

zeitpunkt musik

Der Spur des Atems folgen

Erfahrungen mit kontemplativer Atemtherapie

Bearbeitet von
Mechthild Geue

1. Auflage 2008. Taschenbuch. 84 S. Paperback

ISBN 978 3 89500 625 8

Format (B x L): 17 x 24 cm

Gewicht: 233 g

[Weitere Fachgebiete > Psychologie > Psychologie: Allgemeines > Psychologie:
Sachbuch, Ratgeber](#)

Zu [Leseprobe](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

The logo for beck-shop.de features the text 'beck-shop.de' in a bold, red, sans-serif font. Above the 'i' in 'shop' are three red dots of varying sizes, arranged in a slight arc. Below the main text, the words 'DIE FACHBUCHHANDLUNG' are written in a smaller, red, all-caps, sans-serif font.

beck-shop.de
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

Inhalt

Vorwort Irmgard Lauscher-Koch.....	7
Vorwort	9
Vom Tanz zum Atem	10
Atem im Schreiben.....	10
Atem und Seele.....	12
Auf den Spuren des Atems	
Der Weg	15
Wahrnehmungsschulung.....	15
Kontemplative Gewahrseinspraxis.....	17
Treue.....	19
Im Atemhaus	21
Vom Eigenleben des Körperlichen	21
Persönliche Atemwegbegleitung	22
In Berührung.....	24
Atemmeditation in der Gruppe.....	26
Ein Besuch im Atemhaus	28
Die Handwerkszeuge der Atemwegbegleitung.....	35
Atemwegbegleitung und Selbsterfahrung.....	35
Die Atemwegbegleiterin als Handwerkerin	36
Körperweisheit und Seelenkunde.....	38
Der stille Raum	38
Nichts Tun und Pausen	39
Das Tor des Nichtwissens und das Vertrauen in die Atemweisheit.....	40
Mitgehen mit Geduld und Mut	41
Personale Begegnung.....	42
Geschwisterlichkeit und Neutralität.....	43
Forschergeist und Kreativität	44
Bescheidenheit.....	45

Psychotherapie im Licht des Atems

Das Bedürfnis nach Heilung	47
Atembegegnung als Psychotherapie	48
Atemraum als persönlicher Raum	50
Beispiel Traumata	50
Beispiel Frühkindliche Deprivation	51
Beispiel Selbstwertverstörungen	52
Im Raum des Zwischenmenschlichen	53
Der Atem weht, wo er will	55

Atem im Leben und Sterben

Atem im Leben	57
Atem als persönlicher Spiegel: Finden wer ich bin	57
Krankheit und Gesundheit im Atem	59
Atem im Sterben	61
Leben und Lieben über den Tod hinaus	65

Atem der Welt

Mit offenen Händen: Atemberührung und Religion	69
Ein persönlicher Regenbogen: Atemerfahrung und Weltverantwortung	73

Zur Geschichte der Veening®-Atemarbeit Bettina von Waldthausen

Cornelis Veening	77
Herta Grun	78
Irmgard Lauscher-Koch	79

Literatur	81
------------------------	----

Herzlichen Dank an	82
---------------------------------	----