



Bildmaterial mit freundlicher Genehmigung des Pflaum Verlags

Johannes Ludwig Schmitt

24.06.1896 – 19.09.1963

Der Internist und Arzt für Naturheilkunde Dr. med. J. L. Schmitt wurde 1896 in Stuttgart geboren. Nach seinem Theologiestudium und den Erfahrungen aus dem ersten Weltkrieg widmete er sich der Medizin und erhielt 1923 in München seine Promotion und Approbation.

In der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts zählte er zu den führenden Ärzten für Naturheilverfahren und entwickelte bereits zu der Zeit die Grundlage für das heutige Konzept der Reflektorischen Atemtherapie. Als einer der Pioniere der Atemheilkunst in Deutschland und Kenner der asiatisch-vedischen Heiltradition erkannte Dr. Schmitt, dass die Atmung das körperliche und geistige Befinden eines Menschen untrennbar beeinflusst.

1930 gründete Schmitt eine Privatklinik in der Münchener Leopoldstraße, die als „Schmitt-Klinik“ bekannt wurde. Hier therapierte er mit hohem persönlichem Engagement Patienten mit Atembeschwerden, Rückenleiden und anderen Erkrankungen.

Das ganzheitliche Behandlungskonzept bestand unter anderem aus morgendlichen Kneipp'schen Anwendungen, die er häufig persönlich und laut singend begleitete, einer individuellen Ernährungsbegleitung während des Klinikaufenthalts und Yoga-Übungsstunden in Gruppen. Begleitet wurden diese Stunden mit lebensphilosophischen Ausführungen aus der vedischen Yogalehre.

Nachdem die Münchner Klinik durch das nationalsozialistische Regime beschlagnahmt wurde, gründete er 1936 in Berlin nahe dem Kurfürstendamm eine neue Praxis.

Die Einzelbehandlungen in seiner Praxis führte der „Atemdokter“ persönlich durch. Sie begannen stets mit heißen Kompressen als vorbereitende Wärmeanwendung, die auch heute noch einen wesentlichen Bestandteil der Reflektorischen Atemtherapie ausmacht. Die sich anschließende Atemmassage erfolgte unter aufmerksamer Beobachtung der Zwerchfellarbeit. Der ganze Körper wurde mit in die Behandlung einbezogen und dabei tiefe befreiende Atemzüge ausgelöst.

Nach dem Ende des 2. Weltkrieg nahm Dr. Schmitt seine Arbeit in der wieder eröffneten Münchener Klinik auf. Im Jahr 1955 gründete er zudem die Naturheilmittelherstellung Jukunda, in der bis heute naturheilkundliche Mittel hergestellt werden. Zusammen mit seiner Kollegin Dr. med. Frederike Richter schrieb er sein Lebenswerk „Die Atemheilkunst“. Es erschien 1956 und zählt auch heute noch als Standardwerk für die Atemtherapie.

Im Jahr 1963 verstarb Dr. Schmitt plötzlich und unerwartet im Alter von 67 Jahren.

Publikationen

- Gehirntrauma und Duodenalgeschwür, 1922. (Dissertation)
- Atem und Charakter, Augsburg 1926
- Das Hohelied vom Atem, Augsburg 1927
- Atem, Haltung, Bewegung, Augsburg 1927
- Der Goldene Schnitt der Ehe, Augsburg 1927
- Zur Ethik und Ästhetik der Leibübungen. Ein Beitrag, Augsburg 1927
- Kosmologie. Geheimnisse und Erkenntnisse, Augsburg 1928
- Deutsche Ernährung, München 1932
- Atemheilkunst, München 1956
- Atom, Wahn und Wirklichkeit, München 1956