

Herz schlägt schon Katharina, Was zählt, ist die Person, die den Rhythmus ändern kann. Du hast meinen Rhythmus geändert. Du hast mich diese Wärme fühlen lassen. Ich wollte nie, dass du deine Hand aus meinem Herzen nimmst. Ich hoffe, wir sehen uns eines Tages wieder. Fatih

Ich hab Wärme gespürt, Deine Atmung, Deinen Herzschlag, Deine Energie. Man hat sich gegenseitig gerochen, gehalten, den Kopf einfach mal abgelegt und entspannt. Ich habe gegeben und gleichzeitig genommen...Es fühlte sich Gut und Richtig an, wir waren eine kurze Zeit eins, obwohl wir uns fremd waren, waren wir uns doch sehr vertraut. Es war ein schönes und angenehmes Gefühl, ohne viel von einander zu wissen - das aktuelle Wohlbefinden/den aktuellen Gemütszustand - waren wir da für einander... ohne Worte. Danke für diese schöne Erfahrung. Dominic

Während der ersten Minute des Warmwerdens habe ich eine „Brücke“ - unsere Hände - zwischen uns gespürt, die Liebe und Wärme weiterleitet. Es hat sich wie ein geschlossener Kreis angefühlt. Anschließend habe ich ab der zweiten Minute darüber nachgedacht, wie interessant diese Erfahrung für mich ist. Ich habe noch nie so etwas erlebt bzw. gespürt. Zum Ende hin ab der dritten Minute wurde mir wieder bewusst wo wir sind und dass Menschen um uns herum sind. Ich habe überlegt, was diese Menschen wohl über uns denken und ob sie sich fragen, was wir tun. Sevgi

Das war Höhepunkt von gestrigen Tag! In den Rummel habe ich mich mit dir wie in einem Karussell in Zentrum der Welt gefühlt. Plötzlich stillstehen mitten in Kessel ohne Angst. Ohne Zeit. Übrigens du atmest viel schneller als ich. Vielen Dank für 3 Minuten die ich gerne wiederholen werde. Milan

Bei mir hat es hauptsächlich Müdigkeit und Ruhe ausgelöst, da ich Schlafprobleme habe, aber als Insel in der Zivilisation und anonymen Grosstadtraum wirklich gut. Da für mich die Kommunikation in Köln im wesentlichen visuell und verbal abläuft, ist die Idee in vielerlei Hinsicht richtig gewesen. Ich fand 3 Minuten waren auch spannend. An der Stelle passiert dann etwas. Niloy

Ich habe mich sehr geborgen gefühlt und beseelt. Verbindung kann auch in Stille passieren. Danke dafür. Marc

Zuerst stand ich da mit dir zusammen beim Hände wärmen und ich sah die anderen Passanten die hinter und auch rechts und links neben uns vorbei gingen. Ich nahm noch wahr dass ein ausländischer Mann sich für meinen Hund interessierte und ihn anguckte. Nach ca 1 Minute schaute ich für einen Bruchteil einer Sekunde auf dein Gesicht und in deine Augen. Von da an nahm ich rund um uns herum nichts mehr wahr und hatte ein Gefühl als ob ich schwebe und rings um uns herum nahm ich auch keine Stimmen oder vorbeifahrende Autos war. Es war einfach ein Gefühl der Stille in mir zu spüren und ein abschaltendes Gefühl von der Umwelt. Nach ca 2 Minuten spürte ich auf einmal deine warme Hand in meiner Hand liegen und dabei hatte ich ein Gefühl, als ob wir uns Jahre schon kennen und uns gerade vor den Kalk Arcaden nach Jahren wieder getroffen hatten. Es war ein echtes Gefühl der Geborgenheit, bis du mich aus diesem wirklich schönen Gefühl mit deinen Worten, "drei Minuten" aus diesem Gefühl herausgeholt hast. Reiner

Es war eine ungewöhnliche und schöne Erfahrung, von Dir warm gehalten zu werden. Im ersten Moment irritierend, einen bis dahin fremden Menschen im Arm zu halten. Nachdem ich meine Augen geschlossen hatte, konnte ich mich aber ganz auf die neue Situation einlassen: Ich spürte Deine Wärme, die ein Gefühl von Geborgenheit in mir auslöste und mich die Hektik des Alltags und den öffentlichen Raum vergessen ließ. Ein Moment der Entspannung und Entschleunigung in langen drei Minuten. Britta

strangers passing in the street / by chance two separate glances meet / and i am you and what i see is me... Francesco

Ich finde die Idee spannend , wenn sich 2 fremde Menschen auf der Strasse begegnen, sich die Hände halten und in die Augen schauen. Mein Gefühl war, dass in diesem Moment der Begegnung, die Umgebung in den Hintergrund tritt und man mehr im "Hier und Jetzt" befindet und die Zeit einen anderen Fluss entwickelt. Gerade der Blick in die Augen, nimmt den Geist viel mehr gefangen und man versucht den Menschen dahinter, zu erkennen. Naja wird nun etwas zu philosophisch. Für mich war es wie eine Tasse grüner Tee. Der Geist wurde wacher und man war wieder mehr in der Gegenwart. Ich fand es sehr spannend diesen Augenblick mit dir zu teilen. Peter

Es war ein gleichzeitiges Geben und Nehmen und getragen werden. Die Zeit konnte kurz einfach mal stehen bleiben und ich war im JETZT. Mal habe ich nur innerlich gefühlt, dann wieder gespürt, wer wo seine Arme hat. Dann wieder den Atem, ob er gleichzeitig ist oder unterschiedlich. Die Menschen um uns herum habe ich wahrgenommen, aber es hat mich nicht gestört. Ich musste auch mal grinsen, als eine Gruppe Männer sehr nah an uns vorbei gingen. Für mich war es ein riesengroßes Geschenk. DANKE AN DICH, an die Liebe, das Leben, das Universum und auch an mich, weil ich es zulassen und annehmen konnte. Lana