

Myome, Lipome, Fibrome

Plastizieren,
Formenzeichnen



Auf Rhythmus und Wärme im Entstehen der Formen achten. Polaritäten erarbeiten und Mitte finden. Aufmerksamkeit auf das Seelische und Geistige lenken.

Malen, Zeichnen



Innere seelische Begeisterung anregen mit reinen Farben. Es ist das L(ich)t, das die Wärme im Stoff impulsiert und die Farben durchleuchtet oder beleuchtet.

Musik, Gesang



Mit der musiktherapeutischen Übung wird das Ich angeleitet, bis in die unteren Wesensglieder interessiert präsent zu werden.

Sprache, Drama



Verlebung der Ich-Integration. Ich-Struktur im Leib fördern über Lösung der Atmung, Förderung der Stimmmodulation.

Stoffwechsel rhythmisieren, erwärmen.
Den Seelenleib mit den Lebenskräften verbinden.
Das Wässrige aktivieren, rhythmisieren und ordnen.

Auf der feuchten Tonfläche Lemniskaten bilden. Den Kreuzungspunkt nach unten/oben ziehen und die Mitte wieder finden. Im Relief Strömungsformen aufgreifen. Kleine geometrische Formen mit den Fingern und Handballen im Wechsel aufbauen. Formenzeichnen zu zweit.

Die Gestaltungskraft durch das Licht und nicht durch die Empfindung anregen. Das Malen in Schichten auf großem Papier von den Farben vor dem Licht, Magenta bis Gelbgrün, zu den Farben hinter dem Licht, Türkis bis Violett, kann die Seele in Bewegung bringen.

Die Präsenz der Individualität bis in die Füße bringen: klare Formen laufen, unterstützt durch Intervalle der Prim, Quart, Oktav. Gesangsübungen. Lebensprozesse musikalisch behandeln (rezeptiv oder aktiv, z.B. mit Leier).

Konsonantenübungen und Belebung der Atemwurzel mit K, F. Vokalübungen mit A, O und U. Meditationen mit Körper-/Bewegungsbezug. Stabreim. Rhythmische Atemübungen.