



Biographiebegleitung
Vogt

„Entspricht mein Leben meinem Ich?“

Einzelarbeit und Gruppenerlebnis: Im Mittelpunkt steht der Mensch

Die anthroposophisch-künstlerische Biographiearbeit richtet sich an dich als einzelnen Menschen sowie an kleine Gruppen von bis zu sechs Menschen.

Einzelarbeit

Ein erster Schritt in der Einzelarbeit ist es oft, eine **Gesamtschau des ganzen Lebens** aus einem übergeordneten geisteswissenschaftlichen Gesichtspunkt heraus zu erstellen. Dadurch entsteht vom Ich aus ein erstes Bewusstsein von der Qualität einer Ganzheit. Der Blick auf das eigene Leben eröffnet weitere Möglichkeiten – und Fragen. Gespräche und künstlerische Zugänge helfen dabei, die rein intellektuelle Sicht des Denkens durch die Qualitäten des Fühlens und Wollens zu erweitern. Aus diesen heraus stellen sich Fragen wie „Entspricht mein Leben meinem Ich?“ oder „Welche Sehnsucht zieht mich aus der Zukunft?“

Ein weiterer Zugang in der Einzelarbeit ist das **„Helfende Gespräche“**, in dem von einer aktuellen Krise oder Lebensfrage ausgehend eine Verknüpfung zur seelischen Ebene gelingt; Einsichten und die Grundlage für eine Verwandlung entstehen; so können wir ein neues Bewusstsein, eine neue Sichtweise kreieren - und bis in die Ebene der ganz konkreten Verwandlung im Alltag bringen.

Weitere Werkzeuge und Techniken wie spezielle Schreibübungen, kombinierte Schreib- und Malübungen oder Zugänge über Märchen oder eine Heldenreise machen einen auf das Individuum abgestimmten Zugang möglich.

Kleingruppen

Die Arbeit in Kleingruppen ist thematisch ausgerichtet – und ermöglicht einen Zugang zu anthroposophischen Themen ebenso wie zum eigenen Ich. „Tod und Sterben“, „Märchen und Mythen“, „Männlich – Weiblich“ oder „Die Mission des Zorns“ sind Beispiele für Begegnungen dieser Art.

Meine Arbeit ist keine Therapie – und ersetzt auch keine; sie nimmt ganz bewusst die Begriffe „Karma“ und „Wiederholte Erdenleben“ auf – und bezieht so die Geistige Welt und die fortwährende Begegnung mit geistigen Wesenheiten mit ein.