

# Mein Spiegel

Dr. Oliver Marc Wittwer / 29.09.2021 / [www.provisions.ch](http://www.provisions.ch)



Ich urteile über Dich?  
Es ist Mein Urteil.  
ICH muss damit leben.

Ich ärgere mich über Dich?  
Es ist Mein Ärger.  
Er raubt MIR Energie.

Ich denke positiv über Dich?  
Es ist MEINE Freude  
und ich teile sie mit Dir!

Ich denke negativ über Dich?  
Es sind MEINE Gedanken.  
ICH muss mit ihnen klarkommen.

Ich bin nett zu Dir, damit ich Dir gefalle?  
Dann BRAUCHE ICH noch Deine Anerkennung,  
damit ich mir erlaube, mich wertvoll zu fühlen.

Ich sehe Fehler oder Schwächen bei Dir?  
Dann will ich zuerst bei mir selber suchen,  
und ob ich fündig werde oder nicht,  
es hilft mir, mich besser selbst zu sehen.

Du bringst mich zum Nachdenken?  
Dann FREUE ich mich,  
vielleicht bringt es mir eine Erkenntnis.

Wenn ich in Dir einen Grund sehe, um mich aufzuregen,  
frage ich mich, ob Du vielleicht MEIN SPIEGEL bist?