

Wie Atem zum hochintelligenten Heiler wird

05.02.2014, 18:16 | Persönlichkeitsentwicklung, Bewusstsein & Spiritualität

Pressemitteilung von: *Dr. Christina Kessler*

Presseagentur: *Wilde Denker*

Dr. Christina Kessler lehrt Verbundenes Atmen im Kontext von Amosophie und Bewusstseinsweiterung

Verändert der Mensch auch nur eine Kleinigkeit an seinem Atemrhythmus, kann das enorme Auswirkungen auf Organismus und Geist haben. In der Regel macht der Mensch zwischen dem Ein- und Ausatmen eine kleine Pause. Lässt er diese bewusst für 20 Minuten oder länger weg, wird der Organismus von Sauerstoff und damit von Lebensenergie (in asiatischen Kulturen auch chi oder prana genannt) intensiv geflutet.

„Dieser Energiestrom ist weiser als jeder Therapeut“, so Kessler. „Er weiß immer genau, wo er gerade am dringendsten benötigt wird. Jede Atemsession ist anders.“

Das wussten auch schon zahlreiche Lehrer aus dem fernen Osten. Der Verbundene Atem ist eine uralte spirituelle Methode und Yoga-Übung für Fortgeschrittene. Der Psychologe Stanislav Grof machte diese als „Holotropes Atmen“ vor einigen Jahrzehnten im Westen wieder bekannt, ebenso wie Leonard Orr durch seine „Rebirthing“-Methode. Im Unterschied zu vielen Vorgängern und Kollegen von Frau Kessler, führt sie die Teilnehmer in ihren Atemsessions durch einen ganz spezifischen Bewusstseins-Prozess (Universal Process):

Zunächst kommt es zur Einsicht in blockierende Denk-, Verhaltens- und Handlungsmuster; dann zur energetischen Befreiung von diesen Lebenswiderständen und schließlich zur Rückverbindung mit dem innersten Wesenskern. Die frei gewordene Kraft, als intensiver Energiestrom wahrgenommen, wird sofort in konstruktive Bahnen gelenkt. Die Teilnehmer gehen ihre alltäglichen Aufgaben leichter an und entwickeln zunehmende Lebensmeisterschaft.

Die promovierte Ethnologin Kessler leitet Workshops zum Verbundenen Atmen motivierend und empathisch an. Bei einstündigen Sessions können die Teilnehmer auf dem Rücken liegen, aber auch im Sitzen, Stehen oder sogar in Bewegung die Wirkung des Verbundenen Atems an sich spüren. Unterschiedliche Körperhaltungen sowie besondere Musik unterstützen die Atmenden in ihrem Prozess.

Was Teilnehmer häufig erleben, sind starke seelische, körperliche und geistige Befreiungs- und Ekstasezustände. Toxine und Schlacken lösen sich, Unterdrücktes drängt ins Bewusstsein, innere und äußere Verjüngung tritt auf, neue Eingebungen werden aus der Rückverbindung mit in den Alltag genommen. Dr. Kessler betont, dass es immer wieder beeindruckend sei, wie positiv verändert die Menschen nach einer solchen Sitzung aussehen.

Teilnehmer an der amoBreathwork-Ausbildung, die ab Juni 2014 erstmals in Norddeutschland (in Rahden bei Hannover) angeboten wird, lernen nicht nur wie sie Atem-Sitzungen anleiten, sondern auch wie sie mit ihrer frei fließenden Lebensenergie Heilprozesse unterstützen können. Nicht zuletzt ist die Ausbildung eine Einführung in den wissenschaftlich anerkannten Bewusstseinsansatz der Amosophie mit dem Leitsatz „amo ergo sum – Ich liebe, also bin ich“.

Mehr Details zu den Ausbildungen und Pressebilder finden Sie auch auf: www.christinakessler.com

Über Dr. phil. Christina Kessler

Dr. phil. Christina Kessler studierte Ethnologie, Soziologie, Vergleichende Religionswissenschaften und Philosophie. Für ihren integralen Ansatz, der die prozesshafte Struktur der inneren Wesensschau widerspiegelt, erhielt sie das Stipendium der Ludwig-Maximilians-Universität München für außerordentlich begabten wissenschaftlichen Nachwuchs. Seit 2002 vermittelt Kessler ihren Ansatz weltweit in Vorträgen, Seminaren und Ausbildungen. Sie ist Referentin auf internationalen Kongressen und kooperiert mit zahlreichen Projekten, die sich um das neue Paradigma ranken. 2008 wurde ihre Arbeit mit dem Internationalen Otto-Mainzer-Preis, New York ausgezeichnet.

News-ID: 775500 • Views: 1158 (Stand: 08.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/775500/Wie-Atem-zum-hochintelligenten-Heiler-wird.html>