

# Colitis Ulcerosa

Ordnung im Stoffwechsel anregen.  
Innenraum beleben.  
Festigung der eigenen Person fördern.

Plastizieren,  
Formenzeichnen



Aufpassen, dass die gestaltbildenden Kräfte nicht zu stark beansprucht werden. Bei einem akuten Schub nicht mit Ton arbeiten, da der Körper bereits zu sehr mit der dem Wässrigen und Formenden beschäftigt ist! Wohliges Erleben fördern. In das Willensleben führen.

Formenzeichnen mit der Lemniskate in der Aufrechten, wo Innen und Aussen im Gleichgewicht rhythmisch verbunden oder der Mittelpunkt auch verschoben werden kann. Flechtbänder, Ein- oder Umstülpungen regen immer wieder Grenzbildungen an. Anlegen der platonischen Körper, Grenzen spüren, Innenraum halten, wo Form und Substanz im Gleichgewicht angelegt sind. Konkav arbeiten, mit langsamem Entstehen der Konkaven.

Malen, Zeichnen



Das überaktive Bewusstsein im Außen aufnehmen und sanft in die Seelenwärme eintauchen. Abtrennungen überwinden. Das Stoffwechsel-Gliedmaßen-System beleben. Gut schauen, inwiefern der Körper gerade mit dem Wässrigen des Aquarells umgehen kann. Ggf. Pastellkreide verwenden.

In Schichttechnik oder Pastellkreide mit hüllendem Kobaltblau stärken und Innenraum schaffen. Inkarnationsübung aus dem Smaragdgrün ins Saftgrün über Orange in das Braun der Erde führen. Mit Leben anregenden Farben von Magenta bis Gelb Flächen aufbauen, Übergänge erleben. Pflanzenmetamorphose beobachten und mit Pastellkreide den Prozess nachempfinden.

Musik, Gesang



Die Bewusstseinskräfte in den oberen Menschen zurückführen und Wärme im unteren Menschen entstehen lassen.

Von vorgegebenen melodischen Mustern zur Improvisation führen. Freier Ausdruck des eigenen Ichs in der Melodie finden. Mit dem Bass-Gämschhorn oder der Chrotta Wärmebildung und Ätherorganisation unterstützen.

Sprache, Drama



Symptomatische Behandlung:  
Im Schub: Beckenboden stärken und Strukturförderung des Darms.  
Positiven Bezug zur Körperlichkeit.  
Zwischen den Schüben: Abgrenzung, Selbstausdruck fördern.

Im Schub: strukturierende Kraft durch Stoßlaute wie D, N und B.  
Zwischen den Schüben: strahlige Kraft durch Konsonantenübungen wie «Hitzige strahlige» oder «Ist strauchelnder Stern» von R. Steiner