

## Die Protokolle

**Sitzordnung:**

P2

P1                      P3

P4

### Protokoll P1 (weiblich)

#### **C1 14.40 Uhr**

Die Geräusche scheinen lauter zu werden  
Handschmerzen  
Rückenschmerzen  
Bin völlig entspannt und werde total müde  
Keine Lust zu schreiben  
Interessanterweise keinen Stress, dass ich schreiben muss  
Fühle mich sehr, sehr träge  
Teilweise Kribbeln hier und da (Kopf, Augen, Haut allg.)  
S. wird immer schneller und schneller und wirkt so verbissen  
Das macht mich ganz nervös und unruhig  
Kribbelig amüsiert (schon von Anfang an)  
Kalte Füße – Kälte zieht Wade entlang hinauf bis zum Knie  
Keine Rückenschmerzen mehr

#### **C2 16.20 Uhr**

Könnte einschlafen, denke ans Segeln (!?), an einen großen See wie den Chiemsee, beobachte von außen und sehe ein Segelboot,  
ich sehe eine Frau, die ertrinkt (kurzer Kampf), dann „leblos“ unter Wasser sinkt und immer tiefer und tiefer sinkt  
alles ist grau in grau, Frau bekleidet, lange Haare  
keine Tiere und keine Pflanzen  
alles dunkel, nur die Frau, die sinkt  
(träge, müde, kraftlos)  
Frau sinkt auf einen großen Felsen, der am Grund liegt  
Ist nicht tot, nur leer, kraftlos wie „leblos“ nicht tot  
(es sticht und kribbelt überall)  
Geräusche scheinen so überlaut, unangenehm, dröhnend  
(überall kribbelt die Haut am Kopf, macht mich ganz nervös,  
mir wird heiß am Kopf und im Gesicht)  
Lippen werden immer trockener, kein Durst  
Hitze am Oberkörper, starkes Schwitzen, dabei Brennen und Pieksen  
Fühle mich total leer und emotionslos, Füße immer kälter  
Nimmt mir die ganze Energie

#### **C3 17.30 Uhr**

Das Thema Ertrinken kommt wieder hoch  
Bin aber völlig emotionslos  
Es ist so laut  
Gefühl als wäre ich ausgestiegen, nur noch Alltagsgedanken über das, was gerade war oder die Aufgaben, die mich in den nächsten Tagen erwarten, bin entspannt, emotionslos  
Hinlegen, schlafen, müde, ertrinken, egal, Hauptsache Ruhe weil total leer und kraftlos, willenlos  
(Nachtrag: Beim Gefühl des Aussteigens Wut auf M. und S., S. hat in der 2. Pause den Vorschlag gemacht, wir sollten uns die Rücken abklopfen, daraufhin der Gedanke, M. hätte mir durch seine Massage alles an Schwingungen weggestrichen, was ich mir in 2 Verreibungsstufen mühsam und hart erarbeitet habe, sehr frustriert darüber. Gleichzeitig schlechtes Gewissen über diese Idee, weshalb ich mich nicht getraut habe, es zu notieren.)

### Protokoll P2 (männlich)

#### **C1 14.40 Uhr**

Erdziehen – Himmelziehen, eventuell einstieg zur Meditation.  
Nase wird frei.  
Ziehen in den Beinen.  
Käsegeruch  
Energie läuft an der Wirbelsäule hoch, die Brust wird weit.

Knieschmerzen, Fußgelenkschmerzen  
Lendenwirbel werden warm.  
Becken lockert sich.  
Ziehen in den rechten Zehen.  
Schütteln  
Kribbeln in den Füßen.  
Pflanze sagt:  
Ich bin froh Euch dankbar, dass ihr mich gefunden habt.  
Ich werde frei.  
Ich:  
Aufarbeitung alter Geschichten.  
Ziehen im Kopf.  
Der Körper spielt mit, und fühlt sich wohl an.  
Stirnhöhle rechts wird frei.  
Pflanze sagt:  
Ich mache viele Menschen gesund.  
Ich schabe die Krankheit von Rändern der Zelle ab.

### **C2 16.20 Uhr**

Nase wird freier und freier.  
Die Kopfhaut kribbelt.  
Knieschmerzen, Knie quillt auf.  
Mir ist leicht schwindelig.  
Der Unterkiefer wird entspannt.  
Herzstechen  
Das Becken wird weit und weiter.  
Pflanze sagt:  
Links – rechts so wachse ich.  
Ich helfe gegen Rheuma.  
Ich:  
Rechts mahlen tut sehr gut.

### **C3 17.30 Uhr**

Pflanze sagt:  
Ich bin der Ausgleich, für den Ausgleich auf energetischer Ebene.  
Mich sollte man lang wirken lassen.  
Ich mache Euch locker, ich befreie Euch.  
Meine links – rechts Struktur bringt Euch das Gleichgewicht.  
Schwitzige Hände und Schulter wieder locker.  
Ich sehe einen Regenbogen.

## **Protokoll P3 (weiblich)**

### **C1 14.40 Uhr**

Lichte Leichtigkeit  
Beschleunigung, manchmal etwas widerspenstig  
Krampf (fast) in den Fingern  
Möchte Hand öffnen und empfangen => Licht empfangen

Schnell, gründlich, wenig Zeit, fühle mich etwas gehetzt

Jemand verfolgt mich, möchte weglaufen, atemlos  
Stumpf mache immer nur das eine, ohne nach rechts und links zu schauen  
Versinke immer weiter in mich  
Krampf löst sich wieder  
Ruhe kehrt ein

Achtung, Zartheit, Respekt

Fühle mich fein, licht, zerbrechlich  
Kann die Sonnenwärme speichern  
Bin zwischendurch weg (nicht bei mir)  
Leicht schwindelig, wieder dumpfes Gefühl im Kopf  
Vermisse Klarheit, leicht frösteliges Gefühl vor allem links

Spannung an Nasenwurzel  
Möchte Lippen hochziehen wie ein Hund, Kribbeln linke Oberlippe

Knurren würde mir gut tun  
Möchte immer wieder andere Geräusche machen, Lippen flattern  
Kugeln wie ein Kind (immer wieder Sonne)  
Springen, zu Schabernack aufgelegt

„Ich enthalte eine geheime Formel!  
Brechen meiner Stängel enthüllt die Formel“  
(rechte Schulter zieht hoch)  
Angst vor dem Geheimnis  
„Ich habe ungeheure Kraft die ich mir von der Sonne hole“  
Ich brauche wenig Wasser, aber viel Sonne  
Ich halte viel Druck aus, biete Widerstand, bin zäh, gut verwurzelt  
Spannung BWS  
Gefühl als ob ich von oben auf das schaue was ich tue  
„Habe genug, will jetzt sterben.“  
Alles löst sich auf.  
Ich gebe frei was ich gesammelt habe  
Wer es nehmen möchte kann es tun  
Bin frei von allen Bindungen und Verpflichtungen.  
Kehre ein in die Ruhe und Stille.  
Frieden.  
Ich habe die Gnade das Licht speichern zu können.  
Es ist in mir in jeder Art von Zustand,  
zu jeder Zeit, und ich gebe gerne an jeden ab der mich darum bittet.

### **C2 16.20 Uhr**

Ich könnte heulen (Gedanke)  
Fühle mich nüchtern und sachlich  
Geruch etwas empfindlicher  
„Bild: Mann mit Aktenkoffer bringt schlechte Nachrichten.“  
Haare im Gesicht stören mich und kitzeln  
Kitzeliges Gefühl an Jochbeinen, möchte mich kratzen  
Kribbeln am oberen Hinterkopf  
Schultern verspannen sich, Gefühl als ob ich mich aufrichten muss  
Mir ist alles gleichgültig, Lust etwas kaputt zu machen, egal was  
Gefühl der Frustration  
„Was soll das alles?“  
Fühle mich nutzlos, nichts da an dem ich mich orientieren kann  
Will nichts annehmen  
Schläfrig, muss ständig gähnen  
Gedanke, dass es gut ist, wenn sich nichts bewegt,  
ändert den Zustand, lässt mich wacher werden  
Ich nehme die Zeit der „Nicht-Bewegung = Ruhe“ an.  
Sie ist Teil von mir. Sie ist notwendig.  
Ich bin sanft mit mir in der Phase der Ruhe.  
Nichts – Nichts – Nichts  
Gefühl als ob ich die Zeit vergesse, oben und unten sich auflösen  
Ich bin eins mit meinem Tun und meinem Nicht-Tun  
Für mich: Ich brauche immer eine Aufgabe, warte, dass sie von außen auf mich zukommt, aber sie liegt in mir –  
Stich unterhalb der linken Schulter  
Das tun liegt in mir aber auch das warten und Nichts-tun.  
Neidisch wenn andere genießen können und ich nicht (Schmerz linke Schulter)

### **C3 17.25 Uhr**

Klare Ausrichtung. Ich habe eine klare Ausrichtung.  
Fühle mich jetzt wach, klar, selbstverständlich.  
Ruhe und Gelassenheit sind in mir  
Ich bleibe immer in meinem Rhythmus egal was außen passiert.  
„Ich habe Dir schon alles geschenkt, was ich Dir geben konnte“, mehr habe ich nicht (nicht mehr und nicht  
weniger (macht mich demütig) weil ich dachte es kommt noch mehr

„Ich gebe das was ich zu geben vermag immer wieder“  
Kann nicht mehr aufnehmen und abgeben als in „meinem Plan“ vorgesehen ist.  
Alles was ich bin und was ich tue stimmt mit meinem Plan überein

### **Protokoll P4 (weiblich)**

#### **C1**

In der Schale ist ein hartes Stück.

Ich denke: wer wird siegen? Ich! Wir kämpfen miteinander.  
OK, du brauchst Zeit, um dich zu zeigen.

Beim Schaben denke ich, du hast dich mehr hingeeben, als ich dachte und ich habe es nicht gemerkt, weil ich so kämpfe.

Ich habe Lust an der Bewegung. Sie schwingt durch den ganzen Körper. Mein linkes Bein schwingt hin und her mit der Bewegung der rechten Hand.  
Das Erleben ist weich, fließend – das Gegenteil von starr und stachelig.  
Let it flow. Weich und freundlich.

Ich fühle den Atlas sehr deutlich; ein wenig steif im Nacken - es zieht im Kiefer, kurz, wie in einer Gabelung, wie ein Zaumzeug.

Ich reibe immer schneller, auch das Pistill halte ich nun so locker, dass es in der Hand schwingt. Mein linkes Bein fängt wieder an zu schwingen.  
Ich habe Lust mich in diesen Strudel ganz hinein sinken zu lassen. Ich werde sehr schnell, fließend, rund, weich, harmonisch.

Beim Schaben ist das harte Stück weg! Ich staune. Dann sehe ich, es hatte sich versteckt.  
Geht es um eigen und verstecken? Hingeben oder entziehen?  
Bin ich verbissen? Meine vorderen Zähne beißen zusammen.  
Ich beschleunige, ich verlangsame.  
Ich locke, ich gebe nach.

Beim Schaben suche ich wieder. Ich bin fixiert darauf, die Form und ihre Auflösung zu sehen.

Wieder fühlt sich mein Körper extrem weich an, als seien meine Gelenke durchlässiger.  
Wieder Schwingung.

Und gleichzeitig scheine ich mich ein wenig zu überarbeiten. Etwas mehr Energie hinein zu geben als freundlich entspannt wäre, aber es ist gut.

C 2

In der Pause sprechen wir darüber wie schwierig Homöopathie ist. Für ihn wäre sie zu schwierig sagt ein Verreiber.

Ich merke jetzt, ich habe mit der Form gekämpft. Jetzt wo sie nicht mehr da ist – das harte Stück – geht es mir: weich und freundschaftlich.

Ich bemerke jetzt unsere Gemeinschaft am Tisch und dass wir einen gemeinsamen Rhythmus haben, eine gemeinsame Melodie.  
Die Melodie ist weich.  
Ich fühle mich sanft und fürsorglich.

Komm mir nicht zu nahe, sonst steche ich dich!.

Ich denke mir bekannte Gedanken darüber, wie ich bin. Die Pflanze sagt:  
Wie du bist, ist ganz egal. Ich frage nur: Bist du in Syntonie, im Einklang mit mir?  
Ich frage sie: Was oder wie ist Syntonie mit dir?  
Erstens, der richtige Abstand.  
Dann: vergeben können. Und das heißt Raum lassen. Raum für neue Erfahrungen.

Ich spüre jetzt eine ganz alte Verletzung am Sternocostal-Gelenk, den ich schon sehr lange nicht mehr gespürt hatte. Ich frage mich, was habe ich mir da zu vergeben?  
Ich habe dem Mädchen, das ich damals war zu vergeben, das tollpatschige und unsicher, sich in die Schusslinie begeben hat. In die Schusslinie begeben hat! Bei mir klingelt es innerlich.  
Das ist eine ganz neue Erkenntnis zu einem alten Thema.  
Ich habe mir selber zu vergeben, damit ich neue Erfahrungen machen kann. Neue Erfahrungen heißt neue Räume betreten. Räume, die weich sein können, freundschaftlich.  
Der Schmerz in der Brust ist jetzt weg.

Ich sehe, dass mein gegenüber die Stirn in Falten legt und den Mund verzieht, eine andere Teilnehmerin seufzt und denke, das Reiben wird für sie körperlich mühsam. Es fällt mir ein, was wir in der Pause füreinander tun könnten, unserer Rücken klopfen, uns Anlehnen, unsere Beweglichkeit ansprechen.

Es geht um Freundschaft. Was können wir füreinander tun in Freundschaft – nicht therapeutisch, sondern freundschaftlich.

Freundschaft heißt: ich sehe deine Dornen und lächle.

Freundschaft heißt: Wir bewegen und in einer ähnlichen Energie und begegnen uns.

Freundschaft heißt: wir sehen einander an.

Freundschaft heißt: wir klingen verschieden, aber zusammen gibt es einen Akkord.

Wie entsteht das?

Durch Einschwingen, Schwingen, weich, flüssig und durchlässig sein. Wie ich körperlich spüre.

Und Luft lassen.

Freundschaft ist nicht, weil andere mich mögen, weil ich auf eine bestimmte Weise bin, sondern dadurch, dass ich mich einschwinge, mir erlaube mich einzuschwingen, einzustimmen, dazu weich, beweglich, schwingend bleibe oder werde.

Als wir C1 und C 2 auf einen Haufen legen, fragt eine Teilnehmerin: Werden sie sich vertragen?

C 3

Es geht um den gemeinsamen Nenner. Der gemeinsame Standpunkt, Ausgangspunkt, dann wird es der gemeinsame Akkord. Vielleicht braucht ein Teilnehmer eine größere Schale, damit seine Bewegung leichter wird?

Es geht um Schwingung. Was für eine Schwingung?

Die zweifache, doppelte Parallelschwingung. Die Schwingung mit der Zwillingsseele in dieser oder der himmlischen Sphäre. Schwingst du nicht mit ihr, dann bist du starr du allein. Es singt das Herz oder es erstarrt.

Dann ist es nicht wahr, dass wir allein du einzigartig sind? Es gibt einen himmlischen Zwilling und dieser ist in dir, mit ihm die Doppelschwingung. Mit Freunden anderen Menschen Momente der Doppelschwingung.

Vielleicht sieht eine Bewegung in dieser Welt eckig aus und disharmonisch doch wenn sie parallel ist zur Schwingung des himmlischen Zwillings, dann ist sie in perfekter Harmonie, dann ist sie in ihrem Akkord.

Übe, dich einzuschwingen, hier und dort, überall, und dein Herz wird singen.

Lerne, dich einzuschwingen!

Es fängt im Herzen an, in seiner Tiefe und breitet sich von da aus. Was aus der Tiefe des Herzens sich ausbreitet, schwingt gut, schwingt parallel. Dann wird das geheime Offenbar und das Offenbare schwingt mit dem Geheimen in einer Parallelschwingung.