

Multiple Sklerose (MS)

Überstark formende Tendenzen in die Lösung und in das seelische Erlebnis bringen. Wärmeprozesse ermöglichen.



Seelisch aufgeladene Formen in die Lösung bringen und aus der Tätigkeit heraus ein seelisches Erlebnis entstehen lassen. Beziehung zur Sinneswelt schaffen und sie im Erleben erfahren.

Im Relief oder mit Formverwandlungen arbeiten (formen und wandeln). Auf dem Tonfeld Flächen streichen. Eine Acht in Verwandlung mit beiden Händen streichen. Raumerfüllend schaffen. Mit breiter, weicher Kreide Formenzeichnen.



Zwischen formendem, impulsgebendem Licht und alles durchdringender Wärme und Finsternis vermitteln.

Magenta hüllt in eine sanfte Wärme ein, alles durchdringend, tief einatmend, aufbauend und lösend. Viridiangrün unterstützt die Licht- und Aufrichtekraft, gibt Halt und Stille. Violett hilft loszulassen, unterstützt das Ausatmen, zur Ruhe kommen. Farben können sich in großen reinen Schleiern begegnen und eigenständig bleiben.



Stockende Bewegungen ins Fließen bringen, sowohl in den Bewegungen wie auch in den Gedanken. Die Gefühlswelt weiten.

Wir knüpfen an musikalische Erinnerungen an (Lieder, Instrumentalstücke) und lassen den Menschen dazu in Bewegung kommen. Streichinstrumente helfen, ins Fließen zu kommen. Neues schafft Freude, Beweglichkeit und Lockerung.



Wahrnehmende, inkarnierende Übungen mit Konsonanten und den Gliedmaßen. Verbindung von Gedanken mit Atem und Bewegung. Nährende, lösende, wärmende und beseelende Inhalte.

Arbeit mit den Lauten R – L – M, klingende Stimmarbeit z.B. mit der Silbe OM und den warmen, dunklen Vokalen A O U. Arbeit mit der Übung «in den unermesslich weiten Räumen» oder «Abracadabra» von R. Steiner. Naturlyrik.