

Doppelgänger- Training | Steuerungs-Protokoll | 2.-6. Januar 2010

	<u>Spalte A Alter Doppelgänger</u>	<u>Spalte B Aktueller Doppelgänger</u>
Zeile 1 / Physis / Außen: Situation beschreiben: Anker (Sinnliche Welt)		
Zeile 2 / Äther / Handlungsablauf: Handlungen nacheinander	1..... 2..... 3..... 4..... 5..... 6..... 7..... 8..... 9..... 10.....	1..... 2..... 3..... 4..... 5..... 6..... 7..... 8..... 9..... 10.....
Zeile 3 / Astral / Innen: Gedanken, Gefühle, Impulse		
Zeile 4 / & Glaubenssätze, Handlungsmuster, aus Lebensphase (Jahrsiebt angeben) aus Liste übertragen! Ggf. Stärken/Schwächen, Elemente zuordnen	GS: HaMu.....	GS: HaMu.....
Zeile 5 / Emotion/Vision, Weltbilder: Arbeit: Lebensziele: Beziehung:
Z6 / Geist / DG -Kateg.	<input type="checkbox"/> 0-28 <input type="checkbox"/> 28-35 <input type="checkbox"/> 35-42 <input type="checkbox"/> 42-49	<input type="checkbox"/> 49-56 <input type="checkbox"/> 56 -63 <input type="checkbox"/> 63-70
Z7 / Bew. / Manifest.	Phy-Äth-Astr-Ich-GS-LeG-GM // Phy-Äth-Astr-Ich-GS-LeG-GM	Phy-Äth-Astr-Ich-GS-LeG-GM // Phy-Äth-Astr-Ich-GS-LeG-GM
Zeile 8 / GS / DG-Bild beschreiben:		
Zeile 9 / GS / Name		
LeG / Alte Körper-Posit.		
GM/Entmachtungsbeginn		
GM/Transformationsbeg.		
GM/Manifestationsbeg.		

Phasen der Doppelgänger-Arbeit:

1. **Analyse** des Doppelgänger: Spalte A komplett ausfüllen (Glaubenssätze (GS), Handlungsmuster (HaMu) zuordnen.
2. Gruppen-**Übung** machen – ggf. dabei Doppelgänger beobachten – Reflexion allein 5 Min., mit LP 5 Min.
3. **Analyse** Alter Doppelgänger **vertiefen** und Spalte A detaillierter ausfüllen – Feedback des LP hilfreich!
4. **Meditation:** Wie würde der aktuelle Doppelgänger dieselbe Situation gestalten? Simulation.
5. Spalte B (Zeile 1-5, 8-9) ausfüllen; Meditation: akt. Doppelgänger an Handlung/Objekt **ankern** (Gnom).