



**Sylvia C. Trächslin**  
Quantencoaching® . wingwave®-Coaching . Projekte  
Weidenweg 10, CH-4127 Birsfelden  
Telefon +41(0)61 643 92 26  
Mobile +41(0)79 882 71 90



## Von Erfahrungen bis zu 'Schmerzkörper'-Themen

Unsere Erfahrungen und was für Schlüsse wir aus diesen bewusst und unbewusst gezogen haben, werden ab dem Moment unserer Zeugung in unserem Körper beziehungsweise in den Körperzellen gespeichert. In verschiedenen Studien wurde nachgewiesen, dass sogar Erfahrungen unserer Vorfahren und kollektive Erfahrungen eines Landes auf den Körper und die Körperzellen einwirken und das Denken, Fühlen und Handeln beeinflussen.

Die in den Körperzellen sowie im den Körper umgebenden Energiefeld gespeicherten Erfahrungen können jederzeit durch ein diesen Erfahrungen entsprechendes Ereignis reaktiviert werden. Dies wiederum kann dazu führen, dass dann auch die mit den gespeicherten Erfahrungen verbundenen begrenzenden Denk- und Handlungsmuster und daraus resultierende Handlungsketten und deren Folgen aktiviert werden.

Erlebt der Mensch nun vor- und nachgeburtlich, als Kind, Jugendliche(r) und Erwachsene(r), immer wieder solche Wiederholungen, bildet sich laut Eckart Tolle (Weisheitslehrer) ein 'Schmerzkörper', welcher einerseits durch das Schwierige immer wieder seine Nahrung bezieht, und andererseits wieder und wieder versucht dieses Schwierige, Schmerzende abzuwehren und dem Schmerz Widerstand zu leisten. Mit Widerstand leisten ist auch die Idee Kontrolle gewinnen zu müssen verknüpft, was jedoch stets aufs Neue die Befürchtung nährt, die Kontrolle verlieren sowie als Versager dastehen zu können. Derartige Endlos-Schleifen müllen die inneren Räume von Menschen systematisch zu und bewirken permanenten Verlust des Bewusstseins für die eigene Würde.

'Die Themen in Schmerzkörpern' können existentielle Schmerz-Erfahrungen (Lieblosigkeit, nicht gesehen und gehört worden sein, Missachtung, Ausbeutung, Gewalt, Entwertung u.a.m.), Verluste, Enttäuschungen, Trauer, Sorgen, Wut, Bitterkeit, Schuld(gefühle), Mühe sich und anderen zu vergeben, ein ausgeprägtes Pflicht- und Verantwortungsgefühl und sich in Probleme anderer verstricken (Co-Rollenverhalten) oder sich in Partnerschaften und Beziehungen auflösen und aufgeben (Co-Narzissmus) sein.

Die meist unbewussten 'Schmerzkörper'-Themen führen fast immer zu innerer Anspannung und Unruhe, Schlaf- und Durchschlafstörungen, körperlichen Verspannungen und Schmerzen, Aggressionen, Ängsten, Konzentrations- und Motivationsproblemen und anderem mehr.

[www.sylviatraechslin.ch](http://www.sylviatraechslin.ch) . [www.quantencoaching-basel.ch](http://www.quantencoaching-basel.ch) . [www.aha-bs.ch](http://www.aha-bs.ch) . [www.holdirhilfe.org](http://www.holdirhilfe.org)