

# Literatur – Eine Auswahl

## Primärliteratur

- Feldenkrais, Moshé, Abenteuer im Dschungel des Gehirns. Der Fall Doris, 1981 Suhrkamp st 663, ISBN 3-518-37163-0 – Eine Fallstudie
- Feldenkrais, Moshé, Bewusstheit durch Bewegung. Der aufrechte Gang, 1996, 280 S., Suhrkamp st 2638, (ISBN 3-518-39138-0) – Eine Erläuterung der Methode in fünf theoretischen Kapiteln und 12 Lektionen mit Übungen
- Feldenkrais, Moshé, Die Entdeckung des Selbstverständlichen, 1987, 220 S., Suhrkamp st 1440 (ISBN 3-518-37940-2) – Drei Jahre vor seinem Tod fasste M. Feldenkrais das Ergebnis seiner Forschungen in diesem Buch zusammen
- Feldenkrais, Moshé, Die Feldenkrais-Methode in Aktion. Eine ganzheitliche Bewegungslehre, 1990, 248 S., Junfermann (ISBN 3-87387-019-3) – Transkript eines 5-tägigen Kurses, den Moshé Feldenkrais 1979 in Kalifornien gab
- Feldenkrais, Moshé, Das starke Selbst. Anleitung zur Spontaneität, 1992, 307 S., Suhrkamp st 1957, (ISBN 3-518-38457-0) – Zur Physiologie der Sexualität
- Feldenkrais, Moshé, Der Weg zum reifen Selbst. Phänomene menschlichen Verhaltens. Robert Schleip (Hrsg.), 1995, 280 S., Junfermann, ISBN 978-3-87387-126-7
- Feldenkrais, Moshé, Verkörperte Weisheit – Gesammelte Schriften, 2020, Hrsg. Elizabeth Beringer, Hogrefe Verlag, ISBN 978-3-456-86065-7

## Sekundärliteratur

- Feldenkrais-Verband D. e.V., Feldenkrais – Leichtigkeit und Kreativität durch Bewegung, 2015, Gräfer und Unze Verlag, ISBN 978-3-8338-2593-5
- Alon, Ruthy, Leben ohne Rückenschmerzen. Bewegung in Einklang mit der Natur. Feldenkrais Lektionen I, 2000, 240 S., Junfermann ISBN 3-87387-073-8
- Alon, Ruthy, Besser leben ohne Rückenschmerzen. Bewegung in Einklang mit der Natur. Feldenkrais Lektionen II, 2000, Junfermann, ISBN 3-87387-128-9
- Buckard, Christian, Moshé Feldenkrais – Der Mensch hinter der Methode, 2017, Piper, ISBN 978-3-492-31092-5
- Doidge, Norman, Wie das Gehirn heilt: Neueste Erkenntnisse aus der Neurowissenschaft, 2015, campus Verlag, ISBN 978-3-593-394-77-0

- Doroftei, Paul Doron, Die Feldenkrais Methode – Ein Weg aus der Zerebralparese im Säuglingsalter und in der Frühkindheit, 2015, BoD, ISBN 978-3-7386-4697-9
- Elgelid, Staffan / Kresge Chrish, The Feldenkrais Method: Learning Through Movement, 2021, Handspring Publishing Limited, ISBN 978-1-912-085-69-9
- Ernst, Edzard Prof., Alternativmedizin – Was hilft, was schadet, 2021, Gräfer und Unzer Verlag, ISBN 978-3-8338-7793-3
- Euler Beate / Weise Sylvia, Feldenkrais-Methode, in "Angewandte Physiologie" (Komplementäre Therapien verstehen und integrieren), Hrsg.: Frans van den Berg, Georg Thieme Verlag, ISBN 3-13-131121-5
- Fogel, Alan, Selbstwahrnehmung und Embodiment in der Körperpsychotherapie, 2018, Schattauer Verlag, ISBN 978-3-7945-2965-0
- Ginsburg, Carl, Lernen durch Bewegung. Eine andere Sicht auf die Verbindung von Körper und Geist nach Moshé Feldenkrais, 2016, 264 S., hogrefe Verlag, ISBN 9783456853475
- Grabher, Alfons, Unmöglich, möglich, leicht: Das Leben durch mehr Bewegungsqualität bereichern mit der Feldenkrais Methode, 2016, ISBN 9781535074247
- Hanna, Thomas, Beweglich sein, ein Leben lang. Die heilsame Wirkung körperlicher Bewusstheit. 2016, 198 S., Kösel, ISBN 3-46634-240-6
- Hanna, Thomas, Das Geheimnis gesunder Bewegung. Wesen und Wirkung Funktionaler Integration. Die Feldenkrais-Methode verstehen lernen, 1995, Junfermann Verlag, ISBN 978-3873871137
- Hargrove, Todd, Besser bewegen – Wissenschaft und Praxis schmerzfreier Bewegung, 2018, KVM, ISBN 978-3-86867-410-1
- Heggie, Jack, Besser Laufen. Das 30-Tage Programm, 1992, 191 S., Rowohlt TB sport 18664, (ISBN 3-49918-664-0) – Wie der Titel verspricht: Feldenkrais-Lektionen, die helfen sollen, besser zu laufen. Für LäuferInnen und solche, die es werden wollen.
- Hinz, Jan-Olav, (Hrsg.), Bewegen – Empfinden – Gestalten. Empfindungsorientiertes Lernen in der Kunstpädagogik, Verlag Christa Limmer, 2000
- Höfler, Heike, Feldenkrais – Die besten Übungen für ihren Alltag, 2018, Trias, ISBN 978-3-432-10581-9
- Johnson, Don H. / Rytz, Thea (Hrsg.), Klassiker der Körperwahrnehmung – Erfahrungen und Methoden des Embodiment, 2012, Hogrefe, ISBN 978-3-456-85093-1
- Kaetz, David. Listening with Your Whole Body: Better Hearing Through the Somatic Experience of Sound. River Centre Publishing, 2018.
- Kirschner, Thomas / Reese, Marc, Magic Moves. Das Geheimnis der natürlichen Beweglichkeit; Mobiwell Verlag, Paul-Neumann-Str. 57, 14482 Potsdam

- Klinkenberg, Norbert, Feldenkrais-Pädagogik und Körperverhaltenstherapie, 2000, 244 Ariadne Buchverlag, Karlsruhe ISBN 3-86059-623-3 – Der Autor, Leiter einer psychosomatischen Klinik, stellt die Feldenkrais-Methode im therapeutischen Kontext dar.
- Krauss, Jeremy, Einfach bewegen. Feldenkrais – der Weg zur Verbesserung von Bewegung und Beweglichkeit. Im Einklang mit dem eigenen Rhythmus leben, 1996, 176 S., Junfermann, ISBN 3-87387-026-6
- Luijpers, Wim, Nagiller, Rudolf, Gentle Running. Laufen nach Feldenkrais, 2001, 158 S., Niederösterreichische Presse ISBN 3-85326-181-7
- Nelson, Samuel H. / Blades Elizabeth, Feldenkrais für Sänger, 2004, Bosse Verlag, ISBN 978-3-7649-2685-4
- Peters A./Sieben I., Das große Feldenkrais-Buch, 2008, Irisiana Verlag, ISBN 9783720550383
- Reese, Mark, Moshé Feldenkrais – A life in movement, Biography, 2015, ReeseKressSomatics Press, ISBN 9780985561
- Russell, Roger, (Hrsg.) Feldenkrais im Überblick, Über den Lernprozess der Feldenkrais-Methode, 2004, Junfermann Verlag, ISBN 3-87387-565-9
- Russell, Roger, (Hrsg.) Dem Schmerz den Rücken kehren. Die kluge Lösung für Rückenschmerzen, 2003, Junfermann Verlag, ISBN 3-87387-537-3 – Eine Naturgeschichte des Rückens und kluge Lösungen für Rückenbeschwerden
- Ruge, Uta / Weise, Sylvia, Zuerst bin ich im Kopf gegangen und andere Feldenkrais-Geschichten, 2007, Loeper Literatur Verlag, ISBN 978-3-86059-624-1
- Rywerant, Yochanan, Grundlagen der beruflichen Feldenkrais-Arbeit, Loeper Literaturverlag, Karlsruhe, 2004, ISBN 978-3-86059-620-3
- Rywerant Yochanan, Lehren durch Behandeln, Loeper Literaturverlag, 2020, ISBN 978-3-86059-619-7
- Shafarman, Steven, Die Feldenkrais-Schule. Gesundheit und Wohlbefinden durch bewusstes Bewegen, 1998, 288 S., Heyne, ISBN 3-453-14069-9
- Shelhav, Chava, Bewegung und Lernen. Die Feldenkrais-Methode als Lernmodell, 1999, 193 S., Feldenkraiszentrum-Chava Shelhav GmbH
- Shelhav, Chava, Child Space – An integrated Approach to Infant Development based on the Feldenkrais Method, 2019, North Atlantic Books, ISBN 9781623174132
- Shelhav, Chava, Golomb, Daliah, Die Entdeckung der inneren Ordnung. 18 Lektionen auf der Grundlage der Feldenkrais-Methode, zu bestellen über FVD Feldenkrais-Verband
- Sholl, Robert (ed.), The Feldenkrais Method in Creative Practice Dance, Music and Theatre, 2021, Bloomsbury Publishing, ISBN 978-1-350-15838-2

- Steinmüller, Wolfgang, Schaefer, Karin, Fortwängler, Michael (Hg.), Gesundheit, Lernen, Kreativität. Alexander-Technik, Eutonie Gerda Alexander und Feldenkrais als Methoden zur Gestaltung somato-psychischer Lernprozesse, 2001, 272 S., Verlag Hans Huber, ISBN 3-456-832125
- Triebel Thome, Anna, Feldenkrais: Bewegung – ein Weg zum Selbst. Einführung in die Feldenkrais-Methode, 2002, 96 S. mit CD, Junfermann, ISBN 3-87387-511-X
- Von der Sode, Marie-Luise, Pferde und Feldenkrais. Pferdetraining nach der Feldenkrais-Methode, 1999, 126 S., Cadmos ISBN 3-86127-338-1
- Waas, Christian, Beweglicher Golfen mit der Feldenkrais-Methode, 2005, Von Loeper Literaturverlag, ISBN 9783860596227
- Wadler Eli, Grundlagen Funktionaler Integration, 2005, Von Loeper Literaturverlag, 978-3860596210
- Wildman Frank, Übungen für jeden Tag, 1995, 192 S. Fischer Tb. 12489 ISBN 3-596-12489-1 – Einfache Lektionen für alle, die bereits Erfahrungen mit der Methode gemacht haben.
- Worsley, Victoria, Feldenkrais for Actors – How to do less and discover more, 2016, Nick Hern Books, ISBN 978-1-84842-417-3
- Zemach-Bersin, David / Zemach-Bersin, Kaethe / Reese, Mark, Gesundheit und Beweglichkeit. 10 Feldenkrais-Lektionen, 1992, 168 S., Kösel (ISBN 3-466-34276-7)

### **Stand März 2022**

**Suchen Sie bestimmte Literatur oder fragen Sie sich, welche Literatur sich für den Einstieg eignet, dann kontaktieren sie unsere Geschäftsstelle unter [info@feldenkrais.ch](mailto:info@feldenkrais.ch)**