

10

Auch Schlaffhorst ist kein Gebetbuch. Das würde sie ja selbst total ablehnen. Das ganze Leben von Schlaffhorst war Produktivität. Sie müssen mal wissen, wie wir heute über die Dinge nachdenken können, ... und wie die Beiden ausgegangen sind, da in Memel, mit nichts!

Mit einem Blödsinn von Physiologie, mit diesem Buch von Kofler, mit nichts. Und ich habe mindestens einen guten Teil dieser aktiven Periode mitbekommen, wo also alles in Fluß war, da konnte man verzweifeln, da haben Sie da gegessen und etwas aufgenommen, und in der nächsten Stunde war es total anders. So schnell ging das. Das ist beinahe ein Kennzeichen von Produktivität. Warum sollte das Späteren versagt sein? Nur eben mit der nötigen Sorgfalt. Es geht ja auch nicht darum, die Schlaffhorstschen Begriffe lediglich zu modernisieren. Wenn ich etwas Neues schaffe, muss das, was gestürzt wird, absolut klar sein.

11

Jeder Sportler würde jetzt hier sagen, das ist die Definition meiner Sportart, daß jede Bewegung mit der geringsten Anstrengung gemacht werden soll. Das ist nicht das Ziel von Schlaffhorst gewesen. Wenn ich allein an das Schreiben denke. [...12 ...] Es war eine der tollsten Grundlagen. Es gab keinen Gast der nicht bei Schlaffhorst schreiben mußte. Und zwar warum? Weil eben in dieser Schrift, die wir als kleinste Bewegung auffassen, die Spannung, Abspannung und Lockerheit, d.h. die Einatmung, Ausatmung und Pause wiederkehrt. [...] Und wenn jetzt jemand bei Andersen das Schreiben lernte, wie man ganz primitiv sagte, dann war also ein komischer Effekt da. Vorher hatte man es also so gekritzelt, hatte es hingehauen, und alles dieses Unwesentliche war jetzt vom Menschen abgefallen. Es hatte natürlich noch jeder seine Handschrift, aber es war einfach eine ganze Menge Quatsch und Quark abgefallen. Gut, wenn wir das jetzt einmal so nehmen [...] und jeder kam zu seiner Schrift, dann ist doch noch etwas mehr gemeint als nur die Energetik. [...13 ...]

***[Ergebnis: Rhythmische Arbeit führt uns zum Grunderlebnis des Rhythmus überhaupt und zum Aufbau des aus der Atmung entwickelten individuellen Rhythmus.]***

[14]

Aber jetzt kommt was ich sagen will, nämlich, daß wir hoffnungslos aufgeschmissen wären, wenn wir eine Grundfunktion [wie die Atmung] wieder herstellen wollten, die kaputt ist. Wir sprachen über die Atmung bzw. die ganz erheblichen Mängel, mit denen die Leute ankommen. Was ist das eigentlich, wenn wir es vermögen, mit Kreisen, Schwingen und Rhythmus usw. den ganz individuellen Atem wieder herzustellen? Wir wären genauso aufgeschmissen, wenn wir einen Stuhlgang wieder herstellen müßten, der 20 Jahre nicht mehr funktioniert, oder schwerste Schlafstörungen, wenn nicht folgendes wäre, nämlich das mnemische Prinzip im Körper. Mnemik = Gedächtnis. Es ist also so, ich brauche Gott sei Dank nur anzuklopfen. Was einer für einen Atem hat, ist in ihm vorgezeichnet, phylogenetisch wie nur irgendetwas! Wenn wir die anthropologischen Wissenschaften mit Fragen versehen, dann ist eine der Hauptfragen: Was ist er[15]erbt, was ist erworben? Was ist dazugekommen, ist eine Mutation darin, was wird neu vererbt? Wenn nicht z.B. der Stuhlgang oder die Atmung über Jahrtausende eingespart wäre, bestünde keine Hoffnung, irgend etwas überhaupt reparieren zu können. Diese eingesparten Dinge sind so stark im Körper, daß es nur darum geht, welche Methoden die geeignetsten sind, um das herauszulocken. Das unterscheidet die Schule Schlaffhorst-Andersen von allen andern

Atemschulen, die das nicht wissen, daß man nur anzuklopfen braucht, daß der individuelle Atem drin ist, daß man nicht die Vorstellung von einem Teilatem haben kann, z.B. Flankenatmung, Hochatmung usw., und nun sagt, hier fehlt bei dir noch etwas Flankenatmung oder so, sondern, daß weit dahinter noch etwas im Körper ist, was verschüttet ist. Das werden Sie von Schlaffhorst ja auch wissen, daß es ihr immer um das Erinnern ging. Das Erinnern ist für mich das ganz Großartige, was nicht eine Klassifizierung dieser Tätigkeit hier ausmacht, sondern was sie kategorial anders stellt als die anderen Atemschulen.

[17]

Wissen Sie, daß Schlaffhorst rund ums Zwerchfell die Lokalisation der Töne aufgestellt hatte? Und das war überhaupt meine erste Sache, die ich erlebt und durchgearbeitet habe. Wir haben diese Sache, z.B. Dr. Aubel und noch verschiedene von der Gießener Universität, für unwahrscheinlich gehalten, weil wir uns sagten, die Stimmbänder da oben, Zwerchfell da unten, usw., aber daß da bestimmte Lokalisationen dazu kommen sollten, hielten wir für unwahrscheinlich. Und dann haben wir den Blindversuch gemacht, d.h. Schlaffhorst hat sich dahingestellt, und ich habe mein Hörrohr genommen, und habe um sie herum abgehört, wo der Ton saß. Das läßt sich eindeutig bestimmen! Und da kann dann ein 2. oder 3. Untersucher kommen und das ansehen! Ja, das ist also genau der Sitz auf der rechten Niere, und dann wurde das aufgeschrieben, und uns nicht gesagt und dann stimmte das einfach alles, das stimmte einfach alles!