

Tyto alba – die Schleiereule eine Arzneimittelprüfung



durchgeführt und bearbeitet von Jörg Wichmann und der Bergischen Homöopathie-Schule

Homöopathische Arzneimittelprüfung Tyto alba

Jörg Wichmann und die DozentInnen und TeilnehmerInnen der
Bergischen Homöopathie-Schule

Deutsche Originalausgabe.

Titelbild von Ina Ring, Köln.
mit freundlicher Genehmigung der Künstlerin (© Ina Ring)

Copyright © Fagus Verlag Jörg Wichmann, Rösrath 2005

Alle Rechte, insbesondere auch das der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil dieses Buches darf ohne schriftliche Genehmigung des Verlages - nicht als Fotokopie, Mikrofilm, auf elektronischem Datenträger oder im Internet - reproduziert, übersetzt, gespeichert oder verbreitet werden.

All rights reserved, including those of translation into other languages. No part of this book may reproduced, translated, copied, filmed, taken into electronic files, data carriers or internet without written permission of the publisher.

Die homöopathische Arzneimittelprüfung von Tyto alba ist zur Zeit nicht als Druck zu erhalten, wird aber im kommenden Jahr in erweiterter Fassung aufgelegt werden.

*FAGUS- Verlag, Jörg Wichmann
Eigen 81, D- 51503 Rösrath, Germany
Fax: 0049 - 2205 - 912563
e-mail: info@homoeopathie-wichmann.de
www.homoeopathie-wichmann.de*

Inhalt

Einleitung

(„Eulenmilch-Artikel)

Die Schleiereule – das Tier

Ursprung der Eulen

Eulen in der Medizin

Auswertung:

Gemüt

mental

emotional

seltsame Ereignisse

Träume

Allgemeines

Verl./Abn.

kalt/warm

Energie

Modalitäten

Empfindungen/ Sonstiges

Schwindel

Kopf und Gesicht

Augen und Sehen

Ohren und Hören

Nase und Geruch

Mund und Zähne

Hals

Magen

Abdomen

Rektum und Stuhl

Blase und Harnwege

Geschlechtsorgane und Sexualität

Atemwege und Husten

Rücken und Brust

Extremitäten

Schlaf

Schweiß

Haut

Notizen der Abschlußbesprechung

Beobachtungen des Prüfungsleiters vorab und während der AMP

Brief des Verreibers des verwendeten Mittel (Tyto alba) an den Organisator der AMP

Text einer Arzneimitteltrance von Prüferin #2

Die Eule – Gebr. Grimm

Einleitung:

Die vorliegende Arzneimittelprüfung ist (meines Wissens) die erste volle Prüfung eines Mittels aus der Eulenordnung (Strigiformes).

Gewählt wurde dazu die Schleiereule (Tyto alba), weil sie zum einen uns Menschen am nächsten lebt (in Scheunen, s.u.) und zum anderen bereits ein sorgfältig identifiziertes und potenziertes Arzneimittel von Tyto alba zu erhalten war. (bei Remedia, Mag. R. Müntz, Eisenstadt, Österreich, www.remedia.at).

Die Arzneimittelprüfung mit Tyto alba wurde von Mai bis September 2004 im Rahmen der 3-jährigen Homöopathie-Ausbildung in der Bergischen Homöopathie-Schule durchgeführt nach den Regeln für Arzneimittelprüfungen, wie sie Jeremy Sherr in „Die homöopathische Arzneimittelprüfung“ aufgestellt hat.

Es nahmen 10 PrüferInnen, 8 SupervisorInnen und ein Prüfungskoordinator teil. Das Arzneimittel war bis zum Ende der Abschlußbesprechung ausschließlich dem Koordinator bekannt, die AMP insofern einfach blind. Alle Prüfenden erhielten Tyto alba C 30 als Verum.

Das **Prüfmittel** erhielten wir von der Apotheke Remedia in Eisenstadt, Österreich.

Es wurde dort auf Anregung vom Kollegen Sigwart hergestellt, der zur Geschichte des Mittels schreibt:

„Lieber Herr Wichmann,

ich hatte von einem dänischen Museum, das der Universität Aarhus angegliedert ist, einen tiefgefrorenen Flügel einer Schleiereule erhalten, aus dessen Muskel-und Federanteil ein alkoholischer Extrakt (keine Verreibung) hergestellt wurde.

Der Flügel wurde mir von einem hochkarätigen Ornithologen der Universität Aarhus ausgehändigt, über dessen Sachkenntnis ich keinen Zweifel habe. Geschlecht der Eule ist mir nicht bekannt.

Ich habe einer 48jährigen Dänin, deren unumstrittenes Lieblingstier die Schleiereule ist (Schleiereule sogar in den Pullover eingestickt), das Mittel in Mk verabreicht. Danach ist eine der in unserer Praxis seltenen, ans Magische grenzenden Wirkungen aufgetreten. Etwa eine halbe Stunde nach Mittelgabe, auf der Heimfahrt aus unserer Praxis, kreuzte bei Mondlicht eine Schleiereule den Kurs ihres Wagens, schwenkte in Fahrtrichtung ein, und begleitete den Wagen über einige hundert Meter. Zuvor hatte die Patientin während eines mehrmonatigen Aufenthalts in Deutschland nie eine Schleiereule gesehen. Die Patientin gab an, etwa 1 Std. nach Mitteleinnahme bis zum nächsten Morgen das reale Gefühl zu haben, gefiedert zu sein, mit ausgeprägten Flügeln und Schwanzfedern, was bis zum nächsten Morgen anhielt. Ein starkes Glücksgefühl ging damit einher. Ein hartknotiges Mamma-Ca der Patientin wurde jedoch nicht durch dieses Mittel beeinflusst und mußte schließlich operativ entfernt werden. Die Patientin ist eine abwartende, genau beobachtende, unflexible, perfektionistische Nonne mit graphischer Begabung, mit einem Augenaufschlag, der tatsächlich an eine Eule erinnert.

Weitere Erfahrungen mit Tyto alba liegen uns nicht vor. Wir sind an Ihren Prüfungsergebnissen interessiert. Viele Grüße

Herbert Sigwart“

Warum eine Eule? Diese Arzneimittelprüfung hat eine lange und bunte Vorgeschichte, die für das Gesamtverständnis nicht unterschlagen werden darf, weil sie unmittelbar ursächlich für die Mittelwahl war.

Im Juli 1996 hatte ich (Jörg Wichmann) mit ein paar Kollegen ein amüsantes Gespräch bei einem Seminar-Mittagessen in Augsburg, wobei wir über besonders skurrile Mittelverordnungen unsere Witze machten. Dabei brachte ich die Idee auf, einen Artikel über ein erfundenes Mittel zu schreiben und schlug als offensichtlich absurd die „Eulenmilch“ vor. Einen Teil schrieb Uta Santos, einen Teil ich, und wir schickten dies zusammen an die Homoeopathic Links, die den Artikel kommentiert im Winterheft 1996 druckten. Sie können ihn dort und in den englisch und in deutscher Übersetzung erschienenen Sammelheften der Links zu den Milch-Mitteln nachlesen. Hier drucke ich nur meinen Teil des Artikels ab:

AM-Begegnung mit „Eulennilch“ (Lac-o [Lac-owleum])

Die Idee zu diesem neuen Mittel kam mir durch einen Traum während einer Zeit, als ich intensiv über das passende Mittel für eine Patientin nachdachte, der ich eigentlich ein Schlangengift geben wollte. In dem Traum sah ich die Patientin vor einer Schlange und einer Eule sitzen und beide verwirrt und wie gebannt anstarren. In den Überlegungen danach wurde mir klar, wieviel Eulen und Schlangen verbindet: Beide haben diese großen starr blickenden Augen, beiden Tieren wurde die Weisheit als Eigenschaft zugeschrieben, beide sind Raubtiere, die ihre Opfer durch schnelles Zupacken fangen, beide legen Eier. - Es könnte also sein, daß wir vielen unserer PatientInnen Schlangengift gegeben haben, für die eigentlich Eulennilch viel ähnlicher gewesen wären.

Um nun das mögliche Simillimum für meine Patientin zu erhalten, beschäftigte ich mich weiter mit den Eulenvögeln und der Frage, welche „Eulennilch“ denn für eine Arznei in Frage käme. Blut würde sich anbieten, ist aber als Heilmittel nicht weiter bekannt, ebensowenig wie die Federn oder Eierschalen. Da stieß ich auf ein Sekret der Bürzeldrüse dieser Vögel, das von Jägern gemeinhin als „Eulennilch“ bezeichnet wird. Die Eulen bringen es mittels ihres Schnabels auf Verwundungen auf, besonders bei ihren Jungen. Früher meinte man fälschlich, die Eulen würden ihre Jungen mit diesem Sekret füttern - daher der Name. Mit dieser Substanz behandelte Wunden heilen sehr schnell, weshalb sie in der Volksmedizin bis ins Mittelalter hinein sehr beliebt war, wenn auch schwer zu bekommen und darum teuer. Später wurde die ganze Sache als Aberglaube erklärt, bis in den siebziger Jahren ein kaukasischer Biologe in seinen Untersuchungen an Eulenvögeln die wundheilende Wirkung des Bürzelsekrets wiederentdeckte.

In Anbetracht der Tatsache, daß meine Patientin Sonja M. seit zwanzig Jahren unter ständig einreißender und blutender Haut litt, an der sich noch unter keiner Therapie etwas geändert hatte, entschloß ich mich, diese Substanz als passendstes „Eulennilch“ zu wählen. Prompt verschwanden die schlimmen Hauterscheinungen nach den üblichen Erstreaktionen, und außerdem erzählte die Patientin, daß ich den Namen des Mittels bis dahin noch nicht verraten hatte, daß ihr Tagesrhythmus sich verändert habe und sie endlich auch schon vor Einbruch der Dunkelheit arbeiten könne - eine wunderschöne Bestätigung für diesen ersten Eulennilchfall! Etwas verwirrend waren aber Träume der Patientin, über die sie sich leider nicht näher auslassen wollte, sondern nur erwähnte, daß sie viel mit Mäusen zu tun haben.

In den Wochen darauf führte ich mit einer kleinen Arbeitsgruppe eine AM-Prüfung durch. Auf die aufwendigen und eigentlich lächerlichen Doppelblind-Vorkehrungen verzichteten wir als moderne Homöopathen natürlich, sondern begegneten dem Mittel wissend und offenen Auges. Neben den bereits genannten Hauterscheinungen und dem weit in die Nacht verschobenen Tagesrhythmus traten in der Prüfung - entweder in Träumen, Phantasieerlebnissen oder in der sogenannten objektiven Wirklichkeit - folgende Symptome auf: ein sehr auffälliger Augenaufschlag (2), als würden die Lider hin- und herklappen; eine äußerst feine Struktur der Haare; Gefühl zu schweben (3); Nahrungsmittelverlangen Fleisch, bes. Kaninchen (2); Abneigung gegen Baden und Tauchen; Gedächtnis, aktiv; Sehvermögen vermindert, < tags, > nachts; und als wohl Außergewöhnlichstes: wöchentliches Würgegefühl im Hals, z.T. mit Auswürgen verklumpeter Nahrungsreste, danach > (keynote). Diese Symptome sind schon zum Nachtrag ins Repertorium aufbereitet, dem Wortlaut in den Prüfungsunterlagen aber zum Teil sehr ähnlich.

Ein paar Wochen später, ich war gerade mit dem Verreiben von Elefantenhaut bezüglich einer schweren Lymphstauung beschäftigt, suchte mich eine griechische Patientin auf, die aus Athen stammte. Sie litt an einem starken Globusgefühl im Hals, fühlte sich sehr depressiv, hatte eine Sonnenallergie, und gab auf Befragen an, sehr nachtragend zu sein, nie etwas vergessen zu können. Zunächst erinnerte mich diese Symptomatik an kein bestimmtes Mittel, aber ich spürte deutlich, daß es sich um ein sogenanntes „kleines Mittel“ handeln müsse. Für solche Fälle hat es sich seit Jahren bewährt, als Repertorium das „Lexikon der Mythologie und Symbolik“ zu verwenden, dessen Angaben die Tiefenschichten der Patienten oft viel genauer erfassen, als die gängigen, nur an oberflächlichen Körpererscheinungen orientierten Werke von Kent & Co. Ich schlug also unter „Athen“ nach - das schien mir das Ungewöhnlichste an der Patientin, da es in meiner Praxis überhaupt zum ersten Mal auftrat - und fand dort den Eintrag: „Athena, griechische Göttin des Handwerks und der Kampfkunst, Schutzherrin von Athen; Symboltier: die Eule“. Da hatte ich also das gesuchte Mittel, das der Patientin auch lange Zeit hindurch sehr guttat. Das Globusgefühl im Hals löste sich dann übrigens in Form des aus den Prüfungen schon bekannten Herauswürgens von Nahrungsresten. Im Repertorium kann Lac-o also noch nachgetragen werden bei: Globusgefühl und bei: Sonnenallergie.

Wenn Sie, liebe Kolleginnen und Kollegen, zu Lac-o Ideen, Fälle oder Träume haben, wäre es schön, diese zusammenzutragen, damit bald ein vollständiges Arzneibild entstehen kann. Besonders für unsere griechischen KollegInnen wird das interessant sein.

.....

Das Besondere an diesem Scherz war zum einen, daß er von einer erstaunlichen Menge an Synchronizitäten umgeben war, die sich noch bis zu der – Jahre später stattfindenden – Übersetzung erstreckten, als der Übersetzerin, während sie daran arbeitete, eine verletzte Schleiereule ins Haus gebracht wurde.

Zum anderen war verblüffend, daß dieser offenkundige Scherz doch immer wieder ernst genommen wurde, was ein paar Rückschlüsse zuläßt, die wir hier nicht näher ausführen wollen...

Seit jenem Artikel wußte ich aber, daß ich den Eulen noch etwas schuldig war, die ich auf diese Weise für einen Witz mißbraucht hatte, an welchem sie sich freundlicherweise auch noch ausgiebig beteiligt haben. So startete ich 8 Jahre danach eine größere Arzneimittelprüfung, in welcher ich das erste homöopathisch geprüfte Eulenmittel vorstellen kann.

Einen Vogel wie die Eule für die Heilung von Menschen zu bemühen, entspringt nun keineswegs der überspannten Phantasie moderner Homöopathen, sondern hat eine sehr alte Tradition. Euleneier oder –federn oder sonstige Teile dieser Vögel wurden immer schon für verschiedene medizinische und magische Zwecke verwendet (s.u.).

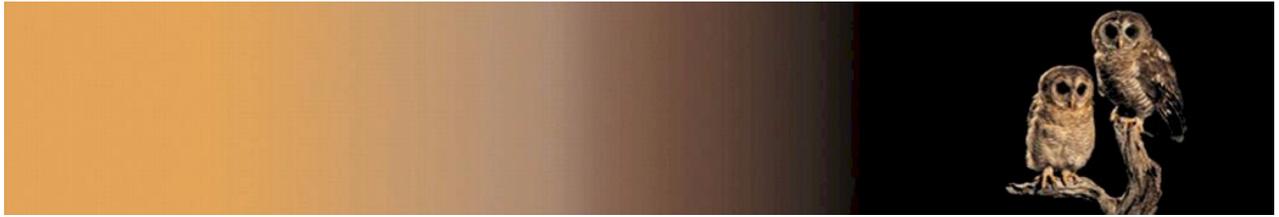
Die Schleiereule im Speziellen wurde gewählt, weil dieses Mittel zum einen bereits erhältlich und auf ordentliche und nachvollziehbare Weise hergestellt war. Zum anderen ist die Schleiereule die verbreitetste aller Eulen und diejenige, die dem Menschen am nächsten lebt.

Weitere Eulenprüfungen können vielleicht eines Tages zeigen, was an unserer Prüfung spezifisch für die Schleiereule und was typisch für alle Eulen ist.



Die Verbreitung der Schleiereule in der Welt.





Aus der ausgezeichneten und sehr empfehlenswerten Website www.eulenmanie.de dürfen wir die folgenden vier Seiten übernehmen. Umfangreiche weitere Informationen und schöne Bilder finden Sie dort.

Vom Ursprung der Eulen

Vögel gibt es, geht man bis in die Zeit des Urvogels (Archaeopteryx) zurück, seit 170 Millionen Jahren.

Die Eulen sind etwa 60 - 65 Millionen Jahre alt. Gegen Ende der Kreidezeit werden von einigen Forschern, die ersten Eulen zeitlich angesiedelt. Die hohlen Knochen der Eulen, die sehr zerbrechlich sind, machten es den Fossilienforschern schwer. Es gibt kaum gut erhaltene Versteinerungen und wenn, ist die Zuordnung schwierig.

Also, die Eulen traten zeitgleich mit dem Aussterben der Dinosaurier in Erscheinung. In dieser Epoche eroberten immer mehr die Vögel den Luftraum. Das nun vorherrschende tropische Klima wurde in weiten Teilen trockener und kühler. Dadurch ging die Vegetation der Wälder zurück und es bildeten sich Steppen und Savannen. Diese Lebensbedingungen liebten die Kleinsäuger, wie z. B. die Mäuse. Ihnen folgten die Beutegreifer, denen sie als Nahrung dienten. Die Mäuse führten zu diesem Zeitpunkt schon, zum Schutz vor den gefräßigen, tagaktiven Flugsauriern, ein nächtliches Leben. Eigentlich ein guter Schachzug, aber einige Beutegreifer hatten sich ebenfalls auf die Nacht spezialisiert. Unter den Vögeln waren das die Eulen. Weil die Eulen diese zeitliche Nische nutzten, konnten sie erfolgreich bis in die heutige Zeit überleben. Durch ihre nächtliche Jagd waren sie keine Konkurrenz für die Taggreifvögel, obwohl sie die gleiche Beute bevorzugten.

Einen echten Stammbaum der Eulen gibt es nicht. Die nahesten Verwandtschaft besteht wohl zu den Nachtschwalben. Ansonsten bilden die Eulen eine eigene Ordnung unter den Vögeln. Alle Eulenarten sind untereinander so verwandt, daß man von einem gemeinsamen Urahn ausgeht. Seit dem Eiszeitalter bis zu deren Ende sind sicher 50 Eulenarten bekannt. Von diesen Arten sind aber 14 bereits wieder ausgestorben. Heute umfaßt die Eulenordnung weltweit 26 Gattungen und etwa 150 Arten. Zählt man alle Unterarten dazu, kommt man sogar auf etwa 217 Eulenarten.

Zum Ende der Eiszeit, fand man bei Ausgrabungen in Menschensiedlungen die Reste vieler Eulenarten. So kann man vermuten, daß das der Zeitpunkt war, wo einige Eulenarten in die Nähe des Menschen gerückt sind. Ein Grund dafür könnte sein, weil der Mensch die Landwirtschaft entdeckte und mit seiner Vorratshaltung die Kleinsäuger anlockte; wodurch die Eulen wiederum bessere Jagdmöglichkeiten hatten. Dazu zählt die Schleiereule, die eigentlich in felsigen Gebieten beheimatet war, wo sie in Felsnischen ihre Ruhe- und Brutplätze hatte. Heute ersetzen Gebäude in menschlichen Siedlungen die Felsen und bieten ihr neue Lebensräume.

Die Schleiereule - *Tyto alba*



aus www.eulenmanie.de:

Schleiereule: *Tyto alba* (lateinische Bezeichnung)

Heller herzförmiger Gesichtsschleier, daher ihr deutscher Name.

Kerkuil (niederländisch) weil sie in Kirchtürmen brütet.

Ihr englischer Name Barn Owl.

Fast ausschließlich in bewohnten Gebieten anzutreffen. 34 cm lang, Flügelspannweite 90 - 98 cm, Gewicht Männchen um 315g, Weibchen um 340g, langbeinige sehr helle Eule, im Flug sehr helle Unterseite.

Geschlechtsreif im 1. Lebensjahr.

Schleiereulen führen eine Dauerehe.

Vorkommen und Brutverhalten:

Balzzeit: Ab Januar

Legebeginn: Im April, aber auch später, Zweit- u. Spätbruten noch im September

Gelege: Gelege 4 - 7 Eier, bei gutem Nahrungsangebot bis zu 15 Eier, keine Brut in nahrungsarmen Jahren.

Brutdauer: 30 - 35 Tage,

Brutbeginn: ab dem 1. Ei

Europa aber nicht in Nord- und Osteuropa. Standvogel. Nur die Jungen ziehen weg. Die Alten nur bei Nahrungsmangel. Meidet Gebiete mit mehr als 40 Schneetagen im Jahr. Brütet in ruhigen Dachböden, Kirchen und Scheunen. Als Nistunterlage dienen zerbissene bzw. verwitterte Gewölle. Am Brutplatz, im Spätwinter, nachts anhaltend schnarchende u. kreischen-de Laute. Bruthöhle soll dunkel sein. Das Weibchen nimmt schon 1 - 2 Tg. vor Schlupf die Brutstellung ein. Die Jungvögel nehmen 2 Tg. vor dem Schlupf stimmlich schon Kontakt zur Mutter auf. Das Weibchen leistet dann Schlupfhilfe, es befreit die Jungen, nachdem diese schon ein Loch mit dem Eizahn in die Eihülle gepickt haben, aktiv aus der Eischale. Nestlingszeit 7 - 10 Wochen, Abwanderung der Jungen im Alter von rd. 3 Monaten. Die Schleiereule gilt im deutschen Volksglauben als Kündlerin des Todes aber auch des Feuers. (Feuer- und Flammeneule)

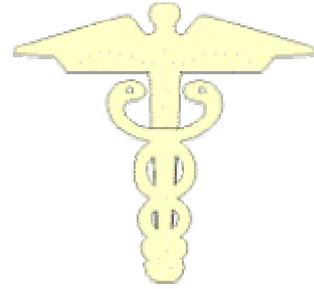
Nahrung: tägl. Nahrungsbedarf ca. 80g. Je höher der Jagdsitzplatz, umso besser kann die Eule ihre Beute orten. Vorwiegend Feldmäuse in offener Kulturlandschaft oder in Scheunen. In feldmausarmen Jahren und harten Wintern große Verluste. Auch hohe Verluste durch den Straßenverkehr.

Besonderheit: Schleiereulen haben ein alltäglich wiederkehrendes Ritual während der Jungenaufzucht. Bevor das Männchen zum Beuteflug aufbricht, lockt es das Weibchen mit Rufen ans Ausflugsloch. Dann vollführt er unter ihren Augen eine Art Flugzirkus, um sie zu beeindrucken. Erst dann geht er auf Beuteflug. Bei seiner Rückkehr wird er vom Weibchen immer sehr zärtlich empfangen u. mit Schmuseeinheiten bedacht.



Eulen und Medizin

oder: gegen manches
Zipperlein ist die Eule
gewachsen.



Eulenrezepte

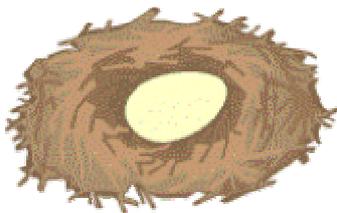
Eulen und deren Eier, die nicht zu Speisen verarbeitet wurden, landeten oftmals im Medizinschrank. Man findet viele Beispiele in der Volksmedizin.....

Philostratos, ein Grieche, behauptet ein gutes Mittel gegen Fallsucht sei:
Ein Eulenei in einer klaren Suppe bei abnehmenden Vollmond gekocht.

Wenn man diese Suppe Kindern verabreicht, verleihe sie ihnen Mäßigung und Selbstbeherrschung für ein ganzes Leben. Diese Vorstellung geht auf die Eule der griechischen Göttin Athene zurück, die als weise und gemäßigt galt.

Euleneier sollen auch bei Trunksucht helfen:

Man nehme rohe Euleneier, verrühre sie in dem Becher eines Säufers. Drei Tage mußte er die Mischung aus Euleneiern und Wein trinken. Der Trunksüchtige werde von Stund an den Alkohol und auch das Trinken verschmähen.



Die Franzosen hatten ein genaueres Rezept gegen die Trunksucht.

Aus der Gironde stammt folgende Mixtur:

Man bereite ein Omelett aus genau fünf, neun oder dreizehn Euleneiern, je nach Stärke der Sucht. Nur das würde einen Mann von seinem Laster befreien.

Gicht soll durch gesalzene Eule heilbar sein, aber auch wiederum die Trunksucht, woraufhin sich sicher der Durst wieder einstellt.

Es gab auch Schönheitsrezepte, z.B. gegen graues Haar:

Die klebrige Masse eines rohen Eulenei's auf die ergrauten Strähnen auftragen. Sie sollen auf der Stelle wieder nachdunkeln.

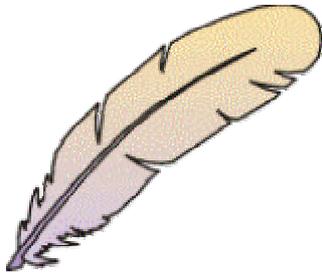
Die Schoschonen, ein Indianerstamm, hatten ihre eigene Methode gegen Kopfschuppen:

Man mußte nur seinen Kopf in den Bau einer Höhleneule stecken und dann das Haupt kräftig schütteln.

Jedoch nicht nur den Euleneier wurden heilende Kräfte nachgesagt, sondern auch den Eulenfedern.

Aus Polen stammt folgender Rat gegen Rheumatismus:
Man nehme eine Eulenfeder, entzünde ein Holzkohlenfeuer und versenge die Feder darüber.
Wer lieber aß, konnte auch gebackene Eule nehmen.

Die Pima-Indianer empfahlen mit den Eulenfedern, über dahinsiechende oder an Anfällen leidende Menschen, zu wedeln, um sie zu heilen.



Gegen schlechtes Sehen: nordjapanisches Rezept:
Verbrenne die Federn einer Eule und verreise die Überbleibsel zur feiner Asche. Die Asche verrühre mit dem Saft der Pflanze Ukigusa und träufle die Tinktur in das Auge.

Gegen schlechtes Sehen gab es auch ein indianisches Rezept:
Man weiche eine Eulenfeder in Wasser auf und mache mit dieser Tinktur Umschläge für die Augen.

Eulenkuren nach Plinius (Naturkunde, 1. Jahrhundert)

Mittel gegen Ohrenschmerzen: Das Hirn einer Eule oder auch deren Leber mit Öl vermengen, und dann in das erkrankte Ohr spritzen oder die Mixtur auf die Ohrspeicheldrüse legen.

Gegen Sehnenentzündung: Man nehme Asche vom Haupt einer Waldohreule, vermische sie mit honiggesüßtem Wein oder nehme sie zusammen mit einer Lilienwurzel ein. Die Zutaten werden zum Teil schwer zu beschaffen sein.

Mittel um Blutungen zu stillen: Eine Zwergohreule wird in Öl verkocht, zu dem ganzen gibt man dann Schafsmilchbutter und Honig und verrührt es gut.

Gegen trübe Augen: Man nehme die Asche eines Eulenauges und mische sie mit Augengrundsalbe, die Augen würden nach der Anwendung wieder klar.

Es ist mir in diesem Rahmen sehr wichtig darauf hinzuweisen, daß die Schleiereule zwar weltweit sehr verbreitet ist, aber in Mitteleuropa ist sie inzwischen gefährdet, weil der Umbau alter Scheunen ihr den größten Teil ihrer Nistplätze genommen hat. Die Schleiereule wird immer seltener und ist dringend auf Schutzmaßnahmen angewiesen wie die Bereitstellung von Brutmöglichkeiten usw. Weitergehend informieren können Sie sich darüber auf der Internet-Seite www.eulenmanie.de.

Auswertung der AMP

Durchführung: Jörg Wichmann und die Bergische Homöopathie-Schule.
 Prüfung einfach blind (Arzneimittel war ausschließlich dem Pr.leiter bekannt).
 Jedem Probanden war ein/e Supervisor/in zugeteilt.
 Prüfungsbeginn mit Einnahme: 22. Mai 2004, ca. 10.00
 Abschlußbesprechung: 4. September 2004.

10 Prüfende, 8 Frauen, 2 Männer (# 2, # 3) - insgesamt 8 SupervisorInnen

Prüf. 1, weibl., 51 Jahre
 Prüf. 2, männl., 38 Jahre
 Prüf. 3, männl., 41 Jahre
 Prüf. 4, weibl., 39 Jahre
 Prüf. 5, weibl., 45 Jahre
 Prüf. 6, weibl., 37 Jahre
 Prüf. 7, weibl., 35 Jahre
 Prüf. 8, weibl., 50 Jahre
 Prüf. 9, weibl., 44 Jahre
 Prüf. 10, weibl., 34 Jahre

Die Prüfungsberichte sind auf die Kapitel verteilt worden, aber im Original-Wortlaut beibehalten und jeweils durch Nummer und Zeit identifizierbar. Symptome können auch zweimal vorkommen (etwa unter Extremitäten und unter Modalitäten).

Vor jedem Symptom steht die Nummer des Prüfers [#1]) sowie die Zeit des Auftretens als Tag und Stunde Abstand von der Mitteleinnahme [2.3.: bedeutet 2 Tage und 3 Stunden nach Mitteleinnahme, also der übernächste Tag um ca 13 Uhr.].

Oder es stehen Tag und Uhrzeit angegeben.

Eine Tageszahl mit Minuszeichen [#7) -2.:] bedeutet, daß das Symptom zwei Tage vor der Mitteleinnahme aufgetreten ist. Streng genommen zählen solche Symptome nicht zu den Prüfsymptomen. Aber die Erfahrung zeigt, daß mitteltypische Symptom bei einigen Prüfenden immer auch schon ein paar Tage (selten Wochen) vor der Einnahme auftreten, so daß wir einige davon mit aufführen und besonders gekennzeichnet haben.

Alle Personennamen und Orte sind ersetzt durch (Name) oder (Ort).

Ein herzlicher Dank gilt allen, die mit ihrem persönlichen Einsatz, ihrer Energie und Zeit, ihrem Fleiß und vor allem ihrer Bereitschaft, körperliche und seelische Symptome und Beeinträchtigungen hinzunehmen, diese homöopathische Arzneimittelprüfung ermöglicht und zu den hier dargestellten Erkenntnissen beigetragen haben.

Gemüt

mental

- #1) 2.1: Vergessen, Ohrringe anzuziehen, (kam nie vor vorher) das ist mir in den letzten Tagen öfter passiert. Auch Lippe nicht geschminkt oder sowas. Einfach vergessen.
- #1) 2.5: Konnte mich nicht entscheiden, in welches Kaffee ich gehe.
- #1) 7. Habe heute die Orientierungsstufenkonferenz vergessen. Finde sie immer super unnütz.
- #1) 9. Ich vergesse viel: verliere meinen Autoschlüssel, vergesse meine Unterlagen fürs Theater.
- #2) 14.: Bei der Prüfung fällt mir kaum noch etwas ein. Ich bin auch wesentlich nervöser als beim letzten Mal. Mein Kopf ist total leer, fühlt sich wie hohl an. Ich kann überhaupt nichts mehr aufnehmen, sitze nur noch die Zeit ab.
- #3) 4. 19 Uhr: Was lebt da neben meiner Realität?
Sowohl heute Morgen bei der Anreise in meine Praxis als auch heute Abend als ich nach Hause komme, habe ich das Gefühl von einem Geschehen am Rande, was stets verschwindet, als ich meine Aufmerksamkeit darauf richte.
An der Praxis sah ich plötzlich ein großes Tier von einem Baum huschen. Nur so im Augenwinkel, als ich hinsah, war da nichts. Was war das für ein Tier?
Dann als ich in meine Dachwohnung komme, fällt etwas in dem Moment hinunter, als ich durch den Flur gehe. Ich gehe in das Zimmer, von wo das Geräusch kam, aber auch diesmal finde ich keine Antwort.
- #3) 7. 15 Uhr: Mich beschäftigt das Thema rechte und linke Gehirnhälfte. Wie kann man die Mitte in sich finden und leben?
- #3) 20. 7 Uhr: Gestern habe ich gar kein Ende bei meiner Computerarbeit finden können. Irgendwie war ich total damit beschäftigt meine ganzen Informationen zu ordnen, um sie anschließend systematisch wieder finden zu können. – So auch in der Nacht. Ich habe sehr wenig Erinnerung an einen Traum, aber es ging auch hier um „Ordnung, Struktur, Systematisieren.“
- #3) 27.: Der Samstag ist irgendwie zerfahren. Zwar lief mein Unterrichten sehr gut, aber wenn ich versuchte mich zu entspannen, oder gar kreativ zu arbeiten, fiel mir dieses sehr schwer. Die Prüfung habe ich mal wieder absolut vergessen, da ich durch die Vorbereitungen meines Seminars viele andere Gedanken in mir trage.
- #4) 0.: Ausgeglichen, kann mich gut konzentrieren, länger als sonst (Vortrag), abends noch auf ein Schwätzchen bei (Name) vorbei, Stimmung friedlich, leicht angeregt und zufrieden.
- #4) 3.: ??? Diffus, s.a. Aufzeichnungen Dienstag und Mittwoch vermengt.
- #6) 0.: Konzentrations- und Leseprobleme
- #6) Supervis.: 0.: Mann erzählt ihr was, aber sie ist mit Gedanken woanders, dann völlige Leere, alles egal, Lähmung geistig.
- #7) -3.: Völliges Chaos! Termine überschneiden sich, ich fühle mich überfordert. Ich bin unkonzentriert und verfahren. Ich packe unsere Sachen für das Familien NLP Wochenende ein. Manche Dinge doppelt und dreifach, andere gar nicht. Auf der Hinfahrt zum Seminar verfare ich mich. (Mann) und ich streiten uns deswegen. Außerdem bekomme ich meine Periode.
- #7) 1.: Ab mittags sind wir bei Freunden eingeladen, ich halte mich viel draußen auf. Bin guter Laune, unterhalte mich gut. Mein Partner bekam ab und zu eine Gereiztheit meinerseits ab. Abends möchte ich nur auf dem Sofa liegen und in den Arm genommen werden. Ich fühle mich völlig energielos, müde und abgeschlagen. Ich habe Arbeit, meine nächsten drei Tage zu organisieren, im Chaosanfall von letzter Woche habe ich mir zu viel vorgenommen. Es folgen Telefonate. Ich versuche Termine zu verschieben. Ärgere mich über die Unflexibilität eines Mitmenschen, organisiere hier und da einen Babysitter und falle um 22 Uhr erschöpft ins Bett.
- #7) 3.: Ich fühle mich heute geordneter. Das Chaos der vergangenen Tage lichtet sich. Ich bekomme mein Tagespensum gut geregelt, organisiere mich besser. Der Nebel der vergangenen Tage lichtet sich. Ich fühle mich im Kopf klarer und somit auch im geistigen Sinne. Meine kurze Lernphase war locker und ohne Druck.
- #8) 13.: Fehler beim Schreiben, falsche Buchstaben.

- #8) 17.: Vergeblich, verwirrt. Wiederholung der Symptome vom Anfang der AMP. Die Geheimnummer vergessen, obwohl ich mit dieser Karte oft bezahlt habe.
- #9) Supervis. 2.: Fühlt sich unsicher, vielleicht wie alte Oma, ob alles richtig macht, ob was vergessen hat. Angst arbeiten zu gehen, Erwartungsspannung, ob das schafft, ob richtig macht, hoffentlich denkt an dies und das.
- #9) Supervis. 3.: Verwirrung noch da. Sachen, die gesagt wurden, vergessen.
- #9) Supervis. 3.: Sehfeld heute: Mehrmals sieht was Schwarzes, wie Schatten, Loch, bewegt sich etwas. Wenn hinguckt, war aber nichts.
- #9) Supervis. 5.: Sehen: Schiss durch Schatten sehen, als wenn jemand hinter ihr ist, guckt sich um.
- #10) allg. Beobachtung: Auffällig ist an unserem Homöopathie-Kurs das reichlich vorhandene Unwissen. Nichts genaues weiß man nicht! Wir treffen uns schon mal, um uns gemeinsam auf die Prüfungen vorzubereiten. Geht es um die Arzneimittelprüfung, *reden wir ständig aneinander vorbei*, jeder hat irgendetwas anderes verstanden.
- #10) 0.0.: (Prüf.leiter) versucht noch was zum Ablauf der Prüfung zu sagen, ich habe ihn nicht richtig verstanden, alle lachen.
Vor mir liegt viel Papier, ich versuche meine Kopien zu sortieren, es ist die reinste Zettelwirtschaft, ich habe den Überblick verloren („ich krieg` hier zuviel“).
- #10) 2: Hatte heute beim Autofahren das Gefühl einen Zeitsprung gemacht zu haben, ein Teil der Strecke fehlt in meiner Erinnerung.
- #10) 3.: Jetzt wo ich den Traum aufschreibe, kommt mir das alles so unwahr vor. Habe ich das wirklich geträumt oder ist meine Phantasie mit mir durchgegangen? Ich traue manchmal meiner eigenen Wahrnehmung nicht. Außerdem denke ich oft, daß das was ich sage, gelogen ist.
- #10) 3.: Habe heute morgen versucht meine Symptome zu sortieren. Habe den Überblick verloren. Was ist ein neues Symptom, was ist verändert und was ist ein altes Symptom? Mein Schreibtisch liegt voll mit Arbeit, 3 Fälle müssen bearbeitet werden, Karteikarten müssen geschrieben werden, und diese Prüfung hat mich ganz verwirrt. Wie soll ich das alles schaffen? Ständig klingelt das Telefon, jeder will was von mir. Es nimmt kein Ende, es kommt ständig etwas dazu. Gestern abend habe ich die e-mail von (Prüf.leiter) bekommen, was will der eigentlich?
- #10) Supervis. 3.: Mit Datum mehrmals vertan beim Notieren, Zeiten vertan, unübersichtlich.
- #10) 10.: Thema der letzten Tage: Wandern. Überleben in der Natur. Survival-Training. An seine Grenzen stoßen. Maden essen. Kräuterwanderung. Den Kindern die Natur zeigen. Abenteuerspielplatz. Wir überlegen, mit unseren Kindern zusammen 1 Woche bei einem Überlebenstraining im Wald mitzumachen.
- #10) 15.: Manchmal habe ich das Gefühl, als wenn alles um mich herum so unwirklich wäre. War das jetzt wirklich so, oder habe ich nur geträumt?
Funktioniert das homöopathische Prinzip der Überhöhung der Arzneimittel wirklich, oder spinnen wir uns das an unseren Samstagen alles nur zusammen? Wenn das alles so funktioniert, warum weiß das dann der Rest der Welt nicht? Das homöopathische Prinzip macht die Welt endlich für mich verstehbar.
Ich denke zum ersten Mal, daß ich im Moment mit meiner Ausbildung total überfordert bin, es ist mir im Moment zuviel.
- #3) spätere, rückblickende Stellungnahme: Ich hatte ganz stark das Gefühl, während der Prüfung, daß ich eine Anbindung an eine andere Wirklichkeit oder sagen wir *der Wirklichkeit* hatte. Die Grenze von Realität und Bewusstsein und Unbewusstsein wurde porös. Das war zum Teil sehr beeindruckend, aber manchmal auch beängstigend. Mit dem heutigen Wissen über das geprüfte Tier stellt dieses die Verbindung zum Unbewussten (oder der anderen Wirklichkeit) dar. Wie ein Medium, etwas was verbindet zwischen den Welten, zwischen Bewusstsein und Unbewusstsein. Was sehen lässt, wo man sonst nicht hinschauen kann. Das habe ich sehr stark empfunden. Immer wenn ich es bewusst fixieren wollte war es aber weg. So wie wenn man in der Nacht schärfer sehen will. Man muss etwas neben das Objekt schauen, um das "Stäbchensehen" (schwarz-weiß) zu aktivieren und dadurch besser in der Nacht sehen zu können. Wenn man es mittig fixiert wird es unscharf, ist nicht mehr zu erkennen.

emotional

- #1) 1.0.10 Fuhr dicht am Gestrüpp vorbei, weil so ein Scheiß-Autofahrer mir entgegenkam und mich zur Seite drängte (ich empfinde so etwas normalerweise nicht als störend).
- #1) 1.1.: Beim Fahren in den Supermarkt kamen mir riesige Autos entgegen, die mir den Platz nahmen, war wütend darüber.
- #1) 1.1.05: Bin stachelig zu meinem Mann, will nicht von ihm berührt werden.
- #1) 1.4: Ich drückte mich vor dem Nachsehen der Scheiß-Abiklausur mit einem Mittagsschlaf.
- #1) 1.5-8: Nachgucken der Abiklausuren, dabei Nagelbettkaugen (habe ich früher viel gemacht, in letzter Zeit nie mehr).
- #1) 1.5-8: War sehr schlecht gelaunt. Bekam aber Spaß daran, einer Schülerin ´ne bessere Note zu verpassen als Zweitkorrektorin.
- #1) 1.8. Will immer noch überhaupt nicht berührt werden.
- #1) 1.12: gebadet bei Kerzenlicht und habe (Mann) rausgeschmissen, fand ihn zu egoistisch und neidisch, geht überhaupt nicht auf mich ein, fragt sofort: und Ich ??? - Ich merke, daß er in der Allergiezeit, in der er Asthma hat, von meiner Energie zieht. Ich fühle mich von ihm zu der Zeit ausgenutzt. DESHALB KRIEGT ER AUCH KEINEN Sex, der soll mir noch Energie abziehen. (Das alles fällt mir ein)
- #1) 1.13: Ich liebe dieses Mittel!!! Es grenzt mich von der Schule ab, vor meinem Bruder und vor meinem Mann. Absolut der Hammer!!!
- #1) 2.: Fühle mich leicht depressiv den ganzen Tag. Fühle mich wie verschroben, wie ineinandergeklemmt, fühle keine Leichtigkeit.
- #1) 2.7.: Bin distanziert zu (Mann), lasse keine Nähe zu.
- #1) 2.11.: müßte aufräumen, habe gar keine Lust dazu
- #1) 3.1.: (Direktor) ruft mich zu Hause an und mahnt meine Abigegenkorrektur an. Werde darüber super super wütend, weil ich es selbst regele und es als Übergriff, als unzulässige Kontrolle empfinde. Der offizielle Termin ist noch nicht da, es ist nur so ein kleinlicher interner Termin dieses Chefs, der immer Angst hat, es klappt alles nicht, wenn er die Termine nicht noch enger macht, als sie eh schon sind, Arschloch!!!
- #1) 3.2.: Treffe auf der Fußgängerzone ne alte Frau, die die Stadt verantwortlich macht für die krumme Pflasterung. Sitzt auf dem kalten Boden, trotzig, wartet auf den Krankenwagen, kam mir aber ziemlich gesund vor. Krieg Haß auf die Frau.
- #1) 3.5.: Finde alle anderen doof.
- #1) 3.: In der Schule habe ich dauernd Scheiße gesagt. K. sagte: sag nicht dauernd scheiße, das verstreut negative Energie." Ich sage: „Scheiß egal“ und eine andere Kollegin sagt: „Das geht dir am Arsch vorbei." Genau!!!!
- #1) 4.: (Direktor) wegen Gegenkorrektur gefragt, der machte mir ständig Vorwürfe, ich hätte früher abgeben müssen, dabei hatte ich noch Zeit. Der ist ein Angstspisser. Und hat die weggekommenen Vorschläge plötzlich nicht mehr selbst gesucht. Bloß keine Verantwortung übernehmen. Hosenschisser. Mußte mich dann über die Schulleitung des XX. Gymnasiums an den Dr. A. ranmachen. Der war einfach auf Tagung und hat nicht Bescheid gesagt. Verdammte Scheiße, da muß ich was machen, was ich gar nicht will, und plötzlich hänge ich zwischen allen Fronten und kann hinter dem Kerl herlaufen. Ha, aber die Besprechung lege ich in meine Unterrichtszeit, wollen wir doch mal sehen. Ha!! Herr B. steht überhaupt nicht hinter mir und windet sich aus der Verantwortung. Ph, ich schaffe es auch ohne den blöden Kerl.
- #1) 4.8.: Da kam doch echt die Frau H. und ließ sich Mittel für die nicht heilende Nase geben. Hätte ich nie gedacht. War ziemlich patzig zu ihr, hatte ihr gesagt: Sie könnte sich was abholen, aber natürlich nur, wenn sie auch gesund werden wollte. (Ich bin sonst viel konzilianter zu den Leuten, nicht so patzig).
- #1) 4.10.: Wut auf Dr. A., weil der Kerl sich nicht meldet. Wut auf Herrn B., weil der so doof ist.
- #1) 4.11. Alles löst sich mit Dr. A.,. Er ruft an. Ist aber trotzdem ein Arschloch.
- #1) 4.: Ich bin wie ein Besen. Vater kommt alle 6 Monate zu Besuch, jetzt an einem freien Nachmittag: der holt sich dann wohl seine Ladung ab
- #1) 5.3.: bin wütend auf (Mann), weil der sich in der Schule hat Vertretung aufdrücken lassen und so mit dem Kochen noch nicht fertig ist.
- #1) 6.12.: mit Sohn und Vati in nem Bierlokal, wo der Kellner uns einfach sitzen ließ. Wir zahlten und gingen einfach, ohne zu essen. Und Trinkgeld kriegte der Kerl auch nicht.

- #1) 7.: Habe die Abiklausuren nicht in meiner Freizeit sondern mit dem Fettbauch B. in meiner Unterrichtszeit besprochen und habe dafür gesorgt, daß ER kam. Normalerweise springe ich immer überall hin. Ich merkte, wie doof und feist der Dr. B. ist.
- #1) 8.: Habe (Bruder) einen Abschiedsbrief geschickt, weil ich mich ihm gegenüber nicht dauernd zurücknehmen will.
- #1) 8.10-12.: lieber Essengehen als Sex mit (Mann). 22.Uhr entzog mich dem Sex mit (Mann), hatte Abneigung dagegen.
- #1) Komm.: Ich habe bei der ganzen Prüfung neben Wut auch viel geseufzt, so ein ständiges Ignatia-Geseufze.
- #1) – Supervis.Komm.: Nach der Prüfung aber extreme Ablehnung und Abgrenzung, bis fast zum Kontaktabbruch seitens der Prüferin.
- #2) 14.: (Ehefrau) und ich machen noch einen langen Spaziergang und reden viel über meine Situation. Danach geht es mir besser und ich habe den festen Entschluss gefasst, die Situation zu ändern. Dabei bin ich mir bewusst das diese Veränderung nur von mir ausgehen kann.
- #2) 21.: Anruf meiner Mutter; nachdem sie mir über 20 Minuten ihr Leid geklagt hat, das ich seit 30 Jahren kenne, habe ich sie gebeten meinen Bruder anzurufen und ihm doch mal diese Geschichten zu erzählen. Daraufhin beginnt sie zu weinen und erklärt mir, daß sie aber mit jemand darüber sprechen müsste und sie außer mir niemand hat. Sie hofft mich in der kommenden Woche zu sehen und legt dann auf.
Ich habe in den letzten Tagen sehr viel über mein Verhältnis zu meiner Mutter aber auch zu meinen Geschwistern nachgedacht. Mir ist klar geworden wie wenig Gemeinsamkeiten es gibt, und wie gering auch das Interesse bei ihnen ist, mich zu verstehen. Sie haben sich in den vergangenen Monaten oder vielleicht schon Jahren immer weiter von mir distanziert. Wenn es nicht meine Geschwister oder meine Eltern wären, hätte ich mit diesen Menschen überhaupt nichts zu tun.
Ich habe das Verlangen klar zu stellen, daß ich nicht für die Probleme meiner Mutter zuständig bin und ich auch nicht länger damit belastet werden möchte.
- #2) Komm.: Bei mir sind dadurch starke Gefühle in Bezug auf alte Familiengeschichten hoch gekommen und ich bin gerade dabei daraus meine Schlüsse zu ziehen, bzw. mich stärker abzugrenzen. Ich empfinde diesen Prozeß als sehr wichtig und eigentlich schon längst überfällig, und es drängt so in mir das ich auch keine Möglichkeit habe mich diesem zu entziehen. Aus dem neu gewonnen Abstand betrachtet ist es mal wieder erstaunlich zu sehen, wie Mechanismen innerhalb einer solchen Familienstruktur gepflegt werden. Meine Idee, daß es wichtiger ist mehreren Menschen etwas bewußt zu machen, als sich nur selbst weiter zu entwickeln, mußte ich dabei leider aufgeben.
Auch wenn es im Augenblick anstrengend ist, empfinde ich die AMP doch als großen Gewinn für mich. - Ich hoffe es ist o.k daß ich Dir das schreibe.
- #3) 0. 17 Uhr: Ich sitze in einem Abteil im ICE. Mir fällt auf, es sind nur junge Frauen (eher girlies) zugestiegen. Die ganze Fahrt von München bis Stuttgart hat in diesem Abteil noch niemand ein Wort gesprochen. Ich bin zuerst im Abteil gewesen und wundere mich, daß man noch nicht mal Guten Tag und auf Wiedersehen sagt. Ich habe aber auch nicht das Bedürfnis dazu und schweige mit.
- #3) 1. 20 Uhr: Habe heute eine mail beantwortet, die mich sehr berührt hat, weil ich mich völlig falsch verstanden fühlte. Habe diese mail scharf, abgegrenzt und klar beantwortet.
- #3) Komm.: Nachbetrachtung vom 18. August 2004
Insgesamt habe ich eine positive Rückerinnerung an diese Arznei.
Physisch hat mich zu Beginn eine starke Müdigkeit und Schwere begleitet (Frieren, Rückenschmerzen, Steifheit etc.). Diese hat sich dann (und hier besonders in den Träumen) in eine Leichtigkeit und Fähigkeit des Fliegens verwandelt. Eine so intensive Wahrnehmung des Fliegens hatte ich niemals zuvor. Auch das Gefühl der Verbundenheit mit der Natur war mir nie so bewusst. - Für mich also eine schöne Arznei.
Ein Satz von Christian Morgenstern ist mir noch in der Zeit begegnet, den ich gerne der Arznei zuordnen möchte: "Die Natur ist die große Ruhe gegenüber unserer Beweglichkeit. Darum wird der Mensch sie immer mehr lieben, je feiner und beweglicher er wird."
- #4) 2.: Gereizt!!!, 15 Uhr total erschöpft, 16 – 18 Uhr topfit, guter Stimmung, dann wieder ungeduldig und plötzlich gereizt.

- #4) 4.: Guter Dinge, keine Kinder, freier Tag, Motorrad fahren, muß viel Spaß haben...nach Massage sehr viel Energie, v.a. sexuelle, Anamnese bei (Name), Stimmung wechselt zwischen gleichgültig und angeregt, denke über (Name) und seine Familie nach, weniger über den Sodbrennen-Fall, muß auf der Heimfahrt auf dem Moped an (Name 2) denken und unseren gemeinsamen tuberkul. Filter und sein schnelles Ende, drei Tränen gekullert, beende traurige Stimmung mit dem Gefühl es ist wie es ist...abends nach (Kind) gesehen, bin genervt von seiner „künstlichen Umarmung“, (Kind) nervt extrem, total unecht, freu mich über (Mann), lachen über blöde Miss Marple / Mr. Stringer Dialoge, trink ein Weizenbier und stürz mich dann auf (Mann), keine Kopfschmerzen, ziemlich fit.
- #4) 4.: geweint wegen Erinnerung an meinen verstorbenen Hund
- #4) 8.: Bin frustriert, weil ich mich bei der Rückenmassage nicht austoben darf, Klient will sehr sehr vorsichtig behandelt werden, wie ein rohes Ei...entspricht überhaupt nicht meiner Stimmung. Abends in gemütlicher Kuschelstimmung.
- #4) 9.: Supervis.: großes sexuelles Verlangen (Druck nach Seminarwochenende). Bekommt schon Orgasmus durch Wälzen auf dem Boden. Viel sexuelle Energie, gierig. Wenig geistige Energie, schlechtes Gedächtnis. „man wird zum Tier“.
- #4) 12.: Schlecht gelaunt erwacht genervt von (Mann), alles nervt, keine Lust auf Berührung, auf (Kind) sauer, muß mich mühsam beherrschen, schnell auf 180 dann ab ca. 9 Uhr sehr ausgeglichen und geduldig und zufrieden bis am Abend, bin den ganzen Tag mit (Kind) unterwegs, bin überhaupt nicht zu provozieren, nachmittags etwas traurig 14.30 bis 15.30 und stumpf, genieße es eine Stunde allein zu sein. Sehr wechselhafte Stimmung.
- #4) 13.: Gut gelaunt, liebevoll mit Kindern, schön gefrühstückt mit (3 Namen), morgens viel Klavier gespielt, Regen stört gar nicht, freu mich sogar aufs Lernen...genieße Luxusdasein. Gemüt: alles ist gut. - Am Abend genau das Gegenteil: Alles ist scheiße, bin total genervt, nix macht Spaß, obwohl nachmittags noch friedlichster Stimmung, Kuchen gebacken, Duschvorhang repariert, total familienfreundlich gestimmt; am Abend total genervt. Selbst Rotwein, Schokolade und Lorient können es nicht rausreißen, Stimmung : „man kann es auch lassen!“ Alles total trostlos TOTAL.
- #4) 14.: Ich weine oft heute, fühl mich traurig, zufrieden, traurig, zufrieden...sehr schutzbedürftig, bin froh als (Mann) da ist. Nach der Sauna sehr energiereich und rund gefühlt, auch beim Auto fahren.
- #5) 1.2.: Bin in ruhiger ausgeglichener Stimmung, introvertiert, bin alleine und finde es gut. Bin müde, eigentlich schon den ganzen Tag.
- #5) 2. 7 Uhr.: Stimmung: Möchte alleine sein, keine Hektik neben mir, es soll mir keiner zu nahe kommen. Ich gehe dann weg. Ich mag Stille, bin etwas lethargisch. Alles geht mir am Arsch vorbei, mir ist vieles egal.
Supervis.: als sei ich angetrunken, bin deshalb Beobachter. Insgesamt: kriege nichts auf die Reihe; bin nicht kreativ. Mag körperliche Nähe zum Mann (ungewöhnlich).
- #5) 3. 18 Uhr: schwierige Geburt gehabt [Hebamme]. Habe keine Stresssymptome gehabt (keine roten Wangen oder rotes Hals), bin sehr stressfrei. Ich habe viel Ruhe in mir. 21 Uhr: Habe weiterhin viel Ruhe in mir, finde mich entspannt und schön. Obwohl es privat Spannung gibt, Eifersucht (Ehemann). Ich bin sehr klar, es gibt keinen Grund und deshalb bin ich ruhig, außergewöhnlich ruhig. Heute Kaffee getrunken! Fühle mich sehr schön!
Supervis.: nachts bei sehr schwerer Geburt [Hebamme] ganz ruhig reagiert, keine Aufregung, obwohl Todesgefahr. Insgesamt sehr antriebsarm, mag keine Gesellschaft. Nicht mehr lärmempfindlich. Fühlt sich sehr wohl in sich.
- #5) 3.: Alles zuviel. Lärmempfindlich. Mache die Arbeit ganz gemütlich, reagiere nicht auf Stress. Bin ganz allein mit mir, sonst immer ein Gesellschaftsmensch. Schickt Leute raus, mag keine Enge und keine Berührung. Als Hebamme ganz unsensibel für leidende Gebärende, nicht so persönlich wie sonst. Mann beschreibt sie als super-locker und entspannt. Kein Zeitdruck: näht zu Hause eine Gardine (ungewöhnlich).
- #5) 4.: Bin immer noch etwas schön und ausgeglichen, introvertiert.
Supervis.: Innere Ruhe wird weniger, ist wieder gern in Gesellschaft, nimmt mehr Teil, trauert um die vorherige Besinnlichkeit und Abgetrenntheit. Traf sich mit einem Freund, früher mal heftig mit dem geflirtet, sie jetzt ganz ruhig.
Liebt phantasievollen Sex.

- #5) 5.: Leider geht das schöne und ausgeglichene Gefühl wieder weg, schade. Fühle mich wieder wie (ich).
- #5) 6.: Ich fühle mich wie immer, heute gab es nichts Besonderes. Bin wieder (ich, Name), bin traurig, denn es war ein sehr schöner Zustand, in dem ich mich befand.
- #5) Supervis. 7.: Ich bin wieder (ich, Name) live, meine alte Starre ist wieder da: das heißt, ich wache morgens auf und habe einen Plan. In der AMP da lebte ich im Hier und Jetzt, ohne Nachzudenken. Ich hatte so viel Freiheit, war so viel freier, jetzt ist meine Starre wieder da. Da ist so ein Drängeln in mir, wie eine Marter, wie ein Kaffee, den ich nicht getrunken habe. Das gerät einfach nicht in Gang, stehe unter Strom, wie unter Strom, Druck im Kopf, unter dem Sternum, wuselig, mache 5 Dinge gleichzeitig, kann mich nur über den Kopf regulieren. In der AMP habe ich weniger gedacht, nur gefühlt, war einfach in der Zeit, lebte so aus dem Bauch.
- #6) 0.: Fühlte mich innerlich total abgeklärt, selbst die Frau aus meinem Kurs, bei der sich mir sonst der Magen umdreht, weil sie ständig unnötige Fragen stellt, ist mir völlig egal; nichts kann mich beeindrucken, bin total cool; kann ganz klar denken, bin fröhlich, gut gelaunt (die Laune steigert sich in den nächsten 5 Stunden). Der Eindruck, den ich nach außen hin machte: lebhafter geworden (bis 15 Uhr).
später zu Hause: Nervös und aggressiv, wenn etwas nicht so klappt, wie ich es möchte, fange ich an rumzuschmauzen; beim Wäsche aufhängen ist die Leine kaputt gegangen: ich hatte den Eindruck, ich müsste etwas kaputt machen, weil ich ja wütend darüber sein muss, ich war aber gar nicht wütend, ich habe einen Konflikt, wie reagiere ich? Ich erwarte von mir Emotionen, die ich sonst nie an den Tag legen würde (ich werde sonst eher laut), aber ich habe keine Emotionen. Beim Minigolfspielen mache ich meinen Sohn runter, weil er nicht so reagiert, wie ich es will (völlig überzogen und ich weiß es auch).
- #6) Supervis.: 0.: Vollkommen klar, Scheißegal-Gefühl, innerlich abgeklärt, lässt nichts an sich ran, nett freundlich, bis heute (Tag später), Abstand zu allem noch bis jetzt.
Taubheitsgefühl emotional, auch wenn was Schreckliches passieren würde.
- #6) Supervis.: 0.: Wird langsam nervöser, aggressiver und motziger, z.B. hängt Wäsche auf, Verstreubung bricht ab, hätte den ganzen Ständer am liebsten zerschlagen, ohne Empfindung dabei, ohne Aggression.
- #6) Supervis.: 0.: Nervosität gesteigert und getrieben, gehetzt, Gefühl sie würde neben sich stehen. Muss alles schnell gehen, aber ohne Gefühl, eiskalt.
- #6) Supervis. 2.: am Telefon sehr direkt, sagt was sie denkt, ganz klar bei Kundin, die nicht weiß, was sie will, etwas stichelnd. Abends wieder viel passiert. Elternabend vom Eishockeyverein, sie mischt sich ein ohne rot zu werden und äußert sich cool, „daß sie die viele Fahrerei nicht möchte“. Man findet eine gute andere Regelung. Das Mittel ist klasse!
- #7) 0.2.: Ich treffe (Bekannte) wieder.(große Freude!!) Wir gehen einen Kakao trinken (!!) Wir hatten ein sehr intensives Gespräch. Thema. Grenzen, Tod + Sterben. (Bekannte) berichtet von einer Totgeburt. Ganz schnell entwickelt sich eine Intensität, die man selten erlebt. Das Gespräch und die damit verbundene Energie lassen mich den ganzen Tag nicht los. Ich muß oft an die Frau mit ihrem Schicksal des toten Kindes in ihrem Bauch denken. In meinem Leben hatte ich die Chance geschenkt bekommen, mich intensiv mit dem Thema Sterben auseinanderzusetzen. Nun bin ich dankbar für die Liebe in meiner Familie und meine eigene Möglichkeit immer wieder neue Schritte machen zu dürfen.
- #7) 2: Am Sa. Abend rief eine Nachbarin an, die schwanger ist, hat schwangerschaftsbedingtes Erbrechen und bat mich rüber zu kommen. Ich habe klar nein gesagt. Weil ich dir sowieso nicht dabei helfen kann und habe dann aufgelegt. Ich halte diese Frau eh für hypochondrisch. Ganz neu für mich, das hätte ich sonst nicht gemacht. Ich bin erschrocken, erleichtert und stolz auf mich das getan zu haben.
- #7) 4.: Ich fühle mich aufgeräumt und geordnet. Termine sage ich einfach ab, mit der Begründung das zur Zeit alles etwas viel gewesen wäre. (Supervisionstermin alle 6 Wochen sage ich sonst nie ab, aus Loyalität zu der alt eingesessenen Gruppe). Ich komme noch nicht mal in Streß, als ich höre, daß alle anderen auch abgesagt habe und die Supervisorin jetzt mit Zweien alleine ist. So habe ich viel Zeit für mich und meine Familie.
Das Chaos legt sich diese Woche, daß ich nichts auf die Reihe bekam, ich bin ruhiger und gelassener wegen meines Lernens, wegen Terminen, meiner Prüfung usw. Heute

kommt die Gelassenheit und das Gegenteil des Chaos.

Ich zweifele sehr an meiner Arzneimittelprüfung und glaube, daß ich bestimmt mit allen Symptomen völlig aus der Reihe tanze und auch nichts in irgendeiner Hinsicht zu gebrauchen wäre. Da mein Sohn eine leichte Erkältung hat, glaube ich daß es sich wohl bei mir nicht um „Scheinsymptomatiken“ handelt, sondern (Sohn) sich bei mir angesteckt hat. Außerdem befürchte ich durch genaues Fragen von (Supervisor) bezüglich meinen Träumen, den wahren Fakten zuviel hinzuzufügen und somit das Ergebnis zu verfälschen. Bespreche dieses alles mit (Supervisor). Er sagt: alles in Ordnung - aufschreiben und weitermachen.

Supervisor dazu: Sie hat viele, viele Zweifel ob das alles so richtig ist, ob mein Nachfragen von gestern richtig ist, weil sie dann vielleicht heute anders fühlt wie gestern. (Ich bat sie, die Beschwerden und Ereignisse genauer zu beschreiben und nicht in Allgemeinheiten wie fies oder gut und schlecht.) Zweifel ob sie überhaupt prüft und ob sie der Prüfungsleiter nicht auslachen wird, was für einen Scheiß sie da aufgeschrieben hat. Es wird alles in Frage gestellt, ob es überhaupt mit der Prüfung zu tun hat.

- #7) 5.: Weiterhin ausgeglichen. Ich habe es geschafft meiner Freundin zu sagen, daß wir nicht mit ihrer Familie in Urlaub nächstes Jahr fahren werden (das hat mir wochenlang Streß gemacht). Meine Freundin konnte sich das schon denken und für sie war das in Ordnung. Es war nicht das ehrlichste Gespräch was ich hatte, aber ich glaube man muß nicht immer ehrlich sein, nur zu sich selbst.
- #7) 10.: Ich habe es geschafft, einem Freund von uns zu erzählen, daß ich sein Verhalten mir gegenüber und meines Anliegens unkooperativ fand und daß ich bestimmt in seiner Situation anders gehandelt hätte. Im Gespräch habe ich mich selber über meine direkten Wörter gewundert und war richtig stolz auf mich.
- #7) 11.: Ich bekomme mehr und mehr die Einsicht, daß alles was ich jetzt tue, schon die Verwirklichung meiner Visionen ist. Damit meine ich das Lernen für die Heilpraktikerprüfung, meine jetzige Situation mit einem Kind etc..Meine Gedanken und Sorgen was, wann und wie und ob etwas wird, gingen immer in die Zukunft. Mit Meditation und Beten möchte ich die Gegenwart genießen und lieben. Mir geht es sehr gut. Ich freue mich über alles was ist.
- #7) 12.: Wirklich sehr gut geht es mir, ausgeglichen, entspannt, zufrieden. Ich bin fröhlich und heiter, ich liebe mich selbst und meine Familie, ich bin dankbar für das was um mich herum ist, meine Familie mein Leben. Seit Tagen habe ich nicht mehr den Druck wegen meiner Prüfung. Vorher hat mir das sehr viel Sorgen gemacht, dachte immer, ich hätte zu wenig Zeit u. schaffe die Prüfung nicht.
- #7) 14.: Mir geht es total gut, so gut ging es mir schon lange Zeit nicht mehr. Seelisch und körperlich. Vielleicht habe ich nicht geprüft oder es ist schon vorbei? Aber deutlich ist, daß ich Dinge abschließe, wie z.B. daß ich nie mehr im Krankenhaus arbeiten möchte und das Palliativgedöne. Ich lebe mehr in der Gegenwart, weniger in die Zukunft denkend, z.B. das mit dem 2. Kind, ich halte nicht mehr so fest, lasse es so kommen wie es kommt, habe mir im Haus eine Ecke eingerichtet für Rückzug und Meditation. Wann ging es dir das letzte Mal so gut? Nach den NLP Ausbildungen vor drei Jahren. Energievoll und ausgeglichen.
- #7) 18.: Ich lerne mit meiner Freundin für die HP Prüfung. Sie ist wieder schneller im Verstehen als ich und beantwortet schon die nächsten Fragen. Mein Unmut bricht, ohne darüber nachzudenken, aus mir heraus. Wieder einmal wundere ich mich über meine neue Seite, Dinge direkter beim Namen zu nennen. Trotzdem bin ich heute gereizter.
- #7) 24.: Wir haben heute Supervisionsgruppe. Ich berichte von den letzten Wochen und bin erstaunt, daß sich vieles in meinem Leben geordnet hat. 1.) das Lernen hat sich entspannt. Ich gebe mein Bestes und das muß reichen. 2.) mein Wunsch nach einem zweiten Kind liegt nicht in meinen Händen. Ich bin dankbar und zufrieden mit dem was ist.
- #7) 30.: Ich denke oft über die AMP nach. Zur Zeit fehlt mir meine seelische Ausgeglichenheit, die ich zum Anfang der AMP spürte. Ich bemerke, daß mir Verhaltensweisen unserer Freunde z.B. nicht gefallen. Ich bekomme es aber nicht hin, die Dinge einmal klar anzusprechen. Das ärgert mich, da ich glaubte, das in den letzten Wochen gelernt zu haben.

- #7) 32.: Ich höre mit den täglichen Aufzeichnungen nun auf, da nicht wirklich Neues passiert. Im Gespräch mit meinem Supervisor nach dem Urlaub stellte sich etwas für mich heraus: Während der AMP ging es immer wieder im seelischen Bereich um das Thema, mich von alten Dingen zu verabschieden und ganz klar Stellung zu beziehen, zu mir selber, meiner Ansicht und Position.
So war es im Urlaub auch. Unsere Freunde (die wir von früher her kennen) führen ein anderes Leben wie wir. Sie leben andere Werte in ihrer Partnerschaft und in ihrer Erziehung. Ich möchte mich nicht mehr gegen mein Gefühl verhalten. Für mich war es wichtig zum einen bei mir zu bleiben und zum anderen Position zu beziehen und mich zu distanzieren. Das haben wir in unserem Urlaub auch hinbekommen. Durch Gespräche mit unseren Freunden wurde klar, daß wir unterschiedliche Ansichten bzw. Toleranzgrenzen haben. Für (Ehemann) und mich war nun sicher, daß wir auf keinen Fall mehr Urlaub mit dieser Familie machen möchten. Wir leben andere Werte und für und für uns sind andere Umgangsformen wichtig.
Für mich wird folgendes klarer: Ich bin nicht Mutter Theresa und muss die Probleme anderer Leute kicken. Nur für mich selber und meine Familie bin ich verantwortlich. Ich darf dafür sorgen, daß es mir gut geht, meinem Mann und meinem Sohn. Diese Lektion bzw. dieses Grundgefühl wird in den letzten Wochen deutlicher. Ich möchte klar meine Position einnehmen und ggf. mitteilen, um dann für mich selber zu sorgen.
- #8) 3.: Die Stimmung ist flacher und dumpfer als normal.
- #8) 4.: Reizbarkeit
- #9) 1.: verwirrt und unsicher, Angst, Erwartungsspannung, widerwillig gegen Bewegung
- #9) 2.: zartes unsicheres Lebensgefühl, tagsüber oft ein bißchen geweint
- #9) 9.: Gefühle stark vom Wetter abhängig (meine Wahrnehmung). Morgens Regen – traurig. Nachmittags sehr wechselhaft - aggressiv, unruhig: Kali - die Mörderin, das Biest, die Bestie in der Frau, lebe deine Stärke, deine Bestie, deine tierische Kraft! Integration von Kali.
- #9) 11.: Heute morgen fühle ich mich ein wenig gehetzt, den Tag über Gefühle von Gehetztsein, heftig!!!
- #9) 12.: Schöne ruhige Nacht, keine Träume, habe mich den Tag über sehr lebendig und kraftvoll gefühlt. Froh meinen Bürokrampf erledigt zu haben – erstaunlich gute Laune trotz viel Arbeit - habe die Wut als eine tolle Kraftquelle für mich entdeckt, Wut wie Feuer auf der Hand, das ich einatmen kann und für meine Durchsetzungskraft in dieser Gesellschaft benutzen kann, habe eine neue Kraftquelle aufgetan - sehr gut - war schon lange fällig.
- #9) 17.: Viele Erinnerungen an die Krankheiten der Kindheit. Viel Hass und Wut auf meinen Vater, der die Familie immer mit seinen Krankheiten terrorisiert hat.
- #9) 22.: Keine Träume. Tief und gut geschlafen, die Schwellung der Tonsillen geht zurück. Zuerst links dann rechts, fast nichts mehr zu spüren, habe das Gefühl einer fetten Entgiftung, genieße die äußere Kühle und den Regen und die nicht-sommerlichen Temperaturen.
- #9) 25.: Suche nach unerlösten Themen. Habe gestern eine klare Trennung gesehen zwischen Seelen-Themen und Ego-Themen. Habe zum ersten Mal erlebt, mich auch mal mit den Augen meiner Seele zu sehen und frage mich jetzt nach unerlösten Seelenthemen z.B. Warum habe ich ab und zu Hämorrhoiden? Warum treten sie auf - und was ist das Thema ? Ich habe sie vor meiner Menstruation, da schwellen sie immer gut an, mit Wassereinsparungen im Gewebe, mehr Hunger als sonst, verstärkte Lebertätigkeit, Flatulenz. Ich kenne das Thema, möchte es aber nicht wahrhaben.
- #9) Supervis. 7.: Wie Gänseblümchen gefühlt: Friedlich und klein gefühlt. Wie Stehaufmännchen wird auf denen rumgetrampelt und kommen immer wieder. Kein Widerstand, auch wenn mal nicht so schön.
- #10) 1.: Heute deutlich sanfter und harmoniebedürftiger als sonst (sagt mein Mann).
- #10) 2.: Ich war heute sehr gelassen und unaufgeregt.
- #10) 3.: Zettelwirtschaft, überall Papier, „ich krieg` hier zuviel“, ich räume meinen Schreibtisch auf, zerreiße Papier, ich habe den Durchblick verloren. Ich bin jetzt eher gelassen, ich schaffe meine Arbeit ja eh nicht. Resignation (Resignation ist absolut neu!).
- #10) 5.: Traurig, bin heute nacht beim Sex traurig geworden, ganz leise traurig. Habe geweint (besser: mir sind die Tränen übers Gesicht gelaufen), ich war ganz still.

- #10) 9.: Mir geht es sehr gut. Sehr entspannt. Alle um mich rum sind sehr entspannt, es gibt im Moment keinen Streit.
- #10) 11.: Bericht über Masernepidemie gelesen, dabei Schmerz im Rachen bekommen, zieht zur Nase rauf. Das Gefühl kenne ich, ich habe als Kind sehr viel geweint, und wenn dann keine Tränen mehr gekommen sind, hatte ich dieses Gefühl im Rachen.
- #10) 11.: Ich habe den ganzen Tag Unterleibsschmerzen gehabt, so als würde ich meine Tage bekommen. Ich bin sehr gereizt und abweisend. Möchte niemanden in meiner Nähe haben, alle sollen mich in Ruhe lassen. Heute ist ein eher kühler Tag. Ich habe ein Unterhemd an und eine Jeans und mir ist immer noch viel zu warm. Ich reiße dauernd das Fenster auf und stelle mich schon mal in den Garten in den kühlen Wind. Ich habe das Gefühl sonst zu ersticken. Die Haut ist eher kühl. Kann keine Kleidung an Armen, Brust und Hals ertragen.
- #10) 14: Warum werde ich genau zu diesen Kummermitteln gefragt, das irritiert mich total. Eine Dozentin meinte zu mir im Spaß: Ignatia, komm (Name), erzähl uns mal was von zuhause. Und da bin ich abgekackt! Mir war plötzlich alles zuviel, ich konnte kaum noch klar denken und wollte nur noch nach Hause. Ich habe noch bis zum Nachmittag versucht durchzuhalten, bin aber dann doch früher nach Hause gefahren, ich war total erschöpft, ich habe gemeint es nicht mehr bis nach Hause zu schaffen. Endlich zuhause falle ich ins Bett und bin total erschöpft. (In dem Zustand noch eine Woche gelegen.)
- #10) abschließender Kommentar nach AMP: Schon Wochen vor der eigentlichen Prüfung hatten wir alle im Kurs das Gefühl, daß das Arzneimittel viel mit dem Thema „Verwirrung“ zu tun hat. Immer wenn wir über die Prüfung gesprochen haben, haben wir total aneinander vorbeigeredet. Jeder hatte es anders verstanden. „Nichts genaues weiß man nicht“. Ich habe dann auch während der Prüfung schnell den Überblick verloren: das falsche Datum geschrieben, wenn der Supervisor nachgefragt hat, war ich mir meiner Symptome nicht mehr sicher. Ist das jetzt ein altes oder ein neues Symptom?
Mein Schreibtisch lag voll mit Arbeit, ich wusste nicht wo ich anfangen sollte. Und ständig hat das Telefon geklingelt, jeder wollte was von mir. Ich musste in dieser Zeit einige sehr wichtige Entscheidungen treffen, so z.B. haben wir ein Haus gekauft und deshalb war ich auch ständig unterwegs. Wenn ich dann täglich den Supervisor angerufen habe, wurde ich jedes mal gestört, ich konnte noch nicht mal 10 Minuten in Ruhe telefonieren. Jeder wollte was von mir und ich kam mir auch beobachtet vor, so als wenn mich meine Familie bewachen würde.
Und dann bin ich krank geworden. Ich habe eine Woche lang total erschöpft gelegen. Alles tat mir weh, ich konnte mich kaum bewegen, der Kopf war schwer wie die Erdkugel, jeder Sinnesreiz tat weh, ich hatte Durchfall, Darmkrämpfe, ich hatte Fieber und Schüttelfrost. – Ich weiß nicht ob die Arzneimittelprüfung ausschlaggebend für diesen Zusammenbruch war, ich denke, daß sie das Faß zum Überlaufen gebracht hat. Jedenfalls habe ich seitdem keine Magenbeschwerden mehr, wegen denen ich seit einem halben Jahr in Behandlung war.

seltsame Ereignisse

- #3) -1: Vor dem Zubettgehen schaue ich noch kurz auf mein Handy, bevor ich es ausschalte. Es gibt eine Meldung, doch nein, kein Anruf, eine Bildnachricht (MMS). Und als ich diese öffne, sehe ich erstaunt, daß sich hinter dem Absender Diana ein Aktfoto befindet. Ich habe mein Handy seit 8 Jahren. Heute Nacht ist es das erste Mal, daß ich solch eine "message" bekommen habe. Na, das fängt ja gut an.
- #3) 18.: Es fällt mir weiterhin schwer den Kontakt zur Prüfung zu behalten. Der Traumfaden ist irgendwie abgerissen. Heute am Feiertag habe ich sehr kreativ arbeiten können und ich hatte die Prüfung eigentlich gar nicht mehr im Sinn. - Erst beim Joggen sprang sie mich wieder an. Denn plötzlich wurde ich aus dem meditativen Lauf bei strömendem Regen wieder durch ein Rascheln im Gebüsch aufmerksam. Wieder dieses Gefühl da ist ein großes Tier im Wald und wenn ich versuche es zu sehen, ist nichts zu finden. Was hat das zu bedeuten? Ich bin doch sonst nicht so schreckhaft im Wald am helllichten Tage.
- #3) 27.: Die Prüfung habe ich mal wieder absolut vergessen, da ich durch die Vorbereitungen meines Seminars viele andere Gedanken in mir trage. Doch wiederum beim entspannten Joggen holt sie mich noch einmal ein. Ich laufe wie immer durch den einsamen Wald und

habe das Gefühl, daß die Vögel (besonders ein Greifvogel den ich nicht genau identifizieren kann) mit mir kommunizieren. Es ist ein so intensives Wahrnehmen dieser Vogelstimmen, ich bin tief bewegt. Keine Angst, einfach nur das Gefühl wirklich verbunden zu sein mit den Vögeln!!!

- #4) nach 8 Wochen: Wir waren heute mit Kind und Kegel in Köln auf einem mittelalterlichen Zeltfestival, wo vor dem ersten Zelt ein völlig verknitterter alter Mann mit einem echten Uhu auf dem (geschützten) Arm gesessen hat. (Der Mann sah nicht nur wegen seiner Verkleidung mittelalterlich aus, sondern hatte insgesamt etwas absonderliches, ich fand Eulenhaftes an sich). Also diese Rieseneule hat da so still gesessen, und (Kind) hat sich natürlich interessiert genähert, was den Vogel auch nicht weiter gestört hat, er war zwar an einem Fuß/Riesenkralle mit einem ca. 1 Meter langen Tau befestigt, wirkte aber relativ entspannt, bis sich ganz plötzlich mindestens 5 oder 6 lautstarke Familien um den Vogel scharten...das ging irgendwie ganz schnell und plötzlich waren wir in einem Pulk von hektischen Menschen, und der Uhu spannt seine Flügel (fast ein Meter Durchmesser) und fliegt genau auf (Kind) zu, hat sie aber nicht gehackt (der Schnabel sah recht furchteinflößend aus), sondern ist direkt vor ihr (und mir, ich bin auf sie zu gestürzt) gelandet und hat dann völlig nervös und verängstigt geflügelt. Er konnte auch nicht weiter flüchten, weil der alte Mann ja das Tau an seinem Arm befestigt hatte. Also die ganze Szenerie hat mich dermaßen an das Märchen und das Thema Bedrohung erinnert (der friedliche Raubvogel hat sich durch das Kollektiv oder die Menschenmasse bedroht gefühlt, (oder bei #1 waren es die §§, durch die sie sich eingeengt bzw. bedroht gefühlt hat) und wird in seiner "Flucht nach vorne" zur Bedrohung für das Kollektiv, die Masse, (oder bei #1 die §§Anhänger) , das war total verrückt.
- #10) 0.-1.: Auf dem Weg zum Unterricht hatte ich mit meinem Auto fast einen Unfall. ich hatte mich verfahren und wollte an einer Kreuzung wenden, dabei ist mir fast einer in die Seite geknallt. Auf dem Rückweg habe ich mich schon wieder verfahren, ich kenne die Strecke eigentlich genau, bin sie schon oft gefahren. Ich bin an einem ziemlich schlimmen Unfall vorbeigekommen. Zwei Autos mit Totalschaden.
- #10) 1.: Meine Kinder haben heute nacht bei mir im Bett geschlafen und mein Sohn sagte am Morgen (ungefragt): mein linker Hoden tut weh, „als ob mir jemand feste drauf drücken würde“. Meine Tochter hatte ein „schwabbeliges Gefühl“ im re Knie „wie ein Flubber, ein Gummi“.
- #10) 2.: Wir haben heute ein Haus gekauft. In den letzten Jahren sind wir öfters umgezogen, jetzt wollen wir seßhaft werden.
- #10) 6.: Habe mit einer weit entfernten Freundin telefoniert, sie hat gerade an mich gedacht („Gedankenübertragung“).
- #10) 7.: Gedanken: Über meinen Tod, wie wird es sein wenn ich sterbe? Was werde ich sagen? Es ist weniger die Angst vorm Tod, sondern eher die Neugierde: wie wird es sein? – Am Abend gehe ich in eine Kneipe. Plötzlich kommt ein Bekannter rein und erzählt uns, das er gerade von den „Körperwelten“ kommt und erzählt uns davon. Die Gespräche drehen sich nun um den Tod, die Angst vorm Tod u.s.w.
- eine Supervisorin berichtet anschließend: In der ersten Prüfungswoche hatte ich zwei fast identische Erlebnisse: Ein Vogel fällt, nachdem er gerade noch durch die Luft geflogen ist, plötzlich tot vom Himmel und mir mitten in der Innenstadt unmittelbar vors Auto. „Als ob er am plötzlichen Herztod gestorben ist,“ habe ich gedacht. Merkwürdigerweise habe ich das noch im gleichen Moment mit der Prüfung in Zusammenhang gebracht. Mein Gedanke: "Die haben einen toten Vogel eingenommen."
- eine Supervisorin berichtet anschließend: In den 4 Wochen nach der Mitteleinnahme habe ich auf fast jeder Autofahrt auf Landstraßen und Autobahnen tote Tiere am Straßenrand oder auf der Fahrbahn liegen sehen.(Das fand ich so auffällig, daß ich sogar Freunde gefragt habe, wie oft sie selbst solche Begegnungen haben.) Ich befand mich übrigens bei diesen Erlebnissen stets innerhalb meines Autos, fast so wie in einem geschützten Raum. Das war mir auch ganz recht, weil ich ja von eurer Prüfung einen gewissen Abstand halten wollte. Diesen Abstand habe ich auch einige Male während des Homöopathieunterrichts wahrgenommen. Einige Male habe ich innerlich schon ziemlich über die Prüfungsteilnehmer lachen müssen, z.B. über (Name) Verwirrung oder die ständigen Missverständnisse bzgl. der Prüfung oder bestimmten Terminen.

Nachbesprechung: Am Vormittag der Nachbesprechung zur Arzneimittelprüfung (4.9.04) steht der hintere Raum des Schulgebäudes, in dem das Treffen stattfindet, unter Wasser, weil die Heizung übergelaufen ist und das Sicherheitsventil statt in den Ausguß ins Zimmer leitete. (siehe Traum #7) 4.)

Träume

- #1) 1. Traum : sehr undeutlich. Habe irgendwas mit Lehrerin geträumt. Dies hatte eine hohe Leichtigkeit, weil mich keiner überprüfte. Mehr weiß ich nicht. Schade.
- #1) 2. Traum: Ich war ganz alleine bei (unserem Regisseur) morgens und er beobachtete, wie ich spielte. Alle anderen schliefen noch. Die anderen waren aber nicht die anderen Schauspieler sondern meine Geschwister. Ich fühlte mich sehr gut. Ich hatte zur dritten Stunde Schule. Dachte, ich wäre zu spät, dachte es wäre schon 9 Uhr und ich müßte schnell zur S-Bahn. Dann merkte ich aber, daß es erst sieben Uhr war. (Frau) von der Schauspielgruppe brachte mich dann nach (Ort) zur Schule. Ich liebte (den Ort).
- #1) 6.: Die Träume haben eine hohe Leichtigkeit, sie verflüchtigen sich sofort beim Aufwachen.
- #2) 6.: Ein Terrorist versteckt in den Kanalisationsschächten einer Großstadt Behälter mit einem ätzenden Gas. Diese Behälter werden nach einiger Zeit von dem Gas zersetzt und fangen nun an, die unterirdisch verlegten Leitungen ebenfalls zu zersetzen. Daraufhin kommt es in der Stadt zu Stromausfällen und Explosionen. Ich selbst kann die ganze Zeit über alles beobachten aber nicht eingreifen. Während der ganzen Zeit sehe ich aber keine anderen Menschen sondern nur Häuser, in denen das Licht ausgeht oder die durch die Explosionen einstürzen.
- #3) 1. 7 Uhr: Ein Traumbild beim Erwachen:
Eine Schneelandschaft, ich will dort zelten. Es ist alles total zugeschnitten und für diese Jahreszeit ist es viel zu kalt. Versuche trotzdem, das Zelt dort aufzustellen.
- #3) 2. 7 Uhr: Ich fahre mit meinem Bruder in einem Auto durch die Stadt. Ich habe einen Termin bei meiner Osteopathin. Es ist Stau und wir werden zu spät kommen, was mich ungehalten macht. Wir sind dann eine viertel Stunde zu spät. Die O. ist selber verspätet und sagt sie sei so müde und gleich käme ja noch „Herbert Wehner“ zur Behandlung. Ich lasse mich auf ein lasche Behandlung ein und am Ende verabschiede ich mit einer sehr klaren Trennung: Sie solle bitte meine Karteikarte vernichten, denn ich würde nie wieder zu ihr kommen. Dann habe sie vielleicht wieder mehr Platz für die anderen Patienten.
- #3) 4. 7 Uhr: Traum (in der Aufwachphase, nachdem der Wecker schon geklingelt hatte):
Ich habe mit (Name) eine große Praxis eingerichtet. Er hat ein kleineres, ich ein größeres Zimmer darin. Es klingelt ein Telefon vor seiner Tür. Ich denke es könnte ja auch für mich sein und gehe an den Apparat. Dran ist eine Patientin von ihm. Ich gehe zu ihm, er ist aber total kühl und abweisend und hat keine Lust mit ihr zu sprechen. Ich solle sagen, er sei in einer Besprechung.
Er sieht ganz anders aus als normal (rote Haare, fürchterliche Frisur, hässlich und abweisend). Ich gehe zu der Patientin und verträste sie mit dieser Ausrede. Ich fühle mich aber total unwohl und abserviert und finde sein Verhalten unmöglich. Ich werde ihn zur Rede stellen. Ich sage ihm meine Meinung. Jedoch in seinem Zimmer werden wir dabei aber immer wieder gestört durch Handwerker. Ich bitte ihn in mein Zimmer. Doch auch hier sind ungebetene Gäste. Dann sehe ich, daß mein Telefon die ganze Zeit den Hörer daneben liegen hat, was mir sehr unangenehm ist. Es ist ein sehr altes, nostalgisches Plastiktelefon. Mit dem lauten Besetztton werde ich wie durch einen Schreck wach (ich habe verschlafen!!).
- #3) 6. 8 Uhr: Traum (ein mir von früher sehr bekannter Inhalt)
Ich befinde mich in einem sehr futuristischen Bürogebäude. Plötzlich wird klar, es gibt einen Angriff mit Atombomben. Dann kommt ein Flieger und wirft auch eine Bombe ab, die aber zeitverzögert zünden wird. Ich versuche mich zu verstecken, aber ich weiß auch, es wird keinen Sinn machen. Also lege ich mich in eine Ecke und erwarte die Erfüllung meines Schicksals. Plötzlich vibriert die Decke, alles deformiert sich, aber es kommt nicht zu einer wahren Explosion. Ich fliehe dann doch aus dem Gebäude und befinde mich nun in einem Schwimmbad. Hier springe ich ins Wasser, das Bad ist aber sehr voll und

- niemand scheint mit einem Problem zu rechnen. In der Badehose hatte ich mein Handy, es war nass und nun geht es nicht mehr. Ich baue es auseinander. Dann laufe ich nach draußen und dort ist ein sehr düsterer, verhangener Himmel. Alles spielt in einem Industriegebiet. Dann erwache ich.
- #3) 8. 8 Uhr: Traum: Ich befinde mich auf der Flucht. Es ist eine ländliche Gegend mit saftigen Wiesen, aber auch schroffen Felsen. Ich bin in Schottland. Dann komme ich in eine Art Höhle aus Tuffstein. Hier muss ich mich retten vor den Verfolgern (an deren Gestalt ich mit nicht mehr erinnern kann), indem ich in die Tiefe springe. Ich springe und fliege so tief wie ich es noch nie getan habe. Der Flug geht tiefer und tiefer und will gar nicht enden. Ich fliege vorbei an vielen verschiedenen Etagen. Hierdurch kann ich die Verfolger erst einmal abhängen. Doch dann lande ich sanft auf dem Boden und von hier aus geht die Flucht weiter auf einem reißenden Fluss. Ich schwimme durch diesen heftigen Strom und bemerke am Ende es ist der Rhein (wie ich ihn so gar nicht kenne). Dann bin ich irgendwann auf der Suche nach einem Bahnhof, um von dort mit dem Zug wegzufahren (Neuwied oder Andernach).
- #3) 9. 8 Uhr: Traum: Wiederum ein Traum vom Fliegen. Diesmal bin ich auch wieder auf der Flucht und zwar in Kanada. Ich erinnere mich noch daran, daß ich ein sehr steil abfallendes Tal hinunter fliege. Ich schwebe über Baumspitzen, die enorm hoch sein müssen. Diese Perspektive ist mir völlig unbekannt. Ein so sattes Grün, diese Perspektiven, absolut beeindruckend. Leider fehlt mir zu dem Rest die Erinnerung beim Erwachen.
- #3)10.13 Uhr: Beim Telefonat mit meiner Supervisorin fällt mir noch eine Traumszene der Nacht ein. „Ein Mann sagte zu mir, er habe nun auch herausbekommen, welche Arznei wir gerade prüfen. Er könne mir diese auch nennen. Woraufhin ich vehement sage, er solle es für sich behalten, es sei ja noch viel zu früh dafür“. (Beim Erwachen dachte ich: Schade, hätte mich doch interessiert).
- #3)13. 9 Uhr: Ein Traum mit nur sehr vagen Erinnerungen. Auch in dieser Nacht bin ich wieder „geflogen“. Das war jedenfalls mein Gefühl am Morgen beim Erwachen.
- #3)18. 17 Uhr: Es fällt mir weiterhin schwer den Kontakt zur Prüfung zu behalten. Der Traumfaden ist irgendwie abgerissen. Heute am Feiertag habe ich sehr kreativ arbeiten können und ich hatte die Prüfung eigentlich gar nicht mehr im Sinn. - Erst beim Joggen sprang sie mich wieder an. Denn plötzlich wurde ich aus dem meditativen Lauf bei strömendem Regen wieder durch ein Rascheln im Gebüsch aufmerksam. Wieder dieses Gefühl da ist ein großes Tier im Wald und wenn ich versuche es zu sehen, ist nichts zu finden.
- #3) 26.: Traum: Ich habe mein Auto an einer Tankstelle geparkt um dort auf eine Party zu gehen. Als ich dann spät in der Nacht zu meinem Auto gehe, ist dieses aufgebrochen worden, alles zerstört und mein Computer, den ich in der Tasche im Kofferraum versteckt hatte, ist zerstört worden. Ich rufe die Polizei, dann kommen Freunde, ich bin völlig verzweifelt.
- #4) 4.: Träume: unerinnerlich, aber viel geträumt, wie gearbeitet, Kopf erschöpft
- #4) 5.: In der Nacht vom 25. um 2 Uhr aufgewacht durch Hardcore Traum: Angstverfolgungstraum...Gefahr durch jemand hinter Dorfbewohnern her, führte dazu, daß ständig Menschenpakete verschnürt über die Brüstung geworfen wurden, zwischendrin Campari Orange und andere Mixgetränke im Traum (s. schwere Entscheidung in Eisdielen mit Erdbeerbecher am Nachmittag) wollte aufwachen, starke Übelkeit, Augen brennen, alles trocken, Fenster geöffnet, Wasser getrunken, Angstgefühl rechte ganze Seite vom Herz durch Magen bis Mäse, muß tief durchatmen, Herzklopfen, Schweiß am Rücken (alles bewusst und klar, distanziert, tolle Frau Holle weil aufgerafft und „Dienst an der Menschheit“); mit diffusem Gefühl das vorher im Kopf jetzt im ganzen Körper ... wie zerschlagen der ganze Körper, Bauch, Herz, Harnorgane und Beine, Kopf und Hände sind klar. (Nachwirkung von nur 3 Kölsch???)
- #5) -8: Habe geträumt: bin auf einer katholischen, türkischen Kommunion gewesen (mehr weiß ich nicht).
Supervis: Tr.: katholisch- türkische Hochzeit – nichts paßte.
- #6) Supervis.: 8.: AMP-Prüfung geträumt: ist mit allen zusammen im Raum. Alles etwas wirr und es kommt raus, welches Mittel geprüft wurde. Es ist das menschliche Blut in wässriger Lösung.

- #7) -1.: Traum: Ich werde von einem widerlichen kleinen Hund verfolgt (Dackel) und ich habe ihm daraufhin ein Ohr abgebissen. Das finde ich so ekelhaft, daß ich angeekelt aufwache.
- #7) 1.: Traum: Von unserem NLP Wochenende. Ich habe mich mit einer Bekannten gestritten, die einen Sohn hat, dessen soziales Verhalten ich unmöglich fand (das war auch im wirklichen Seminar so. Dort habe ich sein Verhalten versucht zu ignorieren und habe nichts gesagt). Im Traum nun habe dieser Mutter richtig meine Meinung gesagt, sie angeschrieen!!! (sonst nicht meine Art). Meine Bekannte blieb bei ihrer Meinung „ das sei doch nicht schlimm“ und ich blieb beharrlich bei meiner Meinung. Dabei ging es mir gut.
- #7) 3.: Letzte Nacht: Mit meinem Partner mache ich Urlaub, dort taucht ein Mann auf. Er ist mir unsympathisch, er ist dick und feist. Ich will mir den von der Pelle halten. Er macht mir keine Angst, er ist einfach nur unangenehm. (ich weiß es auch nicht mehr genau). Auf jeden Fall bringe ich ihn um (wie kann ich nicht mehr sagen). Ich mache mir viele Gedanken wie ich den Leichnam entsorgen kann, wo es am wenigsten auffällt. Ich rufe meinen Mann an, unterrichte ihn nüchtern von meinem Plan und entsorge die Leiche in einer gelben Plastiktüte, die schwerelos leicht ist. Das wundert mich... als ich den Deckel einer Mülltonne öffnen will, werde ich wach.
- #7) 3.: Nächster Traum: Ich treffe eine frühere Freundin wieder, zu der ich heute keinen Kontakt mehr habe. Sie erzählt mir, daß sie sich hätte liften lassen und nun aussehe als wäre sie 25. Das fand ich nun überhaupt nicht und habe meine Meinung in barscher Art ihr gegenüber und ein paar Freundinnen gegenüber kundgetan. Besser gesagt: Ich habe ordentlich gelästert. Das Thema „Falten“ kehrt in meinem Leben immer mal wieder auf und hat wohl was mit meinem zyklischen Thema älter werden, Abschied, Tod zu tun.
- #7) 4.: Traum: Ich besuche das neue Haus von (Supervisor). Alle Räume sind sehr groß und mit Laminat belegt. Das wundert mich. Als ich wieder raus gehe, sehe ich enorm viel Wasser, das aus der Haustür rausschwemmt und das ganze Kellergeschoß wasserfallartig umschwemmt. Außerdem entdecke ich einen Bach, der um das Haus zu fließen scheint. Ich mache (Supervisor)s Frau darauf aufmerksam, die gerade in der Haustür steht, daß wohl enorm viel Wasser im Keller sei. Sie sagte, das wäre aber ganz normal. Erschrocken wache ich auf.
- #7) 5.: Leider weiß ich von diesem Traum nicht mehr viel. Ich war mit einem Mann kriminell unterwegs, d.h. wir haben krumme Dinge gedreht in Sachen Wirtschaftskriminalität. Diesen Mann kannte ich auch nicht, er sah nur gut aus. Später waren wir auf der Flucht. Das hat mir Druck und Streß gemacht. Deshalb erinnere ich mich wohl auch nicht an diesen Traum, weil er kein gutes Gefühl hinterlassen hatte.
- #7) 8.: Grundsätzlich muss ich sagen, daß ich sonst nie so stark träume.
- #7) 8.: Ich träume von den Homöopathieausbildung. Zwei Homöopathinnen sind völlig penetrant, reden dauernd auf mich ein, üben Druck aus und wollen sich beide mit mir zur gleichen Zeit treffen. Bei einer grauhaarigen, bezopften Damen platzt mir der Kragen. Ich schreie sie an, daß ich das nicht mit mir machen lasse.
- #7) 10.: Ich träume wieder von der Homöopathieausbildung, die in Indien stattfindet. Alle Teilnehmer sind Esoteriker. Es gibt mehrere Vorträge von indischen Gurus. Ich komme wieder in Termindruck. Besuche Vorträge, breche sie wieder ab, renne hin und her, bin enorm unter Druck. Insgesamt gebe ich kein gutes Bild ab. (Homöopathin) macht sich eifrig Notizen über mich und am Ende steht (Homöopath) in meinem Wohnzimmer, um mit mir zu sprechen. Ausgerechnet jetzt klingelt meine Mutter an der Tür. Sie steht da einfach, sagt kein Wort. Ich stelle sie ihm vor und hoffe, daß sie nun geht. Sie bleibt jedoch. Ich werde wach.
- #7) 12.: Alptraum: Ich muß am Herzen operiert werden. Meine obere und untere Hohlvene haben Löcher. Ärzte raten mir zu einem schnellen Eingriff: OP, Intensivstation in Leverkusen. Während des Traumes bin ich mit den Vorbereitungen beschäftigt, bekomme die Sorge mit die sich z.B. meine Mutter über mich macht. Ich selber bin völlig aufgelöst und entsetzt. Zu guter Letzt beschließe ich, Astakow (meinen energetischen Seher) noch mal zu fragen, da er bisher nie irgendwelche Löcher in meinem Herzen gesehen hatte. Dann kommt der zweite Traum:
Szene in der Kirche: Ich muß Weihnachtsbäume besorgen als Dekor für ein Konzert. Alles klappt mit Streß auf den letzten Drücker. Schließlich muß ich die Arien auch noch

- selber singen und mich in lächerlicher Pose vor einem Mann niederknien. Jetzt reicht es mir. Ich schreie den Regisseur an, daß ich das nicht mit mir machen lasse.
- #7) 13.: Traum: Ich träume von einem Exfreund. Im Traum war er arbeitslos, ein Glücksspieler, völlig heruntergekommen, er trank und zog wieder bei seinen Eltern sein. Ich war heil froh, nicht mehr mit ihm zusammen zu sein und trotzdem hatte er eine gewisse Anziehungskraft.
- #7) 14.: Traum: Ich träume, daß ich im Krankenhaus nicht mehr arbeiten will und das auch dem Team deutlich sage, habe die angeschrien. Genaue Details weiß ich nicht mehr, nur daß es eine ganz wichtige Entscheidung war.
- #7) 22.: Ich träume von meinem letzten Arbeitgeber: dem Krankenhaus. Diesmal war ich jedoch nicht da angestellt, sondern privat unterwegs. Ganz klar habe ich deutlich gemacht, daß ich zu diesem Verein nicht mehr gehöre.
- #7) 24.: Traum: Ich träume von meinem kleinen Zimmer im Schwesternwohnheim, indem ich mal vor langer Zeit lebte. Mir fällt in meinem Traum ein, das ich ja noch ein Zimmer im Schwesternwohnheim habe. Ich fahre dort hin und mich trifft der Schlag. Alles ist total dreckig. Kippen liegen rum, Essensreste, alles völlig verwahrlost. Ich fange an alles aufzuräumen und auf den Sperrmüll zu tragen. Während dessen überlege ich das ich ja jetzt mit (Kind) gar nicht mehr im Wohnheim leben kann, obwohl ich hier bestimmt zum Lernen meine Ruhe hätte. Aber dazu komme ich ja nicht, da ich noch soviel putzen muß. Es ist wohl das Beste, nun doch mal dieses Zimmer zu kündigen.
- #8) 1.: Traum: Ich habe ein Stück Sternenhimmel-Karte bekommen und soll Sterne, die neu dazu gekommen sind, eintragen.
- #8) 2.: Traum: Ich fahre mit einem Zug. Gleichzeitig im Traum: Ich muß am 24-ten einen Termin für meinen Chef wahrnehmen. Der Chef kommt aber noch vorher von seiner Dienstreise zurück und kann seinen Termin selbst wahrnehmen. Ich erkläre ihm, wo was ist, was zu beachten ist etc. (Diesen Chef hatte ich wirklich).
- #8) 3.: Traum: Mein früherer Geschäftspartner und Arbeitgeber besucht mich. Eine Frau ist noch dabei. Wir bringen ihn zur S-Bahn. Ich frage ihn, ob er noch meine Praxis sehen will. Wir kommen zur Praxis. Dort sind einige Leute, die draußen warten. Sie nehmen Visitenkarten von mir mit etc. Es ist 17.10 Uhr und ich erinnere mich, daß ich einen Termin mit einer jungen Patientin hatte. Ist sie noch da?
- #8) 5.: Träume: 1. Ein Abschnitt. Ich bin im Hause meiner Eltern. Mein Vater (1998 gestorben) und meine Mutter sind dabei. – 2. Abschnitt. Eine Gruppe von Leuten (meine engeren Bekannten) sind unterwegs. Wir machen eine Pause in einem einfachen Lokal. Ich weiß, daß ich in meiner Geldbörse nur 20 € habe. Ich frage den Wirt, ob er uns ein Paar Scheiben Käse und einfachen Schinken geben kann. Er bringt aber eine riesige Platte und zeigt uns noch einen tollen Salat. Ich sage dann, wenn die Leute so viel haben wollen, sollen sie sich am Bezahlen mit beteiligen, da mein Geld nicht reicht.
- #8) 8.: Traum: Wir ziehen in eine Wohnung ein, in der wir schon zwischen 1994 und 1998 gewohnt haben. Die Wohnung im Traum sieht aber anders aus. Zwei Stockwerke wie in der echten Wohnung, aber die Räume sehen anders aus mit Möbeln von der Vorbesitzerin.
- #8) 15.: Traum: Wieder eine Reise in die Vergangenheit. Meine kleine Tochter (2 – 3 Jahre alt) und ich fahren mit der Straßenbahn und suchen uns einen Platz.
- #8) 16.: Traum: Wieder Träume aus der Vergangenheit und Reisen. Ich bin im Haus meiner Eltern, sehe meinen Vater. Ich packe meine Sachen, weil ich zum Zug muß.
- #9) 3.: Traum: Ich habe ein uraltes Motorrad 2-takter, vielleicht eine Enfieldt mit der ich durch die Landschaft tuckere mit viel Spaß, ich komme in eine Anhörung/Gerichtsverhandlung hinein, ich sehe was merkwürdig aus mit meinen Klamotten, es geht um eine Hausbesetzung, um Moral und Gerechtigkeit
- #9) 4.: Leichter unerquicklicher Schlaf, viel geschwitzt mit vielen anstrengenden Träumen, alles war irgendwie kompliziert und verwinkelt, verschachtelt, habe geträumt, mich in eine Frau zu verlieben - aber alles sehr schwierig (in Poona). Jetzt bin ich immer noch müde und schlapp und heilfroh nicht arbeiten zu müssen.
- #9) Supervis. 4.: Anstrengende Nacht, anstrengende Träume: Im Traum verliebt in Frau, in Poona, sehr kompliziert: die wollte nicht, andere sagten, geht nicht. Sie ist verwundert, das hatte mit Moral zu tun: Widerstände innen und außen dagegen. Kennt von früher,

- war mit Frauen zusammen, als 16, 17 Jahre alt war, war schwierig. Moralthema seit Einnahme, sonst nicht so. Gestern, vorgestern, auch Träume mit Moral.
- #9) 5.: Traum: Ich bin im Himalaya und es geht darum einen Trek vorzubereiten, die Route und die Teilnehmer sind noch unklar, es ist eine Phase der Vorentscheidung. 2 Katzen die recht heruntergekommen sind finden zu uns und ich versuche herauszubekommen, was die denn so fressen und brauchen um wieder fit zu werden, weil ich die beiden auf den Trek mitnehmen möchte, was auf einiges Unverständnis meiner Mitwanderer stößt - aber ich lasse mich nicht von meinen Plänen abbringen und experimentiere mit Haferflockenpfannkuchen, die lange haltbar sind für die Katzen.
- #9) 8.: Traum: Ich habe Haare im Gesicht (Bart) und an den Beinen, die so dicht und lang sind und superschnell nachwachsen, so daß ich sie mit der Schere und anderen Instrumenten nicht im Zaum halten kann – das Animalische bricht durch.
– toller Traum finde ich, lang und gut geschlafen.
- #9) 9: Traum: habe Hobbit-Hände und –Füße
- #9) 11.: Traum: Ich sollte heiraten, aber habe dann im Verlauf des Traumes nicht den Mann geheiratet, den ich dachte, sondern einen anderen, der war behindert, im Rollstuhl. Ich war erst sehr verwundert - aber habe dann gemerkt daß ich ihn mehr liebe als den anderen. Großes Verwunderungsgefühl im Traum, ein neues unbekanntes Element ist in mein Leben gekommen.
- #9) 13.: Träume von Büffets auf Schiffen. Essen und merkwürdige Gegenstände werden von Boot zu Boot gebracht. Einlaßkontrolle mit Codewort irgendwas geheimisvoll wie Schmugglerware oder so
- #9) 16.: Traum: Ich bin in einem alchemistischen Prozeß, mir ist kalt, nur noch Kälte in mir und um mich herum, dann erscheint eine Blume und ich soll eine Verbindung finden zwischen der Blume und der Kälte - und dann: zong - die Erkenntnis: eine Eisblume; und ich falte mich auf wie beim Ikebana wie ein Blatt Papier zu einem tollen Eisblumengebilde, nichts hat sich verändert, nur die Perspektive, die Entfaltung hat sich von innen nach außen gekehrt - halt genauso wie in dieser Papierfaltkunst - ich bin jetzt eine Aufgefaltete und mein rechter dicker Zehennagel ist abgefallen, fällt ab in einem schmerzlosen Abschleiferungsprozeß, sehr mysteriös langsam.
Frage mich langsam, was für ein Mittel wir wohl bekommen haben.
- #9) 19.: Traum: Bin mit einer Reisegruppe unterwegs, die durch ein Gebirge wandern. Abends schlafen wir in Höhlen, ich bin außen vor und fühle mich nicht als akzeptiertes Mitglied der Gruppe, weil abends keiner zu mir kommt, um auch in meiner Höhlennische zu schlafen, traue mich aber auch nicht zu den anderen. Bin traurig und fühle mich verlassen und finde mich mit der Situation ab - aber bin dann doch total froh und erleichtert, als mich Premendra fragt, ob er die Nacht mit mir in meiner Höhle verbringen darf (den fand ich sowieso am allernettesten von der ganzen Truppe).
- #9) 26.: Traum: Meine Krampfadern in den Beinen werden gestrippt, lange weiße Krampfadern werden herausgezogen, ich fühle mich erleichtert.
- #9) 27.: Sissi (Katze) geht an die Leine, versuche ihr das übers Träumen nahezubringen.
- #10) 1.: Traum: Ich gehe mit meinem Mann durch eine unbekannte Stadt, sie liegt an einem riesigen Fluß. An jeder Ecke werden Kranke behandelt, z.B. mit Wasserguß. Wasser wird ihnen über den Kopf gegossen. Wir übernachteten in einer offenen Gondel (Seilbahngondel) und haben eine Plane provisorisch über uns befestigt. Es kommt ein schwerer Sturm und wir schaukeln hin und her und die Plane verrutscht ständig und wir werden naß. Wir kämpfen mit der Plane. Plötzlich liegt auf den Bergen alles voll Schnee, und wir müssen jetzt irgendwie den Hang herunter kommen. Es ist sehr beschwerlich aber wir schaffen es.
- #10) 3.: Traum: beim Schwimmen. Eine breite Straße ist voll Wasser. Menschen laufen wie am Strand in die Wellen. Ich kenne die Leute. Ich habe einen Badeanzug an, der mir ständig verrutscht. Mir begegnen Leute, die mit mir ein Gespräch anfangen wollen, sie reden von ihrer Krankheit. Einer redet von seiner Bindehautentzündung und schmiert sich kräftig die Augen mit einer Creme ein. Ein Verkäufer vom Küchenfachgeschäft (gestern wollte er uns eine Küche verkaufen) fängt ungefragt an, mir seine ganze Lebensgeschichte und seine Psycho-Symptome zu erklären. Und ich bin nur mit meinem Badeanzug beschäftigt, daß auch ja nichts verrutscht.

- #10) 6.: Traum: von früher, von meinem Heimatort, Jahrmarkt, von meiner Oma, von Leuten aus meinem Heimatort, alte Geschichten.
- #10) 7.: Traum: Prozession, Papst, viele Leute laufen ihm hinterher, mit einer irren Geschwindigkeit, ich komme kaum hinterher. Ich trage das Kreuz und versuche ständig, den Anschluß nicht zu verpassen. Dann wird mir das zu doof, ich bleibe einfach stehen. Ich habe das Kreuz noch in der Hand und denke: „ich mach das jetzt selber“. Und ich gehe in eine andere Richtung davon. Während der ganzen Zeit war jemand bei mir, und ich hatte das warme und schöne Gefühl, daß ich nicht alleine war.
- #10) 8.: Traum: Bundeswehrmanöver, Amerika. Übung. Flugzeuge. Ich bin mit meiner Familie (Mann, Kinder, Mutter) in dieses Manöver geraten. Bomben sind gefallen. Wir sind abwechselnd im Bus gefahren und haben uns in Räumen mit schweren Eisentüren versteckt. Wir wurden immer weiter gehetzt und waren plötzlich in Amerika. Es waren immer Bundeswehrsoldaten für uns da, die uns beschützt haben. Dann merkte ich, daß eine Verschwörung im Gange war. Es ging um ein Attentat. Auf unserem Trip sah ich zwei Frauen, die mich ansprachen und uns davor warnten am Sonntag ins Flugzeug zu steigen, es soll ein Attentat geplant sein. Am 10.11. Hektik ist ausgebrochen. – Während dieses Traumes habe ich ständig versucht meine Leute zusammenzuhalten. Es war in diesem Chaos kaum möglich zusammenzubleiben, aber irgendwie habe ich es immer geschafft, meine Leute zusammenzuhalten.
- #10) 9.: Habe ein Bild vor meinen Augen: Maden durchstoßen die Haut von innen nach außen.
- #10) 10.: Bild: Wurm kriecht durch die Haut wie durch einen Käse.
- #10) 11.: Traum: Bedrohlich. Straßenbahn. Durch die Stadt eilen weil ich dauernd etwas vergessen habe. Schlägertruppe. Gefahr durch Straßenbahnen. Offene Straßenbahnen, beim Bergrunterfahren muß man sich festhalten, um nicht aus dem Sitz zu rutschen. Ich gehe mit meiner Oma durch die Stadt. Sie ist nicht mehr gut zu Fuß, droht immer zusammenzubrechen. Überall Schienen. Ich lenke sie durch die Stadt. Wir müssen uns beeilen.
- #10) 13.: Traum: Ein Kind aus der Schulklasse meiner Tochter ist tödlich verunglückt, ich kam zu spät und konnte nicht mehr helfen.
- #10) 14.: Ich habe fast 12h geschlafen und einen schlimmen Albtraum gehabt: Habe geträumt, ich sei eingeschlafen, hatte dann einen Traum, daß ich eingeschlafen sei – ein Traum im Traum des Traumes. Es war ganz schwer da wieder rauszukommen, ich habe mich abmühen müssen um wachzuwerden. Und dann war es ja wieder ein Traum. Ich bin einfach nicht mehr rausgekommen.
Im Traum war die Wirklichkeit ganz schief, verzogen, verzerrt.
Im Traum ging es um meine Familie (Eltern, Oma).
Ich bin dann doch wachgeworden, und im Raum war es sehr stickig, obwohl das Fenster gekippt war, ich hatte das Gefühl nicht genug Luft zu bekommen. Als ich dann gerade wieder eingeschlafen war, hat das Telefon geklingelt (0:00) und da hab ich mich total erschrocken. Es war aber niemand dran.
Im letzten Jahr kam es häufiger vor, daß meine Mutter wegen ihrer Krankheit nachts angerufen hat. Das hat mich jedes Mal total erschrocken.
Diese Nacht war für mich der absolute Albtraum – „ich muß zur Familienaufstellung“ habe ich beschlossen.

Allgemeines

Verl./Abn.

- #1) 1.3.: Große Lust auf Salat und Erdbeeren, aß es mit Genuß.
- #1) 2.5: Habe Eis gegessen. (Esse normalerweise nicht gerne Süßes, weil ich dann meist nicht mehr aufhören kann und nicht so dick werden will).
- #2) 0.x.: Ich habe starkes Verlangen nach Schokolade. Nachdem ich zwei Riegel gegessen habe, sind die Kopfschmerzen deutlich besser und der Druck auf die Augen fast verschwunden.
- #3) 0.: Ich habe den ganzen Tag nur essen können, nur Junkfood, irgendwie als hätte ich nur das Bedürfnis mich abzufüllen um danach runterzukommen.

- #4) 0.: In den Tagen vor der Prüfung viel Lust auf Alkohol, Weizenbier, kalt sprudelnde Getränke, heute aber großes Verlangen nach warmen Getränken (heißer Kakao, heißer Tee).
- #7) 5.: In den letzten Tagen ist mir aufgefallen, daß ich mir gerne was gönne und gerne Süßes essen (in meinem Fall Kuchen).
- #8) 3.: Trockenheit am Gaumen und Rachen. Verlangen nach etwas Saftigen, z. B. Äpfel.
- #10) 3.: Heißhunger auf weiße Schokolade.
- #10) 4.: Ekel mich beim Kochen sehr stark vor dem Fett. Habe kaum Appetit.
- #10) 6.: Hunger auf Schinken, geräuchert.
- #10) 4.: Mund trocken, pappig, Durst.
- #10) 9.: Nicht mehr so trocken wie sonst, wieder mehr Durst auf Wasser, Lippen nicht mehr trocken.
- #10) 10.: wieder viel mehr Durst (Wasser, Tee, Limo).
- #10) Supervis. 12.: Schokoladenkekse Verlangen.

kalt/warm

- #2) 7.: Nachdem ich etwas Warmes getrunken habe, verschwinden das Jucken und das Reibungsgefühl im Hals ist deutlich weniger.
- #3) 1. 13 Uhr: Habe sehr viel gefroren, mache die Heizung an.
- #3) 2. 19 Uhr: Habe heute Morgen wieder ziemlich viel gefroren.
- #3) 4. 20 Uhr: Daraufhin nehme ich ein Bad, denn ich habe den ganzen Tag schon wieder so gefroren.
- #3) 5. 13 Uhr: Ich friere schon wieder so extrem. Über einen Wollpulli ziehe ich dann noch meine Wollstrickjacke. Heute ist ein sonniger und schöner Tag. Die Patienten kommen meist im T-Shirt zu mir. Sieht sicherlich ein bisschen komisch aus, wie ich so dasitze.
- #4) 0.: Ca. 23.30 ins Bett mit Wärmflasche
- #4) 15.: fröstelig
- #5) 1. 21 Uhr: mir ist kalt, bin müde.
- #7) 0.3.: Ab 12 Uhr bekomme ich Schnupfen, Nase läuft ständig, Sekret klar und flüssig, mein Gaumen juckt. Ich habe kalte Füße. Ich friere.
- #7) 18.: Es ist sehr warm draußen. Trotzdem leide ich nicht (sonst machen mir Hitze und Schwüle zu schaffen).
- #8) 10. 21 Uhr: Frieren mehr als gewöhnlich.
- #10) 11.: Heute ist ein eher kühler Tag. Ich habe ein Unterhemd an und eine Jeans und mir ist immer noch viel zu warm. Ich reiße dauernd das Fenster auf und stelle mich schon mal in den Garten in den kühlen Wind. Ich habe das Gefühl sonst zu ersticken. Die Haut ist eher kühl. Kann keine Kleidung an Armen, Brust und Hals ertragen.

Modalitäten

- #2) 5.: Plötzlich beginnt ein Brennen und Jucken in beiden Augen. Das Brennen verschlimmert sich noch, als ich anfangen zu reiben.
- #2) 7.: Nachdem ich etwas Warmes getrunken habe, verschwinden das Jucken und das Reibungsgefühl im Hals ist deutlich weniger.
- #4) 1.: Rechtes Auge juckt und sticht außen oben, morgens ca 10 Uhr. Kälte und Reiben bessern.
- #4) 6.: Hinterkopf v.a. am Computer und Stirnhöhlen dicht, leichter Schwindel, kalte Hände am Hinterkopf bessern.
- #4) 6.: Auf dem Motorrad waren alle Beschwerden (Kopfschmerzen, Halsschmerzen, grippiges Gefühl) besser außer der Nase.
- #4) 8.: kleiner Mittagsschlaf (15 Min) wirkt Wunder.
- #5) 4.: Nach viel Trinken (Wasser und Tee) wird der Miktionschmerz etwas besser.
- #6) 0.: Beim Trinken von Kaltem und Heißem ziehende Schmerzen zwischen den Backenzähnen oben links.
- #7) 0. 14 Uhr. Nach dem Mittagsschlaf fühle ich mich etwas besser.

- #7) 1.: Druck im Kopf-Stirnbereich. Schnupfen: Nase läuft, Sekret dicker, gelb. Zu meiner Freundin sage ich: „ich bin total benebelt“ ich fühle mich energielos, abgeschlagen. In Räumen <. An der frischen Luft >.
- #7) 3.: Am Nachmittag, nach einem kurzen Mittagsschlaf fühle ich mich energiegeladener.
- #8) 3.: Trockenheit am Gaumen und Rachen. > Kaltes Getränk (für eine kurze Zeit).
- #8) 13.: Brennender Schmerz an der Zungenspitze, < durch Fruchtsäure (Erdbeeren).
- #8) 24.: Brennender Schmerz am Grundgelenk des rechten Ringfingers auf der Seite der Handfläche. <Kälte, > Wärme. Ausstrahlung in die Handfläche.
- #8) 28.: Plötzlicher stechender Schmerz im rechten Kniegelenk Innenseite. <Gehen, Aufstehen, > Reiben.
- #8) 28.: Blaß roter Ausschlag. Brennend, nicht sehr juckend. < Kratzen.
- #8) 29.: Der Ausschlag am Hals ist noch da. Brennender Schmerz. < Durch Berührung der Kleidung.
- #9) 18.: Tagsüber beide Mandeln dick geschwollen, aber nicht hart sondern weich und schwammig, Schmerzen beim Leerschlucken, Engegefühl im Hals mit der Hitze anstrengend - am schlimmsten im heißen Auto, besser im Schatten in der Kühle der Wohnung, besser durch eisgekühlte Getränke und durch Essen. Schmerzen am stärksten beim Leerschlucken Angst zu ersticken und keine Luft mehr zu bekommen, besser in der Kühle des Abends.
- #9) 19.: dumpfe Schmerzempfindung, als ob mir was den Hals von innen zuschnürt. Eiskalte Getränke verbessern, heiße verschlimmern.
- #10) Supervis. 1. 18.30 Uhr: Kopfschmerzen: Augenbrauen, Schläfen, beide Seiten. Bedürfnis Augen zuzukneifen. Licht agg. Mußte sich hinlegen. 20.30 Uhr ins Bett, Ruhe war gut.
- #10) -10 bis +3 ständig: Mund trocken, pappig, trinken bessert nicht, Durst (kaltes Wasser oder kaltes Bier).
- #10) 3.: Kopfschmerzen abends linke Schläfe, mild, Bewegung des Kopfes agg, pocht dann.
- #10) 5.: verdrehtes Gefühl im rechten Knie, schlimmer als gestern, schlimmer beim Anwinkeln und beim Auftreten, besser bei Ruhe.

Energie

- #1) 2.23.: Bin müde. Kam kaum aus dem Bett hoch. Lege mich wieder hin, bin antriebslos.
- #2) 5.: Heute morgen sehr früh aufgewacht. Fühle mich aber trotzdem ausgeruht und habe Lust zu arbeiten.
- #3) 2.: Ansonsten bin ich sehr müde und erschöpft. Und wieder wie am ersten Tag der Einnahme sehr früh eingeschlafen (21 Uhr).
- #4) 1.: starkes Gähnen
- #4) 6.: Müde, erschöpft, grippig, fröstelig mit Gänsehaut, abends hibbelig sehr energiereich.
- #5) 1. 21 Uhr: mir ist kalt, bin müde.
- #7) 0. 14 Uhr. Druck im Stirnbereich. Mein Körper fühlt sich schwer an. Habe das Gefühl im Nebel zu stehen. Ich bin sehr müde und lege mich hin. Nach dem Mittagsschlaf fühle ich mich etwas besser und nehme die nächsten Globulis ein.
- #7) 1.: Ab mittags sind wir bei Freunden eingeladen, ich halte mich viel draußen auf. Bin guter Laune, unterhalte mich gut. Mein Partner bekam ab uns zu eine Gereiztheit meinerseits ab. Abends möchte ich nur auf dem Sofa liegen und in den Arm genommen werden. Ich fühle mich völlig energielos, müde und abgeschlagen. Ich habe Arbeit, meine nächsten drei Tage zu organisieren, im Chaosanfall von letzter Woche habe ich mir zu viel vorgenommen. Es folgen Telefonate. Ich versuche Termine zu verschieben. Ärgere mich über die Unflexibilität eines Mitmenschen, organisiere hier und da einen Babysitter und falle um 22 Uhr erschöpft ins Bett.
- #7) 3.: Am Nachmittag, nach einem kurzen Mittagsschlaf fühle ich mich energiegeladener. Ich hatte einen netten Flirt mit einem Mann gehabt und fahre beschwingt zur Heilpraktikerschule.
- #9) 8.: Abends und spät nachmittags - totales Geschlagenheitsgefühl, als ob ich eine friebrige Erkältung bekomme, alles tut weh, wie nach viel Sport - habe das Gefühl, als ob ich stark auf den Wetterwechsel reagiere, esse den ganzen Tag, immer noch Hunger, früh schlafen, weil ich sooo müde bin.
- #9) 9.: Traumreiche Nacht, fühle mich immer noch als wäre ich verhauen worden - alles ist steif und tut weh (die Muskeln).

- #9) 14.: War nach den Aufstehen total müde und zerschlagen, alles hat wehgetan und ich müde und erschöpft, keine Lust mich zu bewegen und Angst vor der Prüfung.
- #10) 4.: Es ist 10:00 Uhr morgens und ich bin sehr müde, als wenn es schon Abend wäre. Um 12:00 Uhr wieder sehr frisch, habe vieles zu Ende gebracht. Gut gelaunt. Sehr gelassen. Viel Energie. Kein Streit (schon seit mehreren Tagen sehr harmonisch, nicht reizbar).
- #10) 6.: bin sehr gut gelaunt, habe viel Energie, bin sehr geschäftig.

Empfindungen und Sonstiges

- #1) 3.5: Ich fühle mich wie Bluthochdruck. Habe ich auch: 165 zu 105 !!!!!!!! Kriege Panik.
- #1) Komm.: Als ich die Protokolle abschrieb, bekam ich hohen Blutdruck und Wut und wieder eine Zecke, die aber nicht abfiel. Die Zecke war am rechten Oberschenkel und ich bekam am linken Oberschenkel innen ein rot geflecktes Muster, was nach ner halben Stunde wegging.
- #4) 6.: Auf dem Motorrad waren alle Beschwerden (Kopfschmerzen, Halsschmerzen, grippiges Gefühl) besser außer der Nase.
- #6) 0.: Gefühl von gehetzt und getrieben sein, kann mir aber (wie auch vorher) dabei regelrecht zusehen. Nervosität steigt, komme mir vor wie bei einem Adrenalinschub (Puls, RR normal)
- #6) 0.19 Uhr: nehme meine Umgebung nicht richtig wahr, mir ist alles egal, fühle mich leer, finde die Worte nicht es aufzuschreiben, wie gelähmt, ca. 5 Minuten lang.
- #6) 0.: verschützte ständig Kaffee, andere bemerken das auch.
- #6) Supervis.: 0. 21.45 Uhr, linke Seite Hals und Gesicht jucken, wechselt auf der linken Seite die Stellen, kratzen. Oben auf rechtem Fuß hält Sekunden an wie mit feinen Nadeln, dann rechte Seite überall. Gefühl als ob das Taubheitsgefühl ihr nicht neu ist.
- #6) Supervis.: 0. 21.30 auf dem Sofa, Gefühl als würde ihr jemand den Kopf nach unten drücken, mit Schmerz im Nacken drückend, ziehend in Schultern und Rücken. 0.30 Stiche in den Beinen mal rechts oder links. Mal 2x re oder li., als wenn stumpfe Nadel reingeht, dann eingeschlafen.
- #6) Supervis.: 2.: Um 23 Uhr geht's los mit Juckreiz, fein, als ob Tierchen über linke Gesichtshälfte, Wange, Kinn, Ohrläppchen, Augenbraue krabbelt. Auf dem Schädel oben neben der Naht, Höhe Ohr, leichtes Kratzen, es hört auf (wie Läuse) wanderte langsam den Hals, Schultern, Oberarm und Rücken runter. Oberarm, Unterarm, kleine hellrote 1 Cent grosse Flecken, die obenauf trocken sind, heute morgen wieder weg. 23.30 auf rechte Seite weiter überall dann Trockenheit.
- #7) 5.: Ich fühle mich immer noch dicker als sonst. In den letzten Tagen ist mir aufgefallen, daß ich mir gerne was gönne und gerne Süßes essen (in meinem Fall Kuchen).
- #10) 9.: Habe ein Bild vor meinen Augen: Maden durchstoßen die Haut von innen nach außen.
- #10) 10.: Bild: Wurm kriecht durch die Haut wie durch einen Käse.
- #10) 11.: Ich reiße dauernd das Fenster auf und stelle mich schon mal in den Garten in den kühlen Wind. Ich habe das Gefühl sonst zu ersticken. Die Haut ist eher kühl. Kann keine Kleidung an Armen, Brust und Hals ertragen.

Schwindel

- #5) 0.1.: Zunge leicht geschwollen, Gefühl von leichtem Schwindel, Magendruck, dieser verschwindet immer wieder, leichte Übelkeit, Sodbrennen
- #8) 2.: 10.30 Uhr: Unsicheres Gefühl und Schwanken beim Gehen. Drehschwindel dabei.
11.45: Schwanken. Kann den Stuhl beim Hinsetzen mit Schwierigkeiten treffen, muß mich dabei am Tisch festhalten.
13.30: Schwanken beim Blicken nach unten, z. B. beim Schneiden von Gemüse. Wie benommen im Kopf, schusselig. Mache einen Fehler beim Rechnen.
13.40: Schwindel im Liegen auf dem Rücken. Unfähig dabei, den Kopf zur Seite zu drehen. Dabei wird der Drehschwindel verstärkt und die Übelkeit kommt hinzu. Bin gezwungen, die Yoga-Übungen abubrechen. Schwindel beim Blicken nach unten, z. B. beim Schreiben.
23.00: Gefühl vom Schweben auf dem Bett, als ob ich hoch gehoben werde. < auf dem Rücken, > auf der Seite liegend.

- #8) 3.: Unsicherheit, Schwanken. Das Gefühl, als ob ich beim Gehen vom Boden abgehoben werde. (Es bleibt den ganzen Tag mit unterschiedlicher Intensität)
- #8) 4.: Zwischendurch schwanken und Gangunsicherheit, Wesentlich weniger beeinträchtigend als am 2. Und 3. Tag der AMP. Im Sitzen: das Gefühl gehoben zu werden. Schwindel und Schwanken beim nach oben Blicken
- #8) 10.: Leichter Drehschwindel beim Blicken nach unten. Schweben.
- #8) 19.: Leichtes Schwanken und das Gefühl, gehoben zu werden, ist wieder gekommen.

Kopf und Gesicht

- #1) 4.: Etwas Haarausfall beim Kämmen. Meine Haare sind struppig strählig.
- #1) 6.: Meine Haare sind und bleiben struppig.
- #2) 0.: Kopfschmerz mit Zentrum in der Scheitelmitte der von dort aus in die Stirn ausstrahlt. Dabei Druck auf beiden Augen als würden sie nach außen gedrückt.
- #2) 0.: Ich habe starkes Verlangen nach Schokolade. Nachdem ich zwei Riegel gegessen habe, sind die Kopfschmerzen deutlich besser und der Druck auf die Augen fast verschwunden.
- #2) 0. u. 4.: Druckgefühl auf beiden Augen als würde man von oben auf die Oberlider und damit auf die Augäpfel drücken.
- #4) 2.: 18 Uhr Hämmern im Scheitelbein, leichter Schwindel, Gefühl wie Watte, leichter Augendruck, Übelkeit
- #4) 3.: Sehr starke Kopfschmerzen zwischen 18 und 22.30, wie Aspirin-Gefühl dann Traum. Supervis.: wieder Kopfschmerz ab 18:00 Uhr, Nacken und Hinterkopf, Bewegung agg., als hätte sie Aspirin genommen mit ungenügender Wirkung (Schmerz gedämpft, wie durch einen Schleier, Nerven gedämpft).
- #4) 4.: Wie gerädert aufgewacht mit leichtem Kopfschmerz, Tantra bessert Kopfschmerz.
- #4) 5.: Leichter Hinterkopfschmerz
- #4) 6.: Hinterkopf v.a. am Computer und Stirnhöhlen dicht, leichter Schwindel, kalte Hände am Hinterkopf bessern
- #4) 7.: Stärkere Kopfschmerzen 13 – 15 Uhr wieder am Hinterkopf.
- #6) 0. 19 Uhr: heißes Gesicht
- #7) -2.: Werde um 6 Uhr wach kann nicht mehrweilerschlafen, bin müde leichte Spannungskopfschmerzen. Druck im Stirnbereich bleibt über den ganzen Tag verteilt, er ist unangenehm, beeinträchtigt mich jedoch nicht weiter. Ich fühle mich angespannt. Erst abends verschwindet der Druck im Kopf.
- #7) 0. Gegen 18 Uhr nehmen Kopfschmerzen und Druck zu. Ich fühle mich als hätte ich ein Glas starken Rotwein getrunken (benebelt). Spuervis.: benebelt, als ob ihr jemand mit dem Hammer auf den Kopf gehauen hätte.
- #7) 1.: Druck im Kopf-Stirnbereich. Schnupfen: Nase läuft Sekret dicker, gelb. Zu meiner Freundin sage ich: „ich bin total benebelt“ ich fühle mich energielos, abgeschlagen. In Räumen <. An der frischen Luft >.
- #7) 2.: Besserung der Symptome, mein Kopf ist klarer, der Druck im Stirnbereich ist weg. Schnupfen wesentlich besser, Sekret wird klarer, nicht mehr so gelb. Das Gefühl der Benebelung , d.h. das Gefühl was ich gestern hatte: Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Druck im Kopf der sich nach unten ausbreitet, ist verschwunden.
- #7) 2.: Leider habe ich einen dicken Pickel am rechten unteren Kinnbereich (habe ich sonst nie). Zitat von Supervis.: Pickel riesig am rechten Kinn. Den wollte ich töten, ausgequetscht, jetzt habe ich eine riesige Beule.
- #7) 7.: Heute habe ich leicht Spannungskopfschmerzen oberhalb des Kopfes. Im Laufe des Tages verschwinden sie wieder. In dieser Häufigkeit treten leichte Kopfschmerzen bei mir nie auf.
- #7) 25.: Keine Symptome. Mein Heuschnupfen ist in diesem Jahr deutlich weniger. Keine Augensymptomatik, kein Kratzen im Hals, nur noch leichter, flüssiger, klarer Schnupfen.
- #8) 0.12.: Die Kopfhaut juckt.
- #8) 1.4.: Die Kopfhaut juckt.
- #9) 3.: Kopfschmerzen hinter re. Auge und re. Schläfe
- #9) 4.: Kopfschmerzen hinter re. Auge und re. Schläfe, zieht sich im Laufe des Tages zum re. Mastoid bis Abends die Schmerzen nachlassen, nur ab und zu (die Modalitäten kann ich

nicht erkennen) schießt ein Schmerz, wie ein Pfeil vom Hinterkopf, hinter den Ohren nach vorne zum rechten Auge durch den Schädel und trifft das Auge von innen.
Dieser abends beschriebene Pfeilschmerz ab und zu plötzlich erschienen geht bis morgens.

- #10) 0.0.: Sofort nach der Mitteleinnahme schmerzt die linke Schläfe.
- #10) 1. 20 Uhr: Beim nach-vorne-Beugen tun die Nasenknöchel weh.
- #10) Supervis. 1. 18.30 Uhr: Kopfschmerzen: Augenbrauen, Schläfen, beide Seiten. Bedürfnis Augen zuzukneifen. Licht agg. Mußte sich hinlegen. 20.30 Uhr ins Bett, Ruhe war gut.
- #10) 3.: Dicker Pickel über rechter Augenbraue, tut ziemlich weh (ohne Eiter).
- #10) 3.: Kopfschmerzen abends linke Schläfe, mild, Bewegung des Kopfes agg, pocht dann.
- #10) 5.: plötzliche, pulsierende Kopfschmerzen linke Schläfe.
- #10) 7.: (am Abend) Schmerz links am Kinn, einschliessend, pieksend, mehrmals hintereinander gepiekt. (Hatte vor ca. 2 Jahren Nervenschmerzen am Kinn.)
- #10) 10. 18 Uhr: Schmerz rechte Schläfe, 1mal, zieht zum Ohr.
- #10) 12. 11 Uhr und nachmittags: reißende, pochende Kopfschmerzen in rechter Schläfe.

Augen und Sehen

- #2) 0.: Druckgefühl auf beiden Augen als würde man von oben auf die Oberlider und damit auf die Augäpfel drücken.
- #2) 4.: Druckgefühl auf beiden Augen als würde man von oben auf die Oberlider und damit auf die Augäpfel drücken.
- #2) 5.: Plötzlich beginnt ein Brennen und Jucken in beiden Augen mit dem Gefühl als ist ein Fremdkörper in den Augen. Das Brennen verschlimmert sich noch, als ich anfangs zu reiben.
- #4) 1.: Rechtes Auge juckt und sticht außen oben, morgens ca 10 Uhr. Kälte und Reiben bessern.
- #4) 2.: Lichtempfindlich, Augendruck mit leichter Übelkeit, 22 Uhr Kopfschmerz über Schläfen zu Augen und zurück über Scheitel bis Nacken. Druck von innen auf die Augäpfel, Verlangen auf die Augäpfel zu drücken.
- #6) 0.: Druck im rechten Auge von innen nach außen
- #6) 0. 17 Uhr: Habe das Gefühl meine Augen sind weit aufgerissen (sind sie aber nicht).
- #6) 0. 19 Uhr: Gefühl als quollen die Augen heraus
- #7) 25.: Keine Symptome. Mein Heuschnupfen ist in diesem Jahr deutlich weniger. Keine Augensymptomatik, kein Kratzen im Hals, nur noch leichter, flüssiger, klarer Schnupfen.
- #8) 0.2. – 2.: Die Sicht in der Nähe bis ca. 5 Meter ist nicht ganz klar. Die Sicht in die Ferne ist klar.
- #9) 0.: schwarze Wolken am Rand des Sehfeldes, Augen lichtempfindlich
- #9) 0.: trockene Nasenschleimhäute und Augen abwechselnd mit Tränen
- #9) 0.8.: wieder trockene Augen, von Müdigkeit bleierne Augenlider
- #9) Supervis. 3.: Sehfeld heute: Mehrmals sieht was Schwarzes, wie Schatten, Loch, bewegt sich etwas. Wenn hinguckt, war aber nichts.
- #9) Supervis. 5.: Sehen: Schiss durch Schatten zu sehen, als wenn jemand hinter ihr ist, guckt sich um.
- #10) 1.: Häufiger Lidschlag, muß beim Lesen ständig die Lider zuschlagen.

Ohren und Hören

- #4) 0.: Ab Mittag Gefühl von Kissen in den Ohren ...alle Geräusche erscheinen gedämpfter aber Sprache ist gut verständlich. Ohrgefühl auch am Abend unverändert.
Supervis.: hört Stimmen jetzt besser, nicht mehr so hart wie vor der Prüfung.
- #4) 5: Empfindlich, gegen laute Geräusche
- #8) 1.12.: Absonderung aus dem rechten Ohr flüssiger als normal.
- #8) 2.: Jucken und flüssige Absonderung aus dem rechten Ohr.
- #10) 6. 14 Uhr: Beim Autofahren in die Eifel hatte ich Probleme mit beiden Ohren, Druckausgleich mehrmals in beiden Ohren, rechtes Ohr hat danach weh getan.
- #10) 11. 10 Uhr: Ton im linken Ohr, wie von einem Windspiel, aber nicht hell, ein Klingeln.

Nase und Geruch

- #2) 0.: Heftiges Nasenbluten aus dem rechten Nasenloch für ca. 5 Minuten.
- #4) 5.: Nase verstopft.
- #4) 8.: Schnupfen ist am Abend stärker, Nase abwechselnd rechts und links verstopft...manchmal tropfend klare Flüssigkeit.
- #4) 14.: Gerüche!!! Chili con Carne: komischer Geruch, in der Sauna zweimal wegen Geruch rausgegangen, (Mann) erzählt von Gerüchen, die er sonst nie riecht, Parfüm seiner Kollegen...
- #5) 1.1.: Anfallartiger Schnupfen zuerst gelbes dann klares Sekret, Nase läuft. – 1 Std. lang.
- #7) 0.3.: Ab 12 Uhr bekomme ich Schnupfen, Nase läuft ständig, Sekret klar und flüssig, mein Gaumen juckt. Ich habe kalte Füße. Ich friere.
- #7) 0.: Nasensekret abends gelblich und dicker. Gehe um 23 Uhr ins Bett. Um 4 Uhr werde ich wach. Mein Gaumen brennt, meine rechte Nase ist verstopft. Ich schlafe schlecht ein.
- #7) 1.: Druck im Kopf-Stirnbereich. Schnupfen: Nase läuft Sekret dicker, gelb. Zu meiner Freundin sage ich: „ich bin total benebelt“ ich fühle mich energielos, abgeschlagen. In Räumen <. An der frischen Luft >.
- #7) 25.: Keine Symptome. Mein Heuschnupfen ist in diesem Jahr deutlich weniger. Keine Augensymptomatik, kein Kratzen im Hals, nur noch leichter, flüssiger, klarer Schnupfen.
- #8) 11. 6.50 Uhr: Schnupfen. Absonderung aus dem rechten Nasenloch gelb. Weniger Halsschmerzen.
- #8) 15.: Das linke Nasenloch ist noch verstopft. Ein festklebendes gelbes Sekret. Schwierig raus zu schniefen.
- #9) 0.: trockene Nasenschleimhäute und Augen abwechselnd mit Tränen

Mund und Zähne

- #1) 1.3 meine Schleimhaut an der Unterlippe pellt sich, häutet sich (habe ich sonst nie)
- #1) 1.7.: Die Schleimhaut der Oberlippe etwas wund.
- #1) 6.2.: Rechter Mundwinkel leicht eingerissen.
- #1) 6.10.: Rechter oberer Zahn springt beim Essen auseinander, ne Ecke ab, scheiße. Dieser Zahn ist immer störrisch und geht dabei seine Selbstzerstörung ein.
- #3) 2. 8 Uhr: Ich habe starkes Zahnfleischbluten beim Zähneputzen.
- #3) 5. 8 Uhr: Beim Zähneputzen habe ich wieder recht starkes Zahnfleischbluten.
- #4) 0.: Warmer Tee führt zu klopfendem Nervenschmerz am linken oberen Zahn, ca.5 Sekunden, dann völlig verschwunden.
- #4) 14.: Zunge brennt von Schokolade.
- #5) 0.1.: Zunge leicht geschwollen.
- #6) 0. 19 Uhr: Trockenheitsgefühl im Mund
- #6) 0.: Supervis.: Obere Backenzähne links, schlechter durch kalt oder heiss, Schmerz stechend wie Karies zwischen den Zähnen.
- #7) 5.: Am Abend habe ich mich kräftig am Kinn gestoßen (Unfall mit meinem Sohn). Von meinen Schneidezähnen splitterte etwas ab, und in dem Augenblick des Aufpralls dachte ich an eine kleine Gehirnerschütterung, mindestens ein heftiges Kinnhämatom. Als ich schon Arnika in den Händen hatte, fiel mir die AMP ein, legte die Globulis wieder weg und dachte „da muß ich jetzt durch“. Erstaunlicherweise legte sich der Schmerz augenblicklich, ich bekam keinen blauen Fleck, noch nicht einmal eine Schwellung oder ähnliches. Das einzige was bleibt: ich muß morgen zum Zahnarzt.
- #8) 0.12.: Trockenes brennendes Gefühl am Gaumendach.
- #8) 1.4. – 3.: Trockenes brennendes Gefühl am Gaumendach.
- #8) 3.: Trockenheit am Gaumen und Rachen. Verlangen nach etwas Saftigen, z. B. Äpfel. > Kaltes Getränk (für eine kurze Zeit).
- #8) 9.: Brennendes, trockenes Gefühl am Gaumen, auch nachmittags.
- #8) 13.: Brennender Schmerz an der Zungenspitze, < durch Fruchtsäure (Erdbeeren).
- #8) 20.: Der brennende Schmerz an der Zungenspitze ist wieder gekommen.
- #9) 1.: mehr als sonst Zunge dick weißlich belegt

- #10) -10 bis +3 ständig: trocken, pappig, trinken bessert nicht, Durst (kaltes Wasser oder kaltes Bier).
- #10) 2.: am Abend Oberlippe sehr trocken, fühlt sich wund an.
- #10) 4.: Trocken, pappig, Durst, Lippen trocken, bes. Oberlippe.
- #10) 9.: Nicht mehr so trocken wie sonst, wieder mehr Durst auf Wasser, Lippen nicht mehr trocken.
- #10) 10.: Trocken, wieder viel mehr Durst (Wasser, Tee, Limo).
- #10) 11.: Bericht über Masernepidemie gelesen, dabei Schmerz im Rachen bekommen, zieht zur Nase rauf. Das Gefühl kenne ich, ich habe als Kind sehr viel geweint, und wenn dann keine Tränen mehr gekommen sind, hatte ich dieses Gefühl im Rachen.

Hals

- #1) 4.12.: kann nicht einschlafen. Wache aus Halbschlaf auf mit würgendem Gefühl am Kehlkopf auf, wie eine Schrägschlange, die draufdrückt.
- #2) 7.: Gefühl das der Kehlkopf geschwollen ist, und beim Schlucken durch eine zu enge Stelle hindurch muss. Ich habe dabei keine Schmerzen sondern das Empfinden, der Kehlkopf reibt an etwas Rauhem vorbei. Begleitet wird dieses Gefühl von einem Jucken das sich vom Mundrachenraum ins rechte Ohr erstreckt. Nachdem ich etwas Warmes getrunken habe, verschwinden das Jucken und das Reibungsgefühl im Hals ist deutlich weniger.
- #4) 4.: Halsschmerzen ca. 20 Uhr links, nach Motorradfahren.
- #4) 5.: Stärkere Halsschmerzen geröteter Rachen links stärker als rechts, dunkelgelber Auswurf am Morgen.
Supervis.: starke Halsschmerzen, links stärker als rechter, Hals gerötet, zieht vom Hals zum linken Ohr, linkes Ohr außen berührungsempfindlich, dunkelgelber Auswurf. Nase verstopft
- #4) 6.: Sehr druckempfindlich äußerlich 15-19 Uhr.
- #8) 12.: Heiserkeit nach dem Erwachen, die relativ bald aufhörte.
- #8) 13.: Starke Heiserkeit morgens.
- #9) 14.: plötzlich Gefühl im Gaumen, heller stechender Schmerz, Hals als ob eine Gräte quer liegt, hat richtig weh getan, diese Empfindung ließ langsam nach und danach fing meine linke Gaumenmandel an weh zu tun beim Schlucken.
- #9) 15.: die linke Halsinnenseite ist geschwollen und schwarz-blutige Schlieren auf der linken Tonsille, es schmeckt nach Blut, tut aber nicht weh, nur beim Schlucken dumpfe Schmerzen - die Entzündung den ganzen Tag über - wandert dann bis zum Abend auf die rechte Seite, ist dort aber nicht blutig, dumpfe Schmerzen - sonst nicht.
- #9) 16.: Tagsüber bei trockener Hitze Schwierigkeiten beim Einatmen, beide Rachenmandeln schwellen an und verengen den Rachen, sobald es kühler und feuchter ist, geht die Schwellung zurück und das Atmen wird einfacher.
- #9) 17.: Morgens wieder Verengung in Hals, Schwierigkeiten beim Einatmen (als ob all die mit Antibiotika von früher unterdrückten Ausscheidungen mal raus wollen). Viele Erinnerungen an die Krankheiten der Kindheit. Viel Hass und Wut auf meinen Vater, der die Familie immer mit seinen Krankheiten terrorisiert hat.
- #9) 18.: Tagsüber beide Mandeln dick geschwollen, aber nicht hart sondern weich und schwammig, Schmerzen beim Leerschlucken, Engegefühl im Hals mit der Hitze anstrengend - am schlimmsten im heißen Auto, besser im Schatten in der Kühle der Wohnung, besser durch eisgekühlte Getränke und durch Essen. Schmerzen am stärksten beim Leerschlucken Angst zu ersticken und keine Luft mehr zu bekommen, besser in der Kühle des Abends.
- #9) 19.: Morgens auf beiden Seiten des Halses verdrehte Tonsillen von außen weich und schwammig, gut zu erfühlen, Beschwerden beim Leerschlucken. Meine Halssituation erinnert mich an die vielen Mandelaffektionen in meiner Kindheit und daß sie eigentlich entfernt werden sollten, was zum Glück nicht passiert ist.
Aussehen der Tonsillen: Mit roten Äderchen durchzogen, wie gut marmoriert, links dicker geschwollen als rechts. Farbe: bläulich-rot; dumpfe Schmerzempfindung, als ob mir was den Hals von innen zuschnürt. Eiskalte Getränke verbessern, heiße verschlimmern.
- #9) 22: die Schwellung der Tonsillen geht zurück. zuerst links dann rechts, fast nichts mehr zu spüren, habe das Gefühl einer fetten Entgiftung.

- #10) 1.: trocken und pappig, habe das Gefühl, daß der Hals zugeht, daß der Durchmesser des Kehlkopfes abgenommen hat.
- #10) 5.: Weißer, zäher Schleim im Hals, leicht schaumig.
- #10) 7.: muß mich ständig räuspern, Frosch im Hals.
- #10) 8.: muß mich ständig räuspern, trockener Hals, fester Schleim im Hals nach dem Aufstehen, weiß, fest, schwer auszuhusten.
- #10) 12.: Auswurf, gelb, hartnäckig.
- #10) 13.: Auswurf hartnäckig, dunkel, gelb, kleine Menge, musste am morgen würgen mit Brechreiz.

Magen

- #5) 0.1.: Zunge leicht geschwollen, Gefühl von leichtem Schwindel, Magendruck, dieser verschwindet immer wieder, leichte Übelkeit, Sodbrennen.
- #5) 0.2.: Magendruck und Übelkeit in Intervallen, Sodbrennen ab und an.
- #5) 0. 16 Uhr: müde, müde, müde, Übelkeit, Sodbrennen, Magendruck weg
- #5) 0. 19 Uhr: leichter Magendruck wieder da.
- #5) 0. 20.25 Uhr: 2x C30 Globuli eingenommen, kurze Zeit später Sodbrennen, leicht Übelkeit.
- #5) 3.: Übelkeit kommt immer in kleinen Wellen retrosternal.
- #6) 0. 19 Uhr: leichtes Brennen im Magen, schlimmer beim nach vorne Beugen.
- #8) 10.: Nagender Schmerz im Magen.
- #9) 0.6.: Magenkrämpfe nach den Essen.
- #10) 2. 10 Uhr: Übelkeit im Magen, ich war kurz davor mich zu übergeben, war schnell wieder weg (5 Minuten).
- #10) 5. 10 Uhr: Schluckauf am Morgen und gestern Nachmittag.

Abdomen

- #3) 0.: Es ist dieses mir bekannte Ziehen in der linken Oberbauchregion. Etwa auf Höhe der Milz. Ich habe dieses Symptom mal meinen „Beziehungsschmerz“ genannt. Ein mir sehr geläufiger Schmerz, der gerne in besonderen Situationen auftritt, besonders aber wenn es „zwischenmenschliche“ Schwierigkeiten gibt. Diese fehlen heute jedoch. Dieser Schmerz ist wie ein innerlicher Druck, begrenzt auf einen kleinen Raum, er lässt sich kaum beeinflussen. Außer wenn ich abgelenkt, oder in Bewegung bin, dann ist er nicht wahrzunehmen. Wenn ich tiefe Atemzüge nehme, dann wird der Druck im Oberbauch besser.
- #7) 0.4.: Mein Bauch ist aufgebläht. Ich fühle mich dick und unwohl.
- #8) 0.0.20: Brennender Schmerz in der rechten Seite Nierengegend. Es zieht nach vorne und in die Hüfte.
- #8) 14.: Bauchschmerzen links, die nach oben ausstrahlen.
- #9) 0.8.: Leberstiche kurz stechend
- #10) 8.: stark aufgeblasener Bauch (wie Ballon), kaum Blähungen, Bauchschmerzen.

Rektum und Stuhl

- #1) 5.13: stinkende Blähungen
- #1) 8.6.: stinkige Blähungen, wie alter Schwefel
- #1) 9.: stinkige Blähungen
- #2) 12.: Ich habe innerhalb einer halben Stunde dreimal Stuhlgang. Der Stuhl ist fest, besteht aus vielen kleinen Knollen und wird mit farblosem Schleim ausgeschieden. Außerdem gehen beim Stuhlgang Blähungen ab, die nicht stinkend sind.
- #2) 13.: Heftiger Stuhldrang mit einmaliger Stuhlentleerung. Der Stuhl hat wieder einen farblosen Schleim.
- #3) 14.9: Am Morgen habe ich schon 2x sehr dünnen Stuhl (kurz nach dem Erwachen und 1 Stunde später). Ob das an dem ungewohnten Fleischgenuss vom Vorabend lag? Auf jeden Fall ist mir diese Reaktion fremd.

- #3) 19.10:00 Gestern habe ich noch mal am Abend Fleisch gegessen. Und heute Morgen war ich nun schon das 3. Mal mit ziemlich dünnem Stuhl auf der Toilette. Das kenne ich so nicht, schon das 2. Mal seit Prüfungsbeginn, daß ich nach Fleischgenuss (Schweinefleisch) am nächsten Tag Durchfall habe.
- #3) 20.: Gleich nach dem Erwachen muss ich wieder zur Toilette und habe sehr dünnen Stuhlgang (diesmal ohne vorherigen Fleischgenuss).
- #4) 4.: Verstopfung, klümpchenmäßig
- #8) 3.: Brennen und Druck im After, wie angeschwollen.
- #9) 0.x.: bißchen gelbe Kacke hinterher
- #9) 1.: Stuhl gelblicher als sonst mit hellroten flüssigen Blut
- #9) 20.: Stuhl vermehrt 3-4 mal

Blase und Harnwege

- #1) 8.22.: unwillkürliches Urintröpfeln.
- #5) 4. 13 Uhr: Nach dem Pinkeln Gefühl von Blase ist nicht ganz leer geworden. Blasenentzündung.
16 Uhr: alle 15 Min 3 Tropfen unter Schmerzen pinkeln. Nach der Miktion. Schmerz, der die Wade runter bis unter die Fußsohle zieht. Bin unruhig und in Bewegung. Nach viel Trinken (Wasser und Tee) wird es ab 16 Uhr etwas besser.
22 Uhr: spüre noch immer den Verlauf der Urethra bis in die Blase.
Supervis.: Wenige Urintropfen unter wahnsinnigem Schmerz, ausstrahlend bis unter Fußsohle, ständiger Harndrang, hibbelig, unruhig, Gänsehaut.
Gedanke: habe Symptome von Patientin übernommen, die Nierensteine hatte. Urethra noch lange krampfhaft, > viel trinken.
- #5) 5.: Blase und Urethra o.B..
- #9) 0.x.: viel pinkeln
- #9) 20.: Urin riecht stärker als sonst

Geschlechtsorgane und Sexualität

- #1) 1.23.20 Hatte seit ewigen Zeiten mal wieder Lust auf masturbieren. Tat es, war schön mit mir.
- #1) 2.23.: weiß gelblicher Ausfluß am Morgen.
- #1) 4.10.: hellgrüner Ausfluß.
- #1) 8.10-12.: lieber Essengehen als Sex mit (Mann). 22.Uhr entzog mich dem Sex mit (Mann), hatte Abneigung dagegen.
- #4) 3: Stark durchblutete Genitalien. Sex ausgiebig abends entspannt, morgens mit viel Lust.
- #4) 3.: Leichter durchsichtiger Ausfluß (22 Uhr)
- #4) 4: Viel Lust auf „Hot Sex“ besonders morgens. – Genitalien gut durchblutet v.a. nach Massage am Morgen.
- #4) 5.: Stark durchblutete Genitalien.
- #4) 5.: Am Morgen wässriger Ausfluß.
- #4) 5.: (Mann) fragt schon, ob man auch Lieder (Tom Jones z.B.) verreiben kann und ist besorgt, ich könnte Pfingsten (Massage-Wochenende) auf dumme Gedanken kommen...nach wie vor also starkes sexuelles Verlangen.
Supervis.: sexuelle Erregbarkeit enorm gesteigert, als ob Vagina gut durchblutet mit lustvollem Kribbeln. Sex ist nicht tief erfüllend, mehr geil.
- #4) 9.: Supervis.: großes sexuelles Verlangen (Druck nach Seminarwochenende). Bekommt schon Orgasmus durch Wälzen auf dem Boden. Viel sexuelle Energie, gierig. Wenig geistige Energie, schlechtes Gedächtnis. „man wird zum Tier“.
- #4) 10.: Gut durchblutet sehr bewusst. Sex: extrem, heftig, Lust auf Schweinkram.
- #6) Regelschmerz weitgehend verschwunden, hält auch nur 5 Tage an, PMS nur Pickel im Gesicht. Bei der ersten Regel nach der Einnahme habe ich überhaupt nicht bemerkt, daß ich sie bekommen habe; von mal zu mal kehrte ich aber zu meinen gewohnten Symptomen zurück.

- #7) -2.: Erster Tag der Periode. Normalerweise habe ich immer schwere Beine, die mir dadurch schmerzen und ich immer das Gefühl habe sie hochlegen zu müssen. Das bleibt diesmal erstaunlicherweise völlig aus.
- #7) 22.: Huch, ich habe meine Periode bekommen. Ich rechne mal nach: Zyklus 24 Tage. Das ist wirklich früh, diesmal. Normalerweise pendele ich so zwischen 26-28 Tagen.
- #7) 23.: Meine Beine sind weder schwer, noch schmerzen sie. Das Symptom habe ich normalerweise am 1. bis 2. Tag der Periode. Das habe ich diesmal überhaupt nicht. (Schon zum zweiten Mal nicht.)
- #7) 63.: Ich bekomme meine Periode am 21. Zyklustag. Stetig seit den letzten Monaten (genauer gesagt seit der AMP) bekomme ich meine Regel früher.
- #7) 90.: Ich habe wieder meine Periode ganz normal am 27. Tag bekommen. (Gott sei Dank! Ich befürchtete schon die Wechseljahre). Diesmal spürte ich am ersten Tag auch wieder schwere, müde Beine. Ein Symptom, das ich in den letzten Monaten vermisst habe.
- #9) 7.: Übelriechende Absonderungen, schwarze Schamenstinke
- #9) Supervis. 20.: Menses fünf Tage zu spät: dunkel mit Klumpen Gewebe, Blut sonst viel heller.
- #10) 1.: weißer, zäher Ausfluß, wie Kleister (sonst durchsichtig).
- #10) 8.: Ausfluß, klar, wie dickes Gel.
- #10) 20.: Meine Periode hat abends eingesetzt (über 10 Tage zu spät), es kommt nur blutiger Schleim, dunkel. Abends und nachts wieder starke Bauchkrämpfe (Magnesium phosphoricum C6 hilft gut). Durchfall, Krampf am After, als wenn nicht alles an Stuhl durchkann, starke Schmerzen, Brennen am After, Hämorrhoiden.

Atemwege und Husten

nichts!

Rücken und Brust

- #3) 12.8 Uhr: Heute Morgen habe ich noch mal extrem das Gefühl durchzubrechen und starke Rückenschmerzen beim Erwachen. Diese sind so wie in meinen schlechtesten Zeiten. Es ist kein neuer, aber ein sehr intensiver Schmerz. Dieser Schmerz kommt zurück, wenn ich lange sitze.
- #3) 14.9 Uhr: Nachdem ich gestern wieder meinen Sport gemacht habe (10 km Joggen), ist mein Rücken deutlich besser beim Aufstehen. Auch das Gefühl durchzubrechen ist nicht mehr da.
- #8) 0.12.: Spannung im Nacken, schlimmer in der rechten Seite.
- #8) 4.21.: Das Gefühl als ob die linke Seite der Brust einschließlich Herz zusammen gehalten wird, so daß ich nicht tief genug einatmen kann. Die Brust ist nicht weit ausdehnbar.
- #8) 6.12.: Stechender Schmerz in der Muskulatur linke Brustseite.
- #8) 7.11.: Schmerz im Muskel auf der rechten Seite neben dem Sternum.
- #8) 8. 8 Uhr: Schmerz in der Muskulatur (oder Rippenhaut) auf der linken Seite des Brustkorbes.
- #8) 9.: Empfindung der Hitze im Kreuz (BWS-LWS) mit ziehenden Schmerzen rechts zur Seite und nach oben – wie richtiges Feuer empfunden.
- #8) 14.: Stechender Schmerz am Rücken links zwischen der WS und dem Schulterblatt, wie von einem Dolch.
- #8) 14. 14.30 Uhr: Schneidender, stechender Schmerz in der rechten Brust rechts oben, wie von einer scharfen heißen Nadel oder Messer rein gestochen. Es zieht nach oben.
14.50 Uhr: Schneidender Schmerz von recht nach links im Bauch auf der Nabelhöhe.
- #8) 28.: Blaß roter Ausschlag an der Stelle, wo der Hals und das Schlüsselbein zusammenkommen. Beide Seiten. Links stärker als rechts ca. 10 x 4 cm. Brennend, nicht sehr juckend. < Kratzen.
- #8) 29.: Der Ausschlag am Hals ist noch da. Brennender Schmerz. < Durch Berührung der Kleidung.
- #9) 10.: Seit 2 Tagen juckt der Rücken und dicke Pickel bilden sich (wie in der Pubertät).
- #10) 0.0.: starke Rückenschmerzen zw. Schulterblättern, weiß nicht wie ich mich hinsetzen soll
- #10) 1. 7.30 Uhr: Mit Rückenschmerzen wachgeworden, diesmal im unteren Rücken.
- #10) 2.: Plötzlicher Schmerz im Lendenbereich rechts, neben der Wirbelsäule, zieht durch den Unterleib nach vorne gg. Bauchdecke (schräg, auf linker Seite), hält ca. 5 Minuten an.

- (9:00). Zerschlagenheitsgefühl im Lendenbereich am Abend, besser durch liegen auf dem harten Boden.
- #10) 3. 12 Uhr: Plötzlich stechender Schmerz am Brustbein, am Fortsatz, Fortsatz tut weh beim Draufdrücken.
- #10) 3. 15 Uhr: Abgeschlagenes Gefühl im ganzen Rücken, habe mich auf den Boden gelegt und den Rücken dagegen gepresst.
- #10) 5.: kleine gelbe Pickel auf der Brust, springen beim Berühren leicht auf, flüssig.
- #10) 5. 11:45: Linke Seite, Taille, Schmerz wie Seitenstechen, pochend, dauert ein paar Minuten lang. Rechtes Hüftgelenk, stechende Schmerzen, plötzlich, schnell wieder weg.
- #10) 7. 14 Uhr: Schmerz in der Nierengegend, aber ziemlich nah an der Wirbelsäule.
- #10) 9.: Linke Brust tut unten weh beim Draufdrücken.
- #10) 13. 16 Uhr: Schmerz in linker Taille/Rücken, pulsierend, dauert 5 Minuten.

Extremitäten

- #1) 1.4. Nach dem Schlaf kurz das Gefühl, als ob über den rechten Oberarm von außen kaltes Wasser drüberläuft.
- #1) 4.11.: Linke mittlere Zehen tun rheumatisch weh.
- #1) 4.22: Ich kann kaum auf dem linken Fuß auftreten. Habe an den beiden mittleren Zehen brennende rheumatische Schmerzen. Nach einer Viertelstunde sind die Schmerzen weg.
- #1) 5.3: die brennenden Schmerzen in den Zehen sind wieder kurz da.
- #1) 9.: Auf dem rechten Oberschenkel kleine Pickel.
- #1) 9.: In der Nähe des rechten Knies winzig kleine Stelle wie Neurodermitis (hatte ich nie)
- #1) 9.7: Haut pellt sich um den unteren rechten Fußballen.
- #3) 0. 20 Uhr: Habe an diesem Tage schon den 3. Krampf. Erst im 2x rechten Bein, oberhalb des Fußgelenkes. Dann in der Kleinzeh des rechten Fußes. Das passiert jeweils in der Ruhe und verschwindet nach kurzer Bewegung.
- #3) 3. 18 Uhr: Im kleinen Zeh des linken Fußes habe ich beim Schwimmen einen Krampf. Danach auch noch in der Fußsohle. Ungewöhnlich, daß ich diese Symptome beim Schwimmen habe, und dann an unterschiedlichen Stellen nacheinander.
- #3) 5. 19 Uhr: Ich habe den ganzen Tag über einen Schmerz in der rechten Achillessehne. Diese ist wie verkrampft und angespannt. Das kenne ich nicht an mir. Erst durch das Joggen verschwindet dieser Schmerz ganz und gar. Zu Beginn des Laufens war er allerdings eher störend. Durch langsames Loslaufen und allmähliche Steigerung im Tempo ist er dann ganz verschwunden.
- #4) 0.: Rechter Fuß viel wärmer als linker, beim Autofahren aber auch beim normalen Sitzen, dicker als linker Fuß, Kribbeln, leichte Taubheit in den Zehen.
- #4) 8.: Rechte Schulter schmerzt sogar während Massage.
- #4) 9.: Muskelkatervorboten in Oberarmen und Waden.
- #4) 10.: Muskelkater in Beinen und Oberarmen.
- #4) 15.: Linkes Schulterblatt, Markstückgroße Stelle schmerzt wie Muskelzerrung. Linke Kniekehle schmerzt.
- #5) 0. 13 Uhr: sehr müde, mir fallen die Augen zu, gehe schlafen, kalte Füße
15.30 Uhr: auch nach dem Schlafen noch kalte Füße
- #5) 3.: Varizen schon im Liegen gespürt, obwohl das Bein tagsüber besser ist.
- #5) 4.: Varizenbeschwerden ganz weg.
- #6) 0. 17 Uhr: ziehende Schmerzen im linken Knie beim Stehen, ziehen an der Innenseite bis zur Mitte des Unterschenkels hinunter, besser bei Bewegung.
- #6) 0.0.15: Hautjucken an verschiedenen Stellen links, wie kurzes Stechen von Nadeln auf dem Fußrücken, Jucken und Stechen geht nach rechts über.
- #8) 0.0.15: Leichte Stiche in der rechten Schulter oben (nicht im Gelenk).
- #8) 3. 21 Uhr: Ziehender Schmerz am Unterarm, zwischen dem Handgelenk und dem Ellenbogen ausgehend vom Mittelfinger.
- #8) 4.: Ziehender Schmerz am Unterarm vom Mittelfinger ausgehend. < Beugen der Hand oder Greifen.
- #8) 4. 21 Uhr: Ein andauernder Schmerz am Zeigefinger der rechten Hand neben dem Fingernagel links, als ob da eine Entzündung wäre.

- #8) 6. 21 Uhr.: Brennender Schmerz am rechten Bein neben der Tibia. Brennender Schmerz am Oberschenkel-Knochen unterhalb des Hüftgelenks rechts.
- #8) 7. 7.30 Uhr: Schmerz im Zeigefinger der rechten Hand neben dem Nagel, als ob eine heiße Nadel darin steckt.
- #8) 9. Schmerz wie von einer heißen Nadel im rechten Zeigefinger neben dem Nagel außen. Scheint morgens schlimmer zu sein.
- #8) 10.: Ziehender Schmerz am Mittelfinger der rechten Hand. Der Schmerz zieht an der Handfläche zum Handgelenk.
- #8) 14. 15 Uhr: Stechen im rechten Ellenbogen Innenseite neben dem Knochen.
- #8) 16. 13 Uhr: Stechender Schmerz am Endglied des linken Daumens unterhalb des Nagels außen.
- #8) 24.: Brennender Schmerz am Grundgelenk des rechten Ringfingers auf der Seite der Handfläche. <Kälte, > Wärme. Ausstrahlung in die Handfläche.
- #8) 25.: Brennender Schmerz am Grundgelenk des rechten Mittelfingers auf der Seite der Handfläche. Der Schmerz strahlt in die Handfläche. < Kälte. > Wärme.
- #8) 28.: Plötzlicher stechender Schmerz im rechten Kniegelenk Innenseite. <Gehen, Aufstehen, > Reiben.
- #8) 29.: Stechender Schmerz im Grundgelenk des Daumens an der rechten Hand ist wieder gekommen.
- #10) 1. 7.30 Uhr: beim Erwachen feuchte Zehen (kälter als die Fußsohlen)
- #10) 1. 21 Uhr: Juckreiz am linken Unterschenkel außen, links unterm Knie, kratzen bessert.
- #10) 3.: verdrehtes Gefühl im rechten Knie.
- #10) 4.: verdrehtes Gefühl im Knie, hält lange an (13:30-18:00).
- #10) 5.: verdrehtes Gefühl im rechten Knie, schlimmer als gestern, schlimmer beim Anwinkeln und beim Auftreten, besser bei Ruhe.
- #10) 9.: Ich habe ziemlich starken Muskelkater, habe gestern eine Wanderung gemacht, aber der Muskelkater ist deutlich stärker als zu erwarten wäre (Oberarme, Hintern, Waden, eigentlich tut alles weh).
- #10) 12. 17 Uhr: plötzlicher Schmerz im Grundgelenk des linken Daumens.
- #10) 13. 14 Uhr: verdrehtes Gefühl im rechten Kniegelenk, tut beim Auftreten weh.

Schlaf

- #1) 2.23.: Bin müde. Kam kaum aus dem Bett hoch. Lege mich wieder hin, bin antriebslos.
- #1) 4.12.: kann nicht einschlafen. Wache aus Halbschlaf auf mit würgendem Gefühl am Kehlkopf auf, wie eine Schrägschlange, die draufdrückt. - Sehe beim Einschlafen vor dem inneren Auge wie Zigarettenschwaden ziehen.
- #1) 5.: Wache fünf vor sechs Uhr morgens von alleine auf, weil ich so früh aufstehen muß (tue ich sonst nie). Die Augen sind so müde, daß ich sie kaum aufmachen kann.
- #1) 6.: Bin schon wieder um 10 vor 6 Uhr ohne Wecker aufgewacht!!!! Bin gestern abend besser eingeschlafen.
- #2) 6.: spät ins Bett, eine Stunde wachgelegen, sehr untypisch (schlafe sonst sofort ein), während Wachliegen, das Gefühl rechtes Auge wie herausgedrückt
- #3) 0.: Ich bin sehr müde, werde wohl gleich einschlafen (bin ich dann auch und habe bis zum nächsten Morgen tief und fest geschlafen).
- #3) 3. Ich bin schon um 5Uhr30 hellwach und könnte aufstehen (neu). Bleibe aber noch bis zum Wecker liegen.
- #4) 0.: Abends nicht sehr müde aber gut und schnell eingeschlafen
- #4) 8.: kleiner Mittagsschlaf (15 Min) wirkt Wunder.
- #5) 0. 13 Uhr: sehr müde, mir fallen die Augen zu, gehe schlafen, kalte Füße
15.30 Uhr: auch nach dem Schlafen noch kalte Füße. Trotz 2 ½ Std Mittagsschlaf ganz müde.
- #5) 4.: Konnte erst nicht gut einschlafen (ungewöhnlich). Hab nicht so tief geschlafen wie sonst. Habe geträumt, weiß aber nicht was. Bin zu früh aufgewacht und weiß nur, daß ich geträumt habe, irgendwas Alltägliches.
- #7) -6.: Werde um 6 Uhr wach und kann nicht mehr weiter schlafen.
- #7) -5.: Werde wieder um 6 Uhr wach.
- #7) -3.: Ich schlafe schlecht ein und auch nicht besonders gut.

- #7) -2.: Werde um 6 Uhr wach kann nicht mehr weiterschlafen, bin müde leichte Spannungskopfschmerzen.
- #7) 0. 14 Uhr. Ich bin sehr müde und lege mich hin. Nach dem Mittagsschlaf fühle ich mich etwas besser.
- #7) 0.: Gehe um 23 Uhr ins Bett. Um 4 Uhr werde ich wach. Mein Gaumen brennt, meine rechte Nase ist verstopft. Ich schlafe schlecht ein.
- #8) 10. 21 Uhr: Seit ca. 18.00 Uhr auffallend müde. Ich konnte mich kaum auf den Beinen halten.
- #9) 0.6.: Müdigkeit
- #9) 2.: Schlaf wie gefälltter Baum, keine Träume
- #9) 4.: Leichter unerquicklicher Schlaf, viel geschwitzt mit vielen anstrengenden Träumen, alles war irgendwie kompliziert und verwinkelt, verschachtelt. Jetzt bin ich immer noch müde und schlapp und heilfroh nicht arbeiten zu müssen.
- #9) 5.: Schlaf: Normal gut und erquicklich - bin erleichtert, wie wichtig mir Schlaf ist.
- #9) 8.: Abends und spät nachmittags - totales Geschlagenheitsgefühl, als ob ich eine friebrige Erkältung bekomme, alles tut weh, wie nach viel Sport - habe das Gefühl, als ob ich stark auf den Wetterwechsel reagiere, esse den ganzen Tag, immer noch Hunger, früh schlafen, weil ich sooo müde bin.
- #9) 10.: Gut geschlafen, keine Träume, Integration der Bestie, Tränensäcke unter den Augen
- #9) 14.: War nach dem Aufstehen total müde und zerschlagen, alles hat wehgetan und ich müde und erschöpft, keine Lust mich zu bewegen und Angst vor der Prüfung.
- #9) 27.: Ich mutiere zum Schlafbären, sonst kann ich im Sommer (hihi) nicht so lange so gut schlafen, fühle mich erleichtert nach dem Venenstripping-Traum.
- #10) 6.: sehr gut, aber trotzdem habe ich morgens das Gefühl, das der Tag schon wieder gelaufen ist.
- #10) 8.: Sehr schlecht geschlafen, krumm gelegen, Heizung zu hoch, zu warm.
- #10) 13.: 4:00 wachgeworden, 1 h wachgelegen.
- #10) 15.: Ich habe fast 12h geschlafen und einen schlimmen Albtraum gehabt: Habe geträumt, ich sei eingeschlafen, hatte dann einen Traum, daß ich eingeschlafen sei – ein Traum im Traum des Traumes. Es war ganz schwer da wieder rauszukommen, ich habe mich abmühen müssen um wachzuwerden. Und dann war es ja wieder ein Traum. Ich bin einfach nicht mehr rausgekommen.

Schweiß

- #9) 20.: Schweiß stinkt, schwitze viel nachts an Stirn, Brust, untere Rücken (habe viel Knoblauch gegessen!).

Haut

- #1) 1.23: Haut an der Innenseite der Ferse schält sich.
- #1) 9.: Auf dem rechten Oberschenkel kleine Pickel.
- #1) 9.: In der Nähe des rechten Knies winzig kleine Stelle wie Neurodermitis (hatte ich nie)
- #1) 9.7: Haut pelzt sich um den unteren rechten Fußballen.
- #6) 0.0.15: Hautjucken an verschiedenen Stellen links, wie kurzes Stechen von Nadeln auf dem Fußrücken, Jucken und Stechen geht nach rechts über.
- #6) Supervis.: 0. 21.45 Uhr, linke Seite Hals und Gesicht jucken, wechselt auf der linken Seite die Stellen, kratzen. Oben auf rechtem Fuss hält Sekunden an wie mit feinen Nadeln, dann rechte Seite überall. Gefühl als ob das Taubheitsgefühl ihr nicht neu ist.
- #6) Supervis.: 4.: morgens keine fettige Haut wie sonst immer den ganzen Tag. Pickel im rechten Nasenloch vorn oben am Eingang.
- #7) 2.: Leider habe ich einen dicken Pickel am rechten unteren Kinnbereich (habe ich sonst nie).
- #8) 28.: Blaß roter Ausschlag an der Stelle, wo der Hals und das Schlüsselbein zusammenkommen. Beide Seiten. Links stärker als rechts ca. 10 x 4 cm. Brennend, nicht sehr juckend. < Kratzen.
- #8) 29.: Der Ausschlag am Hals ist noch da. Brennender Schmerz. < Durch Berührung der Kleidung.
- #9) 10.: Seit 2 Tagen juckt der Rücken und dicke Pickel bilden sich (wie in der Pubertät).

#10) 4.: Pickel an Hals und Brust, ganz klein, etwas gelb, springen bei Berührung leicht auf
(altes Symptom, sonst wenn ich in der Sonne war).

#10) 5.: kleine gelbe Pickel auf der Brust, springen beim Berühren leicht auf, flüssig.

Notizen der Abschlußbesprechung vor Bekanntgabe des Mittels

#10) immer noch Knieschmerzen

#8) : anfangs die Verwirrtheit bis zu Rechenfehlern

Periodizität, Symptome kamen nach 2-3 Wochen immer wieder

Schwanken, gehoben werden, Schwindel, Gleichgültigkeit

Stiche in Gelenken, wie ein Dolch oder heiße Nadel neben Wirbelsäule

Schwerpunkte: Im Kopf, in Gelenken

Durchfall schon vor der Prüfung, wie von Virusinfekt, vier Wochen nach Prüfung wieder ähnliche Symptome, paßt in die Periodizität

#2) : überwiegend psychisch: Dinge in der Familie mußten gerade gerückt werden, wie ein Zwang, nicht wegzuschieben

man kann ja die Zeit nicht zurückdrehen, aber für die Zukunft Dinge richtig stellen

ganz alte Dinge aus der Kindheit hochgekommen, wo ich mich heute anders verhalten kann, was ich ja als Kind damals nicht konnte – konnte jetzt meine Position als Kind klar sehen.

#8) dazu: hatte das Thema der Vergangenheit immer im Traum, fast jede Nacht

#4) : was Tierisches, Heftiges, intensiv, wie #2) sagt: nicht wegzuschieben

Haupterinnerung: ein heftiger Angsttraum, kam mir so heroisch vor – Dienst an der Menschheit – habe so gelitten: ganzes Dorf bedroht von so einer Masse, so was Diffuses. heutige Zeit. selbst beobachtende Rolle, bewußt miterlebt.

#2) ähnlicher Traum von Terroristen, der in Abflußschächten Bomben versteckt. Nur kaputte Gebäude gesehen.

#10) auch: bin in Bundeswehrmanöver reingeraten, Bomben gefallen, mußten uns in Räumen mit schweren Eisentüren verstecken, muß meine Leute zusammenhalten. Attentat für den 10.11. geplant.

#8) auch einen Traum, wo wir evakuiert werden mußten, weil ein Hurricane kommen sollte. Sie haben nur eine Stunde Zeit.

auffallend: kollektive Bedrohung

#9) fällt dazu ein ein Traum über die Steuerfahndung und muß Fragen beantworten
Supervis.C hatte in der Zeit (tatsächlich) Praxiskontrolle durch das Gesundheitsamt.

Supervis.A: Gegenpol gibt es auch. Schöne Träume: den mit der katholisch-türkischen Hochzeit.

#9) mehrere Träume von heiraten: sollte verheiratet werden, erst gegen ihren Willen.

#1) auch Traum von viel Leichtigkeit.

#9) : verunsichertes Gfl.: auf der einen Seite stark und auf der anderen verunsichert

#1) bestätigt das.

#9) Gefühl, das Mittel sei ein Baum, das auch mal geträumt. Geschlafen wie ein gefällter Baum.

#4) oft Gfl. wie Watte, nicht mehr teilnehmend, schwebend

#2) Prüfung sehr anstrengend, weil nicht konzentriert arbeiten können, zum anderen gut, weil mal mit was beschäftigt, was man sonst immer an den Rand drängt

#1) auf einer Seite sehr eingeengt, wie verschnürt sein – auf der anderen Seite ganz viel Freiheit, ganz viel Ich

#4) mir auch notiert: alles ist gut – als Gemütszustand.

Supervis.C fällt zu #9) ein, daß sie auch paar Tage hatte, wo sie immer zu Hause geblieben ist, niemanden sehen und allein bleiben wollte.

Supervis.A das auch von #5) gehört: allein, gut drauf, wie Urlaub, aber wollte niemanden sehen.

#8) Prüfung war störend, wirkte so, daß ich nicht mehr Ich war, deswegen auch oft gereizt.

Deutlich gemerkt, daß das was mir macht.

#10) : eine Woche mit Erschöpfungszustand, wie Zusammenbruch, eine Woche gelegen, konnte mich nicht mehr bewegen, alles zuviel, alles Sinnesreize, Sonne, Musik. Fragt sich, ob das jetzt von dem Mittel kam, oder was rauskam, was sich vorher angestaut hat.

#8) auch extrem schlapp und müde gewesen, sich um 18 Uhr schon hinlegen können, aber immer nur in kurzen Intervallen

#10) : Hat sich viel geklärt in dieser Woche – Magenschmerzen seitdem einfach weg. Konnte an einem Abend nicht mehr sprechen, weil mir keine Wörter mehr eingefallen sind. Alles ist aus meinem Kopf so rausgeströmt, lange Bildsequenzen vor Augen gesehen. War ganz gut, weil ich mir vorher den Kopf viel zu voll gestopft hatte. Nach dieser Woche ging es super gut.

Supervis.C als Behandler und Supervisor: ist eine Wiederholung einer Geschichte, die sie schon kennt. Vorher laufendes Mittel war Ignatia.

#10) : Gfl. daß die Reaktion eigentlich noch das Ende der Ignatia-Phase war, die mit der Erschöpfung zu Ende ging. Das Prüfmittel wirkte deutlich körperlich in den neuen einschließenden Schmerzen in Gliedern und Kopf, wie auch die Verwirrung.

#1) : im äußeren Leben, was die anderen geträumt haben. Bisher Lehrerin und Praxis nebeneinander. Direktor unmenschlicher Kerl, der nur in §§ lebt (da muß ich erst die Behörde fragen). Will seit 5 Jahren aus der Schule raus, und war jetzt plötzlich ganz sicher. Gestern endlich gekündigt. Direktor auf Dienstweg usw. hingewiesen, hat dann bei der Behörde angerufen. (Machen Sie auch keine Fehler?) Habe erlebt, daß Legislative und Judikative getrennt sein müssen, um Machtmißbrauch zu vermeiden. Nur so Verwaltungswatte. Der war gar nicht greifbar. Hatte das als Befreiungsschritt gedacht, war aber bedrückend, weil immer Angst vor Verwaltungen. Das soll jetzt der Personalrat für mich machen, will das aus den Füßen haben. Nochmal alles begegnet, was ich an Schule immer so gehaßt habe: das Bürokratische, die Regeln und Strukturen, die nicht leben lassen. In der Prüfung ging es die ganze Zeit um Termine und §§.

Heute mein Gefühl: wie Hexenverbrennung – Männer die auf §§ rumhacken.

Bin diesem Mittel superdankbar, daß endlich geschafft zu haben – hatte das schon mal mit Supervisorin versucht.

Supervis.A: #1) in der Zeit immer Scheiße gesagt.

#1) : Wie Pubertät – früher aus dem Elternhaus gegangen, jetzt aus diesem Schulhaus. Mich wie verklavt gefühlt. Die mir genau vorgeschrieben, wieviel Praxis ich machen durfte usw. – Fühle mich sehr gut dabei.

#10) : seit der Zeit geht es zu Hause harmonisch und sanft zu, sonst eher laut und heftig.

Ideen, was für ein Mittel?

#1) – hat was mit Erde zu tun, ganz viel am Boden – ein Tier, Insekt, kein großes Tier.

#9) – geträumt: Baum

#2) – Pflanze

Supervis.A meint von #5) her, müßte es auch eine Pflanze sein, wirkt da wie eine Droge. kein Tiermittel, weil kein Streit untereinander, keine Konkurrenz, keine Aggression.

die meisten glauben, es sei eine Pflanze, aber #4) hat sehr animalische Sexualität bemerkt und #9) hatte viele Tiergefühle.

Wie lange vorher schon gemerkt?

#1) – nach den Osterferien schon angefangen, d.h. ein Monat vorher die anderen – ca 3 Wochen vorher

Einfall von #1) : tropfendes Wasser (hier der Wasserhahn hinten) als Foltermethode am Anfang hat heute auch jd gesagt: Es gibt gleich draußen Einzelverhöre.

Themen:

für mich selbst sorgen, und nicht immer an anderen denken (#7) , #5) , #1))

Struktur und Auflösung (benebelt, verwirrt)

kollektive Katastrophen

anfangs heftig, Spätphase immer harmonisch

Abn. zu reden

Abgrenzung, Klarheit schaffen

Rohre kaputt: Hohlvenen, Wasserleitungen, Krümmer, Wasserbruch im Traum #7)

Rechtsseitigkeit

starker Bezug zu einem Vogel (nachgetragen als Mittel bekannt war): #3), #4) Nachtrag in Besprechung (mehrmals mit Buteo in der Nähe des Hauses), #1) ihre Schulterblätter als Flügel bezeichnet

#10) schon vor Mitteleinnahme Schmerzen in Schulterblättern und in Prüfung zunächst tägliches Problem.

#8) oft ein Gefühl von Gehoben sein, wie keinen Bodenkontakt zu haben, zu schweben, verbunden mit unangenehmem Schwindel

#9) von Katzen geträumt, die sie füttert. Einmal Haare überall am Körper gewachsen, und von haarigen Hobbit-Händen und -Füßen.

Beobachtungen des Prüfungsleiters vorab und während:

8.5.04

Schüler berichten, daß seit der Ankündigung der AMP in der Gruppe alles chaotisch und unverständlich ist: Termine werden verwechselt, Themen nicht verstanden, Wege nicht gefunden etc.

22.5.04 während des Einpackens der 9 Tütchen starke Gefühle der Wut auf (Name), daß sie mich mit dieser AMP hat sitzen lassen, ich alles allein verantworten muß, sich aus allem rauszieht und die privaten Entscheidungen allein trifft – alles so wie vor 10 Jahren zu Beginn unserer Beziehung.

Tr. in dieser Nacht: von 2 Siebenschläfern, die bei (Name) auf die Füße krabbeln. Wir fragen uns, ob es nicht Ratten seien, dafür aber ist der Schwanz zu puschelrig. Komm.: nette Stimmung. Meine Kreuzschmerzen heute wieder da, wie seit ca 2 Jahren nicht mehr, seit heute nach dem Aufstehen.

Erstmals seit langem vom Wecker und erst um 8 Uhr geweckt worden und sehr müde, obwohl normal schlafen gegangen. – schon seit langem nicht mehr so müde.

Einnahme um 10.00 im Häuschen.

direkte Beobachtungen: auffallender Widerspruchsgeist bei #4) und #8)

.....
am Tage der Prüfungsbesprechung 4.September 04:

Prüfungsleiter nachts: extrem geschwitzt ohne ersichtlichen Grund, aber gut geschlafen.

Traum: Bin bei der Arzneimittelprüfung in einen Raum gekommen, wo ich in einer Schublade einen Klumpen Gold fand, der offenbar niemandem gehörte. Reinige ihn und überlege, was wir mit dem ganzen Geld wohl machen können und wie wir es legalisieren könnten. Zum Schluß fällt mir ein, daß wir damit eine Stiftung gründen, um weitere Arzneimittelprüfungen anderer Prüfer zu fördern.

Im Schulgebäude bei Ankunft hinterer Raum unter Wasser, weil Überdruckventil der Heizung ständig läuft. Wir kamen gerade rechtzeitig, um eine Katastrophe zu verhindern.

Bei der Auswertung der Berichte: Zeichensetzung scheint fast weggefallen zu sein. Die meisten Kommata der Texte mußten nachgetragen werden, um die Sätze lesbar zu machen. Bei fast allen Prüfenden und Supervisoren.

Brief des Verreibers des verwendeten Mittel (Tyto alba) an den Organisator der AMP:

Lieber Herr Wichmann,

ich hatte von einem dänischen Museum, das der Universität Aarhus angegliedert ist, einen tiefgefrorenen Flügel einer Schleiereule erhalten, aus dessen Muskel-und Federanteil ein alkoholischer Extrakt (keine Verreibung) hergestellt wurde.

Der Flügel wurde mir von einem hochkarätigen Ornithologen der Universität Aarhus ausgehändigt, über dessen Sachkenntnis ich keinen Zweifel habe. Geschlecht der Eule ist mir nicht bekannt.

Ich habe einer 48jährigen Dänin, deren unumstrittenes Lieblingstier die Schleiereule ist (Schleiereule sogar in den Pullover eingestickt), das Mittel in Mk verabreicht. Danach ist eine der in unserer Praxis seltenen, ans Magische grenzenden Wirkungen aufgetreten. Etwa eine halbe Stunde nach Mitteltgabe, auf der Heimfahrt aus unserer Praxis, kreuzte bei Mondlicht eine Schleiereule den Kurs ihres Wagens, schwenkte in Fahrtrichtung ein, und begleitete den Wagen über einige hundert Meter. Zuvor hatte die Patientin während eines mehrmonatigen Aufenthalts in Deutschland nie eine Schleiereule gesehen. Die Patientin gab an, etwa 1 Std. nach Mitteleinnahme bis zum nächsten Morgen das reale Gefühl zu haben, gefiedert zu sein, mit ausgeprägten Flügeln und Schwanzfedern, was bis zum nächsten Morgen anhielt. Eine starkes Glücksgefühl ging damit einher. Ein hartknotiges Mamma-Ca der Patientin wurde jedoch nicht durch dieses Mittel beeinflußt und mußte schließlich operativ entfernt werden. Die Patientin ist eine abwartende, genau beobachtende, unflexible, perfektionistische Nonne mit graphischer Begabung, mit einem Augenaufschlag, der tatsächlich an eine Eule erinnert.

Weitere Erfahrungen mit Tyto alba liegen uns nicht vor. Wir sind an Ihren Prüfungsergebnissen interessiert.

Viele Grüße
Herbert Sigwart

Arzneimitteltrance zum noch unbekanntem Prüfmittel vom 29.5.04

spontan aufgeschrieben von Prüferin 1

Du siehst einen alten Mann, gebeugt von schweren Lasten und vom Alter. Er schlurft eine lange Allee entlang und du siehst ihn von hinten, wie er ächzend und gebeugt unter der schweren Last voranschreitet und kaum vorwärts kommt. Du bist jung und voller Schwung und dir tut dieser alte Mann unendlich leid. Schnell läufst du hinterher und bietest ihm deine Hilfe an. Schon hast du das Bündel der schweren Sachen gepackt, um es dem alten Mann abzunehmen. Doch dann erstarrst du. Zornig blitzen dich die harten Augen des alten Mannes an, die dichten weißen Augenbäuen zittern und zucken dabei. "Trag deine eigene Last, junger Mann. Das ist MEINE Lebenslast. Du darfst sie mir nicht abnehmen!"

Erschrocken weichst du zurück, enttäuscht, aber auch erstaunt von der Kraft dieses scheinbar so kraftlosen Greises. Und von der schneidenden Härte und Wahrheit, die er dir ins Gesicht schleudert.

Du bist aber neugierig geworden. Willst von ihm lernen. Von ihm wissen, was er da so alles drinnen hat, in dem Sack. Denn als du ihn in deinem jugendlichen Leichtsinne so an dich gerissen hast, da hast du gemerkt, daß dieser Sack schwer wie Blei ist. Und du ihn selbst wahrscheinlich keine 10 Schritte hättest tragen können.

"Darf ich dich ein Stück des Wegs begleiten?" Fragst du schüchtern und hoffnungsvoll auf eine positive Antwort. Aber du bekommst keine.

Der alte Mann schlurft mit seinen gleichmäßigen aber langsamen Schritten weiter.

Du zögerst, weil er dich nicht eingeladen hat, mitzukommen, dich aber auch nicht abgewiesen hat. Du mußt an deinen alten weisen Großvater denken, der dir mal gesagt hat kurz bevor er starb: "Junge, frag nicht so viel. Spüre in dir nach, was die Menschen von dir wollen. Deine innere Stimme antwortet dir."

Also spürst du nach und du spürst eine Unsicherheit, aber keine Ablehnung. Also traust du dich, mitzugehen. Und es kommt dir unendlich langsam vor, langsam wie das Tempo einer Schnecke. Du gehst schweigend neben ihm her. Sein Atem geht keuchend, sein Rücken ist gebeugt, gebeugt von schwerer Last, aber keine Klage kommt von seinen Lippen.

Irgendwie wirst du wütend. Warum läßt der alte Kerl sich nicht helfen? Du bist jung und stark und sollst das jetzt aushalten, dauernd nebenher zu gehen und das mitanzusehen. Dann wechselt deine Wut in tiefes Mitleid. Was muß der alte Mann alles erlebt haben, daß er so Schweres zu tragen hat. Vielleicht hat er wie Hiob Haus und Hof und Frau und Kinder und alle Freunde verloren und trägt das Letzte, was er noch hat an einen Platz, den er sein eigen nennt.

Bald wird es dunkel. Und du siehst neben der Allee, die dir endlos und unendlich vorkommt, eine wunderschöne Stelle. Ein zerfallenes Haus, das einst hochherrschaftlich gewesen ist, umgeben von einer verwilderten Wiese mit Obstbäumen aller Art. Und sie blühen in reinstem Weiß und Rosa. Die Bienen summen darinnen, aber man merkt der Kühle und Feuchtigkeit der Luft an, daß es Abend wird und alle Bienen sich in ihren Stock zurückziehen werden, in dem ihre Kinder und Kindeskinde in ihren Puppenwiegen liegen und träumen. Träumen von den Blüten, den Apfelbäumen, der Freiheit.

Und der alte Mann steuert auf eine Stelle zu zwischen drei Apfelbäumen. Eine Stelle, an der der Bauer bereits geheut hat und der Hang dahinter hebt sich in wunderbarer Abendstimmung wellig ab und beherbergt noch eine Vielzahl von anderen Obstbäumen.

Ein tiefer Frieden überkommt dich und plötzlich fühlst du dich zu dem alten Mann hingezogen, auf merkwürdige Weise mit ihm verbunden. Als er seine Last ablegt, sich wie ein Jugendlicher straff aufrichtet, dich mit leicht lächelndem und gleichzeitig verwunderten Blick ansieht und sagt: "Setz dich".

Du setzt dich gelassen hin und jubelst innerlich, war es doch das erste Wort von dem Alten, das auch noch eine Einladung an dich war, bei ihm zu bleiben.

Dann blieb er aber stumm. Sammelte abgebrochene Hölzer von den Obstbäumen, schichtete sie kunstvoll zu einem Haufen und entzündete mit einem uralten silbrigen Feuerzeug das Feuer. Hoch loderte es auf und kam gerade recht, knisternd und knatternd und lodern die feuchte Kälte zu vertreiben, die der Abend mit sich bringt.

Du sitzt da und genießt das lodernde wärmende Feuer und siehst in seinem Schein die blitzenden Augen des alten Mannes und seinen fest verschlossenen Mund. Du wagst es, nach seiner Last zu fragen, zu fragen, was er denn mit sich trüge. Und er sagt: "Kleiner, du mußt noch viel lernen. Es ist MEIN Leben. Es ist alles in diesem Sack. Alles, was ich gesammelt habe. Und alles bin ICH. Und es ist gut, dies zu tragen. Weil Ich es bin. Und du, mach dich auf den Weg. Sammle du deine Eindrücke, sammle deine Steine, dein Gold, deine Miststücke, sammle alles, was dein Leben dir geben will. Und wenn du willst, teile es mit einer Frau oder einen andren Menschen, den du liebst. Aber denke immer daran, es gibt eine Zeit, wenn das Leben zu Ende geht, dann kannst du die Lasten ablegen, die Lasten hier auf der Erde lassen. Aber solange trage sie, trage sie mit Würde."

Und dann rollte er sich in seine Decke ein und schlief ein.

Er hatte neben dem Haus noch eine Decke liegen. Da legte ich mich hinein und schaute lange in die Sterne. Und eine Sternschnuppe, die blitzte den Himmel herunter. Und das Feuer war nur noch ein Haufen Glut. Und als ich dann endlich merkwürdigerweise sehr friedlich eingeschlafen war, wurde ich geweckt von der nassen Schnauze eines Schäferhundes, der sich über den Wanderer wunderte, der da lag. Und erschreckt schaute ich mich um, aber der Alte war weg. Keine Spur mehr von ihm, hatte er alle Lasten abgelegt?

Ich weiß es nicht, aber leichten Mutes zog ich auf die Allee in mein eigenes Leben hinein.

Das erste, was ich fand, wickelte ich sorgfältig in ein Tuch und machte daraus ein Bündel, das mich den Rest meines Lebens begleiten wird.

Gebrüder Grimm

Die Eule

Vor ein paar hundert Jahren, als die Leute noch lange nicht so klug und verschmitzt waren, als sie heutzutage sind, hat sich in einer kleinen Stadt eine seltsame Geschichte zugetragen. Von ungefähr war eine von den großen Eulen, die man Schuhu nennt, aus dem benachbarten Walde bei nächtlicher Weile in die Scheuer eines Bürgers geraten und wagte sich, als der Tag anbrach, aus Furcht vor den andern Vögeln, die, wenn sie sich blicken läßt, ein furchtbares Geschrei erheben, nicht wieder aus ihrem Schlupfwinkel heraus. Als nun der Hausknecht morgens in die Scheuer kam, um Stroh zu holen, erschrak er bei dem Anblick der Eule, die da in einer Ecke saß, so gewaltig, daß er fortlief und seinem Herrn ankündigte, ein Ungeheuer, wie er zeit seines Lebens keins erblickt hätte, säße in der Scheuer, drehte die Augen im Kopf herum und könnte einen ohne Umstände verschlingen. 'Ich kenne dich schon,' sagte der Herr, 'einer Amsel im Felde nachzujagen, dazu hast du Mut genug, aber wenn du ein totes Huhn liegen siehst, so holst du dir erst einen Stock, ehe du ihm nahe kommst. Ich muß nur selbst einmal nachsehen, was das für ein Ungeheuer ist,' setzte der Herr hinzu, ging ganz tapfer zur Scheuer hinein und blickte umher. Als er aber das seltsame und greuliche Tier mit eigenen Augen sah, so geriet er in nicht geringere Angst als der Knecht. Mit ein paar Sätzen sprang er hinaus, lief zu seinen Nachbarn und bat sie flehentlich, ihm gegen ein unbekanntes und gefährliches Tier Beistand zu leisten; ohnehin könnte die ganze Stadt in Gefahr kommen, wenn es aus der Scheuer, wo es säße, heraus bräche. Es entstand großer Lärm und Geschrei in allen Straßen: die Bürger kamen mit Spieß, Heugabeln, Sensen und Äxten bewaffnet herbei, als wollten sie gegen den Feind ausziehen: zuletzt erschienen auch die Herren des Rats mit dem Bürgermeister an der Spitze. Als sie sich auf dem Markt geordnet hatten, zogen sie zu der Scheuer und umringten sie von allen Seiten. Hierauf trat einer der beherztesten hervor und ging mit gefälltem Spieß hinein, kam aber gleich darauf mit einem Schrei und totenbleich wieder herausgelaufen, und konnte kein Wort hervorbringen. Noch zwei andere wagten sich hinein, es erging ihnen aber nicht besser. Endlich trat einer hervor, ein großer starker Mann, der wegen seiner Kriegstaten berühmt war, und sprach 'mit bloßem Ansehen werdet ihr das Ungetüm nicht vertreiben, hier muß Ernst gebraucht werden, aber ich sehe, daß ihr alle zu Weibern geworden seid und keiner den Fuchs beißen will.' Er ließ sich Harnisch, Schwert und Spieß bringen und rüstete sich. Alle rühmten seinen Mut, obgleich viele um sein Leben besorgt waren. Die beiden Scheuertore wurden aufgetan, und man erblickte die Eule, die sich indessen in die Mitte auf einen großen Querbalken gesetzt hatte. Er ließ eine Leiter herbeibringen, und als er sie anlegte und sich bereitete hinaufzusteigen, so riefen ihm alle zu, er solle sich männlich halten, und empfahlen ihn dem heiligen Georg, der den Drachen getötet hatte. Als er bald oben war, und die Eule sah, daß er an sie wollte, auch von der Menge und dem Geschrei des Volks verwirrt war und nicht wußte, wohinaus, so verdrehte sie die Augen, sträubte die Federn, sperrte die Flügel auf, gnappte mit dem Schnabel und ließ ihr schuhu, schuhu mit rauher Stimme hören. 'Stoß zu, stoß zu!' rief die Menge draußen dem tapfern Helden zu. 'Wer hier stände, wo ich stehe,' antwortete er, 'der würde nicht stoß zu rufen.' Er setzte zwar den Fuß noch eine Staffel höher, dann aber fing er an zu zittern und machte sich halb ohnmächtig auf den Rückweg. Nun war keiner mehr übrig, der sich in die Gefahr hätte begeben wollen. 'Das Ungeheuer,' sagten sie, 'hat den stärksten Mann, der unter uns zu finden war, durch sein Gnappen und Anhauchen allein vergiftet und tödlich verwundet, sollen wir andern auch unser Leben in die Schanze schlagen?' Sie ratschlagten, was zu tun wäre, wenn die ganze Stadt nicht sollte zugrunde gehen. Lange Zeit schien alles vergeblich, bis endlich der Bürgermeister einen Ausweg fand. 'Meine Meinung geht dahin,' sprach er, 'daß wir aus gemeinem Säckel diese Scheuer samt allem, was darinliegt, Getreide, Stroh und Heu, dem Eigentümer bezahlen und ihn schadlos halten, dann aber das ganze Gebäude und mit ihm das fürchterliche Tier abbrennen, so braucht doch niemand sein Leben daran zu setzen. Hier ist keine Gelegenheit zu sparen, und Knausererei wäre übel angewendet.' Alle stimmten ihm bei. Also ward die Scheuer an vier Ecken angezündet, und mit ihr die Eule jämmerlich verbrannt. Wers nicht glauben will, der gehe hin und frage selbst nach.