

## **Feldenkrais Weisheits-Manual**

Lange bevor der Neuro-Boom das Gehirn als flexibles, lernfähiges, soziales Organ ins Zentrum der Forschung rückte und der Begriff des «Embodiment» um sich griff, war Moshé Feldenkrais bereits nicht nur von der Einheit zwischen Körper und Geist überzeugt, sondern auch von lebenslangem Lernen und der Formbarkeit des Selbstbildes. Er bewies, dass selbst beschädigte Gehirne fähig sind, sich rasch zu verändern und verlorene Funktionen neu zu integrieren. Er wusste, dass der Mensch ohne «Verkörperung» nicht denken kann und Muskeln ein wesentlicher Motor unserer höheren Funktionen sind. Als wegweisender, eloquenter Denker war der israelische Physiker damit seiner Zeit weit voraus, wie nicht nur seine Bücher und innovative Methode, sondern diese Sammlung von Artikeln, Interviews, Vorträgen, Zwiegesprächen mit Wissenschaftlern von 1949 bis 1981 beweisen. Die Feldenkrais-Trainerin Elisabeth Beringer hat die Schriften über die Differenz zwischen Bewusstsein und Bewusstheit, Bewegung und Geist, körperlichen Ausdruck, Selbstverwirklichung durch organisches Lernen sowie die Story, wie der Kernforscher in Paris zum Judo kam, sinnvoll geordnet und kommentiert. Eine spannende, lehrreiche Lektüre, mit vielen konkreten Beispielen, zum Glück wenig abstraktem Vokabular, denn Feldenkrais war ein amüsanter Geschichtenerzähler, auch wenn es um Evolution, Emotion und Entwicklung ging. Die deutsche Übersetzung ist sprachlich höchst gelungen. Leider viele Druckfehler. Ärgerlich.

**Irene Sieben**

Elisabeth Beringer (Hg.) Moshé Feldenkrais: «Verkörperte Weisheit. Gesammelte Schriften», Übersetzung Christine Mauch, 272 S., Bern, 2013, [verlag-hanshuber.com](http://verlag-hanshuber.com)

**Erschienen in TANZ 4/2014**