deine Welt mitnehmen und einige Schlüssel für ein leichteres Leben bieten. Dein Sinn ist es nicht zu arbeiten oder einem Bild der Gesellschaft zu entsprechen. Dein Sinn ist es, deine Weisheit größer werden zu lassen, in jedem Moment in dem dich das Leben überraschen kann, weil du ihm unvoreingenommen und ohne Wertung gegenüber trittst. Das bist du, lieber Reflektor.

3.1.3 Eckpfeiler für Lebenskraft & Leichtigkeit als Reflektor

Die folgenden Stichpunkte können dir helfen, deine Energie in dein Leben zu integrieren und sie auszuleben:

- Verbringe Zeit mit dir allein in deiner Energie
- Berücksichtige, dass dein Weg Entscheidungen zu treffen einen Zyklus von ca. 29 Tagen benötigt um Klarheit zu erlangen
- Vertraue auf deine Erkenntnisse, Wahrnehmungen und Weisheit
- Lege den Gedanken ab, dass das Leben einer bestimmten Richtung zu folgen hat und beharre nicht mehr auf etwas
- Wähle dein Umfeld weise und mit bedacht, denn dieses prägt dich und deine Energie

Was ist für den Reflektor-Körper wichtig?

- Reinigung ist für dich das Wichtigste (duschen, baden)
- Energetische Abgrenzung von anderen Menschen

- ein eigener Raum für dich und dein Umfeld zum Leben ohne schwere oder zu viele Energien anderer Menschen
- Regelmäßige Auszeiten in der Natur
- eine natürliche Ernährung mit guter Energie (bei Fleisch aus elender Massentierhaltung geht diese Energie auf dich über)
- Verbundenheit stärken durch regelmäßige Meditation und Atmung (z.B. Yoga, Pranayama, Thai Chi, QiGong)
- Eine eigene Routine für dich am Morgen und Abend kann dir helfen bei dir zu bleiben und dich zu stärken

Was sind Indikatoren dafür, dass Lebenskraft fehlt?

- Enttäuschungen und Phasen der Traurigkeit
- Passivität bis hin zur Depression
- Langes Starren und „aussteigen“ wollen
- Gewichtsverlust und Abmagerungen am Körper
- Hautprobleme, weil du dich nicht abgrenzt von anderen Energien

Was bringt dem Reflektor Leichtigkeit?

- Alle Regeln des Lebens loslassen, Kontrolle loslassen
- Sich einlassen auf den Fluss des Lebens und das man überrascht werden kann
- Sich selbst vertrauen und in sich Sicherheit finden
- die eigene Energie zelebrieren und feiern
- Ratgeber sein zu dürfen
- seinen „Beruf“ frei wählen oder ihn gar neu zu erschaffen

Beruf und Arbeit

- Reflektoren sind die idealen Feel Good Manager in

Familien und Unternehmen, sie zeigen an wenn das Wohlbefinden nicht stimmt ABER sie sorgen nicht dafür, dass es sich ändert

- Reflektoren sind ideale Berater, Coaches, Ratgeber, Überblicker und Tiefenerfasser
- Berufsbilder könnten sein: Psychologen, Psychotherapeuten, Mentaltrainer, Achtsamkeitscoach, Feel-Good Manager, Berater der Berater, Heiler der Heiler, Trainer der Trainer, Reflektionsabteilungen im Unternehmen wie z.B. Controlling
- Wichtig: Raum für die eigene Energie d.h. im Idealfall HomeOffice, eigenes Büro, eigene Werkstatt etc. oder selbständiger Erwerb mit regelmäßigen Auszeiten
- Passives Einkommen eignet sich auch gut für den Reflektor, damit er seinem wandelbaren Wesen folgen kann
- keine Scheu davor den eigenen beruflichen Weg zu ändern und neue Richtungen einzuschlagen
- sich von neuen Berufen überraschen lassen

Wie gehen andere am besten mit dem Reflektor um?

- Sie laden ihn ein Berater zu sein oder sich „reinzufühlen“
- Sie kommunizieren ihm friedlich, wenn seine Wahrnehmung nicht erwünscht ist
- Sie geben ihm Freiräume für seine Kreativität, seine Routinen und lassen ihn den Fluss des Lebens folgen
- Sie akzeptieren den Entscheidungsprozess von ca. 29 Tagen und bauen keinen Druck auf
- Sie verstehen, dass er mit seinem Körper und Sein, sie selbst und die eigene Authentizität spiegelt

Wie geht man mit Reflektor Kindern um?

- Reflektor Kinder/Babies spiegeln das Familiensystem indem sie groß werden (auch den Gesundheitszustand!)
- man kann sehr gut sehen, was diese Kinder erlebt haben in Schule, Kita etc., weil sie es mit Nachhause bringen und auch Nachts verarbeiten oder im eigenen Wesen zeigen
- Unterstützung erfahren sie dadurch, dass man ihnen Leichtigkeit einräumt und ihnen regelmäßig die Last der Verantwortung nimmt
- Reflektor Kinder sollten ihren eigenen Rückzugsort haben (ein Baumhaus ist ideal), um mit sich sein zu können
- Reflektoren-Kinder sind sehr sensibel und oft überfordert mit dem klassischen Weg und Systemen. Eltern dürfen hier gezielt unterstützende Modelle suchen: Montessori, Kitafrei, bedürfnisorientierte Waldkindergärten und Schulen
- Reflektoren-Kinder können sehr provozierend wirken, wenn sie den Druck der Eltern spiegeln obwohl das ihr Wesen und kein bewusster Angriff ist
- Eltern von Reflektoren-Kindern tun das Beste für ihre Kinder, wenn sie selbst im Bereich Bewusstsein und Persönlichkeitsentwicklung an sich arbeiten und zu sich finden. Denn dadurch fallen viele falsche Projektionen auf die Kinder weg und die Kinder dürfen sein und müssen keine Rolle mehr erfüllen.
- Dinge die hier gut helfen und die Kinder unterstützen: die aktuelle Bindungsforschung, gewaltfreie Kommunikation, bindungsorientiertes Wissen, freie Schulen und Betreuungskonzepte, Stärkung der Kinder durch Affirmationen
- Reflektor-Kindern kann es helfen wenn sie eine Routine lernen die ihnen hilft Energien abzugeben z.B. Meditation für Kinder, Yoga für Kinder oder auch den Bodyscan am

Abend vor dem Einschlafen

So wirkt der Reflektor auf andere Menschen:

- Oftmals wie ein Schwamm, denn die Menschen denken er hat immer für alle da zu sein und kann die ganze Last der anderen tragen
- wie eine weise alte Seelen
- wie ein bewusster, in -sich gekehrter Mensch
- wie ein robuster Fels in der Brandung
- wie eine Insel

Beziehungen zu anderen Typen

Reflektor und Reflektor

- vertraut euch und teilt eure Bedürfnisse miteinander
- werdet nicht zur Projektion des anderen
- nehmt euch regelmäßig Auszeiten voneinander
- lebt ein wandelbares und freudiges Leben im Fluss
- lasst steife Regeln und das Beharren auf Etwas los
- seht euch in der Tiefe

Reflektor und Generator

- ihr könnt euch gegenseitig einladen
- achtet darauf, dass kein Druck entsteht oder Zwang
- nehmt ein NEIN des anderen nicht persönlich
- ihr habt Energie, wenn das JA zu einer gemeinsamen Sache da ist
- fließt mit eurer Freude und genießt das JETZT
- der Generator darf sich „sehen lassen“ durch den Reflektor und ihn auch mal überraschen

Reflektor und manifestierender Generator

- lass dich einladen vom manifestierenden Generator
- nimm wahr, dass der MG ein bunter Blumenstrauß ist, der oft Dinge anfängt, aber sie nicht zu Ende macht. Das ist ok so.
- Akzeptiere das schnelle Tempo des MG im Leben, wenn du eingeladen bist, kannst du auch problemlos mithalten
- Spiegele dem MG seinen Weg und seine Entscheidungen

Reflektor und Manifestor

- lass dich vom Manifestor einladen und ein Feuer in dir entfachen
- stelle dem Manifestor W-Fragen (Was möchtest du? Wo möchtest du hin? etc.)
- achte darauf, dass der Manifestor viele Pausen braucht und du auch
- versuche dich von den Emotionen des Manifestor regelmäßig abzugrenzen und übernahm' sie nicht
- akzeptiere, dass der Manifestor immer wieder neue Ideen und Richtungen im Leben wählt
- achte darauf, dass du nicht so schnell sein musst wie der Manifestor in hoher Energie – folge deinem Tempo
- Manifestor: akzeptiere die Wandelbarkeit des Reflektor
- ihr könnt gut zusammen dem Fluss des Lebens folgen
- Manifestor: wisse um den Mondzyklus, den der Reflektor Zeit braucht um abzuwägen

Reflektor und Projektor

- gib dem Projektor deine ungeteilte Aufmerksamkeit und vollen Fokus auf ihn, wenn er spricht oder sich mitteilen

möchte

- zeige ihm, dass du ihn wertschätzt, indem du ihn einlädst, dabei zu sein oder ihn nach seiner Meinung fragst
- verstehe, dass der Projektor am besten reflektiert, wenn er selbst Dinge aussprechen kann – du darfst gern sein Vehikel zur Selbsterkenntnis sein
- gib dem Projektor Freiräume, in seiner eigenen Energie zu sein
- Projektor: gib dem Reflektor Zeit Entscheidungen zu treffen

Erfolg als Reflektor:

- stellt sich ein, wenn du loslässt und dich vom Leben überraschen lässt
- stellt sich ein, wenn du dir folgst und den Dingen die dir gut tun
- stellt sich ein, wenn du deinen Weisheitssack zur Entscheidungsfindung dazunimmst und daraus auch Dinge weitergibst
- stellt sich ein, wenn du regelmäßig alleine in deiner Energie bist um dich von anderen Menschen und Emotionen freizumachen
- stellt sich ein, wenn du dich spüren kannst
- stellt sich ein, wenn du dein wandelbares Wesen annimmst und nicht mehr auf etwas beharrst
- stellt sich ein, wenn du Dinge tust, die dich nähren
- stellt sich ein, wenn du deine Konditionierungen löst