

Begrüßungsrede zum 10 jährigen Bestehen:

Ich begrüße meine Gäste, die Aussteller, meine Familie und Freunde, bedanke mich sehr herzlich für die so tatkräftige Hilfe, um dieses Fest vorzubereiten.

Dass es das Atemhaus Blume heute so in dieser Form und mich in diesem Berufsfeld gibt, dazu brauchte es einige "Führung" von oben! Dafür bin ich sehr dankbar!

Es brauchte eine Zeit des Zusammenleben mit meinen Großeltern Karl und Katharina Blume.

Es brauchte ein Zeit seelischer Erkrankung und der persönlichen Veränderung meinerseits.

Es brauchte die glückliche Fügung Axel, meinen Mann kennen und lieben lernen zu dürfen!

Es brauchte eine Zeit, um zu verstehen, zu erkennen, Erfahrungen zu machen und Potentiale frei werden zu lassen!

Was ist das Beständigste, was gibt mir Halt und Kraft, was ist für mich Zuverlässigkeit, wie ausdauernd und mutig kann ich sein?

Das alles konnte ich herausfinden - durch eine bodenständige Familie, meine Eltern, meinen Partner, das dörfliche Leben.

Einlassen auf mich selbst und meinen Körper, in Kontakt gehen mit sich und anderen, sich in diesen Begegnungen erfahren und daraus Erkenntnisse ziehen.

Das beschreibt eigentlich schon die Lebenshaltung, zu der ich hier im Atemhaus Anleitung und Unterstützung gebe und Mut mache.

Der Atem spielt dabei eine entscheidende Rolle - er ist Spiegel unserer Seele und reagiert auf Einflüsse von innen und außen.

Der Körper und der Atem speichern vom ersten Atemzug an Erfahrungen - wir sprechen ja auch vom "Körpergedächtnis".

Wir entwickeln Überlebensstrategien, die uns als Kind sehr hilfreich waren, jedoch im Erwachsensein oft einschränken.

Auf einmal kommen wir mit Eltern, Geschwistern, Partnern oder Kollegen nicht mehr zurecht. Wünschen uns sehnlichst "Zugehörigkeit" und wollen geliebt werden. Dafür tun wir Dinge, die nicht immer gut für uns sind. Wir schaden uns selbst. So lange, bis der Körper oder der Atem Signale senden, um auf die Unstimmigkeiten hinzuweisen. Deshalb lohnt sich das Beachten des Körpers und das "Arbeiten" mit dem Atem.

Ziel ist ein eutonischer Zustand, ein guter Muskeltonus, optimale Beweglichkeit der Gelenke, Durchlässigkeit der Atembewegung, ausgeglichene psychische Wachheit und eine Verbindung mit den Selbstheilungskräften in uns.

Das kann / wird zur Folge haben, seine Potentiale an Fähigkeiten, Möglichkeiten und Ressourcen kennen und nutzen zu können.

Sicher ist es auch das, was ich in meinen inzwischen über 50 Lebensjahren versucht habe zu beherzigen.

Mit diesem Jubiläumsfest möchte ich vielen Menschen die Möglichkeit geben, ein Gartenfest für die Sinne zu erleben, nette Kontakte zu knüpfen, der Musik zuzuhören, die Torten zu schmecken und sich die Ausstellungsstücke der Künstlerinnen anzuschauen.

Vielen Dank, dass Sie da sind und mit mir und uns dieses Fest feiern!

Herzlichst Sabine Katharina Schuldt