



RUEDIGER
SCHACHE

Das Geheimnis meines
SPIEGELPARTNERS

Die Beziehung als Weg
zur inneren Befreiung

Ansata

Inhalt

Liebe Leserin, lieber Leser!	13
»WIR LIEB(T)EN UNS. UND DANN?« – WAS GESCHIEHT, WENN LIEBE IN BEZIEHUNG ÜBERGEHT	15
»Welche Kräfte wirken hier?« – Die Beziehung als Spiegel	19
»Wie werde ich frei?« – Der Spiegel als Wegweiser	20
DAS ERSTE GEHEIMNIS DES SPIEGELS:	
DER DIREKTE SPIEGEL	23
Sichtbare Resonanz:	
Die offensichtlichen Elemente der Anziehung ...	28
Unsichtbare Resonanz:	
Die verborgenen Elemente der Anziehung	38
Das Schicksal als Grund Ihrer Beziehung	46
Die Aufgabe als ein Grund Ihrer Beziehung	50

DAS ZWEITE GEHEIMNIS DES SPIEGELS: SYNCHRONISATION	59
Sie. Der andere. Und die unsichtbare Wolke	63
Wie Ihr Glaube die Menschen lenkt	66
Die Veränderung auf dem Weg	67

DAS DRITTE GEHEIMNIS DES SPIEGELS: DAS ECHO	69
Das Unterbewusstsein hört immer mit	72
Woraus das Echo besteht	76
Die Beziehungsmusik des Unterbewusstseins	77
Wie ein Echo entsteht	79
»Welche Rolle habe ich?« – Unbewusste Echos im Spiegel erkennen	81
Echos und das Gesetz der zusammenpassenden Teile	85

DAS VIERTE GEHEIMNIS DES SPIEGELS: DIE LOGIK DER GEFÜHLE	89
Entscheidungen gegen alle Vernunft	91
Die Frage der Verantwortung	94
»Deines? Meines? Wer ist schuld?« – Wem gehören die Gefühle in Beziehungen?	98

Zehn Zusammenhänge aus der Logik der Gefühle	100
»Warum lässt er mich so fühlen?« – Im Spiegel der Gefühle lesen	108
Was geschieht, wenn der Kreislauf der Gefühle ungebremst bleibt?	114
Der Weg aus den selbstständigen Gefühlsmustern	117

DAS FÜNFTTE GEHEIMNIS DES SPIEGELS:

LIEBE?	127
Liebe »geben und haben« wollen, erschafft oft Probleme	130
Die Informationsspeicher zum Wesen der Liebe	145
Die zehn größten Irrtümer über Liebe und ihre Heilung	149

DAS SECHSTE GEHEIMNIS DES SPIEGELS:

BEWUSSTWERDUNG	235
Wie zwei Ichs sich finden	237
Was ist ein Ich?	238
Die Überlebensnahrung eines Ichs	241
Wie ein »Problem-Ich« entsteht	243

Die Kraft des versteckten Nutzens	244
Sieben Formen von Problem-Ichs und die Wege zur Lösung	246
DAS SIEBTE GEHEIMNIS DES SPIEGELS: DER SPIEGEL DER AUFGABE	
Die Frage nach dem besseren Leben	295
Beziehung als Aufgabe	297
Der andere als Spiegel der Aufgabe	297
Acht Möglichkeiten für eine erfüllende Beziehung	298
GESPRÄCHE IM SPIEGEL	
Gespräch mit Lena über Sicherheit und Zukunft	303
Gespräch mit Sophie über Liebe und Grenzen ...	308
Gespräch mit Chris über Nähe und Freiheit	311
Gespräch mit Leyla über Leistung und Unzufriedenheit	316

DIE SIEBEN SPIEGELGEHEIMNISSE UND DER WEG ZUR INNEREN BEFREIUNG IM ÜBERBLICK	321
--	-----

»Gut zu merken!«:

Eine Essenz zur Erinnerung an den Weg aus den Mustern	330
--	-----

Hilfreiche Fragen für mehr Klarheit	332
---	-----

Liebe Leserin, lieber Leser!	335
------------------------------------	-----