

Seelenfutterzeichnungen

Ca. 80 Motive (von über 1.000). Gedruckt von GB-Druck GmbH, Maintal, auf RecyStar Polar, 100 % Altpapier, FSC-Recycling, alterungsbeständig.

Postkarten **DIN A 6:** pro Stück € 1,50 (D)
 Bilder **DIN A 4:** pro Stück € 20,00 (D)



... und weitere Motive.



Kooperation: MUTASPIR Handreichung
 Gemeinsame Sorge um existenzielle und spirituelle Ressourcen in Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialwesens, mit drei Creative Spiritual Care Übungen
 24 Seiten, 9 Zeichnungen

Herausgeber: Hochschule für Philosophie München und Professur für Spiritual Care und psychosomatische Gesundheit (Klinikum rechts der Isar der TU München)

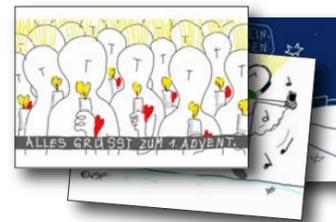
Kostenloser Download unter mutaspir.net



Weitere Kooperationen: u. a. mit Birgit Palt, den Himmelkroner Werkstätten und L'Incontro/CH

Sich dem Gewebe des Lebens öffnen
 Seelenfutterkalender 2025

Tischkalender mit Monatskalendarium, Spiralbindung und Rückenstütze
 Format: 14,8 x 14,8 cm
 250 g Bilderdruckpapier, matt
 14 Seiten
 14 farbige Zeichnungen
 ISBN 978-3-9826694-1-0
 € 9,95 (D)



Seelenfutter Adventskalender
 Einleuchtend sein

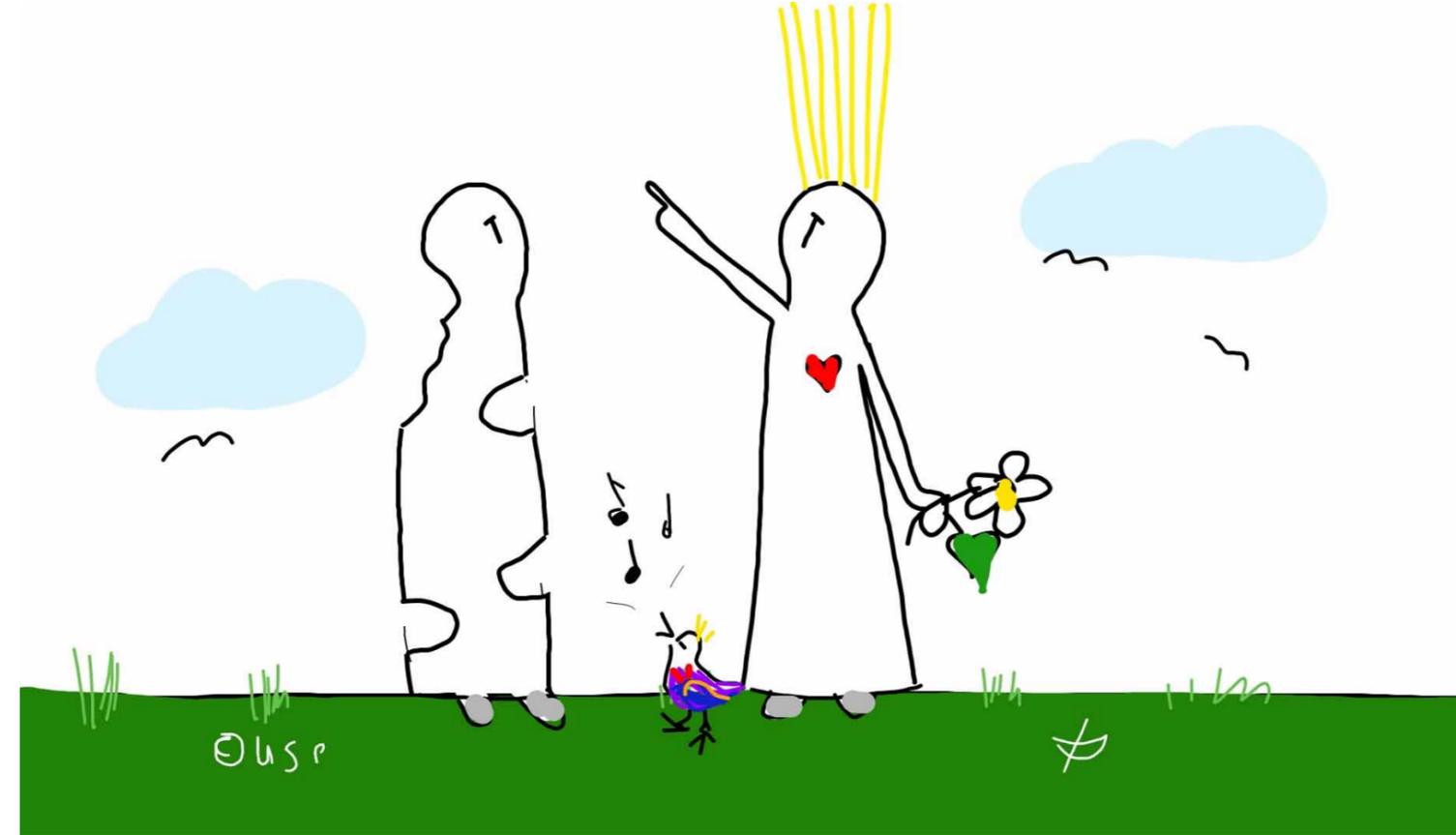
29 Postkarten, DIN A 6
 Gedruckt von GB-Druck GmbH, Maintal, auf RecyStar Polar, 100 % Altpapier, FSC-Recycling, alterungsbeständig
 € 30,00 (D)

Immer schön enthusiastisch bleiben
 Notizbuch mit zwei Titelseiten

DIN A 5 (14,8 x 21 cm)
 4 farbige Zeichnungen, abgerundete Ecken; Umschlag: 235 g Chromokarton, folienkaschiert matt; Innenteil: 100 Seiten blanko 80 g Offsetpapier, weiß; Klebebindung
 € 9,95 (D)



USP Ulrike Streck-Plath
 Text | Mentoring | Kunst | Musik | Literatur
 Backesweg 5
 63477 Maintal
 +49 6181 42 41 90
 +49 171 82 144 13
 usp@usplive.de
 usplive.de



USPs Seelenfutter

Creative Spiritual Care *Literatur*

sowie Kalender, Postkarten und weitere Inspirationen für Herz und Geist



Creative Spiritual Care: Existenzielle und spirituelle Ressourcen alltäglich stärken



Geburtsrecht ist, heil und ganz zu sein. Die Zeichnung zeigt, dank welcher Verbindung Menschen wieder ganz werden können.



Bei der Reißübung machen Menschen ihre tiefsten Verletzungen sichtbar und berührbar. Sie verstehen, dass verlorenes Selbst zurückholbar ist.



Diese Zeichnung zeigt den Prozess des Ganzwerdens. Der Mensch gestaltet sein Sein und Haben als Künstler, in Verbindung mit dem Dahinter der Zeit.



Insbesondere Erlebnisse mit Teilnehmenden der 24-29-3-45 Kollektive Performance führten zur Entwicklung von Creative Spiritual Care. kzadlerwerke.de

Einleitung

- Geburtsrecht ist, heil und ganz zu sein.
- Durch belastende Erlebnisse verlieren Menschen jedoch Teile ihres Selbst, ihrer Energie.
- Creative Spiritual Care hilft, damit umzugehen, die Teile zurückzuholen und wieder resilienter bzw. energetisch souverän zu werden.
- Das Verlieren von Teilen des Selbst ist mit wenigen Strichen und einer Reißübung ebenso darstellbar wie das mögliche Zurückholen.

Methoden

- Die aus Kunst heraus entwickelte, rationale Creative Spiritual Care basiert auf
 - einem besonderen Verständnis für Liebe als heilsamer Kraft,
 - einer Körperübung
 - sowie dem bewussten Einsatz von Sprache und inneren Bildern.
- Neben dem Zurückholen von Essenz geht es um das Verändern hindernder Glaubenssätze, Strategien und Muster etc., die sich durch den Verlust entwickelt hatten.
- Die Menschen handeln dabei als Künstler und in Verbindung mit dem Dahinter der Zeit.

Ergebnisse

- Die Praxis zeigt: Mehr ureigene Essenz, also Energie zu haben, erhöht u. a. die Resilienz.
- Im Innen und Außen entspannen sich viele Sachverhalte.
- Menschen können auch in alltäglichen belastenden Situationen ihre existenziellen und spirituellen Ressourcen umgehend selbstwirksam stärken.

Schlussfolgerung

- Menschen erkennen an der Reißübung,
 - wie ihre Essenz über die Jahre verloren ging,
 - warum es so kräftezehrend ist, diese Leere zu kompensieren
 - und warum die Rückkehr der Teile und damit wieder Ganzwerden natürlich möglich ist.
- Creative Spiritual Care bietet ein unkompliziert anwendbares Instrumentarium, von einfachen Formulierungen und transformierenden Visualisierungen bis hin zu Aufstellungsarbeit in Eigenregie.
- Menschen können Creative Spiritual Care einfach so im Alltag für sich selbst und andere anwenden.
- Reiß- und Körperübung sind der Schlüssel des Menschen zu sich selbst und gegebenenfalls zu einer gelingenden Therapie an anderer Stelle.

Weiterführende Literatur

Ganz werden, ganz einfach. Creative Spiritual Care, Lebenskunst für alle: Hintergrund; Sichtbarkeit; Wichtige Hinweise; Erste Schritte. intrasonanz.de



MUTASPIR-Handreichung, (2023). Praxisnahe Unterstützung mit Anregungen und Werkzeugen, um über existenzielle und spirituelle Fragen zu sprechen. Herausgeber: Hochschule für Philosophie München und Professur für Spiritual Care und psychosomatische Gesundheit (Klinikum rechts der Isar der TU München). Redaktion: Prof. Dr. Eckhard Frick, Prof. Elisabeth Linseisen, Ulrike Streck-Plath. mutaspir.net.



Ulrike Streck-Plath: Selbst zurückholen. Das Geburtsrecht ausüben, heil und ganz zu sein oder: Sprich nur ein Wort. Spiritual Care (2023); 12(3): 267-270.

Ulrike Streck-Plath:

- Von wegen Depression, Sucht & Co. (2022).
- Das Licht füttern (2022).
- Vergiss Narziss (2023).
- Träume ziehen Blüten gleich (2023).

 Alle Verlag: USPs Seelenfutter.



Von wegen Depression, Sucht & Co.
Ganzwerden mit Intrasonanz
Ein Vademecum für die Seele

Bibliothek der Intrasonanz, Band 1
144 Seiten, schwarz/weiß
24 Abbildungen, 3 Zeichnungen
ISBN 978-3-9824437-9-9
€ 15,00 (D)

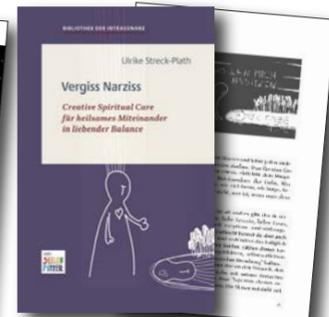
„Grundwerk, das in jeder Klinik, jeder psychologischen Praxis zu liegen hat. Grundlagenmaterial für Ausbildungen, insbesondere für die Schulung psychologischer und sozialer Kompetenz. Im Grunde beschreibt es eine Revolution und liefert Klarheit im Realitätsbezug, der immer mehr verloren zu gehen scheint.“
Jana Lother, Sportwissenschaftlerin und -psychologin, Berlin



Das Licht füttern
100 schwarzweiße Inspirationen für Tag und Nacht

Bibliothek der Intrasonanz, Band 2
152 Seiten, schwarz/weiß
100 Zeichnungen
ISBN 978-3-9824437-4-4
€ 17,00 (D)

„Der Clou des Ansatzes von Ulrike Streck-Plath ist, wie im ersten Band entwickelt, der Antennenbereich des menschlichen Wesens. Allein nur die wechselseitige Vernetzung des Kreatürlichen und Natürlichen wäre unzureichend. Sie bewegt sich also aus der Ebene heraus in den Raum und in den Himmel, der aber sich auf Erden einrichten lässt.“
Heinz Markert, Weltexpresso



Vergiss Narziss
Creative Spiritual Care für heilsamen Miteinander in liebender Balance

Bibliothek der Intrasonanz, Band 3,
176 Seiten, schwarz/weiß
26 Abbildungen, 10 Zeichnungen;
ISBN 978-3-9825805-1-7
€ 20,00 (D)

In belastenden Situationen Teile des Selbst abzuspalten, ist eine natürliche Reaktion. Um diesen Verlust zu kompensieren, entstanden gesellschaftliche Systeme mit komplexen Beziehungsgeflechten zwischen Macht und Ohnmacht, Abhängigkeit und Unabhängigkeit, Ausbeutung und Überschüttung. Mit Creative Spiritual Care können Abspaltungen zurückgeholt und Geflechte heilsam entwirrt werden.



Träume ziehen Blüten gleich
Creative Spiritual Care für erholsamen Schlaf

Bibliothek der Intrasonanz, Band 4
140 Seiten, farbig
81 Zeichnungen, 8 Abbildungen
ISBN 978-3-9825805-2-4
€ 25,00 (D)

Nicht schlafen können verstanden als Folge von Überlastung des Bewusstseins. Creative Spiritual Care hilft, Gedanken und Gefühle so zu ordnen und zu befrieden, dass der Weg hinein in den Schlaf selbstverständlich gelingen kann. Das Buch zeigt mit Mitteln der Kunst das Entstehen der Überlastung, leitet zu entlastender innerer Arbeit an und inspiriert mit Seelenfutterzeichnungen fürs entspannt-geliebte Dasein allgemein.



Heilsamer sein
Creative Spiritual Care in Medizin und Gesundheitswesen

Bibliothek der Intrasonanz, Band 5
184 Seiten, schwarz/weiß
20 Abbildungen, 14 Zeichnungen
ISBN 978-3-9826694-0-3
€ 25,00 (D)

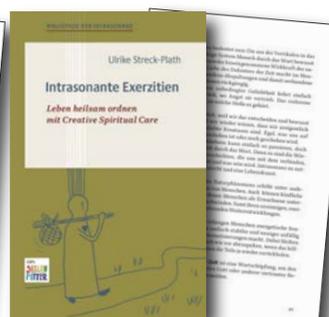
Nachhaltig menschenwürdigen Wandel des Gesundheitssystems beginnen, wo der Mensch zu Hause ist: in Kunst und Spiritualität – beides rational verstanden und eingesetzt. Das Buch leitet Beschäftigte in Medizin und Gesundheitswesen an, das Instrumentarium von Creative Spiritual Care für sich selbst anzuwenden. Auch für ein heilsameres Miteinander mit Patientinnen und Patienten. Denn Geburtsrecht ist, heil und ganz zu sein. Durch belastende Erlebnisse verlieren Menschen Teile ihres Selbst. Creative Spiritual Care hilft, diese Teile zurückzuholen. Die Praxis zeigt: Menschen können ihre existenziellsten Ressourcen und die ihres Gegenübers stärken.



Weil du da bist
Creative Spiritual Care im Strafvollzug

Bibliothek der Intrasonanz, Band 6
136 Seiten, schwarz/weiß
20 Abbildungen, 12 Zeichnungen
ISBN 978-3-9826694-2-7
€ 12,00 (D)

Was immer ein Mensch auch getan hat, er bleibt ein Mensch. Dieses Buch zeigt auf, was Mensch sein ureigentlich bedeutet. Wie es dazu kommt, dass Menschen sich selbst abhandeln kommen und was unter anderem daraus werden kann. Wie Menschen mit dem unkomplizierten Handwerkszeug von Creative Spiritual Care wieder in sich zurückfinden und ganz werden können. Denn unser Geburtsrecht ist, heil und ganz zu sein. Creative Spiritual Care wurde aus Kunst heraus entwickelt. Jeder Mensch kann das einfach selbst für sich anwenden, um die eigenen existenziellsten Ressourcen und die des Gegenübers zu stärken. Das Buch leitet dazu an.



Intrasonante Exerzitien
Leben heilsam ordnen mit Creative Spiritual Care

Bibliothek der Intrasonanz, Band 7
ca. 140 Seiten, schwarz/weiß
20 Abbildungen und Zeichnungen
ISBN 978-3-9826694-3-4
€ 15,00 (D)

Auch wenn Menschen aktiv etwas dabei tun: Viele spirituelle Praktiken sind passiv, also rein empfangend ausgerichtet. Sie erfordern viel Zeit. Außerdem können sie großen inneren Schmerz verursachen. Bei intrasonanten Exerzitien nutzt der Mensch seine natürliche, naturwissenschaftlich begründbare Verbindung zur Quelle der Spiritualität aktiv und kreativ selbst. So kann er sein Leben nach und nach sanft ordnen. Immer dann, wenn ihm danach ist. Denn niemand ist zum Leiden auf diese Welt gekommen. Die intrasonante Herangehensweise ist eigenständig, lässt sich zugleich mit anderen geistigen Übungsformen verbinden.

Gilt für die ganze Buchreihe:
Taschenbuch, Format: 11,5 x 18 cm
Umschlag: Softcover mit Mattfolie
Innentext: 100 g Naturpapier

Weitere Bände in Vorbereitung:

Unter jedem Dach ein Lach
Creative Spiritual Care baby für Familienfrieden als Kontinuum

Lieband wirtschaften
Mit Güte, Gerechtigkeit und Wahrheit zu nachhaltigem Wohlstand für alle

Beziehungswiese werden
Sinnvolle Paar-Balance mit Creative Spiritual Care

Workshops:

