

Die Protokolle der EM 1-Verreibung vom 17.01.2009

Prüfer 1:

C 1

Die große Schale ist sehr unbequem, Kopfschmerz wird stärker, ich glaube wegen der Verspannung. Ich habe das Gefühl ich muss da einfach durch, bin dem irgendwie ergeben, einfach durch- nicht denken. Ich denke an die Entscheidung, die in meinem Leben anstehen –ein Bild kommt: einfach durch- wie durch einen Tunnel. Ich bitte um Führung, ich muss nichts tun.

Der tiefe Ton meiner großen Schale fährt mir in den Bauch. Es klingt dort wie Gedärmmuren, wie Durchfall. Rohr durchspülen- das ist eine angenehme Vorstellung von Reinigung. Reinigung. Durchputzen. Frischer Wind. Gefühl im Bauch, dass die Verdauung arbeitet, würde mich nicht wundern, wenn ich nachher auf Toilette müsste, mit etwas Durchfall. Es drückt im Rectum. Gedärme fühlen sich lose an. Bauch sehr präsent. Ein tiefer Seufzer, Entspannung tritt ein. Auch die Gehirnwindungen lockern sich etwas aus verspannten Knoten. Entspannung, Bedürfnis meinen Mund zu öffnen und den Flatus des Gehirns rauszulassen. Kopf und Bauch frei werden lassen, entspannen. Entspannendes Gähnen – häufig. Angenehm stupide werden. Nicht denken, dämmerig im Kopf. Unentwegtes Gähnen, obwohl ich relativ ausgeschlafen bin. Immer wieder gähnen, tun wie Schlafwandeln. Angenehm dumpf, dösig, dämmerig wie in einer Wiege geschaukelt. Muss nichts tun, darf nur dösen oder schlafen. Geborgen, Krieg ist weit weg, oder Gefahr, oder Verletzung, Angriff. Fühle mich wie ein Baby. Mein Stuhl wäre gelb, wohlriechende Babywindel. Zeit vergeht sehr schnell. Ich wundere mich jedes Mal, was die Uhr zeigt. Vergeht wie im Fluge. Mühelos. Immer noch gähnen. Das Baby-Gefühl: Dösen und wachsen. Mir war schon vorher das russische Märchen vom Prinzen der zig Jahre auf der Ofenbank Kerne essend, faul verbrachte. Dann irgendwann war er soweit gewachsen und konnte losziehen. Die Reibeschale ist ein Nest, wohlig, geborgen, alles dreht sich nur darin, muss nicht raus. Meine Ohren sind zugegangen. Gähnen.

C 2

Wieder ungewohnt passive Stimmung. Nicht einmal trotzig, wenn ich denke ich gehe nicht auf die Substanz ein, sie kommt oder nicht. Fühle meinen Bauch wieder deutlich; wund, wie bei Durchfall. Ich fühle mich auf eine seltsame Weise oberflächlich, nicht so bemüht und engagiert wie sonst, wie gleichgültiger. Es ist angenehm entspannt aber auch irgendwie geistesabwesender. Ich vermute deshalb, erscheint mir die Zeit so kurz. Ich erlebe sie nicht in der mir üblichen Tiefe. Immer noch dumpf im Kopf. Geistig träge- sehr ungewohnter Zustand für mich, eigenartig. Faul, gleichgültig und schläfrig. Meine Gedanken bewegen sich langsamer, wie durch Nebel oder Sumpf. Dabei fühle ich mich orientierungslos. Keine klare Sicht. Keine Klarheit. Ich bin auch in meiner Wahrnehmung nach außen „wattiert“. Höre und sehe kaum was um mich herum passiert. Interessiert mich auch wenig, v. a. weil mir die Aufmerksamkeit zu mühsam ist. Statt fokussierter, scharfer Konzentration habe ich weiche, puffernde Watte. Eingelullt. Wie von einem Wiegenlied. Ich denke, wie gemütlich es sein kann manche Arbeiten zu delegieren, es nicht selber tun müssen, es tun lassen und einfach nur die Ergebnisse einzusammeln. Der Gedanke verstört meinen sozialen Sinn, meinen Gerechtigkeitssinn. Wissend aus welchem Reich die verriebene Substanz kommt, denke ich: das ist Ökologie- Arbeitsteilung. Ich esse, was eine Pflanze „erarbeitet“ hat, was ein Tier einbringt. Das meiste, was mir zur Verfügung steht ist nicht mein „Produkt“, meine Leistung. Das meiste stellt mir die Arbeit eines anderen Wesens zur Verfügung und ich nehme dauernd. Im Schlaraffenland fallen mir die Früchte einfach in den Mund. Was für eine Einbildung ist doch der Spruch: „Alles muss ich selber machen“.

C 3

Eigentlich ist essen und verdauen alles was man tut in der Existenz. Aufnehmen und irgendwie innerlich verarbeitet, verändert, transformiert wieder abgeben. Aufnehmen und abgeben. Man isst was man braucht. Man gibt ab womit man fertig ist. Man muss auf eine gute „Verdauung“ achten.
Essen – wachsen – abgeben – essen – wachsen - abgeben-... das läuft wie ein Mantra in meiner Schale; ich seufze- wie einfach kann Leben sein ohne Über-Ich-Ansprüchen. Nackter, roher, unkomplizierter, elementarer. Ich seufze wieder, es ist ein inneres Loslassen, dem Leben, dein Sein hingeben, Werden und dann? ... schon zu viel gedacht – wieder falle ich in Passivität zurück. Nur nicht Über-Tun.
Ich bin neugierig auf die Berichte der anderen. Das Bild ist das von einem Baby, das sich füttern lässt. Betonung auf Füttern. Ich werde es einfach schmecken. Reinlaufen lassen, ausspucken, was ich nicht brauche oder mag – so das Bild, auch wenn ich weiß, dass ich es nicht so tun werde.

Prüfer 2:

C 1

Nach 1 Min -> schwitze wie ein Pferd, sehe mich reiten / dann frösteln, jucken im rechten Ohr- sehr unangenehm. Das Reiben der anderen klingt wie ein Zug in der Ferne, einschläfernd, wo ich doch eh do müde bin.
Beide Waden werden heiß, ziehen Richtung Erde.
„Hüpfendes“ Jucken an den unterschiedlichsten Stellen, besonders am Kopf-> hatte ich ähnlich bei Urticaria.
Die Zeit vergeht schnell, dachte ich mir gar nicht. Schön finde ich die Bilder, die in der Schale beim Verreiben entstehen, gerade hatte ich eine Häuserlschnecke. Dann wieder Berge und einen zugefrorenen See, dann Gesichter (Auge, Nase, Mund) , Spiralen.
Muss immer wieder tief atmen, gähnen.
Linke Hand (halte die Schale!): Leichte, dumpfe Schmerzen in kl. Finger, Daumen, Handgelenk.
Schade die Bilder sind weg, zuviel Milchzucker, jetzt rühre ich Schnee.
Bei meiner Rührtechnik steigt der Milchzucker so hoch an en Rand, dass ich ständig befürchte, etwas zu „verkleckern“.
Rechter Oberarm + Handinnenflächen melden sich mit leichtem, dumpfem Schmerz.
Immer noch Juckattacken.
Toll- ein Bild – ein Vulkan in der Mitte der Schale hochgewachsen, dann ein Herz.
Rechter Daumen tobt + Zeigefinger + heiß (alt)
Herzdrücken, gähnen

C 2

Schüsselboden : Mond, Stern, Universum
Bin entspannt, muss gähnen
Herzstechen
Gefühl, dass Hals zugeschnürt ist, mir wird heiß
Schau uns vom Universum aus beim Verreiben zu- bin erheitert
Kratzen auf den Bronchien
Re Schläfe und Trigemiusnerv re toben schmerzhaft
Werde hundemüde
Mir wird am Rücken richtig kalt
Muss mich richtig wach halten – denke an Strandspaziergang, schwimme mit Delfinen, gehe im Schnee spazieren, sehe eine Blumenwiese
Die Zeit rennt
Re Handgelenk tobt + re Daumen (ALT)
Wenn P 5 verreibt klingt das nach Herztönen eines Ungeborenen, wie man sie über CTG hört
Das ist die letzte Runde für C 2 – ich muss mich jetzt ein letztes mal ins Zeug legen, damit das Mittel auch richtig gut wird
-> heiße Hand, verkrampfter Oberarm + Ellbogenschmerzen, Daumen tobt rechts
Hoffentlich halte ich durch bis zum Schluss (alt)

C 3

Wunderschönes Yin / Yang
Wunderschöne Mondsichel mit Auge, Nase , Mund
Stechender Schmerz Mittelhandknochen re
Die Verreibungen klingen unharmonisch
Kantig –vorher schöner
Auge auf Schalenboden
Muss das Kratzen sein? Könnte man nicht glatte Schüsseln nehmen? z. B. Glas
Jetzt fällt mir ein Kinderlied ein: „ Hänschen klein ...“
Die Bronchien melden sich wieder mit Kratzen / Hustenreiz
Habe das Gefühl, dass ich harte feste Brocken in der Schüssel habe, die sich nicht verreiben lassen
Der Milchzucker hat m. E. eine andere Konsistenz wie bei C1+2; „feuchter“, bröslig
Leichter Schwindel/ Übelkeit/ Magendrücken / trockner Mund/ Nase geht zu/ Kopfschmerzen/ li Finger werden steif, re Daumen heiß und tobt

Jetzt bin ich auf die Grundsubstanz gespannt- denke ans Kräuterschlößl in Südtirol
Ich gebe noch mal ALLES
Farbe gelb

Prüfer 3:

C 1

Du schenkst uns Harmonie, Ruhe + Ausgeglichenheit
Füße stechen + kribbeln
Fühle Traurigkeit
Der Tisch knarrt -> Wir haben nicht alles perfekt vorbereitet!! (altes Thema)
Wird es die anderen stören? Mich lenkt es ab.
Fühle mich schuldig.
Beklemmung in der Brust.
Plötzlicher, schießender Juckreiz an der Nase -> muss mich sofort kratzen.
P 1+ P 2 + P 5 auch.
Hat es etwas mit jucken zu tun?
Ich bringe Euch Fröhlichkeit + Leichtigkeit.
P 1 stöhnt, das erstaunt mich.
Ich bin ein leckerer Tee. Ihr solltet mich kosten.
Ich bringe Euch sonnengelbe Harmonie. Leicht wie ein Frühling.
Sonne, leichter Wind, blauer Himmel, Freiheit, glückliche Familie
Leuchtende hellblaue glückliche Kinderaugen
Ich bin ganz genügsam und zufrieden. Ich brauche nicht viel Gesellschaft.
Mir völlig unverständlich, warum P 1 so gähnt. Hat sie die Leichtigkeit noch nicht entdeckt? Sie sucht wohl noch?
P 2 genau so. Sie haben dich noch nicht gefunden.
Fühle mich komplett überlegen + des Wissens über dich erhaben.
Ich habe dich durchschaut. Ich fühle mich hell + weise.
Lächeln macht das Leben leicht. Alles gelingt. Freude
Jetzt muss ich auch gähnen. Darüber bin ich sehr enttäuscht.
„Ich helfe Dir, wenn Du traurig bist. Ich helfe bei Depressionen und kann Euch wieder fröhlich machen.“
Zartes Wesen
Ständig das Gefühl von Haaren im Gesicht, wie Spinweben.

C 2

Der Stoff sagt, ich soll geduldig sein, dann zeigt er noch mehr von sich.
Jucken auf der Kopfhaut, am Hals, im Gesicht.
Ich werde müde, muss gähnen.
Wechsle mal die Richtung, tu das Gegenteil, das öffnet Dir die Augen
Starre Strukturen müssen aufgebrochen werden, durch die Änderung der Lage und den Richtungswechsel ist dies möglich.
Ich setze mich anders hin und richte mich auf. Jetzt bin ich wacher + aufnahmefähiger. Mir geht's jetzt besser.
Mein Kampfgeist wird gezähmt. Der Stoff macht mich sanft + gefügig.
Glück + Freude sind die Grundlage für alles.
Aus Wut und Zorn werden Mitleid + Traurigkeit.
Sei lieb zu anderen, achte auf Deine Wortwahl, die falschen Worte können verletzen und den anderen traurig machen. Ändere die Worte und die Botschaft wird ankommen. Sie wird gut tun und helfen.
Pass aber auf, dass Wichtiges nicht ungesagt bleibt.
Wir schaben ein letztes Mal. Es macht mich traurig, dass ich mich von einem Großteil von Dir verabschieden muss.
Freue mich aber auf das, was kommen wird.

C 3

Habe ich zuviel von Dir weggegeben? Habe ich zuviel geopfert?
Ich werde traurig und fühle mich schuldig? Bist Du noch bei mir?
Kannst Du Dich mir noch zeigen? Oder bist Du jetzt beleidigt und ziehst Dich zurück?
Ich gebe nicht auf, ich werde dir deine Zauberkräfte schon noch entlocken.
Meine Augen werden feucht und fangen an zu tränen.
Ich schenke Euch Fröhlichkeit + Leichtigkeit. Das ist mein Zauber.
Lächle.
Gehe mit einem Lächeln durchs Leben und erfreue dich an dem Lächeln des andern. Verschenke großzügig Lächeln, indem du anderen Freude bereitest. Das ist Frieden.

Prüfer 4:

C 1

Kalte Schauer über ganzen Körper
Gänsehaut
Süßlicher Geruch
Juckreiz am Hals / Nacken -> wird beim Schaben immer schlimmer
Nase und Hals fühlen sich verschleimt an
Kalte Schauer „nur“ noch am Nacken / Armen
Große Zufriedenheit, eine Substanz bearbeiten zu dürfen; mit ihr zu arbeiten.
Sie (Substanz) könnte Hilfe sein für einen kranken Freund.
Juckreiz zieht zu den Augenlidern; in den Kopfbereich.
Gefühl zu schwitzen u zu frieren gleichzeitig.
„ Ich bin angekommen“
Kribbeln in der Unterlippe, als würde sich Herpes entwickeln
„Wer betrügt wird betrogen“
Unterlippen-Herpes entsteht
Juckreiz ist jetzt in der Nase angelangt
Gefühl von Geborgenheit; sich fallen lassen wollen.
Das rechte Knie sticht.
Wieder starkes Kältegefühl.

C 2

Juckreiz beginnt am linken Oberschenkel
Zahnschmerzen unten rechts u Jucken im Gesicht
Gefühl von Wärme; herrlich warm.
Druck in beiden Ohren
„Ich komme nicht weiter, es gibt keinen Ausweg“
Juckreiz, immer wieder Juckreiz. Versuche es zu übergehen und nicht zu kratzen.
Mein Hals kratzt; Halssymptom verstärkt sich.
Unterlippe geht zurück.
„Ein Leben ohne Druck“
Verliere die Konzentration auf die Substanz. Finde den Zugang wieder.
Fühle tiefe Verbundenheit mit dem Inhalt der Schale. Kommt mir so nah und bekannt vor.
Muss sanfter reiben, Inhalt kommt mir verletzlich vor.
Anschmiegsam. Geschmeidig. Harmonie und Weichheit.

C 3

Ein Meer voller Blumen.
Gedanken zum Thema Freundschaft.
Bin ich zu grob? Versuche wieder sanfter zu reiben. Auch anderen Menschen gegenüber?
Freue mich, keinen Juckreiz mehr zu verspüren.
Kinesiologische Behandlungen und die Dorn-Therapie (selbst nie bekommen) gehen mir nicht mehr aus dem Kopf.
Ein Gefühl von Übelkeit. Jemand erbricht.
Eine ganz tiefe Meditation wäre jetzt schön; zugleich aber auch das Bedürfnis nach Bewegung und viel frischer Winterluft.
Negative Gedanken der Substanz gegenüber. Warum, frag ich mich. Keine Antwort.
Gedanken an einen Menschen auf dem Sterbebett und ein Neugeborenes. Beide bedürfen der besonderen Zuwendung. Viel Liebe.
Unterlippe mit Herpes meldet sich wieder; scheint doch entflammen zu wollen.

Prüfer 5:

C 1

Ich bin ganz vorsichtig um „es“ nicht zu zerdrücken
Geruch von Brot (o. ä.) in der Nase, zuerst unangenehm
Ich spüre die Luft in meinem li Nasenloch vermehrt strömen, ist aber durch Flüssigkeit etwas behindert
„Bild“
Ich habe li oben einen riesigen gelb-schwarzen Backenzahn
Spannung im li Unterkiefer
Gefühl als ob ich auf etwas Hartem herumkauen müsste (Holz ?)
Während des Reibens möchte mein Kiefer Kau- und Mahlbewegungen machen
Spannung re Kiefergelenk
Werde müder, muss gähnen
Am liebsten würde ich mich nun hinlegen und schlafen (i. d. Sonne)

Schmerzen i. d. Knien
Jetzt auf zustehen und zu laufen würde mir schwer fallen
Knieschmerzen lösen sich nach Zugabe von Milchzucker wieder auf
Ich fände es interessant Verreibung nicht mehr im Sitzen durchzuführen, sondern was würde passieren wenn man sich dabei bewegen könnte?
Muss nun ganz fest reiben. Etwas zerdrücken?
Wiederum beim Schaben treten Knieschmerzen auf
Ich könnte jaulen vor Schmerz.
Ich fühle mich durch diese Schmerzen so alt und hoffnungslos.
Nun fühlen sich auch noch meine Füße taub und klumpig an
Zwischendurch fühlen sich meine Beine ganz dünn, jung und kräftig an, dann wieder alt, dick und taub
... und jetzt auch noch kalt
Meine Knöchel fühlen sich an wie festgeschraubt und re Fuß kippt nach innen
(P 1 vertauscht immer wieder die Worte statt reiben sagt sie schaben)
Zustand i. d. Beinen löst sich nach Zugabe von Milchzucker wieder etwas auf
Brustbein kommt mehr nach vorn
Spannung zwischen den Schulterblättern
Flaues Gefühl + Druck i. d. Magengegend
Mir ist sterbenselend, das macht mir Angst
Habe ich was Falsches gegessen?
Möchte mich zusammenkrümmen und meinen Bauch entlasten, aufrecht sitzen ist im Moment schwierig
Schmerz i. d. Leber (Stich/ dumpf)
Starkes Kribbeln i. li. Gehörgang
Gefühl als ob Spannung auf dem Trommelfell wäre

C 2

Gefühl wie wenn Sand in der Schale ist
Die Brocken werden größer, das Reiben schwieriger, zäher
Habe die Idee ich könnte einmal mein Herz auf die Substanz schauen lassen
Spannung i. d. Milzgegend (wie Krampf)
Habe das Gefühl, ich habe einen unglaublich dicken Bauch (wie aufgeblasen)
Vergleiche meine Bilder und Empfinden meiner wieder mit einem Bären (z.B. wie sitzt der Bär da, mit seinem dicken Bauch)
Mein Bauch ist so dick, dass ich nicht darüber (darunter) gucken kann, aber ich sitze somit ganz aufrecht.
„Wenn ich sitze, dann sitze ich“
Sitzhocker versinken immer mehr ins Kissen
„Sitzen tut so gut“
Fange an zu lächeln.
Gefühl als ob meine Augen von innen heraus vor Freude strahlen
Ich bin zufrieden mit mir und der Welt
Ich liebe das, was ich im Moment tue.
Es liegt eine große Erfüllung darin.
Lippen kräuseln sich
Weiß nicht wie ich´s ausdrücken soll, dass der Mund über die Lippen Unzufriedenheit ausdrückt
Skeptisch
Mein Mund macht unterschiedliche Grimassen
Muss über mich selbst lächeln
Höre das Lied „I'm singing in the rain“ in mir und denke jetzt spielt der Verstand total verrückt
Habe das Gefühl nicht ich reibe, sondern es reibt mich, d.h. das Pistill folgt einer Schwingung erst ellipsenförmig, dann dreht es sich um die eigene Achse in meinen Fingern, ich kämpfe mit der Schwingung.
Wie gehe ich damit um?
Milchzucker schießt über die Schale hinaus (beim Schaben)
Nachdem das Pistill sich wieder drehen möchte entscheide ich „ich übernehme die Führung“ aber das geht nicht, ich kann nicht gegen die Bewegung arbeiten, das kostet viel zu viel Kraft also lasse ich es schweigen
Es gibt zwei parallele Bewegungen in der Schale, die Reibens und des Drehen des Pistills um seine eigene Achse

C 3

Mir fällt vermehrt das Geräusch der Schalen auf (sehr hoch), das beim Reiben entsteht, das ist für meine Ohren fast unangenehm.
Zugleich gibt es ein tiefes, dumpfes Geräusch
P1 `s Schale klingt anders als die anderen, sie ist so laut
Gedanke: Ob wohl die Schalen miteinander sprechen wenn wir reiben?
Auffälliges Kribbeln an den Jochbeinen re > li, breitet sich um die Augen aus.
Merke nun, dass sich das Pistill in die entgegengesetzte Richtung dreht (entgegen der Reiberichtung nicht wie angenommen parallel)
Kann ja gar nicht anders sein, denke ich

Ich bin ganz achtsam, ich arbeite mit einer Kraft.

Welche Kraft?

Sie ist fein und grob zugleich

Sie ist laut und leise

Sie vereinbart die Gegensätze in sich

Sie schließt ein und öffnet

Nimmt und gibt frei

Taucht ein und holt hervor

Achte die Gegensätze im Leben.

Dadurch wird Ausgleich geschaffen

Es gibt immer beide Schwingungsrichtungen, sie können sich gegenseitig aufheben, somit entsteht die Null-Energie der Nullpunkt von dem aus alles neu entspringen kann.

Wenn die Energien sich gegeneinander bewegen ist es wie ein gemeinsamer Tanz, es ist wunderschön beide Kräfte in Bewegung zu sehen. Schönheit entsteht aus leiser Bewegung heraus, aus diesem Tanz.

Durch das ständige An- und Abschwollen der Kräfte in sich entsteht der Impuls zur Bewegung, es ist ein immerwährendes Spiel

Durch große Unterschiede in den Schwingungsamplituden entsteht mehr Bewegung, manchmal sogar Turbulenzen, die Kräfte „verknotten“ sich, Verwirrung entsteht.

Was hilft?

Werde Dir beider Kräfte bewusst, der Kraft und ihrer Gegenkraft, beobachte wie sie mit- und gegeneinander arbeiten

Muss ich noch etwas tun?

Heiße beide Kräfte willkommen (ich denke, das ist so banal)

Das wissen ist einfach und deshalb gerade so schwierig.

Durch die Verknötungen werden Dinge, Gedanken, Gefühle entgeschlossen, je mehr Verknötungen entstehen umso mehr Spannung entsteht und die Verknötung verlangt nach Entspannung und Befreiung, dessen was darin festgehalten ist.

Der Mensch tendiert dazu „wegzuschauen“, deshalb muss er die Kräfte spüren.

Verknötung schmerzt, wenn die Kräfte in der Waage sind bist Du frei.

Nullenergie ist somit frei?

Wenn Du so willst, ja.

Aber ist Bewegung im Leben nicht schön?

Ich befinde doch, es ist schön.

Also, dann begrüße die Kräfte und ihre Bewegung, das ist Leben in jeglicher Form.

Bin gerade mit der letzten Runde reiben, fertig mit schreiben.