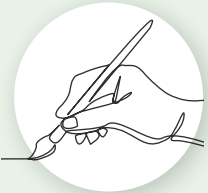


Unerfüllter Kinderwunsch



Die Wärme im Stoffwechsel anregen.
Das Lösende und das Formende ansprechen.
Bewusstseinskraften anregen.



Aus dem geistigen Pol in seelische Qualitäten
inkarnieren und bis in die Wärme eintauchen.
Formkraft löst, durch das Seelische abgedämpft,
im Ätherischen den Impuls zur Bewegung aus.



Sich öffnen für Neues, sich selbst im Leib wahrnehmen,
zum Eigenausdruck führen.



Integration in den Körperschwerpunkt; mit Wechsel von ruhig-
runden und strahlig-geradlinigen Bewegungen.
Förderung der Tiefenatmung, des stimmlichen, genussvollen Ausdrucks.
Anknüpfung an die geistige Welt.

Geistig-seelische Integration in die Fortpflanzungsorgane.
Förderung der Kreativität.

Ton-Masse in den Händen durch kräftiges Hineingreifen erwärmen. Zur-Ruhe-Kommen durch das Erarbeiten einer Kugel. Auf dem eigenen Schoß eine Schale bilden. Auf eine warme Innengestaltung der Schale achten. Formenzeichnen an der Wand, mit der Kreide eine Schale schwingen. Mit Tropfenform wenden. Der Körper schwingt mit.

Frei gemalte Bilder zeigen die momentane Situation der Seele. Wenn alles fließt und sich stets verändert, Formkraft unterstützen und hüllend den blauen Mantel um sich legen. Wenn sich alles schnell formt, trennt und isoliert, Farbflächen anlegen, im Träumen ins Fließen kommen. Vom «ich will» ins «Geschehenlassen» kommen, Farbenspiele anregen.

Improvisationen üben und eigene Melodien schaffen. Harmonien erleben. Chrotta und Krummhorn bringen Wärme in den Leib. Die Atmung vertiefen.

Konsonanten- und Atemübungen mit H, F, K und M verbunden mit kreisenden Beckenübungen, Vokalübungen mit A, O und U. Exploration mit den Kommunikationsgesten. Meditations- und Gebetspraxis z.B. verbunden mit einer Beseelung der Atmung über die «Stern-Atmung» oder Übungen mit der Sixtinischen Madonna.