

Atempionierinnen

Atemarbeit plus

Margrith Schneider-Ehram

Margrith Schneider wurde früh schon zu einer Menschenbegleiterin und Seelenführerin. Bis zum heutigen Tag holen Menschen Rat, Trost, Ermunterung bei ihr, die für ihr Gegenüber stets ganz Ohr ist. Die Atemarbeit sichert ihr einen Ehrenplatz unter den Pionierinnen und Pionieren der Atemarbeit.



Kindheits- und Jugendreviere

Margrith Ehram wurde im Rheintal geboren, als zweitältestes von neun Kindern, das früh mitanpacken musste. Ihre Herkunftsfamilie war prägend für ihren Lebensgang. Da der Vater als Webermeister und nebenamtlicher Fürsorger tätig war, erlebte das Kind, wie «die Not durch unsere Wohnung hindurch ging».

Margrith verbrachte ihre Schulzeit im Zürcher Oberland und lernte früh, für Sozialwerke betteln zu gehen. Vom Tösstal bis nach Zürich reichte das Revier der Jugendlichen, die auch für die Zürcher Theologin Rosa Gutknecht und ihre Obdachlosen- und Wanderarbeiter-Vereinigung «Brüder der Strasse» Geld und Werkzeug erbettelte. Sie setzte sich für Bedürftige im Zürcher Nieder- und Oberdorf ein.

Die junge Margrith liess sich zur Kinderschwester ausbilden. Sie arbeitete dann als Arztgehilfin, Sozialarbeiterin in verschiedenen Institutionen und heiratete in eine Familie mit vier Kindern hinein, deren Mutter bei der letzten Geburt verstorben war; zwei eigene Kinder kamen dann noch dazu.

Beruf und Berufung

Margrith Schneider-Ehram betätigte sich weiterhin in der Trinker- und Gefangenenfürsorge ebenso wie in der Telefonseelsorge. Später begegnete sie Cornelis Veening (geboren 1885 in Groningen, 1976 in Sils-Maria gestorben), der in den Niederlanden eine eigene Atemlehre begründet hatte und in späteren Jahren auch in der Schweiz lehrte. Es folgten sechs Jahre Ausbildung bei und Zusammenarbeit mit ihm, und dann eine jahrzehntelange Arbeit als Therapeutin, Leiterin von Seminaren und Ausbilderin von Logopsychosomatik-Therapeuten.

In den frühen Neunzigerjahren rief Margrith die Stiftung Sunnehus ins Leben und konnte seit 1995 mit dem Team des *Sunnehus* Wildhaus zahlreiche Kur- und Seminargäste auf dem Weg in die Eigenständigkeit begleiten, während dem sie selbst bis 2012 gleichzeitig auch in der Stadt Zürich praktizierte.

Die Atemarbeit bildet das Herz dieser Praxis, in der es gilt, die richtigen Fragen an das Sein des einzelnen Menschen zu stellen. Alle Antworten darauf sind in dessen Innerem zu vernehmen: «Wo ist der Einzelne in seiner Wirklichkeit nicht verstanden worden? Was hätte er in seinem Innersten gewollt, wurde aber verkannt, verbogen, vergewaltigt?»

Sprachrohr sein

Margrith möchte den Therapeuten bewusst machen, dass sie mit Herz, Auge, Ohr, Mund und vor allem den Händen «Sprachrohr des Schöpfers» sind. Die Hände können erhorchen, ob ein Organ durchblutet ist, ob es lebt, in welchen Spannungsnetzen es verhärtet wurde. Solche empfindsamen Hände nehmen in diesen Befunden ein «Seelenbild» wahr.

Die Atemarbeit kann den Menschen in seiner eigenen Tiefe ansprechen, wo er seiner Grenzenlosigkeit begegnen kann, denn im Atem entfaltet sich die geistige Kraft.

Im Innern, in der geistigen Persönlichkeit, begegne der Mensch seinem «gottgewollten Weisheitspotenzial». Dieser Kontakt ist entscheidend, denn von dort her fliesse einem jeden Menschen «sein Lebensauftrag» zu.

Natürlich ist der Weg lang. Man gehe ihn «nur durch stetes Üben der Hände in der Arbeit». Schritt für Schritt lernen die Hände, sich brauchen zu lassen. Dies wiederholt sie: «Lasst eure Hände brauchen.» Therapeutenhände sind in Wirklichkeit die Hände des Schöpfers. Durch sie wirken die Schöpferkräfte. Natürlich ist diese Haltung nicht an die Atemtherapie gebunden, betont Margrith, sondern könne in vielen Berufen gelebt werden. Entscheidend seien die individuelle Berufung und die Bereitschaft, Sprachrohr und Instrument zu sein.

Tief und breit wie ein Kanal

Margrith Schneider sieht sich selbst nicht als Pionierin der Atemarbeit, sie stehe in den Fussstapfen derer, die vor ihr diesen Weg gingen. Sie möchte in ihrer Arbeit den Menschen in die Tiefe seiner selbst führen. Den Therapeuten führt sie vor Augen, was in und durch die Atemarbeit geschieht: zunächst in den Körperzellen, im Blut, den Drüsen, dann in der Seele und in der sogenannten geistigen Persönlichkeit. Diese übersteigt das Ego und überhaupt alles, was ein Mensch von sich selbst kennt, weil sie für das göttliche Weisheitspotenzial offen ist. Dort gibt es keine Grenzen.

Die Atemarbeit vermag das Leben in neue Bahnen zu lenken. Der zum Geist erwachende Mensch werde zuversichtlich, denn er ahne, dass ein Gesetz sein Leben durchwirke, sagt Margrith. Es ist kein festes, unbewegliches Prinzip, das einen wie in einer eisernen Faust festhält, sondern eine Lebendigkeit, in der man sich in die eigene Berufung hinein geleiten lassen kann. Wer in dieser Weise erwache, spüre in sich ein Ja zum Leben, das sukzessiv tiefer und breiter werde.

Margriths Worte verdeutlichen einen Prozess, der bildhaft so beschrieben werden kann: Das Ja zum individuellen Leben wirkt wie ein Kanal, durch den die göttliche Weisheit einfließen und sich im und durch den Menschen entfalten kann.

Weltoffen

Margrith Schneider war in ihrer Arbeit stets weltoffen (sie arbeitete abgesehen von Zürich auch in Toronto, New York, Berlin, Prag und Lübeck). Heute wohnt und wirkt sie in Airolo. «Wir sind eins im Kosmos, und so nehmen wir auch die Kräfte des Kosmos auf.» Aber sie suchte nie die Öffentlichkeit und hat meist mit einzelnen Menschen zu tun. Die Stille ist kostbar, denn sie ermögliche vieles. Alles sei in ihrem Innern geworden, denn sie sei nie «eine starke Helvetia» gewesen, sondern sensibel und schüchtern. «Ich lebe, alles ist erlebtes Dasein, durch alle Stufen und durch die tiefsten Tiefen errungene Gewissheit.»

Sie verzichtet auf Etiketten aller Art, gerade auch religiöse, denn die religiöse Verflachung im Westen habe um sich gegriffen und die «Scheu, zur tiefen göttlichen Kraft hin finden zu wollen» sei gross geworden. Das Wort «Gott» sei ein Spielzeug geworden. Überhaupt hätten viele Begriffe einen unangenehmen religiösen Nachgeschmack für bestimmte Menschen, denn diese sähen darin etwas Begrenztes, doch das sei menschengemacht.

Der durch den Atem wirkende Schöpfergeist sei in sich selbst eine Vielfalt, dem keine Grenzen gesetzt seien. Es gelte, dieser Realität die seelischen und geistigen Türen ganz zu öffnen, ohne uns von der menschlichen Sprache behindern zu lassen. Nur im Vertrauen auf diese zeitlose Ordnung erschliesse sich das innere Verständnis dessen, was aussen abläuft.

Würde des Menschen

Eines noch möchte sie den Leserinnen und Lesern sagen: «Es ist jedem Menschen zu wünschen, dass die menschliche Würde, die in der unerschöpflichen Vielfalt dessen liegt, was in ihr oder ihm ist, bewusster werden kann.»

Alles, was beschränkt ist, Margrith zuwider, denn «die unbegrenzte Realität der göttlichen Kraft verbindet durch alle Nationen, denn sie kennt keine Kategorien. Deshalb kann es für diese Kraft keinen einzigen Begriff der menschlichen Sprache geben, der ihr angemessen sein könnte». Lächelnd fügt Margrith hinzu: «Das Leben selbst gab mir seine Etikette.» Dass sie bis heute im Dienst stehen dürfe, empfinde sie als Gnade. Am 8. Juli 2012 wird Margrith Schneider 95 Jahre alt.



Weiterführende Lektüre:

Ins Wort gebracht.

Gespräche mit Margrith Schneider von 1983 bis 2002. Mit einer Einleitung herausgegeben von Hildegard Elisabeth Keller. Wildhaus 2002 (Sunnehus-Reihe 3).

Auf Youtube finden sich Videosequenzen mit Margrith Schneider. Auf Youtube einfach den Namen eingeben.

Kontakt:

Sunnehus

Kur- und Bildungszentrum, 9658 Wildhaus

071 998 55 55

info@sunnehus.ch

www.sunnehus.ch

Margrith Schneider, Airolo

044 381 26 82

Autorin: Hildegard Elisabeth Keller

www.hildegardkeller.ch

Fotos: Roland Inauen