

Aus der FVD Reihe „Mitglieder für Mitglieder“

26.06.2020 - Antje Schwalbe-Kleinhuis, M.A., Pädagogin, Feldenkrais-Lehrerin, systemische Beraterin

1.700 Jahre jüdisches Leben in Deutschland

„Die Feldenkrais-Methode im Kontext jüdischer Bildung und Zielsetzungen des Chassidismus – eine Spurensuche verbunden mit der Frage, welche Bedeutung sie in Bezug zu heutigen persönlichen und gesellschaftlichen Herausforderungen haben könnte“

Moshe Feldenkrais(1904-1984) war ein Jude aus Osteuropa. Er stammte aus der gleichen Gegend wie Martin Buber, der ein Zeitgenosse war. Beide waren vom Chassidismus beeinflusst. In dieser religiösen Reformbewegung des Judentums ging es unter anderem darum, das eigene Potenzial zu entwickeln, nicht nur für sich selbst, sondern auch als Beitrag zu einer humaneren Gesellschaft. Dies ist ebenso ein zentraler Aspekt in der nach Feldenkrais benannten Methode. Auch hier steht die Entwicklung der Menschen, ihr selbstständiges Denken und Handeln wie in der jüdischen Bildung im Mittelpunkt.

Feldenkrais selbst hat nicht in Deutschland gelebt, seine Ausbildungen fanden in Israel und den USA statt. Aber seine Methode hat sich international in den letzten Jahren am stärksten in Deutschland weiter entwickelt und ist als anerkanntes somatisches Verfahren in vielen Bildungs- und Therapieeinrichtungen fest verankert.

Der Weg zu Potenzialentfaltung und Persönlichkeitsentwicklung geht in der Feldenkrais-Methode über die Veränderung von Bewegungsmustern, die als Grundlage für Denk- und Verhaltensmuster angesehen werden. Der Abbau von Angstmustern und die Entwicklung von Bewusstheit führen zum Entdecken neuer Möglichkeiten und zur Erweiterung des Selbstbildes. So kann die Feldenkrais-Methode auch einen Beitrag zu den aktuellen persönlichen und gesellschaftlichen Herausforderungen leisten.

Intendiert ist, mit diesem Beitrag einen roten Faden zu spinnen vom osteuropäischem Judentum zur Bedeutung, den diese Art der Bildung, vermittelt über eine Methode somatischen Lernens, für Menschen heute und hier haben kann. Damit verbunden ist der Wunsch, den Einfluss jüdischer Kultur auf das Leben in Deutschland sichtbarer zu machen.