

# Entzündung, leichtes Fieber

Plastizieren,  
Formenzeichnen

Rhythmus beachten. Ausgleich, Harmonie zwischen den Flächen, den Kanten im Verhältnis zur Form. Konvexe hervorheben.

Malen, Zeichnen



Da, wo Leben und Dynamik den Menschen ganz ausfüllt, ist Formkraft kühlend und reinigend.

Musik, Gesang



Kühlen (bei Bedarf rezeptiv) durch sogenannte kalte oder kühle Klangqualitäten. Form und Halt geben: Durch gezielte rhythmische Abfolgen kann Struktur ins sonst ausfließende Geschehen gebracht werden.

Sprache, Drama



Ableitend vom Zentrum in die Peripherie durch Lösung der Atmung. Klärend, kühlend, strukturierend.

Die formenden, gestaltenden, Leben verdrängenden, abbauenden Kräfte unterstützen. Anregen der Bewusstseinskräfte. Über die Ich-Aktivität strukturieren, klären, kühlen, ableiten.

Klare Formen nutzen, z.B. platonische Körper, und in polare Formen verwandeln. Senkrechte Formen anwenden, z.B. Menschengestalt. Formenzeichnen mit geraden und krummen Linien.

Zeichnen von einfachen, klaren geometrischen Formen, Perspektive in der Landschaft entdecken. Seinen eigenen Standpunkt festigen, Wahrnehmungsübungen, mit kühlem Türkis Kristalle malen.

Die Atmung beruhigen und vertiefen. Übungen mit Klangstäben (z.B. Hexameter oder andere festigende Rhythmen) oder mit Zupfinstrumenten, hier besonders Kinderharfe oder Kantele.

Strukturierende und klingende Konsonanten- und Vokalübungen. Rhythmische Berührungen am Körper unter Einbezug der Sprache, ableitend in die Peripherie, z.B. von den Knien zu den Füßen mit Hexameter. Aktive wie auch rezeptive Übungen.