

# Feldenkraisforum

AUSGABE 90 • 3. QUARTAL

JULI • AUGUST • SEPTEMBER 2015

7,00 € • Mitglieder FVD 5,00 €

## Schwerpunkt: Feldenkrais und die schönen Künste

Claudia Witt über das Malen

Claus-Jürgen Kocka über das Musizieren

Jutta Jacobi über das Schreiben

## Aus der Praxis

Anne Barthelmeß: Du Straßen-  
kehrer – ich Feldenkrais

Gisela Ronge: Feldenkrais  
für Adipositas-Betroffene

DIE MITGLIEDERZEITSCHRIFT DES FELDENKRAIS-VERBAND DEUTSCHLAND e.V.

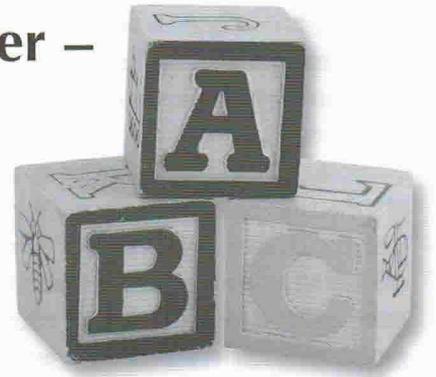


Feldenkrais  
Methode FVD

# Wortfindungsschwierigkeiten

## oder auch: Du Straßenkehrer – ich Feldenkrais

von Anne Barthelmeß



**W**ie heißen eigentlich die Menschen, die zu mir kommen, Patienten, Klienten, Kunden, Schüler oder gibt es noch eine andere Möglichkeit?

### „Patient“ scheidet von vorneherein aus

**Patient** scheidet von vorneherein aus, ich bin kein Arzt und ich behandle keine Krankheiten. Doch komme ich nicht umhin, mit Krankheit umgehen zu müssen. Die Menschen scheinen in ihre Krankheiten zu gucken wie in einen dunklen Topf, von dem sie den Blick nicht wenden wollen. Sie wollen dort unbedingt etwas entdecken und fordern mich auf, mit ihnen gemeinsam in diesen Topf zu schauen und etwas Kluges dazu zu sagen.

Vor meinem inneren Auge sehe ich ein kleines Mädchen, das trägt eine runde Plastikschachtel mit Schraubverschluss im Arm, in der früher bestimmt mal etwas anderes war, doch nun sind Rosinen darin. Das kleine Mädchen öffnet mit der freien Hand die Schachtel und greift mit Daumen und Zeigefinger eine Beere. Sie bietet sie mir an, indem sie die Frucht in die Luft zwischen uns hält, fast auf Armeslänge von ihrem Auge entfernt, als würde sie mich durch diese Beere betrachten wollen. Dabei kneift sie das andere Auge zu. Ich strecke ihr meine geöffnete Handfläche entgegen und sie legt die Beere vorsichtig hinein. Nun beobachtet sie mich. Dieses Beobachten macht, dass ich nicht weiß, was ich tun soll. Soll ich die Beere essen? Oder erwartet dieses kleine Mädchen etwas anderes von mir? Was kann man alles mit einer dargebotenen Beere tun? Und warum fühle ich mich, als würde ich einer Prüfung unterzogen werden und könnte etwas Falsches tun, was ihr Interesse an mir sofort erlöschen lassen würde?

Ich möchte mein Gegenüber würdigen und schaue mit in den Krankheits-Topf, doch nun beginnt die Kunst, der Stunde eine andere Richtung zu geben. Was alles kann man mit einer dargebotenen Krankheit

tun, was macht Veränderung möglich? Wie lasse ich meinem Gegenüber seine Krankheit und lade ihn doch ein, sich anderen Möglichkeiten zuzuwenden? Krankheiten sind oft meine Eintrittstür, wegen empfundener Krankheit kommen viele Menschen überhaupt erst zum Feldenkrais. Unangenehme Empfindungen sind also oft, nicht immer, der Ausgangspunkt. Wo zeigen sie hin, wovon zeigen sie weg?

### Also versuche ich es mit dem Wort „Klient“

Also versuche ich es mit dem Wort **Klient**. Dies ist eindeutig ein Kompromiss. Es klingt ein bisschen nach etwas zwischen Patient und Kunde. Mir scheint es mein Gegenüber etwas größer und eigenständiger zu machen als das Wort Patient, doch klingt es auch klinisch. Es verpackt mein Gegenüber adrett und sauber, stellt keine Beziehung her, aber es stellt ein Verhältnis, einen Abstand, dar. Zum Patienten gehört der Arzt, zum Schüler der Lehrer, aber wer gehört zum Klienten? Der Rechtsanwalt, der Steuerberater oder ein Therapeut? Für mich ist Klient ein Wort mit einer glatten Oberfläche. Meine Finger tasten es vorsichtig ab, suchen nach einer Nische, einer Öffnung, nach etwas, wo Berührung und Beziehung möglich wird. Es fühlt sich modern und kühl an und macht den Zugang schwierig, wenn auch nicht unmöglich. Das, was ich suche, ist nicht die Hülle, sondern der Inhalt. Wenn ich das Wort Klient in den Mund nehme und seinem Geschmack nachgehe, dann schmeckt es auch ein wenig nach Professionalität, etwas, was ich mir wünschen würde, aber kann man sich so was mit einem Wort zulegen?

### Bei dem Wort „Kunde“ sehe ich sofort einige lächeln

Bei dem Wort **Kunde** sehe ich sofort einige lächeln. Wir sind fast alle, fast überall Kunden, mit Kundesein

„der Stunde eine  
andere Richtung  
zu geben“

kennt sich jeder aus. Wir sind Kunden in der Bank, im Supermarkt, bei der Bahn, sogar im Bürgeramt, zumindest dem Namen nach. Und für die Prostituierten sind die Freier Kunden. Ist das ein kluges Wort für mich? Ein Kunde ist jemand, der etwas kauft, ein Produkt oder eine Dienstleistung. Was genau verkaufe ich? Was ist das Verkaufswert-Versprechen? Diese Fragen erscheinen mir wichtig, komme ich doch mit der Bezeichnung Kunde wohl eher in Teufels Küche. Küchen habe ich allerdings immer sehr geliebt. In Küchen entsteht Neues, es dampft und brodeln in ihnen, sie sind nahrhaft, warm und haben so eine Fülle. Des Teufels Küche habe ich mir immer besonders spannend vorgestellt. Trotzdem mag ich das Wort Kunde nicht.

### Schüler, Lehrer und Lernen? Pädagogin?

Schule stand einmal für „freie Zeit“, Nichtstun und Müßiggang und wurde erst später zu Studium und Lehranstalt. Eine sehr interessante Entwicklung, was hat das eine mit dem anderen zu tun? Wie schwer es mir oft fällt, nichts zu wollen – gut sein wollen, es richtig machen wollen, erfolgreich sein wollen, Feldenkrais verkaufen wollen, geliebt werden wollen – die Liste ist lang. Nichtstun ist irgendwie auch ein Zustand des Nichtwollens. Daraus können herrlich kreative Prozesse entstehen. Nichtwollen, ein Zustand, der Neues zu entdecken ermöglicht, ein Finden ohne Suchen. Nichtwollend Wollen, wie soll das gehen? Diese Lehranstalten wurden dann von Schülern besucht. Leider ist dieser Besuch von Lehranstalten genau das, was viele Menschen mit den Begriffen **Schüler, Lehrer und Lernen** verbinden und nicht die freudige Art des Entdeckens und Entwickelns ihrer Kindheit. Lehrerin, **Pädagogin** – ich sehe schmale Lippen von hinten über meine Schulter kommen, die mir ins Hirn flüstern, dass ich das Meer nicht grün malen dürfe, weil ein Meer blau sei und wo ein grünes Meer nur die Note „fünf“ wert ist. Fragt man da, wo die Wellen oder Farben entstehen, wie anders sich ein blaues Meer im Vergleich zu einem grünen anfühlt oder wie man selber zur Welle werden könnte? Im schlimmsten Falle vergaß man seine Fragen und seine Wahrnehmungen.

Also weiß ich nach wie vor nicht, welches Wort das richtige wäre und lasse, wie so oft beim Feldenkrais, eine Frage unbeantwortet. Ich setze sie einfach in der Welt aus. So wie ich manchmal Dinge an ungewohnten Orten in dieser Stadt aussetze. Dann beobachte ich, was aus ihnen wird, ein Buch im Supermarkt, ein

Engel auf einem Zaun, ein rotes Schokoladenpferd auf einer Parkbank. Ich stelle mir vor, wie ein anderer diese Dinge findet und zwischen seinen Händen hin und her wendet und überlegt, was er damit anfangen könnte.

Es scheint in erster Linie eine Frage der eigenen Identität zu sein, wäre die geklärt, ergäbe sich vermutlich ganz automatisch das Wort für die Menschen, die zu mir kommen. Warum tun wir Feldenkrais uns so schwer mit unserer Identität, oder zumindest einige von uns? Gibt es das überhaupt, einen Feldenkraisler? Andere sagen, sie sind Therapeut, Lehrer, Rechtsanwalt oder Konditor und niemand guckt sie fragend an oder denkt „Oh jeh, das ist bestimmt was Esoterisches“. Kann man Feldenkrais überhaupt sein, so nach dem Motto, Du Straßenkehrer – ich Feldenkrais? Und langsam dämmert mir die ungeheure Freiheit und Größe der Aufgabe, die darin liegen könnte, nicht einfach nur die Identität eines Berufes anzunehmen, sie anzuziehen wie einen fremden Mantel. Was ist, wenn Feldenkrais gar kein Mantel ist? Sondern wenn es darum geht, tatsächlich meine eigene, mir innewohnende Identität Gestalt werden zu lassen, ihr ein Gesicht und eine Stimme zu geben, wesentlich zu werden, mit so einem unglaublich wertvollen und nützlichen Werkzeug wie Feldenkrais?

Ach ja: Eine Rosine kann man essen. Man kann mehrere in einer Linie vor sich aufreihen und ihre Unterschiede entdecken. Es ist auch möglich, sie in einer Faust verschwinden zu lassen und hinter einem Ohr wieder hervorzuholen. Man kann eine Rosine auch würdigen und dann achtungsvoll zurückgeben. Der Versuch, die Welt durch eine Rosine zu betrachten, gelingt besser als durch eine Korinthe. Unerhört ist es, sie einfach in den Raum zu werfen, zum Beispiel über die eigene Schulter ins Nichts hinter sich. Dies ermöglicht allerdings die gemeinsame Jagd nach einer Rosine. ■

### ÜBER DIE AUTORIN



Foto: © privat

**Anne Barthelmeß**, Mutter von zwei Söhnen, Feldenkrais-Lehrerin, Therapeutin, Fall-Supervisorin und Kursleiterin aus Berlin (Psychotherapie nach HPG, NLP, EMDR, Babymassage und „Jeremy Krauss Approach“). Mehr auf ihrer Website: [www.mehr-als-bewegen.de](http://www.mehr-als-bewegen.de)

„und langsam dämmert mir die ungeheure Freiheit“