

## Michael Mahr: Erinnerungen an Ilse



Meine erste Begegnung mit Ilse: Ich hatte schon einiges über den Erfahrbaren Atem gehört. Yoga-gestählt war ich auf der Suche nach neuer Inspiration; ich hörte sagen, dass man mit einiger Übung lernen kann, die eigene Atembewegung in den einzelnen Wirbeln des Rückens zu spüren und dass das etwas ganz Bedeu-

tendes sei. Das fand ich alles sehr spannend und machte mich auf den Weg zum Viktoria-Luise-Platz Nr. 9 – ich wollte einmal vorbeischaun und mich nach Informationsmaterial erkundigen.

Ich stellte mir ein ungeheuer geschäftiges Treiben in dem Institut vor – stattdessen der ruhige, dunkle und abgelegene Hinterhofeingang. Die unscheinbare Eingangstür.

Welche Klingel drücken? „Seminare“ oder „Institut“? Ich glaube, ich entschied mich für „Institut“. Eine kleine, alte Dame öffnete die Tür, aber ihre Ausstrahlung, ihr Wesen, ihre Stimme ließen keine Zweifel: Prof. Ilse Middendorf persönlich öffnete mir die Tür! Ganz aufgeregt und engagiert erklärte ich ihr, wie viel Interessantes ich über den Erfahrbaren Atem gehört habe, und wie gespannt ich sei, endlich die Arbeit selber kennen zu lernen.

Geduldig, milde lächelnd hörte Ilse meinen vielen Worten zu und gab mir dann das Informationsmaterial über beide Institute inklusive des aktuellen Kursangebots.

Ich bedankte mich freudig und versprach, dass ich hier im Institut noch ganz oft auftauchen werde, und wir uns noch oft sehen würden. Ihr darauffolgendes, herzhaftes Lachen werde ich nicht vergessen. „Ich werde wirklich kommen!“, dachte ich still bei mir und machte mich ganz berührt wieder auf den Weg nach Hause.

5 Jahre später, meine Ausbildung gerade beendet, wurde ich als neuer Mitarbeiter im Institut aufgenommen. Eine meiner ersten Amtshandlungen war, dass ich Ilse behandeln durfte. Zu meiner eigenen unglaublichen Aufregung

kam Ilses unguete Laune an diesem Nachmittag. Mir lief der Schweiß in Strömen und Ilse war mehr als nur ungeduldig. Das schaffe ich nie, denke ich. Ilse zitiert mich zu sich, ab jetzt habe ich sie jede Woche zu behandeln – gefühlsmäßige Achterbahnfahrt zwischen: „da ist ja gar nichts“ bis „besser kann man es nicht mehr machen“.

Und es blieb dabei, dass ich sie in den nächsten sieben Jahren mehr oder weniger regelmäßig behandelte. Immer wieder fiel ich darauf hinein, auf die sichere Nummer zu setzen: alt bewährtes und besonders gut Gelingen in der nächsten Behandlung wieder zu tun. Ilse sofort: „Michael, das ist ein guter Griff. Du machst ihn auch gut, aber ich spüre nichts von Dir. Nun komm endlich mal ...“

„Atem ist jetzt“ sagte Ilse. Und sie zeigte mir in der ganzen Zeit, wie sehr es auch im Behandeln auf das „Jetzt“ ankommt. Sich komplett zu stellen, den eigenen Händen zu trauen, sich ganz zur Verfügung stellen. In jedem Moment, in dem mir leise dämmerte, dass ich jetzt nicht 100% dran bin, kam prompt Ilse aus dem Off: „Michael, wo bist du, bleibe dran... ja besser... jetzt willst du es gut machen, lass das sein... so ist es gut...“.

Ich bin Ilse so dankbar für diese Zeit. Es gab diese zeitlosen Momente, wo jedes Fragen aufhörte. Zwei menschliche Wesen betreten einen neuen Raum, eine Begegnung im Atem. Jeder Versuch das sprachlich zu beschreiben: absurd. Darum geht's.

