

# Warum und was muß der Atemtherapeut von der Psychologie wissen

Cornelis Veening

Der Atem, sobald er nicht mehr rein vital wahrgenommen wird, enthält auch einen psychologischen Aspekt. Und genau darum muß dieser Aspekt entwickelt werden und entfaltet, damit der Atemtherapeut damit umgehen kann, umso mehr, wenn die Atementwicklung nicht einfach glatt geht, sondern wenn Störungen sich bemerkbar machen, sei es durch Übertragung oder anderes.

Den vitalen Atem möchte ich als vorpsychologisch ansehen, er bringt meistens keine Probleme. Bis jetzt war es selbstverständlich, daß bei solchen Schwierigkeiten, wenn sie in der Arbeit auftauchen, der Atemtherapeut sagte: der Patient muß psychologisch arbeiten; damit setzte er die Psychologie aus dem Atemraum heraus und Patient und Schwierigkeit landeten woanders.

Ich meine jedoch ausdrücklich nicht, daß der Atemtherapeut nun die Allüren eines Psychotherapeuten annehmen und dessen Arbeitsraum beanspruchen sollte. Aber er soll versuchen, der Psychologie den Platz zu geben, der ihr innerhalb der Atemarbeit zukommt, sodaß jemand wirklich sagen kann: Ich bin Atem-Psychologe.

Sie müssen bedenken, daß durch die heutigen Lebensumstände es sich kaum ein Mensch leisten kann, zwei Therapeuten zu haben. Es ist notwendig, diese Dinge klar zu sehen in der Begrenzung und in der Bescheidenheit. Darum muß der Atemlehrer unterscheiden und beurteilen können, was neurotisch ist, damit er entsprechende Fälle, wenn sie zu schwierig sind, liegen läßt und in berufene Hände gibt.

Wir stehen hier vor einem neuen Abschnitt. Das, was wir jetzt versuchen, ist überhaupt die Arbeit, die geleistet werden muß, auch in der Vermittlung an andere Berufe. Also nicht noch eine Schublade dazu, die dann wieder nicht weiß, was die nächste Schublade enthält, sondern mit den psychologischen Anschauungen, Erkenntnissen und Erfahrungen tiefere Schichten zulassen können. Da sehe ich unsere Aufgabe und von dort wäre das Neue anzusetzen.

Wenn der psychologische Aspekt nicht erarbeitet und verstanden wird, bleibt immer die Gefahr der Konkretisierung, gerade bei der Atemarbeit. Das führt dann leicht zu Festlegungen, die nach sehr kurzer Zeit nicht mehr brauchbar sind. Wie sollen wir verstehen, was es sagen will: die Schlange Kundalini aufwecken zur Vereinigung mit den sechs Chakras? Wie soll man über diese Dinge sprechen, wenn man nicht klar ist mit seinem psychologischen Raum innerhalb der Atemzentren?

Eine ewige Wahrheit wie z. B.: »Alles fließt!«, muß tatsächlich durch Anschauung und Erfahrung für jeden Menschen immer wieder neu erarbeitet werden.

Nur so kann es vielleicht gelingen, seelische Betrachtungen in das tägliche Leben einzubringen. Wenn wir davon ausgehen, daß die meisten Dinge psychisch zu betrachten und nur vom Psychologischen her zu verstehen sind, dann sollten wir auch den nächsten Schritt tun und sagen, daß das Leben ohne Psychologie überhaupt nicht zu verstehen ist. Was wir in der Atemarbeit tun, ist, kurz gesagt, Belebung und, noch genauer gesagt: seelische Belebung.

Nun kann es sein, daß wir in der Arbeit Situationen und Erinnerungen auslösen, die wir vorher nicht wissen konnten, die aber plötzlich erscheinen. Und dazu muß der Atemtherapeut ein Stück, und zwar ein gutes Stück psychologisches Wissen und eine entsprechende Urteilsfähigkeit haben. Um es noch einmal klar auszudrücken: Ich meine mit Psychologie eine Psychologie, die atmet und nicht eine gedankliche Psychologie, die atemlos urteilt und einordnet. Ich meine eine Psychologie, die zu dem seelischen Atem paßt.

Sie alle wissen, wie am Anfang der Arbeit zunächst ein Atem steht, der notwendig ist, um erst die Kräfte zu wecken, die es dann ermöglichen, die Probleme der Tiefe anzunehmen und zu tragen, ähnlich der Jungschen Anschauung, daß man zunächst das Bewußtsein stützen und stärken muß, bevor man an das Unbewußte gehen kann. Diesen ersten Atem nenne ich den vitalen Atem. Er ist mehr oder weniger vorpsychologisch und problemlos – von der Tiefe her gesehen. Später kommt ein Atem, der mehr Beziehung hat zur Seele, und den ich daher den inneren, seelischen Atem nennen möchte. Und hier ist es notwendig, ein psychologisches Wissen als Orientierung zur Verfügung zu haben. Aber immer im Atemraum bleiben und nicht plötzlich meinen, man wäre Psychotherapeut.

Hier wäre in der Zusammenarbeit mit einigen Psychologen eine gute Arbeit zu leisten, eine Arbeit der Unterscheidung, ein Anerkennen, daß ein Schwerpunkt woanders liegen kann und dennoch bewirkende Kräfte auslöst.

Ich möchte vorschlagen, absolut zu trennen: Psychologie und Psychotherapie. Sie alle haben am eigenen Leibe und an eigener Seele ein Stück Psychotherapie erfahren. Aber, wenn diese Erfahrung wirksam werden soll und Sie nun psychologisch sehen wollen, so ist es notwendig, die eigenen Probleme und Komplexe, die damit verknüpft sind, nun auch einmal liegen zu lassen. Ich meine nicht sie zu verdrängen, sondern sie da liegen zu lassen, wo sie hingehören. Sie können dort einen guten Dung abgeben. Eine gewisse Objektivierung der persönlichen Problematik ist notwendig, genauer gesagt geht es jedoch um Unterscheidung vom eigenen Problem und um eine Ablösung von ihm. Ich meine eine Ablösung in dem Sinne, daß die gemachten Erfahrungen und die mehr oder weniger gelösten Probleme liegen bleiben können als Kraft. Erst so löst der psychologische Aspekt sich ab. Im Gegensatz dazu würde ich ein psychologisches Wissen sehen, das aufgesetzt ist und dadurch keine Verpflichtung für den Schüler oder Patienten enthält.

Sie müssen sich darüber klar sein, daß der Atem an sich etwas Absolutes ist oder, vom Archetypischen, vom Urbild her gesehen: von Gott eingehaucht ist. Da-

rüber ist nichts auszusagen, das nicht Gefahr läuft, sofort als Dogma mißverstanden zu werden. Diesbezüglich gibt es in der Atemarbeit einen Aspekt, den man an seinem Ort lassen sollte und der nicht herausgezerrt werden darf, der eindeutig seelisch (psychologisch) ist.

Lernen Sie damit umzugehen und erfahren Sie, daß erst, wenn Sie dieses können, daß erst dann der absolute Aspekt des Atems wirksam werden kann, ja, daß Sie dann erst das Bewirkende des Atems ermöglichen. Bedenken Sie, daß der Weg vom gegebenen Absoluten bis zum bewirkenden Absoluten über die Projektion geht. Die indischen Chakren und die chinesischen Vorstellungen der Gewebetafel sind großartige Projektionen, mit das Großartigste, das es auf der Welt auf diesem Gebiet gibt. Sagen Sie sich aber immer wieder, daß es Projektionen sind, auch wenn Sie der Meinung sind, daß es Feststellungen sind, die Sie machen.

Ich bin der Meinung, daß ein Psychologe bei uns Erfahrungen machen kann, aber in demselben Maße wie wir auch bei ihm Erfahrungen machen können. Es ist allerdings absolut notwendig, sich so zu verhalten, daß diese Erfahrungen gegenseitig gemacht werden können, in Freiheit und Gleichberechtigung und mit gegenseitiger Achtung vor der Arbeit, die an dem Patienten geleistet wird oder vielleicht gar an seiner Seele.

Notizen zu einem Atemseminar am 11. März 1950

Gekürzt und überarbeitet von Mechthild Lohmann 2013

Mit freundlicher Genehmigung aus Privatarchiv

