

Atem und kreatives Handeln (II)

Wesentliches

Unsere Atmung ist ein fortwährender Prozess der Resonanz zwischen Innen und Außen und zwischen Seelisch-Geistigem und Körperlichem. Je mehr wir diesem Prozess in Empfindung und Bewusstsein Raum geben, ihn wahrnehmend geschehen lassen, um so mehr entsteht Durchlässigkeit im Körperlichen und im Seelisch-Geistigen und zwischen beiden. Diese Durchlässigkeit ist eine Grundlage für kreativen Ausdruck, denn auch Kreativität als schöpferisches, eigenständiges Handeln ist nur möglich in Resonanz zwischen Innen und Außen.

Atem und schöpferisches Handeln sind Fließprozesse, die immer wieder zugelassen, unser Tun authentisch, neu und lebendig machen, sei es im künstlerischen, im professionellen oder im alltäglichen Handeln. In der ganzheitlichen Wahrnehmung innerer Prozesse und der Offenheit für die Gestaltung des eigenen Lebens verbinden sich Atem und kreatives Tun.

Arbeitsweise

Wir arbeiten an der Verbindung von zugelassenem Atem und kreativem Handeln. Dabei gehen wir in Resonanz mit eigenen Lebens-themen, die unser Inneres bewegen und betrachten sie im Licht des empfindungsbewussten Atems. Das Seminar verbindet den Erfahrbaren Atem (EA) mit Methoden der Gestaltarbeit und der Kunsttherapie. Wir erfahren Wandel im Atem als Element des schöpferischen Tuns. Es wird erfahrungsorientiert gearbeitet, ergänzt um methodische Reflexionen zur Integration des Ansatzes in die eigene Arbeit. Es ist möglich, das Seminar als Modul der Fortbildungsreihe zum Thema „Atem und Kreativität“ zu buchen. Bei Interesse bitte mehr Info erfragen.

Themen

- Auf den Puls des eigenen Atems hören
- Freigabe im Atem und kreatives Handeln
- Eigene (Lebens)Themen in Verbindung zu Atem und kreativem malerischen Ausdruck
- Atemrhythmus als gestaltendes Element im Malerischen
- Transfer des Ansatzes in die eigene Arbeit

Zielgruppe

Das Seminar wendet sich an alle kreativ Tätigen: (Atem)Therapeut:innen, Berater:innen, Pädagog:innen ebenso wie an Musiker:innen, Sänger:innen, an künstlerisch Aktive und an Menschen mit Interesse an alternativen Verfahren und der Weiterentwicklung ihrer eigenen Kreativität.

Unterrichtszeiten Samstag, den 17.10.2026, 10.00 -13.00 und 14.30-17.00

Sonntag, den 18.10.2026, 10.00-13.00 und 14.30-16.00

Ort Musikatelier Mehrklang, Bruggerstr.37, 5400 Baden

Anmeldeschluss 30.9.2026 unter info@atemplautbewegung.de oder 0049-1773040630. Kosten 260 Franken (14 Unterrichtseinheiten à 60 Min). Zahlungskonditionen werden bei Anmeldung mitgeteilt.

Vita Nele Wasmuth



Berufliche Praxis

Seit 2026 Mitbegründerin und Dozentin im Team der neuen Schule [GanzAtem OneBreath](https://www.fichtezwei.de) zur Ausbildung von AtemKörperPädagog:innen und -Therapeut:innen in Erfahrbarem Atem/BreathExperience

Seit 2025 Aufbau eines Zentrums für Atem und Kultur in Sizilien

Seit 2017 Atemtherapeutin in eigener Praxis in Berlin und Leitung des Projektraums *fichtezwei* in Berlin-Kreuzberg mit Veranstaltungen im therapeutischen und künstlerischen Bereich, [atemplautbewegung](https://www.atemplautbewegung.de)

Je zehn Jahre Berufs- und Lebenserfahrung in Asien (Indonesien, 1986-1995) und Afrika (Äthiopien, Tunesien, Ägypten, 2006-2016) Während dieser Zeit berufliches Engagement als Schulleiterin einer internationalen Schule, als Hochschuldozentin, Projektberaterin, Coachin und Atemtherapeutin

Bildung und Kunst

Zertifizierte und empfohlene Atemtherapeutin nach Ilse Middendorf® (Ausbildung am Berliner Institut 2005-2010)

Systemische Beraterin (einjährige Vollzeitausbildung am Siegener Institut für systemische Beratung 1996-97, Dipl. Psychologe Johann Schweißgut)

Gestalt- und kunsttherapeutische Fortbildungen bei Dr. Klaus Lumma (Gestaltinstitut Düren 1996-97) und bei Prof. Dr. Gisela Schmeer (München 2016-17)

Studium der Literatur- und Sozialwissenschaften (1968-1975);
Lyrikveröffentlichungen in Künstlerbüchern (1996 und 2005)
GamelanspielerIn am Rautenstrauch-Joest-Museum in Köln (1996-2005)

Aus einem früheren Kurs zu „Atem und Kreativität“



Zum Vorwärts gehen brauche ich beide Körperseiten, ich nehme alles mit, was durch michwächst, auch das, dem ich lieber entfliehen möchte (in der Flucht nach vorne). Ich geh' in meinem Tempo. Eine Seite hilft der Anderen, indem sie im Dialog steht und einander befruchtet. Ein Raum. Zeit. Tanz mit Weite, im wahren Nehmen. Was ist. Jenseits der Täler und Berge, Fluss. Zwischen (Himmel) und Erde, in der Vertikale, durch meinen Kumpf, die Wirbelsäule hin ich "ganz", verbunden.

