

## **Auf dem Weg sein“ – ein Gespräch mit Susanne Schönauer vom 25.06.2013**

In unserer Portraitserie über Karen Schmidt-Paas in den letzten drei News fiel auch der Name von Susanne Schönauer. Beide Frauen verbindet eine langjährige Freundschaft. Eng mit dem Feldenkraiszentrum verbunden leitet Susanne dort zahlreiche Workshops. Sie begleitet seit vielen Jahren als Assistenztrainerin die Ausbildungen in Mechernich und ist seit 2011 selbst Trainerin. Ein Zwischenstopp in Köln auf dem Weg aus der Eifel nach Berlin bot uns Gelegenheit für dieses Interview.



Frage: Susanne – ich habe dich immer mit Berlin in Bezug gebracht und dich sozusagen als eine echte Berlinerin angesehen. Von Inga (Paas) wusste ich, dass du schon Mitte der 90er Jahre oft von Berlin nach Dresden gereist bist, um dort Feldenkrais Einzelstunden und Kurse zu geben.

Susanne: Ja, das stimmt. Inga hatte damals eine große Altbauwohnung in der Dresdner Neustadt. Eines dieser Zimmer durfte ich für meine Feldenkrais Stunden nutzen. Aber das hat nichts mit meiner Herkunft zu tun. Die Feldenkraisarbeit in Dresden, überwiegend mit MusikerInnen habe ich von einer Kollegin übernommen, die in die USA ausgewandert ist.

Frage: Kommst Du also ursprünglich nicht aus Berlin?

Susanne: Nein, ich habe meine Kindheit in Hameln bei Hannover verbracht und bin später im Rheinland aufgewachsen- in einem Vorort von Düsseldorf. Nach Berlin bin ich erst in den 70er Jahren gezogen.

Frage: Die 70er Jahre –war das dann noch vor deiner Entdeckung der Feldenkrais - Methode?

Susanne: Ja, ich hatte eine Ausbildung als Physiotherapeutin abgeschlossen und habe dann in Berlin eine eigene Praxis eröffnet.

Frage: Berlin hatte ja in den Jahren vor der Wende eine bestimmte Aura: spätestens seit 1968 war es ja nicht mehr nur die „Frontstadt gegen den Sozialismus“, sondern auch eine Keimzelle vielfältiger Auf- und Umbrüche, Revolten und ein Ort der Suche nach neuen Lebensentwürfen.

Susanne: Ja, das war damals sicher einer der Gründe, warum viele, vor allem auch junge Menschen nach Berlin zogen. Ich gehörte auch dazu. Es war eine Zeit gesellschaftlicher Umbrüche. Viele suchten etwas und machten sich auf den Weg. Es waren die Jahre der alternativen Szenen: Die Anti-AKW Bewegung entstand, die Grünen, Fragen der Ökologie wurden wichtig, Frauenbewegung, neue Formen der Spiritualität, des Körperbewusstseins und der Körperarbeit.

Frage: Und hatten diese Umbrüche auch Einfluss auf dich?

Susanne: Ja, diese Umbrüche betrafen mein privates und berufliches Leben. Es gab viele Initiativen auch im Gesundheitsbereich: Die Gesundheitsladenbewegung, das Frauengesundheitszentrum entstand, alternative Zeitschriften wie Dr. med. Mabuse und die „taz“ gingen an den Start. Und in diesem Umfeld tauchte dann auch erstmal das Wort Feldenkrais auf. Ich glaube, es war meine Freundin und Feldenkrais Kollegin Irene Prytula die mich darauf aufmerksam machte.

Frage: Wie bist du selbst persönlich mit dieser Methode in Kontakt gekommen?

Susanne: Es gab einen Kurs in Berlin mit Lea Wolgensinger (Anm.: Lea Wolgensinger, einer der Gründerinnen des schweizerischen Feldenkrais-Verbandes, lernte Moshe Feldenkrais bereits Ende der 40er Jahre in ihrem Züricher Elternhaus kennen. Ihr Vater war Fotograf, der u.a. auch Robert Frank ausbildete) Dieser Kurs fand in einer Praxis für Krankengymnastik statt und ich war eine von sechs Teilnehmerinnen. Ich konnte damals nicht verstehen, was Lea eigentlich genau unterrichtete, aber ich merkte: es fühlt sich sehr gut an. Und danach begann die Suche: ich wollte mehr davon wissen.

Frage: Und wie hast du dann Karen und Chava kennen gelernt?

Susanne: Ich begann überall nach dem Thema Feldenkrais Ausschau zu halten, was sich als recht mühselig erwies. Googlen konnte man nicht, es gab ja noch kein Internet. Auch gab es noch keine Zeitschrift wie das „Forum“. Ab und an fand sich mal ein Artikel in „Psychologie heute“ und schließlich fand ich eine Anzeige in der Fachzeitschrift der Physiotherapeuten, wo ein Kurs angeboten wurde. Der wurde von Karen organisiert. Daran nahm ich teil - ich glaube es waren 5 Tage - und so habe ich Chava und Karen erstmals persönlich getroffen. Dieser Kurs war für viele Leute scheinbar sehr prägend, denn vielen der Teilnehmern begegnete ich bei der ersten Ausbildung von Chava (NEUSS 1) wieder.

Frage: War dieser Kurs dann auch der Auslöser für Deinen Wunsch, eine Ausbildung zu machen?

Susanne: Damals begann das erste deutsche Training in München, geleitet von Gaby Yaron und Chava, und es gab noch einen freien Platz. Ich überlegte hin und her, konnte es mir aber zu diesem Zeitpunkt von der Organisation – ich hatte ja noch meine Praxis in Berlin - und finanziell nicht leisten. Diesen freien Platz hat dann, glaube ich, Sigrid Dahm (Anm.: Sigrid leitete viele Jahre Kurse im Feldenkraiszentrum) eingenommen. Dennoch wollte ich unbedingt mehr von der Methode erfahren –ich konnte, noch während dieses Kurses, die Möglichkeit nutzen in Karens Praxis von Chava erstmals eine FI zu bekommen. Später erzählte Chava mir, dass ich die erste in Deutschland gewesen sei, die von ihr eine Einzelstunde bekommen hatte. Diese erste Einzelstunde war sehr eindrücklich für mich, weil ich mich noch nie zuvor so klar, leicht und „ganz“ gefühlt hatte. Diese Entdeckung bekräftigte meinen Wunsch, der sowieso schon durch die vielen neuen Erfahrungen des Workshops groß war, unbedingt die Ausbildung machen zu wollen. Es dauerte dann noch drei Jahre und endlich als Karen dann 1984 das erste Training organisierte, war ich dabei.

<p>

Frage: Es war aber ein mutiger Schritt, sich aus dem etablierten Feld der Physiotherapie auf das damals noch recht unbekannte Feld Feldenkrais zu begeben, oder?

<p>

Susanne: Für mich war es der richtige Weg! Es gab Antworten auf meine Fragen und meine Suche. Was mich an der Feldenkrais-Methode faszinierte und den Wunsch weckte, mich intensiver damit zu befassen, war ein gegenüber anderen Methoden grundsätzlich anderes Menschbild: Es geht (bei) in der Feldenkrais-Methode ja vor allem darum: Zeige mir, wie ich es selber finden kann! Es gibt keine vorgefertigten Rezepte, keine vorgefassten Antworten. Die Feldenkrais Methode setzt ja gerade deine aktive Teilnahme und Wachheit voraus und fördert dein ganz eigenes Entwicklungspotential. In Feldenkrais Stunden macht man sich selbst auf den Weg. Sich auf den Weg machen, ist ein gutes Stichwort – wer sich dieser Frage stellen will und/oder einfach neugierig ist, die Methode und Susanne einmal persönlich zu erleben, kann dies bei ihrem Wochenendworkshop vom 19. bis 21. Juli tun.

## **June 26,2013 „On the Road“ – in conversation with Susanne Schönauer**



Our interview with Karen Schmidt-Paas already mentioned the name of Susanne Schönauer.

Closely linked with the Feldenkraiszentrum Susanne had conducted numerous workshops and seminars there. She has worked as an assistant trainer in our trainings in Mechernich for years and finally became a Feldenkrais trainer in 2011. On her way back to Berlin she visited us in Cologne in May and gave us time for an interview.



Question: Susanne – I have always recognized you as a true Berlin girl. Inga (Paas) told me about your travels from Berlin to Dresden way back in the mid 90s, where you put up some Feldenkrais classes.

Susanne: That's right. Inga was living then in a huge flat in the Neustadt quarter of Dresden. And I used one of her rooms for my classes and FI sessions whenever I came to Dresden heading from Berlin. But though I live in Berlin for decades it's not my place of birth.

Question: So you were not raised in Berlin?

Susanne: No, I grew up in the Rhineland, in a suburban area of Düsseldorf. I moved to Berlin during the 70s.

Question: The 70s – those were your pre-Feldenkrais days?

<p>

Susanne: Yes, I had been a trained physiotherapist and ran a surgery in Berlin then.

Question: Well, in those days before the wall came down, Berlin had a specific aura: at least since 1968: The city was a symbol for rebellion, alternative lifestyles etc.

Susanne: Yes, this was one of the reasons making a lot of people moving to Berlin, especially it was attractive for younger people. And I was one of those. It was a time of social and political unrest, a rebuilding phase in our society. Hightimes for all kinds of alternative scenes: The anti-nuclear movement started, the green party was founded, ecological questions raised up, women's liberation, new forms of spirituality, experiments in body mind work etc.

Question: Did this had any impact on you?

Susanne: Yes, of course, this even had an influence on my private and my business life. Suddenly there were a lot of new initiatives within our healthcare system: the healthstore-movement, women's healthcenter and alternative papers like Dr. med Mabuse were founded. And within this context this new word „Feldenkrais“ came up as well. I guess the first encounter came by the dancer and later practitioner Irene Prytula, who mentionend this new method to me.

Question: This was a by word of mouth, but where and how did you experienced the Feldenkrais method in real life?

Susanne: There was an announcement for a workshop in Berlin by Lea Wolgensinger (Note.: Lea Wolgensinger, later one of founders of the Swiss Feldenkrais-guild, became

acquainted with Moshe Feldenkrais already in the late 40s in her parents home in Zurich. Her father, a photographer, was the teacher of Robert Frank). This workshop took place in a physiotherapist's surgery and I was one of six participants. I didn't know anything about what was going on and what Lea was teaching, but for sure: it felt good. And this made me curious: I wanted to know more about this method.

Question: How did you get into contact with Karen and Chava?

Susanne: I was searching everywhere for information on Feldenkrais. And this was quite difficult in those days. There was no Google, because there was no internet. There was no magazine like the „Feldenkrais Forum“. Once in a while there was an article in magazines like „Psychologie heute“. Then I found an ad in the physiotherapists' magazine, where they offered a Feldenkrais workshop, organised by Karen. I went there - I guess it was running for 5 days. And that's how I met Chava and Karen in person. This class had an enormous impact for a lot of people, cause I met a lot of those during the first training (NEUSS 1).

Question: So this class was the reason for your decision to start a training?

Susanne: When the first German training started in Munich, there was only one place left.

I was considering about taking place back and fourth but I could not afford it then, cause I still had to keep my surgery in Berlin going, and the training was quite expensive as well. Finally Sigrid Dahm (note: Sigrid later conducted numerous workshops in Mechernich) took this place.

Anyway - I was still curious and wanted to learn more about the method. After a while I travelled back to Neuss, and Chava gave me my first FI in Karen's surgery. Chava later once noticed that this was the very first FI she ever taught in Germany. After this FI it was clear to me, that I really wanted to start a training. And when Karen organised the first one starting in 1984, I was part of it.

<p>

Question: Being a well established physiotherapist in those days starting a Feldenkrais training to become a practitioner sounds a very courageous decision?

<p>

Susanne: It was the right decision and the right way for myself.