



SPIEGELGESETZE

In der Psychologie finden sich die hier spirituell aufbereiteten Inhalte unter den Begriffen „Übertragung“ und „Gegenübertragung“.

1. Spiegelgesetz

Alles, was mich an anderen stört, ärgert, aufregt, in Wut geraten lässt und ich anders haben will, das trage ich (noch unfrei) in mir selbst. Was ich also am anderen kritisiere, bekämpfe und/oder verändern will, unterdrücke bekämpfe oder kritisieren ich eigentlich an mir selbst. *Ich wünsche mir, das es/ich anders wäre.*

Beispiel aus einem Buch: Ein Mann, der sich besonders vehement und militant gegen reizvolle Frauen, speziell in Dessous aussprach, sie als obszön, lasterhaft und noch grober abwertend beschimpfte. Im Laufe einer langen Therapie kamen die aus Erziehung und Umfeld unterdrückten Phantasien und Wünsche des Mannes zu Tage, sich auf hingebungs- und phantasievolle Weise von einer Frau verführen zu lassen.

2. Spiegelgesetz

Alles, was mich verletzt, wenn es ein anderer an mir kritisiert, bekämpft und/oder verändern will, zeigt mir, dass es mich betrifft. Dass es in mir noch nicht frei ist. Meine gegenwärtige Persönlichkeit fühlt sich gekränkt und beleidigt.

Eine Klientin findet, ihr Mann behandelt sie teilweise respektlos. Kommt zu spät, hält Verabredungen nicht ein, stellt seinen Job in den Vordergrund. In eigener Reflektion sagt sie aber auch, dass sie sich manchmal über sich selbst wundert, wie sie mit ihm spricht, wenn ihr etwas nicht gefällt. Dann ist sie verbal respektlos und ab-/bewertend.

3. Spiegelgesetz

Alles, was mich nicht betrifft oder berührt, was ein anderer an mir kritisiert, mir vorwirft oder an mir verändern will; ist sein eigenes Bild, sein eigener Charakter, seine eigene Unzulänglichkeit, die er gerade auf mich projiziert.

Ich hatte mal eine kurze Bekanntschaft, in der mir immer wieder aggressiv und lautstark vorgehalten wurde, ich würde mit meiner Praxis alles ganz falsch handhaben, mich falsch organisieren, die Prioritäten falsch setzen. Ich hab das gar nicht verstanden, weil es wirklich von Tag zu Tag besser und runder lief. Während dieser Mann mit seiner Selbständigkeit keinen Schritt voran kam, nie Zeit mit dem verbrachte, womit er sein Geld zukünftig verdienen wollte, die Behördengänge nicht in Angriff nahm und so weiter. Ich dachte immer, *komisch, das was er da alles in meine Richtung äußert, stimmt doch gar nicht – eher sieht es doch bei ihm nicht stimmig aus?!*

4. Spiegelgesetz

Alles, was mir am anderen gefällt, was ich an ihm liebe, bin ich selbst, trage ich selbst in mir und liebe es im anderen. Ich erkenne mich selbst im anderen. Wir sind in diesem Punkt eins. Ich liebe eure Großherzigkeit, eure Toleranz, eure innere Gelassenheit und Weitsicht. Euer Urteilsvermögen und eure Intuition. Eure Fähigkeit, in verstehbare Worte zu kleiden, was um uns herum geschieht. Eure Intelligenz und Klugheit! Über mich selbst würde ich das nie so sagen, aber nach dem Gesetz der Resonanz trage ich das in mir. Ich danke Euch!

Habt ihr selbst Erlebnisse gehabt, die jetzt in einem ganz anderen Licht erscheinen? Schreibt mir davon!

Ellen Hennicke-Weinert © 2015