

Zur Breema – Körperarbeit

Hansjörg Hemminger

Bearbeitet/Stand: 01.12.2009

Impressum: www.weltanschauungsbeauftragte.elk-wue.de/kontakte

Texte und Materialien: Breema - Körperarbeit

Kurzbeschreibung

Wie ist die Breema-Körperarbeit in das Spektrum der heilkundlichen Außenseitermethoden einzuordnen? Wie ist die Ausbildung in Breema-Körperarbeit zu bewerten, soweit dies aus den Unterlagen ersichtlich wird?

Zuerst zur Herkunft:

Dem Vernehmen nach geht die Breema-Körperarbeit auf einen Mitte der fünfziger Jahre mit 14 Jahren in USA ausgewanderten Kurden namens Manoucher Movlai zurück, der die Methode aus seinem Heimatdorf namens Breemava mitbrachte und sich danach viele Jahre mit alternativen Heilmethoden aller Art befasste. In Breemava soll diese Methode über mehrere Jahrhunderte aufgrund des Einflusses orientalischer Traditionsmedizin⁽⁴⁾ und der Alltagserfahrung entstanden sein. Sie soll für das Dorf eine überragende kulturelle Bedeutung haben:

„...the functions of medical, church, psychological, and public media services in a more modern society were combined.“ (... die Aufgaben der medizinischen, kirchlichen und psychologischen Dienste sowie die der öffentlichen Medien einer moderneren Gesellschaft wurden verbunden.)⁽⁴⁾

Allerdings ist Movlai selbst die einzige Quelle dieser Angaben. Die spärliche Literatur wurde aufgrund seiner Angaben von seinen Schülerinnen und Schülern bzw. Promotern verfasst, federführend von dem Körpertherapeuten Jon Schreiber. Es gibt Gründe, eine typische „Ursprungslegende“ zu vermuten. So ist die Charakterisierung von Breema als Methode mit traditioneller Religionsfunktion begründungsbedürftig, denn man sollte annehmen, dass ein kurdisches Bergdorf – wie fast die ganze kurdische Bevölkerung – vom sunnitischen Islam geprägt wird. Die Angabe Schreibers, die Dorfbewohner seien „...vertraut mit den Ideen des Islam, Judentums, Christentums und Buddhismus. Die meisten fühlen sich jedoch nicht an irgend eine religiöse Lehre gebunden, sondern benutzen alles, was sie für den Alltag als wertvoll erleben.“⁽⁴⁾ ist unglaubwürdig. Auch das Menschenbild von Breema (s.u.) legt eher die Herkunft aus der zeitgenössischen westlichen Alternativkultur nahe als aus einer alten dörflichen Tradition Kurdistans. Die Angabe von Dachilow⁽²⁾, dass Movlai (bei ihr Moviai) an einer Gurdijeff-Schule in der Nähe von Paris gelernt habe, passt eher zum Inhalt von Breema. Allerdings fehlt auch dafür die Quellenangabe. Dass offenbar dieselbe Person in⁽³⁾ plötzlich nicht mehr als Manoucher Movlai, sondern als Malichek Mooshan auftritt, verwirrt die Sachlage noch weiter.

Nach alledem muss man in Ermangelung unabhängiger Befunde davon ausgehen, dass die Breema-Körperarbeit von Movlai und Schreiber aus bei uns gängigen Körpertherapien,

gymnastischen Übungen usw. entwickelt wurde, und der Begründungshintergrund den Beständen abendländischer Esoterik entstammt. Möglicherweise geschah dies unter Einbeziehung traditioneller kurdischer Heilmethoden, die allerdings nicht dokumentiert und daher nicht nachweisbar sind. Ansonsten muss man mangels sämtlicher Belege und angesichts zahlreicher Unstimmigkeiten von werbewirksamer Fabulation ausgehen, was die Herkunft von Breema betrifft. Über die Wirkung der Methode „Breema-Körpertherapie“ selbst, wie sie jetzt vorliegt, wird damit allerdings noch nichts ausgesagt.

Breema-Körperarbeit beansprucht, umfassende Lebenshilfe von der Gesundheitspflege bis hinein in den Bereich der Sinnggebung (Religion) zu sein. Einwirkungen, die direkt im Bereich Physiologie und „Körpererfahrung“ liegen, also gymnastische Elemente, Massagen, Haltungsübungen usw. bleiben im Folgenden weitgehend unberücksichtigt. Ihr Einsatz bzw. ihre Effekte liegen außerhalb der Kompetenz des Autors und können nicht im Einzelnen beurteilt werden. Bereits eine oberflächliche Betrachtung macht jedoch deutlich, dass die gezeigten Dehn- und Streckübungen, die Bewegungsübungen usw. weitgehend dem entsprechen, was sich in anderen Gymnastiken, in der Heilgymnastik sowie in zahlreichen sogenannten Körpertherapien – z.B. Feldenkrais - findet. Deshalb spricht eine generelle Vermutung zugunsten der Methode dafür, dass sie tatsächlich hilfreiche Einwirkungen auf Verspannungen, Haltungsschäden usw. ermöglicht. Allerdings bedeutet dies auf der anderen Seite auch, dass an die Ausbildung in der Breema-Körpertherapie dieselben Qualitätsmaßstäbe anzulegen sind wie an die Ausbildung in Kranken- oder Heilgymnastik bzw. an die Ausbildung in etablierten Körpertherapien.

Die psychologische Einwirkungen beruhen einerseits auf der intensivierten und erweiterten Körperwahrnehmung, zum anderen auf der Beziehung zum Breema-Anwender, von dem eine „therapeutische“ Haltung verlangt wird. Diese Haltung, die während der Behandlung eine intuitive Befolgung eigener Körpergefühle verlangt, scheint auf den ersten Blick das Spezifikum der Breema-Körperarbeit im Vergleich zu anderen Körpertherapien usw. zu sein. Aus psychologischer Sicht entspricht sie jedoch im wesentlichen dem, was auch sonst in nicht direktiven und nicht aufdeckenden Psychotherapien verlangt wird, nämlich Echtheit, also eine realistische Selbstwahrnehmung und deren authentischen Ausdruck in der Beziehung, Fähigkeit zur Empathie und eine Akzeptanz der Klienten, die nicht wertet und urteilt (s. z.B. nondirektive Gesprächstherapie). Die Effektforschung hat gezeigt, dass eine solche Haltung zu den sogenannten allgemeinen psychotherapeutischen Wirkfaktoren gehört, die unabhängig von der Schule positive psychische Effekte haben können. Es ist davon auszugehen, dass das auch für die Breema-Körperarbeit zutrifft. Allerdings fällt auf, dass die Breema-Ausbildung (soweit aus den Unterlagen ersichtlich) keine besondere Vorsorge dafür trifft, dass es den Helfern auch tatsächlich gelingt, diese Haltung in der Praxis einzunehmen. Psychotherapeutische Schulen verwenden i.d.R. auf diesen Punkt viel Mühe und fordern z.B. umfangreiche Selbsterfahrung, Supervision usw. von den Praktizierenden. Von daher fragt sich, wie die Breema-Körperarbeiter das therapeutische Ideal in der Praxis umsetzen und wie sie dies kontrollieren. Es gibt einige Anwender, die sich um Professionalität bemühen (⁶).

Breema-Körperarbeit ist ursprünglich auch mit einer spirituellen Orientierung für die Klienten verbunden. Diese Orientierung entspricht in nahezu jedem Punkt der im Bildungsbürgertum verbreiteten Esoterik (in den USA: New Age) bzw. der Haltung, für die häufig die Selbstbezeichnung „freie Spiritualität“ gebraucht wird. Allerdings verbleiben die weltanschaulichen Aussagen bei Breema meist im Unverbindlichen, so dass man nicht von einem gezielten Ideologietransfer sprechen kann. „The whole universe supports your existence. Nearer things (air, food, sense impressions) usually have a more obvious effect, while the effects of more distant things (planets, stars) may be more subtle.“ (Das ganze Universum trägt deine Existenz. Dinge, die näher sind, wie Luft, Nahrung, Sinneseindrücke, wirken sich offensichtlicher aus, während ferne Dinge wie Planeten und Sterne feinere Effekte haben können.) ⁽⁴⁾, S. 25) Die Unverbindlichkeit der Aussagen gleitet gelegentlich in Banalität ab: “The magic of anything is the fact that it exists. If you are looking for magic, you’ll find it in the knowledge that you exist. Breema is a universal principle.“ (Die Magie aller Dinge liegt in der Tatsache, dass es sie gibt. Wenn du Magie suchst, findest du sie in dem Wissen, dass es dich gibt. Breema ist ein universales Prinzip.) ⁽³⁾, S. 38) Unnötig zu sagen, dass Breema alles andere ist als ein universales Prinzip. Es ist überhaupt kein Prinzip, sondern eine Außenseitermethode in der Körpertherapie. Manchen Promotern der Breema-Körperarbeit kommt es bei solchen weitschweifigen, inhaltsarmen Ausführungen erkennbar mehr auf eine „spirituelle Atmosphäre“ an als auf gedankliche Schlüssigkeit oder gar auf Überzeugungsarbeit. In diesem Zusammenhang ist wohl auch die farbige Ursprungslegende zu sehen. Andere Anbieter halten sich von dieser spirituellen Atmosphäre gerade fern und streben Sachlichkeit an ⁽⁶⁾.

Zusammenfassung: Nach derzeitigem Erkenntnisstand handelt es sich bei der Breema-Körperarbeit um eine heilgymnastische bzw. körpertherapeutische Außenseiter-Methode, deren konkrete Maßnahmen sich weithin mit bekannten Einwirkungsweisen decken. Fachliche Standards in der Ausbildung und der Anwendung der Methode werden nur zum Teil eingehalten. Die Angaben über die Herkunft der Methode sind unglaubwürdig, die angebotenen weltanschaulichen Orientierungen folgen manchmal bekannten esoterischen Prinzipien, die unverbindlich und in allgemeiner Form übermittelt werden. Manchmal werden sie vermieden. Ohne allerdings kritisch reflektiert zu werden.

Quellen:

Zahlreiche Seminarunterlagen und Internet-Präsentationen von Breema-Anbietern und Ausbildungsanbietern in Deutschland und den USA ⁽¹⁾

Irene Dachilow: Vertrauen auf die Körperweisheit. Esotera 9/1994 86-90 ⁽²⁾

Jon Schreiber: Breema – essence of harmonious life. Oakland 1998 ⁽³⁾

Jon Schreiber: Touching the mountain – the self-breema handbook – ancient exercises for the modern world. Oakland 1989 ⁽⁴⁾

Barbara Knott: Das Konzept der Breema-Körperarbeit und seine pädagogische Relevanz. Diplomarbeit an der Universität Bielefeld ⁽⁵⁾

www.holmedi.de und dort verzeichnete Links ⁽⁶⁾