

Aus der Reihe "Mitglieder für Mitglieder"

Mit FELDENKRAIS® ein neues Selbstbild entwickeln: Über die Anbahnung von Central Pattern entlang myofaszialer Meridiane

Die Entdeckung des Unerwarteten bei Menschen mit Rückenmarksverletzung führt zu grundlegenden neuen Einsichten, die unsere Arbeit in der alltäglichen Praxis erweitern können. Über Berührung (FI) habe ich bei meinen KlientInnen Zentrale Bewegungsmuster (CP) ansprechen können. Diese sind bei jedem von uns in der DNA abgespeichert als Grundlage unserer alltäglichen Bewegungen. Bei meinen KlientInnen wurden diese sichtbar ausgeführt in den gelähmten Gliedmaßen. Möglicherweise geschah das beim Menschen zum ersten Mal (1. Erwähnung 1994, Blaire Calancie), denn bislang konnte man das nur bei Tieren nachweisen. Als unser größtes Wahrnehmungsorgan und Kommunikationssystem spielt dabei das myofasziale Netz eine wichtige Rolle. Mein spannender Prozess über 30 Jahre, den ich gerne mit Euch teile.

Carl Ginsburg († 2018): "... Das sind wirklich zwei Dinge: Einmal zu erforschen, was wir tun. Zum Anderen, die Forschung in einer Art zu präsentieren, dass man es sehen und verstehen kann – und darauf zu antworten."

Helga Bost absolvierte 1989 die Feldenkrais-Ausbildung München II bei Gaby Yaron. Seitdem ist sie aktives Mitglied des FVD und war von 2001-2005 im Vorstand tätig. Helga war elf Jahre lang Lektorin der AY Bände.

Die Entdeckung des Unerwarteten (2019). www.helgabost.de