BEAM

Berufsvereinigung der AtemtherapeutInnen/-pädagogInnen des Erfahrbaren Atems nach Prof. Ilse Middendorf® e.V.

Standortbestimmung

Stand: 01.03.2016

Inhalt **Seite**

1. Geschichtliche Entwicklung 3

2. Mögliche Formen des Umgangs mit dem Atem.....5

3. Therapieziel und Auswirkungen der Atemtherapie Middendorf® 8

4. Atemtherapie und Heilerlaubnis.....9

5. Kann der Erfahrbare Atem ein „anerkannter“ Beruf werden? 11

6. Weiterentwicklung des Berufs.....14

7. Die Berufsvereinigung „BEAM“.....15

1. Geschichtliche Entwicklung

Bereits als Kind erlebte Ilse Middendorf, dass Bewegung eine bedeutende Komponente des menschlichen Lebens ist. So war es für sie selbstverständlich, die damals erstmals angebotenen Kurse für Gymnastik zu besuchen, die eine besondere Erfahrung auslösten: Sie hörte – es war im 12. Lebensjahr – eine Stimme aus ihrem Inneren, die sagte: „Du musst atmen".

Ausgebildet in Gymnastik, Ernährungslehre und Nervenpunktmassage suchte sie in den 30er Jahren nach Möglichkeiten, den Menschen **„innen" und „tiefer"** anzusprechen, als das mit Gymnastik und Massage möglich war.

So begann sie, ihren Atem zu erforschen und fand dabei viel Neues, dem sie intensiv nachging. 1938 traf sie mit Cornelis Veening zusammen. Zu der Arbeit mit ihm sagte sie: „Veening arbeitete im Wesentlichen in der Weise, die wir heute salutogenetisch nennen.

Im Laufe ihrer Arbeit am Atem zeigte sich, dass ein empfindender Zugang zum Körper um so besser gelang, je mehr der Atem „zugelassen" werden konnte, das heißt, nicht willentlich geführt wurde oder unbewusst verlief. Dieses „Zulassen" umschrieb sie mit dem bekannten Satz: **„Ich lasse meinen Atem kommen, lasse ihn gehen und warte, bis er von selbst wiederkommt."** So entdeckte Ilse Middendorf, dass sich **„sammeln, empfinden, atmen"** einander bedingen – eine grundlegende Erfahrung im **Erfahrbaren Atem**.

Bereits Mitte der sechziger Jahre betonte sie: „Der Erfahrbare Atem ist eine eigenständige Methode bzw. eigenständige Disziplin und ein Entwicklungsweg". Versuche, verschiedene Atemrichtungen miteinander zu kombinieren, stellte sie 1975 ein.

Ebenso gab sie den Ansatz, den Erfahrbaren Atem mit der Psychotherapie und Medizin zu verbinden in den 90er Jahren des letzten Jahrhunderts auf.

Im Jahr 1965 begann Ilse Middendorf mit der Ausbildung von AtemtherapeutInnen und nannte ihre Arbeit am Atem „Der Erfahrbare Atem“. Damit brachte sie zum Ausdruck, dass diese Atemarbeit weder auf Theorien oder Überlegungen basiert, noch von dem „Atem-Wissen“ anderer Methoden und „fernöstlichem Atemwissen“ beeinflusst wurde. Ausschließlich Atemerfahrungen und dementsprechende Forschungen prägten und entwickelten die Arbeit von Beginn an und bis heute.

2. Mögliche Formen des Umgangs mit dem Atem

Wir unterscheiden drei Möglichkeiten, mit dem Atem umzugehen:

ihn willentlich einzusetzen

ihn im Unbewussten zu belassen

ihn kommen zu lassen, ihn zuzulassen
und bewusst dabei wahrzunehmen.

Den Atem kommen zu lassen wurde von Ilse Middendorf an die erste Stelle gesetzt. Sie unterschied damit den „Erfahrbaren Atem“ von Beginn an von Methoden, die ihn willentlich verwenden oder ihn im Unbewussten belassen. Was damit gemeint ist, lässt sich am besten mit den bereits oben genannten Worten verdeutlichen: **„Ich lasse meinen Atem kommen, lasse ihn gehen und warte, bis er von selbst wiederkommt.“**

AtemtherapeutInnen des Erfahrbaren Atems nach Ilse Middendorf® arbeiten sowohl atemtherapeutisch wie atempädagogisch.

Im **therapeutischen und pädagogischen Umgang** mit dem Atem unterscheiden wir zwischen:

a) der diagnostisch- therapeutischen Arbeitsweise

b) der salutogenetischen Arbeitsweise

Atemtherapeutinnen, die die **diagnostisch-therapeutische** Arbeitsweise vertreten, fügen dem Erfahrbaren Atem äußere Aspekte hinzu, indem sie den psycho-sozialen Hintergrund der KlientInnen mit all seinen Auswirkungen („Störungssyndromen“ usw.) in die Therapie mit einbeziehen.

„Atemtherapie Middendorf®“ ist demgegenüber - sowohl im therapeutischen, als auch im pädagogischen Umgang - eine **salutogenetische Weise**, mit dem Atem umzugehen. Der Begriff leitet sich vom lateinischen „salus“= gesund,

in Ordnung, heil, gerettet, sicher, erlöst und vom griechischen „Genese“ = Entstehung ab. Der Atem stärkt das Gesunde, wodurch das „Kranke“ an Kraft und Einfluss verliert. Der Atem wendet sich an jene Teile oder Gegenden des Körpers, die dem Übenden bereits bewusster geworden sind, um so die ihm unbewussteren zu erschließen.

Hier steht die Entwicklung bestimmter Fähigkeiten im Vordergrund. Vor allem geht es dabei um die Entwicklung und Bewusstwerdung dessen, was wir **Empfindungen** nennen (die wir von Gefühlen unterscheiden) und nicht um die kognitive Bewusstwerdung. Empfindungen beruhen auf der wahrnehmenden Funktion des Nervensystems. Gefühle sind die Bewertungen dessen, was empfunden wird.

Wird der Atem zugelassen, wächst ein Empfindungsbewusstsein, das den Körper zu immer mehr spürbarem Leben erweckt. Der Körper wird so zum ganzheitlich erfahrbaren Leib.

Mit der Erfahrung der KlientInnen, den Atem kommen zu lassen und empfinden zu können, wachsen die Fähigkeiten, sich zu sammeln **und dem Atem - in Balance zwischen Hingabe und Achtsamkeit - immer mehr die Führung überlassen zu können.**

Damit steigern sich die **„Atemfähigkeit“**, d. h. die Fähigkeit, den Atem zuzulassen und wahrzunehmen, die **„Empfindungsfähigkeit“** und die **„Sammlungsfähigkeit“**, und mit diesen die Fähigkeit, **„anwesend“** zu sein. Gleichzeitig wächst bei diesem Prozess das, was wir mit **„Durchlässigkeit“** für die Atembewegung bezeichnen und es ändert sich die **„Haltung“** des Menschen, sowohl die seines Körpers als auch die bezüglich seiner Sicht auf eventuell vorhandene Probleme, Störungen oder Krankheiten.

Der oben beschriebene Atem-Bewusstseinsprozess ist somit keine „Therapie“ im üblichen Sinne, bewirkt aber dennoch häufig die Heilung von Störungen und Krankheiten, weshalb wir im Erfahrbarem Atem sagen, dass die Heilung von Krankheiten „nebenbei“ erfolgt.

Die salutogenetische Arbeitsweise wird von den AtemtherapeutInnen des Erfahrbaren Atems vertreten, die nach dem Berufsbild der **BEAM** arbeiten. (BEAM = Berufsvereinigung der AtemtherapeutInnen/-pädagogInnen des Erfahrbaren Atems nach Prof. Ilse Middendorf e.V.).

3. Therapieziel und Auswirkungen der Atemtherapie Middendorf®

Ziel der Atemtherapie Middendorf® ist es, den KlientInnen ein „Leitseil“ (Ilse Middendorf) an die Hand zu geben, damit sich das Bewusstsein über **Atemerfahrungen** – und nicht über Denken und Diagnostizieren – auf verschiedenen Ebenen ausweiten kann.

Positive Kräfte werden geweckt oder gestärkt - beispielsweise Selbstheilungskräfte. Die Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen (auch für die eigene Gesundheit) nimmt deutlich zu. Ebenso wächst die Freude am Leben. Der eigene Ausdruck in Kreativität und Intuition wird bedeutend. All das geschieht durch eine immer dichter werdende Vernetzung und gegenseitige Förderung von Atem, Bewusstsein und den oben genannten Fähigkeiten. Am „Leitseil des Atems“ finden und gestalten KlientInnen ihren eigenen individuellen Weg. Dabei ist es nicht die Aufgabe der „AtemtherapeutInnen Middendorf®“, den KlientInnen auf deren verschiedenen Wegen psychologisch, psychotherapeutisch oder spirituell „zu helfen“, da es der Atem selbst ist, der führt und „Antworten“ gibt.

Die absolut präsente, vorwiegend nonverbale Begleitung eines/r erfahrenen AtemtherapeutIn unterstützt den Menschen, zum Wesentlichen zu finden: Zum eigenen Atem und eigenen Atemrhythmus.

4. Atemtherapie und Heilerlaubnis

Die „Atemtherapie Middendorf®“ ist im juristischen Sinne eine lehrende, eine pädagogische Tätigkeit. Sie darf ausgeübt werden, ohne dass der/die betreffende AtemtherapeutIn in einem anerkannten Heilberuf, als HeilpraktikerIn oder sonst einem anerkannten Ausbildungsberuf ausgebildet ist. Das trifft auf ca. 90 % der im Erfahrbaren Atem ausgebildeten AtemtherapeutInnen zu.

Das Bundesverfassungsgericht hat am 02.03.2004 entschieden: „Wer die Selbstheilungskräfte des Patienten durch Handauflegen aktiviert und dabei keine Diagnosen stellt, benötigt keine Heilpraktikererlaubnis.“

Bei der Suche nach adäquaten Begriffen, die das Tätigkeitsfeld der AtemtherapeutInnen des Erfahrbaren Atems besser beschreiben, ergeben sich folgende Probleme:

1. Der Begriff „Therapie“ wurde nicht immer so eng mit dem einer Krankenbehandlung bzw. Gesundheitsvorsorge und -förderung verknüpft, wie es heute geschieht.

2. Es gibt keine Bezeichnung, die eine solche Tätigkeit, die sich an das Gesunde, d.h. Heile im Menschen wendet, beschreibt. Der Begriff „Atempädagogik“ bzw. „Atempädagoge“ trifft das Wesentliche unserer Arbeit nicht, da er glauben machen kann, es würde über eine kognitive Wissensvermittlung gearbeitet. Gleiches gilt für die Bezeichnung „Atemlehrer“, sofern „Lehrer“ mit „Pädagoge“ gleichgesetzt wird.

Tatsächlich ist der Begriff „Atemtherapeut“ eine gute Bezeichnung für unseren Beruf, **wenn dessen ursprüngliche Bedeutung damit gemeint ist**. Im Allgemeinen wird „Therapeut“ mit „Heiler“ übersetzt. Das griechische Verbum „therapeuein“, von dem das deutsche Wort „Therapeut“ abgeleitet ist, bedeutet „behandeln, pflegen, verehren und begleiten“ und erst zuletzt „heilen“.

Der Therapeut ist also vorwiegend Diener und Begleiter des Atems des Klienten auf dessen Entwicklungsweg.

5. Kann der Erfahrbare Atem ein „anerkannter“ Beruf werden?

Die Arbeit mit dem Erfahrbaren Atem ist ein Entwicklungsweg. Selbstverständlich kann man die auf dem Weg erlangten Erfahrungen und Fähigkeiten **beruflich anwenden.**

Etwas „beruflich auszuüben“, heißt nicht automatisch, dass es sich um einen „anerkannten“ Beruf handelt. An „anerkannte“ Berufe werden Anforderungen an Struktur und Inhalt gestellt, die, würden sie der Methode des E.A. auferlegt, sozusagen dessen „Ende“ bedeuten würde. Berufe, die staatlich anerkannt sind (oder es werden wollen), müssen zur Zeit unter anderem folgende Grundsätze erfüllen:

Es muss eine (mindestens dreijährige) Vollzeit Ausbildung absolviert werden, das heißt, es müssen mindestens 30 Stunden pro Woche unterrichtet werden und das bei 40 Unterrichtswochen pro Jahr. Nach der 2. Woche wären alle Auszubildenden überfordert - oder ca. 60% der Unterrichtsstunden müsste „theoretisch“ sein. In unserer Ausbildung sind das ca. 5%.

Die Ausbildung muss mit einer Prüfung abschließen, an der mindestens ein Vertreter des Staates beteiligt ist. In der Regel ist eine schriftliche Arbeit anzufertigen, die der Staat ebenfalls (mit)-beurteilt. Die Prüfer müssen ihre Urteile - gegebenenfalls auch ein „nicht bestanden“ - **objektiv und gerichtlich nachprüfbar begründen können**.

Der Beruf muss durch Schulen vermittelt werden, die staatlich anerkannt sind. Das bedeutet, dass der Zugang zu diesen Schulen so geregelt werden muss, dass Aufnahme- wie Ablehnungskriterien objektiv benennbar und im Einzelfall auch vor Gericht begründbar sein müssen. Die Lehrer an solchen Schulen müssten bestimmte objektive,

d.h. nachprüfbare (bzw. geprüfte) Qualifikationskriterien erfüllen (i.a. „Hochschulreife“).

Am Punkt der „Prüfbarkeit“ wird deutlich, warum der E.A. kein Beruf im üblichen Sinne ist bzw. werden kann. Mit „Prüfbarkeit“ ist nicht nur die Abschlussprüfung am Ende der Ausbildung gemeint, sondern auch die Anwendung von objektiven Kriterien, nach denen ein Bewerber für die Ausbildung anzunehmen oder abzulehnen ist.

Prüfbar sind nur objektiv definierbare bzw. definierte Leistungen. Was in einer Atembehandlung über die Orientierung an der Atembewegung des Klienten entsteht, ist eine Zunahme von Lebendigkeit, Durchlässigkeit, Wachheit, Empfindungsfähigkeit, Lebensfreude, Ausbau der Begabungen und Fähigkeiten und vor allem Seinsempfindungen - alles Ergebnisse, die sich einer objektiven Messung bzw. Prüfung völlig entziehen. Leben - und Atem ist Leben - ist nicht messbar, nicht machbar, nicht prüfbar und nicht produzierbar oder reproduzierbar. Jeder Atemzug, jede Atembehandlung ist einmalig und neu - wie kann man das prüfen? Was jetzt - bei einem bestimmten Klienten - angebracht ist, kann eine Stunde später ohne Belang für ihn sein.

Auch das, was „Kunst“ von „Kunsthandwerk“ unterscheidet, ist nicht objektiv definierbar, prüfbar, reproduzierbar. Der Umgang mit dem Erfahrbaren Atem hat so betrachtetmehr mit **Kunst** als mit Pädagogik und Therapie (im herkömmlichen Sinne) zu tun (s.o.).

Somit kann niemand **objektiv** beurteilen, ob jemand geeignet ist (als Schüler, als Lehrer oder als Klient), mit dem Erfahrbaren Atem zu arbeiten. Nur der „den Atem sehende und wahrnehmende“ Therapeut ist in der Lage, eine Beurteilung abzugeben - nicht auf Grund einer Prüfung, sondern des gesamten Verlaufs einer oder mehrerer Atembehandlungen oder Kurse.

Die „Kunst“ im Atem besteht unter anderem darin, dass der Therapeut des Erfahrbaren Atems „sieht und spürt“, ob z.B. ein Bein „lebendig“ ist, „durchlässig“ ist usw. , und das, ohne zu „überlegen“ oder „Wissen“ einzusetzen. Er wird allein aus der Reife seiner Atemerfahrung und **vom Atem geführt** das notwendige „Angebot“ machen (in der Gruppenarbeit wie in der Einzelbehandlung). *„Durch den Weg des Erfahrbaren Atems muss er „geworden sein“, was er weitergibt. Nicht „Wissen“ ermächtigt ihn, SchülerInnen und Klienten anzuweisen, sondern die Qualität seines ganzheitlichen Seins“* (Ilse Middendorf).

Aus oben Gesagten wird deutlich, dass auf den Erfahrbaren Atem nicht die Kriterien eines Berufes, sondern die eines **Entwicklungsweges** zutreffen. Auf einem Entwicklungs**weg** ist „Leistung“ nicht objektiv und allgemeingültig definierbar. Was für dieTherapeutInnen des Erfahrbaren Atems jedoch ständig wahrnehmbar ist, ist die Wandlung, die der Klient bzw. Schüler infolge der Arbeit am Atem erfährt, die Zunahme seiner Empfindungsfähigkeit und inneren Reifung. Prüfen, nach welchen Kriterien auch immer, kann er (oder andere) jedoch diese Wahrnehmungen nicht.

Alles Wesentliche im Erfahrbaren Atem ist somit im üblichen Sinne nicht prüfbar. **Er ist deshalb kein „anerkannter“ Beruf und eine Anerkennung anzustreben ist aus oben genannten Gründen auch in Zukunft nicht möglich.** Auch dadurch wird die Eigenständigkeit dieses Weges begründet. - Es wäre allerdings wünschenswert, wenn der Staat neue Berufe auch dann anerkennen würde, wenn deren Form und Struktur im Wesentlichen durch die Vertreter des jeweiligen Berufs erstellt würden, auch wenn diese Kriterien von den oben genannten Randbedingungen abweichen würden, die heutzutage ein „anerkannter“ Beruf erfüllen muss.

6. Weiterentwicklung des Berufs

a) Weiterentwicklung im beruflich-kommerziellen Rahmen.

Jede Weiterentwicklung des „beruflich-kommerziellen Rahmens“ kann nur auf der Grundlage des Wesens des Erfahrbaren Atems erfolgen. Forderungen, dieses Prinzip aufzugeben und sich den Formen und Strukturen bereits anerkannter Berufe unterzuordnen, muss zwangsläufig widersprochen werden. Die „Atemtherapie Middendorf®“ entwickelt sich ausschließlich durch Erfahrungen weiter, die durch die Arbeit am Atem selbst entstehen und nicht durch das Hinzunehmen von Elementen anderer Wege oder Therapien.

b) Weiterentwicklung im Sinne einer Ausweitung und Zunahme von Atemerfahrungen und Fähigkeiten.

Wie alle Entwicklungswege, hat auch der Erfahrbare Atem einen Schwerpunkt des Ansatzes. Dieser liegt in der Empfindungs- Bewusstwerdung des physischen Körpers und dessen Durchlässigkeit über den Atem, die weit über die Aspekte von Krankheit/Gesundheit hinausgeht.

Zur persönlichen Weiterentwicklung empfiehlt es sich, Vertiefungskurse des Erfahrbaren Atems zu besuchen.

Auf der berufspolitischen Ebene setzen wir uns dafür ein, dass sich die „Atemtherapie Middendorf®“ als **eigenständige Methode** verbreitet, wodurch sich auch das Wissen um das heilerische Potential einer salutogenetischen Vorgehensweise ausbreiten wird.

7. Die Berufsvereinigung „BEAM“

Die Berufsvereinigung der AtemtherapeutInnen/-pädagogInnen des Erfahrbaren Atems nach Prof. Ilse Middendorf e.V. („BEAM“) wurde 1992 gegründet. Ihre Mitglieder vertreten die in dieser Standortbestimmung genannte „Atemtherapie Middendorf®“ und arbeiten nach dem Berufsbild der BEAM (Stand: März 2016)

Beerfelden, den 01.03.2016

Impressum:

Herausgeber: BEAM e.V.

Berufsvereinigung der AtemtherapeutInnen/-pädagogInnen des Erfahrbaren Atems nach Prof. Ilse Middendorf ® e.V.

V. i. S. d. P.: Helge Langguth

Postweg 23
64743 Beerfelden

Tel.: 06068-912026
atem-beam.de
beam@atem-beam.de

Überarbeitete Fassung, Stand: 01.03.2016

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die daraus resultierenden Rechte, insbesondere der Wiedergabe, gleich mit welchem technischen System, der Übersetzung oder der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen bleiben auch bei nur auszugsweiser Verwendung vorbehalten.