

## Im Jahr der Biografien

### Ergänzende Bemerkungen für Feldenkrais-KollegInnen

Von Irene Sieben

2015 erscheint als magisches Jahr für die Feldenkrais Community. Rückt die Methode mit ihrem genialer Erfinder doch 31 Jahre nach seinem Tod durch drei Publikationen endlich ins Licht der Öffentlichkeit. Die deutsche, sehr launige Biografie des Journalisten und Judaisten Christian Buckard „Der Mensch hinter der Methode“ (368 Seiten mit viel Luft gedruckt) für quasi jedermann wurde vor der Zielgeraden überholt von dem amerikanischen Mammutwerks des amerikanischen Feldenkrais-Trainers und Klinischen Psychologen Mark Reese „A Life in Movement“ (Volume One, 571 Seiten engzeilig gedruckt). Das eine leicht und spannend zu lesen, das andere, einer Doktorarbeit gleich, reif für ein lebenslanges Studium. Und eine Fundgrube für nachfolgende Generationen von Feldenkrais-Insidern, das Leben des Erfinders mit der Philosophie und Substanz einer einzigartigen Methode zu verbinden. An dieser Stelle zu beurteilen, zu würdigen, womit sich der 2006 früh gestorbene Mark Reese in mehr als 20 Jahren Recherche befasst hat, steht mir nicht zu, bevor nicht die letzte der nahezu 2000 Fußnoten des knapp zwei Kilo schweren Wälzers begutachtet und Volume Two nicht erschienen ist.

Der euphorische Klappentext des bei ReeseKress Somatic Press veröffentlichten Wälzers stammt von dem kanadischen Hirnforscher Norman Doidge, Autor von „Neustart im Kopf“ und seinem erst kürzlich erschienen zweiten Band „Wie das Gehirn heilt“ (Campus). Dass er selbst in Sachen Feldenkrais recherchiert hat und das Reese-Material bereits vorab las, schlägt sich nun in zwei Kapiteln seines eigenen Buches auf spannende Weise nieder. Hier liest sich das Jahrhundert-Leben eher in Kurzform, doch werden einige Feldenkrais-Prinzipien im Hinblick auf die Funktion und Plastizität des Gehirns klug formuliert. Doidge analysiert den „Fall Doris“, schaut Anat Baniel dabei zu, wie sie in Kindern mit „special needs“ den „Lernschalter“ anknipst und interviewt die inzwischen Mitte 30jährige Elisabeth, jenes einst kleine Mädchen, dem ein Teil des Kleinhirns fehlte und dem die Ärzte ein Leben in Behinderung vorausgesagt hatten. Feldenkrais und Anat Baniel arbeiteten jahrelang intensiv mit Elisabeth. Heute hat sie zwei akademische Abschlüsse, leitet eine kleine Firma und ist glücklich verheiratet. Und auf ihrer Hochzeit hat sie tatsächlich getanzt, wie es Feldenkrais ihrer Mutter einst prophezeit hatte. Doidge berichtet im Kapitel „Ein Blinder lernt sehen“, wie ATM-Lektionen auf einen Menschen wirken, der sein Augenlicht verloren hat – und es wiedergewinnt. Themen sind u.a. das Palmieren der Augen mit imaginiertem Blauschwarz, die Regulierung des Muskeltonus und die Stimulierung des parasympathischen Systems durch differenzierte Augenbewegungen und die „Glockenhand“.

Christian Buckard hat sich als Outsider mit der Komplexität der Methode bewusst wenig auseinander gesetzt. Und es ist nicht wirklich ein Manko dieser Biografie. Schade, dass er offenbar unter Zeitdruck stand und tiefere Recherchen nicht möglich waren, so auch kein Gespräch mit Anat Baniel, der letzten Liebe, zustande kam. Schön wäre es zu wissen, dass seine „Unbekannte“ am Strand von Tel Aviv, die Feldenkrais auf einem Foto liebkost, Yona Rubinstein ist, seine spätere Frau. Ich vermisse als Forschende im somatischen Feld die Beziehungen, die Feldenkrais zu frühen somatischen Pionieren gepflegt hat, die auf ähnlichem Terrain forschten: Gerda Alexanders etwa, die ihren Eutonie-Schülern riet,

sich den alten Moshé anzuschauen, den sie Zeit ihres Lebens schwer beneidet hat um sein Knowhow als Wissenschaftler. Und den sie bezichtigte, er habe von ihr geklaut. Georges I. Gurdjieff, der Choreograf, Schriftsteller, Komponist und spirituelle Lehrer wird viel zu kurz abgehandelt – als „Esoteriker“ habe er Feldenkrais' akademischen Ansprüchen nicht genügt, ist bei Buckard zu lesen. Dabei hat sich Moshé, wie Reese belegt, eingehend mit Gurdjieffs Ideen und Praktiken befasst, etwa mit seinen Stop-Exercises in Bezug auf die Umkehrbarkeit von Bewegung und den Gebrauch von ungewohnten Bewegungen auf die Entwicklung von Bewusstheit und die Koordination. Moshé wäre tief beeindruckt gewesen, wie transformatorisch dessen Arbeit auf Menschen wirkte. Seine Freundschaften mit der Gurdjieff-Nachfolgerin Jeanne de Salzmann und dem Gurdjieff-Biografen John Bennett, habe zur Erweiterung seines eigenen Weltbildes beigetragen. Reese beleuchtet auch sehr eingehend Moshés profunde Auseinandersetzung mit der Alexander-Technik und ihren Einfluss auf ihn, jenseits der persönlichen Kontroverse mit F.M.Alexander.

Moshés Beziehung zu Japan und zu dem Heiler Hiruchika Noguchi fehlt bei Buckard völlig. Zustande kam dieses Treffen durch Mia Segal, als sie 1969 beschloss, in Japan Judo und japanisches Theater zu studieren. Dokumentiert ist diese Episode in Thomas Hannas Interview mit Mia Segal für „Somatics“ (Herbst/Winter 1985-86). In dieser Zeit war Feldenkrais für einen Monat dort und wurde als Judo-Großmeister gefeiert. Dort machte Mia ihn mit Noguchi bekannt, mit dem sie bereits Hands-On-Sitzungen ausgetauscht hatte und seine Gruppen-Praxis Kadsugen Undo übte. Noguchi füllte einst ganze Stadien mit 6000 Leuten, um „Ki“ in Fluss zu bringen und das autonome Nervensystem zur Selbstregulation zu stimulieren. Auch Moshé tauschte sich mit Noguchi aus und unterrichtete 300 Japanern ATMs. Moshé, erzählt Mia, wollte wissen, was Noguchi von seiner Arbeit hielt. Der zeigt sich beeindruckt von der Technik, Bewegung zu imaginieren und die Differenz beider Seiten zu erspüren. Er benannte auch den Unterschied, mit Klienten umzugehen: „Ich gebe ihnen Nahrung und lasse sie damit allein. Du fütterst sie und hilfst bei der Verdauung.“ Dieses Statement von Noguchi war für Mia Segal eine der wichtigsten Einsichten, um ihre eigene Lehre zu überdenken, ihre Stunden abzukürzen und ihren Schülern mehr Verantwortung zuzuschieben, auch rätselhafte Lektionen eigenständig zu entschlüsseln.

Schade, dass in der deutschen Biografie Moshés Kontakt mit Deutschland ganz unter den Tisch fällt. Das Überraschende an seinem Workshop im Land der ehemaligen Täter (ein großer Teil seiner Familie kam im KZ um) war, dass er in Freiburg 1981 Deutsch sprach. Er sprach es „wie ein Zwölfjähriger, aber nicht mehr so gut“. Viel schlechter, wie er sagte, als die anderen Sprachen, die er beherrschte. Dieses Deutsch war jedoch so reich, dass er über die Forschungen des Physiologen Magnus' von Utrecht ebenso eloquent berichten konnte wie über die Ähnlichkeit seiner Arbeit mit Milton Ericksons Hypnose-Sitzungen. Zu dieser Zeit „recherchierte“ ich als Journalistin und fotografierte in diesem von Zist veranstalteten Seminar. Als ehemalige Tänzerin war ich bereits seit drei Jahren der Methode auf der Spur, ging bei Franz Wurm in ATM-Gruppen und bekam von Mia Segal FI-Lessons. „Denken, fühlen, lachen, bewegen“, so begann der streitbare alte Mann, den Sinn des Kurses zu beschreiben. Was wollt ihr hier? Mehr Wertschätzung, Macht, Geltung, Anerkennung, Autorität. Oder Frustration? Er sinnierte über den Unsinn von Prinzipien und beschwerte sich über die Organisatoren, die „Fortbildungsnachweise“ ausstellen wollen. Wie könne man sich auf einem Gebiet fortbilden, das man überhaupt nicht kennt und beherrscht? Von dem man nichts weiß? Dazu sei zu allererst „Bildung“ nötig.

Er verbietet strikt, im Unterricht mitzuschreiben (was ich auch nicht tat), wir sollten nach dem Unterricht einer Freundin erzählen, woran wir uns erinnern. Dennoch schrieb ich die launigen, frechen, provokativen Zwischensprüche mit. Er erzählt, dass die Taxifahrer in Tel Aviv ihn immer für Ben Gurion halten und dass die Welt so dumm ist, weil wir so dumm sind. „Den Kopf nicht bewegen wie den Popo – ohne den Kopf kann man den Popo nicht bewegen.“ „Sie können in zwei Sekunden klug werden – Sie sind nur zu verstockt.“ „Wir tun nichts, um unser Leben süß, angenehm und lustvoll zu machen. Wir benutzen unser Gehirn nicht.“ – „Schlechte Arbeit kann man nicht aus den Muskeln herausschütteln“, aber man kann Kluges tun: „Was passiert, wenn man Spucke schluckt: man atmet danach spontan.“ Feldenkrais verspricht: Jeder wird hier das bekommen, was er sich erträumt hat, denn: „Lernen kann man nur, wenn man sich irrt.“