

Charlotte Selver (4.04.1901 - 22.8.2003) von Helga Segatz

Charlotte Selver geb. Wittgenstein wurde am 4. April 1901 in Ruhrort/Duisburg geboren und wuchs zusammen mit ihrer jüngeren Schwester in einer jüdischen Kaufmannsfamilie auf. Sie beschreibt sich selbst als dickes Kind, das sich ungern bewegte, dafür aber gerne Klavier spielte und Gedichte las.

Ihr erster Berufswunsch, Fotografin zu werden, fand bei den Eltern erst einmal keine Zustimmung und so kam Charlotte in ein Mädchenpensionat, in dem sie Kochen und Haushalten lernen sollte. Die Schulleiterin ertappte sie aber, wie sie eines Tages ihren Mitschülerinnen Gedichte vorlas, während ihr eigenes Essen anbrannte. Daraufhin wurde sie der Schule verwiesen. Nun erlaubten die Eltern das Fotografie-Studium und Charlotte begann es im Sommer 1920. Die Aussicht ihr Leben in einem Atelier zu verbringen, adrett zurechtgemachte Kinder und Erwachsene zu fotografieren gefiel ihr nach zwei Jahren jedoch immer weniger und so entschloss sie sich 1922 für die Ausbildung zur Gymnastiklehrerin an der Bode-Schule für Ausdrucksgymnastik. Es war eine schwere Zeit, da Dr. Rudolf Bode sie für völlig unbegabt hielt. Danach ging sie mit Hinrich Medau nach Berlin, um dort die Bode-Gymnastik zu verbreiten. Auf einem internationalen Jugendtreffen traf sie Tami Oelfken, die eine experimentelle Schule gegründet hatte, in die sie elternlose Kinder von der Straße aufnahm. Durch sie erfuhr sie von Elsa Gindler (1885-1961) und Heinrich Jacoby (1889-1964), zwei ungewöhnlichen Pädagogen dieser Zeit, die in Berlin lebten und arbeiteten. Heinrich Jacoby hielt Begabung nicht für eine Frage der Vererbung, sondern der Entwicklungs-, und Entfaltungsbedingungen eines Menschen. Charlotte zitierte Jacoby gerne: „Sie mögen verhindert sein, doch diese Verhinderungen können sich nach und nach auflösen“. Damit hat Jacoby deutlich machen wollen, dass sich „unbegabtes“ Verhalten durch „Nachentfaltung“ verändern kann. Elsa Gindler entwickelte zeitgleich eine eigene Form der Körperarbeit, wobei Experimente zur bewussten Wahrnehmung von organismischen Bewegungen im Zentrum standen. Heinrich Jacoby und Elsa Gindler verstanden sich gut und arbeiteten intensiv zusammen.

Nachdem Charlotte Selver in Berlin eine Stunde bei Elsa Gindler besucht hatte, wusste sie sofort, dass sie unbedingt bei ihr lernen wollte. Doch Elsa Gindler wollte sie zuerst nicht als Schülerin annehmen: „Sie müssten alles vergessen, was Sie gelernt haben, und das ist das Schwerste, was es gibt.“ Erst beim dritten Anlauf wurde sie als Schülerin angenommen und es sollte noch einmal ein Jahr vergehen, bis Elsa Gindler zu ihr sagte: „Gott sei Dank, die erste echte Bewegung!“ In ihrem Unterricht wurde nicht viel erklärt, vielmehr sollten die SchülerInnen selbst erspüren, was mit ihnen geschah. Elsa Gindler stellte z.B. eine Aufgabe zur Reaktion auf die Schwerkraft oder zum Thema Spannkraft, und dann wurde damit experimentiert. Häufig ließ Elsa Gindler mit verbundenen Augen arbeiten, damit jeder wirklich bei sich in der Empfindung blieb und sich nicht an den anderen orientierte.

Gearbeitet wurde mit alltäglichen Bewegungen, etwa wie man vom Sitzen zum Liegen kommt oder umgekehrt. Dabei war es wichtig zu spüren, ohne zu bewerten. Die SchülerInnen fanden mehr und mehr heraus, dass beispielsweise eine Veränderung im körperlichen Gleichgewicht einen Einfluss auf das Gesamttempfinden hatte. Alles wurde zum Experiment, vom Zähneputzen bis zum Schlafengehen. Auch die Sprache: „Wenn Sie es fühlen können, dann können Sie es auch sagen, und wenn Sie es noch nicht sagen können, dann fühlen Sie es noch nicht genau.“ Alles wurde ins Leben übersetzt. Das bedeutete insgesamt wacher, bewusster, teilnehmender und „reagierbereiter“ zu werden. Dazu gehörte auch, ein kulturelles und politisches Bewusstsein zu entwickeln.

Charlotte Selver bezeichnete Elsa Gindler als „unvergleichliche Lehrerin.“ Die Arbeit mit ihr prägte ihre eigene Arbeit sehr. Sie unterrichtete acht Jahre an der Universität von Leipzig, an der dort ansässigen Kunsthochschule, am Konservatorium für Musik und an vielen anderen

Städten. Sie selbst bezeichnete diesen Lebensabschnitt als eine Zeit, in der sie an jedem Ort ein festes Hotelzimmer hatte und aus dem Koffer lebte.

Als Jüdin verfolgt emigrierte sie 1938 nach New York und dazu kam die Trennung von Heinrich Selver, ihrem ersten Mann. Ihren Lebensunterhalt verdiente sie zunächst als Gesellschafterin und Masseurin einer alten Dame. Gleichzeitig begann sie Vorträge über ihre Arbeit zu halten. Es war nicht leicht für sie, den Amerikanern, die gern schnelle Ergebnisse haben wollten, diese ruhige und zeitintensive Arbeit nahezubringen. Für Einzelunterricht mietete sie sich stundenweise ein Studio. In dieser schweren Zeit bedeutete es einen Wendepunkt, als sie 1944 den Psychoanalytiker und Schriftsteller Erich Fromm kennenlernte. Er begann sich für ihre Arbeit zu interessieren, wurde ihr Schüler und stellte sie Clara Thompson vor, der Präsidentin des von ihm mit gegründeten William Alanson White Institute für Psychoanalyse. Durch Erich Fromm und Clara Thompson wurden andere führende Psychoanalytiker wie Ernst Schachtel, Rose Spiegel und Edward Tauber auf die Arbeit von Charlotte Selver aufmerksam und kamen zu ihren Kursen. So auch Fritz Perls, der in der von ihm und Paul Goodman vorgestellten Gestalttherapie viele Elemente aus dem später so genannten Sensory Awareness integrierte.

In dieser Umgebung lernte Charlotte Selver auch die Arbeiten von Alfred Korzybski (1879-1950) kennen, die großen Einfluss auf sie haben sollten. Der Philosoph und Begründer der allgemeinen Semantik beschäftigte sich mit dem Geist an sich, den Gedanken und der Sprache. Alfred Korzybski, ein Pole mit Kriegserlebnissen, war der Auffassung, dass es keinen Krieg geben müsste, wenn die Menschen nicht immer nur reden, sondern einander auch zuhören würden. Das beeindruckte sie sehr. Sie erzählte ihren SchülerInnen immer wieder davon.

Ab 1950 bot Charlotte Selver ihre Arbeit so erfolgreich an der intellektuell orientierten New School for Social Research an, dass der größte Saal überfüllt war und die Gruppen oft aufgeteilt werden mussten.

Im August 1953 begegnete sie dem Schriftsteller Alan Watts („The Spirit of Zen“). Es war der Beginn ihrer Verbindung mit Zen-Buddhismus und einer jahrelangen gemeinsamen Kurstätigkeit mit Watts, der ihre Arbeit für eine westliche Form des Taoismus hielt. In einem Interview sagt Charlotte Selver dazu: „Im Zen habe ich vieles über das Stillwerden gelernt: Nach-Innen-horchen, Reagierfähig-werden, dem Unbekannten begegnen. Das Wesentliche, das ich gelernt habe ist, nicht in einer Position zu verharren, sondern reagierfähig zu bleiben.“ Auf den Einfluss von Alfred Korzybski angesprochen betonte sie: „Bei Korzybski ging es auch wieder um die Frage des Reagierens. Die Erkenntnis, dass wir sozusagen ein sensibles Netzwerk sind, in dem alles zusammenhängt und wir als ganzer Mensch angesprochen werden. Da ist auch wieder die Stille. Wir müssen still werden um aufnahmefähig zu sein. In der Stille ist alles möglich. Sie wendet sich nicht ab. Die Stille hat Reagierfähigkeit in sich, die unmittelbare Bereitschaft.“

Im Sommer 1957 wurde sie von der Abteilung für Psychoanalyse der Universität von Mexico eingeladen bei der Daisetz Suzuki/Erich Fromm-Konferenz über Zen-Buddhismus und Psychoanalyse ihre Arbeit vorzustellen. Daraus entwickelte sich ihre langjährige Verbindung zu Mexico. Bis zuletzt hielt sie dort im Winter regelmäßig Kurse. Charlotte Selver gab während all dieser Jahre fortlaufende Kurse, hielt Seminare zu speziellen Themen wie „Atmen“, „Verspannungen lösen“, „Bewegung“, „Augen und Hals“ und sprach auf Veranstaltungen.

In einem dieser Kurse lernte sie ihren zweiten Mann Charles Brooks kennen, der später das einzige Buch über ihre Arbeit schrieb. Er schildert darin, warum sie den Begriff „Sensory Awareness“ (=„Sinnenbewusstheit“) für diese Arbeit fanden. Dieser Begriff sollte die Verwandtschaft aller Lebewesen miteinander verdeutlichen: das „fühlende“ Wesen der Pflanzen, das „intelligente“ Wesen der Tiere und das „intellektuelle“ der Menschen. Eine

Arbeit am Bewusstwerden, die sich auf dieses Verständnis gründet, richtet sich unvermeidlich an den „ganzen Menschen“ und nicht an einen Teil von ihm: „In unserer Arbeit erfahren wir allmählich, dass wir mit Hilfe der Bewusstheit zu dem, was wir angehen und was wir tun, eine sinnvolle Verbindung ermöglichen können, deutlich unterscheidbar von der ‚blinden‘ ‚gefühllosen‘ oder ‚mechanischen‘ Art, in der wir so häufig mit unserer Umwelt umgehen. Wir erkennen, dass Klarheit und Bewusstheit allem Verstehen und allem intelligenten Verhalten zugrunde liegt.“

Die beiden heirateten 1963 und unterrichteten lange Jahre gemeinsam. Charles half Charlotte, die schon seit langem schwerhörig war, bei der oft schwierigen Verständigung mit den Schülern. Ein von ihr genutztes hochempfindliches Hörgerät mit Mikrophon stellte an die SchülerInnen große Anforderungen, die aber als ein Teil des Lernprozesses verstanden wurden.

Ab 1963 bot Charlotte Selver im Esalen-Institut in Kalifornien Kurse in nicht verbaler Selbsterfahrung an. Ihre Pionierarbeit gilt in den USA als wichtigste Grundlage der Arbeit im Bereich von Sensory Awakening und verwandten Arbeitsweisen.

1971 wurde mit Mary Alice Roche die Charlotte Selver Foundation (jetzt: Sensory Awareness Foundation) gegründet.

1986 wurde sie von der Universität in Santa Barbara/Kalifornien als eine der Pionierinnen der Humanistischen Psychologie um ihren Nachlass (Korrespondenz, Manuskripte, Ton-, und Bildaufnahmen) gebeten.

1995 wurde Charlotte vom Institut of Integral Studies in San Francisco der Titel des „Doctor of Humane Letters, honoris causa“ verliehen und seit 2000 gibt es am Santa Barbara Graduate Institute ein Charlotte Selver Stipendium für das Studium in somatischer, prä-, und perinataler Psychologie. Die Grundlage für dieses dreijährige Studium bildet die Arbeit des Sensory Awareness.

Es stellte sich eine jährlich sich wiederholende Folge von Seminaren ein: Charlotte lebte in Kalifornien, reiste im Sommer nach Monhegan Island in Maine und später auch nach Europa (Deutschland, Österreich und Schweiz). Im Herbst ging es nach New York und im Winter nach Mexico, wo sie mit einer ständig wachsenden Zahl von Menschen arbeitete.

1991 starb Charles Brooks und seitdem versorgten verschiedenste Schüler und Freunde Charlotte Selver und lebten zum Teil mit ihr. So auch der Kanadier Peter Gracey, mit dem sie im Dezember 1999 ihre dritte Ehe einging. Ihm ist es zu verdanken, dass die so sehr lebendige Charlotte, ihre letzten Jahre friedlich und in Ruhe verbringen konnte.

Noch 2002, mit 101 Jahren kam sie nach Europa und sah gegenüber einer Schülerin gar keinen Grund, warum sie 2003 nicht wieder kommen sollte, wenn es die Gesundheit erlaube. Leider sollte es dazu aber nicht mehr kommen.

Charlotte Selver starb am 22.08.03 im Alter von 102 Jahren in Muir Beach, California.

Literatur:

„Charlotte Selver“ von Mary Alice Roche

„Im Gespräch mit Charlotte Selver“ von Stefan Laeng-Gilliatt

„Erinnerungen an Elsa Gindler“ Herausgeberin Peggy Zeitler

„Erleben durch die Sinne“ von Charles V. W. Brooks

www.stud.uni-hannover.de

www.jacobygindler.ch

www.sensoryawareness.org