



**»Du bist was Du tust –
Deine Absichten und Ideen allein
machen nicht Dein Sein!«**

Liebe Freunde und Interessierte des Spiegelprinzips,

Viele Menschen glauben, viel von sich zu wissen – was sie wollen, was sie sich wünschen, wo es im Leben lang gehen soll, wie der Partner zu sein hat, und wie sie sich selbst im Leben verhalten möchten. Doch all das vermeintliche Wissen reicht nicht aus, die Ziele auch zu erreichen.

So ist z.B. die 'Morgen-Diät' ein beliebtes Mittel, den Alltag zu gestalten: "Morgen fang ich an ..." – aber morgen sind es wieder die gleichen Gedanken, die das Leben beherrschen. So wie das Lesen eines Rezeptes in einem Kochbuch nicht satt macht, können angestrebte Ziele ohne Umsetzung nicht erreicht werden.

Ich habe oft in der Vergangenheit gehört: "Ich weiß, wie ich bin, und ich weiss auch, was ich tun müsste!" – doch Phlegma und Angst vor Veränderungen hindern daran, etwas zu tun, um den Zustand befriedigender zu gestalten.

Oft habe ich von Gesprächspartnern gehört, dass sie jahrelang in schwierigen Beziehungen, auch mit körperlicher oder seelischer Gewalt ausgeharrt oder ausgehalten haben mit dem 'Alibi': "Ich glaube, im Grunde ist er/sie ganz liebevoll; im Grunde hat er/sie ein weiches Herz; im Grunde kann er/sie nichts dafür; im Grunde hat er/sie ein tolles Potential."

Doch auch die besten erfüllten, erdachten oder erwünschten innewohnenden Fähigkeiten nützen nichts, wenn sie nicht erweckt oder gelebt werden.

Vielleicht trifft das ja auch auf uns zu? Wir können mit dem Gegenüber nur so umgehen, wie er/sie sich uns gegenüber verhält und umgekehrt.

Deine Handlungen zeigen, wer Du wirklich bist – und erst dies ermöglicht dem Gegenüber, auch Dich so zu behandeln, wie Du behandelt werden möchtest.

In diesem Sinne wünsche ich Euch einen glücklichen Start in das neue Frühjahr!

Aktuelle Seminare, Workshops, Gesprächsabende und Vorträge:

Mo. 16. März 2020 – Gesprächsabend

»Gedanken zum Spiegelprinzip – was spiegeln wir selbst, was wird uns gespiegelt?«

18.00 - 19.30 Uhr, Unkostenbeitrag € 20,-

Als Einstieg in die Gedankenwelt des von mir entwickelten Spiegelprinzips möchte ich einige Gedanken von mir und den Teilnehmern des Gesprächsabend einbringen, die uns erklären, welche immense Bedeutung unser Verhalten auf andere und das Verhalten anderer auf uns hat. Wir werden feststellen, wie wichtig ein Gegenüber sein kann, um uns selbst zu erkennen, Fehler zu entlarven und vielleicht Verhaltensweisen korrigieren, weil sie nicht mehr wünschenswert sind. Wenn wir mehr verstehen wollen, dann kann das Spiegelprinzip ein wichtiger Begleiter sein.

Sa. 21. März 2020 – Workshop »das Spiegelprinzip – Grundlagen«

9.00 - 18.00 Uhr, Unkostenbeitrag € 120,-

Das Spiegelprinzip besagt, dass wir uns selbst in Personen, Tieren und Objekten unserer Umgebung wiedererkennen. Das "Außen" ist dementsprechend das Spiegelbild des Inneren. Was wir im Anderen sehen – seien es Eigenschaften, die wir schätzen oder die wir ablehnen – können wir nur deshalb erfassen, weil wir diese Eigenschaften selbst in uns tragen. In diesem Workshop werden die Zusammenhänge durch kleine Übungen und viele einfache Beispiele aus dem Alltag erklärlich. Dies vermindert unter anderem ganz selbstverständlich Streitsituationen, weil uns bewusst wird, dass uns nur aufregt oder irritiert, was wir ja selbst in uns tragen. Durch diesen Wegfall der persönlichen Betroffenheit gelingt gegenseitiges Verständnis – und gemeinsame Harmonie.

Mo. 20. April 2020 – Gesprächsabend »Loslassen – Gehenlassen«

18.00 - 19.30 Uhr, Unkostenbeitrag € 20,-

Wieso halten wir an Gewohnheiten, Verhaltensweisen und Menschen, die längst nicht mehr zu unserer Entwicklung passen – Lebenspartner, Freunde und Bekannte – fest? Wieso lassen wir oft auch unsere Kinder so ungern los? Wieso fällt es uns so schwer, kranke und sterbende Menschen loszulassen und verlängern damit ihren Leidensweg? Was wir nicht loslassen, bleibt und erzeugt inneren Druck und führt zu seelischen und körperlichen Konflikten. Wer nicht loslässt, kommt in die Bedrängnis - was akute und chronische Krankheiten zur Folge haben kann.
"Nur wer loslassen kann, ist wirklich frei!

Sa. 25. April 2020 – Workshop »liebevolle Kommunikation nach dem Spiegelprinzip«

9.00 - 18.00 Uhr, Unkostenbeitrag € 120,-

Gespräche mit unseren Lieben, mit Kollegen, Freunden und Verwandten könnten besser verlaufen, wenn wir lernen, was ich selbst sage, was davon ankommt und was das Gegenüber von sich gibt und bei mir angekommen ist. Was sind die Fallen in unserer Sprache, die unser Zusammenleben so behindern und wie können wir ihnen entgegenwirken? Eine spannende Reise durch das SprachWirrwar und eine manchmal ganz einfache Lösung!

Mo. 25. Mai 2020 – Gesprächsabend »Gelassenheit – Achtsamkeit – Bewusstheit«

18.00 - 19.30 Uhr, Unkostenbeitrag € 20,-

Viele Menschen hetzen durchs Leben. Sie sind getrieben von den Aufgaben oder Erwartungen des Alltags oder der Menschen, die sie umgeben. Sie finden keine Ruhe, keine Erholung mehr – und sogar der Urlaub wird zum Stress, weil all die versäumten Regenerationsphasen ausgelassen wurden. Wir werden versuchen, durch mögliches Umdenken und Umfühlen mehr Gelassenheit, Achtsamkeit und damit mehr Bewusstheit zu erfahren, um unser Leben liebevoller zu gestalten. Wie gehe ich achtsamer mit mir um, mit meinen Beziehungspartnern, Kollegen, Freunden und Verwandten? Wie lerne ich, achtsamer mit der Natur umzugehen? Was hat mich bisher daran gehindert, und wie lasse ich diese Blockaden los?

Mo. 22. Juni 2020 – Gesprächsabend

»vom Zweifel ins Vertrauen«

18.00 - 19.30 Uhr, Unkostenbeitrag € 20,-

Fr. 26. - Sa. 27. Juni 2020 – Seminar (1½ Tage)

**»das Traumseminar – wie ich lerne,
mit meinen eigenen Träumen umzugehen«**

Fr. 18.00 - 21.00 Uhr + Sa. 9.00 - 18.00 Uhr,

Unkostenbeitrag € 150,-

Weitere inhaltliche Informationen zu den jeweiligen Veranstaltungen finden Sie auf meiner Homepage »<http://www.max-segeth.de>« bei »Seminarunterlagen«. Wegen begrenzter Teilnehmerzahl – maximal 14 Personen – bitte ich um rechtzeitige Anmeldung.

☎ 0664 – 890 1342 (0043 664 890 1342)
Anton-Fuchs-Weg 6, 9020 Klagenfurt

Soweit nicht anders angegeben,
finden die Veranstaltungen dort statt.
Kurzfristige Änderungen vorbehalten.

Ich freue mich, wenn ich den einen oder anderen lieb gewonnenen Gesprächspartner wiedersehen werde und Menschen kennenlernen darf, denen ich bisher noch nicht begegnet bin.

Mögen uns unsere Engel zueinander führen!

Euer Max Segeth

Eine letzte Frage, mit der das Heute ausklingen könnte:

**»Ist es mir heute gelungen, mit meinem Gegenüber offen
über mich zu sprechen, wie ich mich wirklich fühle?
Und ist es mir dabei gelungen, meine Ideen, Wünsche
und Vorhaben konkret zu formulieren?
Wie ist es mir dabei ergangen?«**