

Vorwort

Die Idee zu diesem Buch entstand 2007, kurz nachdem das Manuskript zu meinem Buch „Geistig-seelische Leiden verstehen und bewältigen“ fertig vorlag. Darin wurden Atem- und Musiktherapie zwar erwähnt, eine ausführlichere Darstellung war dort aber nicht möglich.

Das vorliegende Buch ist also in gewisser Hinsicht eine Ergänzung oder Fortsetzung, die jedoch zugleich ganz für sich steht und die Kenntnis des vorangegangenen Werkes nicht voraussetzt.

Für die nachträgliche genauere Beschreibung der Atem- und Musiktherapie erschien es mir wichtig, die fundamentale Bedeutung von Atem und Musik in der Heilkunst im Zusammenhang mit der derzeitigen Krisensituation im Gesundheitswesen darzustellen.

Schon als Psychologiestudent zählten die Aufmerksamkeits- und Wahrnehmungsforschung zu meinen Interessenschwerpunkten. Bei der Deutschen Bundesbahn gehörte die Gestaltung der psychologischen Eignungstests für das Betriebspersonal zu meinen Aufgaben: Aufmerksamkeits-, Reaktions- und Stressverhalten von Triebfahrzeugführern, Fahrdienstleitern, Zugbegleitpersonal usw. sind in medizinisch-psychologischen Untersuchungen zu prüfen.

Durch die Arbeit meiner Frau Dagmar als Atempädagogin verlagerte sich mein Interesse von diagnostischen zu therapeutischen Aspekten. In therapeutischen Prozessen spielen Aufmerksamkeit, Wahrnehmung und Stressverarbeitung natürlich ebenfalls eine ganz bedeutende Rolle.

Dieses Buch ist meinen Eltern gewidmet, deren Liebe zur Musik und Naturverbundenheit mich prägte.

Besonders tiefen Dank schulde ich auch meiner Frau Dagmar, ohne die mir die Bedeutung der Atemarbeit wohl nicht aufgegangen und dieses Buch sicherlich nicht entstanden wäre. Sie war nicht nur eine unentbehrliche Beraterin für die Beschreibung der Atemtherapie, sondern nahm mit sicherem Gespür für Stärken und Schwächen des Textes wesentlich Einfluss auf dessen gesamte Gestaltung.

Zudem gewann ich durch meine Frau auch Kontakt zu ihrer Atem-Lehrerin, Herta Richter. Frau Richter unterstützte das Buchprojekt von Anfang an. Ihr verdanke ich maßgebliche Hintergrundinformationen, Literaturhinweise und Verbesserungsvorschläge. Ihre konstruktive Kritik und Anerkennung haben Werk und Autor gut getan. Dafür sage ich Frau Richter meinen herzlichsten Dank.

Ebensolchen Dank schulde ich Herrn Professor Dr. med. Horstmar Holländer, der als Hirnforscher am Max-Planck-Institut in München tätig war und mit dem mich eine langjährige Freundschaft verbindet. Durch ihn erhielt ich Einblicke in die Hirnforschung, wichtige Anregungen und Hinweise.

Meinem akademischen Lehrer und Freund, Herrn Professor Dr. phil. Günther Bäumler bin ich zu großem Dank verpflichtet. Er hat nicht nur meinen Blick für historische Aspekte, sondern auch für die wissenschaftliche Methodik geschärft. Für Literatur zur Geschichte der Atemtherapie bin ich ihm sehr dankbar.

Herrn Professor Dr. Tonius Timmermann vom Leopold-Mozart-Zentrum der Universität Augsburg danke ich für sein Interesse an diesem Buchprojekt und die freundliche Zusendung eines erbetenen Beitrags zur Musiktherapie.

Herzlichen Dank sagen möchte ich an dieser Stelle auch meinem Berufskollegen und Freund, Herrn Dr. phil. Hermann Maukisch, der mir großzügig einige seiner Bücher zur Musiktherapie langfristig zur Verfügung stellte.

Sehr hilfreiche und wertvolle Informationen zu den „Büchern vom Atem“ aus dem Alten Ägypten erhielt ich von Herrn Privatdozent Dr. Stefan Wimmer vom Institut für Ägyptologie der Ludwig-Maximilians-Universität München. Auch ihm gilt mein herzlicher Dank.

In der heutigen Zeit erscheinen neue Bücher fast als eine Massenware. Psychische Sättigung ist daher bei den Lesern keine Seltenheit, zumal wenn es sich nicht um leichte Kost handelt.

Die Bereitschaft, ein umfangreiches Manuskript aufmerksam zu lesen, ist eher rar. Für solche rare Bereitwilligkeit und Rückmeldung über Verständlichkeit, Lesbarkeit usw. des Textes danke ich an erster Stelle meinen Freunden, Herrn Dipl. Psych. Manfred Bernard, Herrn Dr. phil. Alfred Brunner, Herrn Arno Demel und Herrn Michael Kozelsky.

Bei der Literaturbeschaffung waren viele Menschen hilfreich, von denen ich hier nur wenige nennen kann. Herrn Dr. rer. nat. Martin Kienzle habe ich für nützliche Hinweise speziell zur anthroposophischen Literatur zu danken. In der Stadtbücherei Landsberg am Lech war es vor allem Herr Gayer, der es verstand, auch schwer beziehbare Werke über Fernleihe zu besorgen. Die Beschaffung rarer antiquarischer Bücher gelang mit großem Geschick Herrn Konrad Federl M. A., dafür danke ich auch ihm – wie allen nicht genannten Helfern – ganz herzlich.

Last but not least gilt mein Dank dem Verlag Dr. Ludwig Reichert für sein Interesse an diesem Werk und die reibungslose Zusammenarbeit. Der Verlegerin Frau Ursula Reichert danke ich herzlich für ihre Aufgeschlossenheit, Hilfsbereitschaft und Verständigkeit. Zu danken habe ich auch Frau Ulrike Zickler-Swails für das ansprechende Layout.

Hanspeter Dvorak

Landsberg am Lech, den 13. Mai 2011