

Atemtherapie, Erfahrbarer Atem® nach Prof. Ilse Middendorf

Autor/in: Hella Klärner
Psychotherapeutin



Was ist Atemtherapie, Erfahrbarer Atem®? "Erfahrbarer Atem®" nach Prof. Ilse Middendorf wendet sich dem Menschen in seiner Ganzheit zu, da Körper, Seele und Geist als Einheit verstanden werden.

Ziel der Arbeit am Atem ist es, über einen Prozeß der Selbsterfahrung an den ureigenen Atemrhythmus heranzuführen, damit Atem als Kraftquelle erfahrbar und nutzbar wird.

Der Atem unterstützt das seelische Wohlbefinden durch Entspannung und Gelassenheit, vitaler und kraftvoller Ausdrucksfähigkeit, aktiviert die Selbstheilungskräfte und löst Blockaden.

Die Atemtherapie wirkt unterstützend bei körperlichen Beschwerden:

Atemwegserkrankungen wie Astma Herz-und Kreislaufprobleme Verdauungsprobleme
Stoffwechselerkrankungen Wechseljahrsbeschwerden Nachsorge bei Krebserkrankungen Rücken und
Haltungsbeschwerden Ängsten und Depressionen

Die in diesem Verzeichnis vorgestellten Therapien und Methoden werden zum Teil seit Jahrhunderten praktiziert und sind auch in heutiger Zeit in Kursen und Seminaren unterrichtet worden. Sie können bei gesundheitlichen Problemen Rat und Hilfe eines Arztes nicht ersetzen. Der Betreiber dieses Verzeichnisses übernimmt keine Haftung für Schäden, die sich aus dem Gebrauch oder etwaigem Missbrauch der hier vorgestellten Therapien und Methoden ergeben.

Alle Inhalte dieser Website copyright ©Heilverzeichnis/Heal24.com und der jeweiligen Rechte-Inhaber. Weiterverbreitung der Inhalte ohne vorherige schriftliche Genehmigung ist nicht zulässig. Alle Rechte vorbehalten