



Informationsblatt

Für Frauen mit wiederkehrenden Beziehungsproblemen

Viele Frauen suchen keinen Partner, sondern eine Projektionsfläche: einen Mann, der sie sieht, trägt, bewundert, frei lässt, nie begrenzt, spirituell gleich hoch schwingt, sexuell präsent ist, emotional verfügbar bleibt – aber niemals fordert. Das ist kein Beziehungswunsch. Das ist ein logischer Widerspruch, eine seelische Paradoxie.

Wenn ich dir dieses Informationsblatt ausgehändigt habe, nehme ich bei dir Anteile einer narzisstischen Persönlichkeitsstruktur wahr. Diese zeigt sich nicht zwingend in offener Überheblichkeit, sondern häufig subtil: in hoher Empfindlichkeit gegenüber Kritik, in einem starken Bedürfnis nach besonderer Behandlung, in Idealisierung (des Partners) zu Beginn und Entwertung im Beziehungsverlauf. Die Persönlichkeitsstruktur prägt deinen Bindungsstil und bestimmt damit unmittelbar, wie viel Nähe du zulassen kannst, wie du auf Konflikte reagierst und ob Beziehung für dich tragfähig wird oder wiederholt scheitert.

Die narzisstischen Persönlichkeitsstruktur kann anfangs anziehend wirken – auch auf Männer. Du vermittelst Tiefe, Intensität, Besonderheit. Langfristig verschlechtert sie jedoch die Beziehungsqualität deutlich. Entscheidend sind dabei immer wieder die gleichen Mechanismen: geringe Kritikfähigkeit, schwankende Verbindlichkeit, ein ausgeprägtes Anspruchsdenken und eingeschränkte Empathie, besonders in Konfliktsituationen.

In der Chi-Heilung unterscheiden wir zwischen ›narzisstischer Bewunderung‹ und ›narzisstischer Rivalität‹. Bewunderung sucht Bestätigung und wirkt oft charmant. Rivalität hingegen reagiert auf Kränkung mit Abwertung, Rückzug oder subtiler Bestrafung.

Subtile Bestrafung wirkt nicht laut, sondern leise. Sie vermeidet offene Konfrontation und entzieht stattdessen Nähe, Wärme oder Respekt. Dazu gehören Schweigen statt Klärung, knappe Antworten, emotionale Kälte, passive Aggressivität, kleine Spitzen, ironische Bemerkungen, bewusst dosierte Zuneigung, plötzliche Distanz, unklare Erwartungen und spirituelle oder moralische

Abwertung. Nach außen bleibt alles ruhig; innerlich entsteht Druck. Der andere spürt: Etwas stimmt nicht, aber es wird nicht offen ausgesprochen. Genau dadurch beginnt er zu rätseln, sich anzupassen und Schuld bei sich zu suchen.

Falls du dich in diesem Muster erkennst: Es entsteht aus Kränkung des Selbstwertes, aus Schwäche nicht aus Stärke. In der Wirkung bleibt dieses Muster trotzdem zerstörerisch, weil es ein Machtgefälle in der Beziehung erzeugt. Oft begleitet von dem Killer-Satz: ›*Du verstehst mich einfach nicht.*‹ Er sagt: ›Du bist grundsätzlich unfähig, mich zu verstehen.‹ Er ist extrem beliebt und zugleich ein Beziehungskiller, weil er kein Problem klärt, sondern die Möglichkeit zur Klärung beendet. Er macht den Partner grundsätzlich unfähig, nicht nur in der Klärung der Situation, sondern als Person. Wer ihn ausspricht, macht sich zum Opfer, den anderen zum Täter. Der Fehler liegt vollständig beim anderen. Dahinter steckt psychologisch etwas ganz anderes: ein Gefühl von Nichtgesehenwerden und tief versteckter Minderwertigkeit, die sich in der aggressiven Verweigerung auszudrücken. Der Satz impliziert eine pauschale Abwertung und diese Abwertung zerstört die Beziehung.

Die ›narzisstischer Rivalität‹ zerstört Beziehungen also zuverlässig und garantiert.

Hinzu kommt ein weiterer Mechanismus: Spiritualität kann genutzt werden, um sich selbst zu erhöhen und unangenehme innere Prozesse zu vermeiden. Spirituelle Begriffe verdecken dann Verletzlichkeit, Abwehr, Kontrollbedürfnis oder mangelnde Bindungsfähigkeit.

In der Chi-Heilung arbeiten wir nicht mit Idealen, sondern mit Realität. Nicht mit dem Bild des perfekten Partners, sondern mit deiner tatsächlichen Beziehungsfähigkeit.

Das bedeutet konkret:

- Du lernst, Kritik auszuhalten, ohne dich sofort angegriffen zu fühlen.
- Du erkennst, wo du idealisierst und später entwertest.
- Du siehst, wo du Freiheit verlangst, aber Nähe nur eingeschränkt zulässt.
- Du beginnst, Verantwortung für deine Beziehungsmuster zu übernehmen.

Eine tragfähige Beziehung entsteht nicht durch spirituelle Übereinstimmung, sondern durch *psychische Reife*. Durch deine, in teilen unreife Persönlichkeitsstruktur – deinen inneren Filter – verschiebt sich die Bedeutung deiner Wünsche. Du wünschst dir wahrscheinlich Augenhöhe, Freiheit, Raum, Wahrhaftigkeit und natürlich ›bedingungslose Liebe‹. Das klingt schön. Aber in der Beziehungsrealität bedeuten diese esoterisch aufgeladenen Begriffe oft etwas anderes.

›Augenhöhe‹ bedeutet dann: Du wirst nicht infrage gestellt; wehe, wenn doch.

›Bedingungslose Liebe‹ bedeutet: Du wirst nicht kritisiert; wehe, wenn doch.

›Freiheit‹ bedeutet: Du bindest dich nicht wirklich. ›Wahrhaftigkeit‹ bedeutet: Du darfst alles sagen und der andere muss es tragen. Das ist keine bewusste Täuschung, das strukturell so bedingt durch die Persönlichkeitsstruktur. Der innere Kern besteht meist aus einem fragilen Selbstwertsystem, einem Bedürfnis nach Kontrolle und der Angst vor echter Abhängigkeit.

Daraus entsteht eine klassische Paradoxie: Du wünschst dir Nähe, kannst sie aber nur kontrolliert zulassen. Du verlangst Augenhöhe, brauchst aber zugleich Bewunderung. Du suchst einen starken Mann, entwertest ihn aber, sobald er dich begrenzt. Du willst Freiheit, erwartest aber Sicherheit. Du willst Wahrheit, verträgst sie aber nur, solange sie dich nicht kränkt.

Genau hier beginnt die eigentliche Arbeit in der Chi-Heilung: nicht nur beim Finden des richtigen Partners, sondern beim Erkennen des eigenen inneren Filters. Erst wenn dieser Filter sichtbar wird, kann aus einem spirituellen Beziehungswunsch eine reale Beziehungsfähigkeit entstehen.

Vielen Dank!