

SPIEGEL JE WIJS TRANSFORMEERT JE LEVEN! EN DIE VAN DE ANDER... SPIEGEL JE MET ONS MEE?

Heb je weleens het idee dat als jij niet lekker in je vel zit, je kinderen ook niet helemaal lekker gaan? Of dat je partner ineens in zijn eigen wereld zit en er bij jou ineens ook niks meer uit je handen komt? Welkom in de wereld van het spiegelen, een wereld waarin je bewust wordt dat de ander jouw spiegelbeeld is en dat de spiegel iets zegt over wat er bij jou speelt, vanbinnen. Wat dat nu precies is ontdek je met de Spiegel je Wijs methode van Marian van Tour.

In de Spiegel je Wijsmethode gaan we uit van het principe van het spiegelen om de ander als de reflectie te zien van onszelf. We geven de ander geen eigen waarde maar alleen onszelf. Door de ander als de reflectie te zien van onszelf, leren we onszelf kennen: onze nog minder goed ontwikkelde kanten en onze schaduwkanten. Dat klinkt wellicht wat minder leuk, maar Marian gelooft dat spiegelen ons vreugde brengt en ons verrijkt. Het geeft innerlijke balans en helpt het heft weer in handen te nemen.

Marian kan het weten, ruim 20 jaar geleden liep ze zelf vast. “Eén van mijn geadopteerde dochters bleek klassiek autisme te hebben en een verstandelijke beperking. Ik ben naast het reguliere traject ook zelf op onderzoek gegaan en dat dreef mij de bewustwordingsweg op en ik kwam in aanraking met het spiegelen. Ik leerde daardoor dat als ik ergens door geraakt word, dat dit dan iets over mijzelf zegt. “Wat spiegelt zij in mij?” “Wat is het autistische deel in mijzelf”, waren vragen die ik mezelf toen stelde. Het vergde flink wat moeite maar met het doorworstelen van mijn spiegels kon ik de situatie veel beter aan en heb ik nu een prachtige verbinding met mijn dochter Yanneke.”



Het spiegelen transformeerde Marians hele kijk op het leven en het leven zelf. Ze kwam in balans, stond stevig en in haar kracht met haarzelf en anderen. Marian besloot dit te willen delen en in 2008 nam zij afscheid van het reguliere onderwijs. Ze richtte Spiegel je Wijs op om consulten te geven en startte de Spiegel je Wijs opleiding om andere coaches en therapeuten op te leiden met de techniek van het spiegelen en de spiegelopstellingen.

Het is ondertussen haar missie geworden om de techniek van spiegelen op de kaart te zetten in Nederland en België om bij te kunnen dragen aan een meer verbonden wereld. “Als wij de ander iets kwalijk nemen, als we ons ergeren aan iemand gaan we aan de spiegel voorbij. Steeds kijkend naar wat een situatie of een persoon ons spiegelt, geeft enorm veel inzicht en verdieping. Als wij veranderen transformeert de wereld met ons mee.”

Spiegelen kan dus enorm confronterend zijn, het is altijd makkelijker om de ander iets te verwijten, het lijkt veel makkelijker dan onszelf veranderen. Maar als je hebt begrepen wat je spiegelbeeld je te vertellen heeft, kan je het liefdevol transformeren in jezelf en wordt de spiegel uiteindelijk neutraal. En let maar op, je zal zien dat de ander ook opeens verandert!



Nieuwsgierig geworden? Dit jaar komt het Spiegel je Wijsspel uit waarmee iedereen spelenderwijs in de prachtige wereld van het spiegelen kan duiken. Tevens geeft Marian 25 november een lezing over de wereld van het spiegelen bij Op Hodenpijl in Schipluiden. Voor meer informatie over de lezing, Spiegel je Wijs methode, het spel, opleiding of voor het boeken van een spiegelsessie ga naar www.spiegeljewijs.nl of volg Marian op [Facebook](https://www.facebook.com/Spiegel-je-Wijs-266344786744614) en [Instagram](https://www.instagram.com/marianspiegeljewijs/).

Voor meer informatie graag contact opnemen met:

Marian van Tour

T. 06 48 21 72 14

E. info@spiegeljewijs.nl

<https://www.facebook.com/Spiegel-je-Wijs-266344786744614>

<https://www.instagram.com/marianspiegeljewijs/>

Hoge resolutie beelden download: <http://www.spiegeljewijs.nl/persbericht>

Meer over spiegelen

De techniek van spiegelen is een methode om de diepere laag in jezelf te herkennen en te erkennen. Door continue je spiegels te onderzoeken krijg je inzichten en verdieping om beter te kunnen verbinden met jezelf. Je gebruikt de ander als jouw spiegelbeeld. Jij reflecteert iets op de ander en de ander spiegelt dat terug. Ben je vanbinnen boos, dan straalt je die boosheid uit en zal de boosheid ook weer naar je terugkomen. Als je in de spiegel iets ziet wat je minder leuk vindt, moet je dus bij jezelf aan de slag om de reflectie te veranderen. Je smeert geen zalfje op de spiegel, als je daarin kijkt en een pukkelt op je gezicht ziet. Je smeert dat zalfje op je pukkelt en ziet vervolgens de pukkelt opknappen en weggaan als je in de spiegel kijkt. Ons lichaam is een van de spiegels, maar ook onze kinderen en dieren spiegelen ons delen van onszelf. Kijk bij elk issue naar de spiegel, wat heeft het je te vertellen? Wat is de boodschap?