

Über F.M. Alexander

Frederick Matthias Alexander (1869 – 1955) wurde als junger Schauspieler und Rezitator zunehmend heiser auf der Bühne, was seiner vielversprechenden Karriere zum Verhängnis zu werden drohte. Da ihm weder seine Stimmtrainer helfen, noch seine Ärzte eine Diagnose für seine Stimmprobleme aufstellen konnten, folgerte er, dass er sich selber auf die Suche nach dem Ursprung seiner Schwierigkeiten begeben müsse. Er begann seine eigene Bewegungsweise zu beobachten und experimentierte mit seinen Entdeckungen - und er war bald wieder auf der Bühne zu hören. Das neue Forschungsfeld, das sich aufgrund seiner Suche vor ihm aufgetan hatte, faszinierte ihn aber so tief, dass er auch auf diesem Gebiet aktiv blieb. Sehr bald konnte er seine Entdeckungen und Ideen, sowie deren Anwendung in jeder gewünschten Tätigkeit an eine wachsende Anzahl Schüler und Schülerinnen weitergeben.

F.M. Alexander, geboren in Tasmanien, Australien, wirkte bis 1904 in Melbourne. Ärzte, die seine Arbeit unterstützten, waren der Ansicht, er solle damit „vor ein grösseres Publikum“ treten und gaben ihm Empfehlungsschreiben nach London mit. Schon nach kürzester Zeit in England wurde er mit seiner Arbeit von einflussreichen Ärzten weiterempfohlen, Schauspieler und Schriftsteller wie George Bernard Shaw waren seine Schüler. Er kehrte nie mehr nach Australien zurück, sondern baute seine Praxis in London auf und begann ab 1914 auch in den USA Fuss zu fassen. Verschiedene treue Schülerinnen und Schüler halfen ihm ausserordentlich bei der Verbreitung seiner Arbeit, so zum Beispiel Alfred Redden (A.R.) Alexander, sein Bruder, der hauptsächlich in den USA tätig wurde.

Neben weiteren Publikationen schrieb F.M. Alexander zwischen 1910 und 1943 vier Bücher: Man`s Supreme Inheritance, 1910, Constructive Conscious Control fo the Individual, 1923, The Use of the Self, 1932 und The Universal Constant in Living, 1941. Darin lässt sich die Entwicklung seines Erziehungsprozesses, der den Schlüssel zur Überwindung von Begrenzungen in Denken und Bewegung darstellt, verfolgen. F.M. Alexander sah sich selbst als schlechten Schriftsteller, es ist aber zu bedenken, dass er sich an Grössen wie William Shakespeare mass. Don Weed, der Gründer der ITM-Alexandertechnik, selber Schauspieler, macht diese Texte für heutige Leser zugänglich, indem er unter anderem Techniken des Lesens von Dramen und Alexanders kulturellen und beruflichen Hintergrund beim Interpretieren einbezieht.