

Barfuss mit Trompete - Instrumentalisten in Bewegung

Die Möglichkeit zum *Musizieren im Ensemble oder einer Instrumentalklasse* stellt gegenüber dem privaten Instrumental-/Gesangsunterricht eine Besonderheit des Angebotes der Musikschule dar. Da die Rhythmik vor allem auf der Form des Gruppenunterrichts basiert, wird auch da eine Ensemble-Situation erlebt. Hier können Musiker, die als Klang-Körper ausschließlich ihr Musikinstrument akzeptieren, den Fokus auf den eigenen Körper als Instrument lenken. Die notwendig hohe persönliche Disziplin eines zukünftigen Solisten wird im Selbstvergessen nur noch durch die Unterordnung unter einen größeren Klangkörper – dem Ensemble oder Orchester - überboten. Das gewünschte musikalische Ergebnis der körperlichen Tätigkeit ist jedoch gerade davon abhängig, wie flexibel und reichhaltig die Erfahrungen im Wechselspiel zwischen der Bewegung, der Sinneswahrnehmung und der ästhetischen Entscheidung der *einzelnen Musiker* ist und den gemeinsamen „bon ton“ beeinflusst. So sehr die Differenzierung der eigenen Klangqualität die Erfahrung der Bewegungsvielfalt voraussetzt, so muss schon der junge Ensemble-Spieler erfahren, dass ein guter Ensemble-Klang eine interaktive Gemeinsamkeit voraussetzt.

Neben dem ästhetischen Aspekt des Ensemblespiels weisen die Statistiken der die Musiker betreuenden Krankenkassen und die Zunahme der Einrichtung von Musikermedizin-Instituten an den Musikhochschulen auf die Breite der Thematik *Körper versus Instrument*. Dieses Thema scheint gegenwärtig neue Aspekte zu gewinnen. Vor allem die wissenschaftliche Anerkennung der Bewegungs-Steuerung über ein *komplexes System* der Sinnesmodalitäten öffnet die Musikausbildung für die Bewegung¹. Die heutigen Neurowissenschaften geben der Rhythmik recht, *die Bewegung als Vermittler komplexer, vernetzter Informationen* der Sinnesmodalitäten und *die Quelle der kreativen Prozesse* anzusehen². Auch das *Wachsen mit dem Instrument in der körperlichen Dimension* muss kontinuierlich, den Reifungsprozess begleitend, im Bewegungsunterricht berücksichtigt werden.

Kooperationsformen der Rhythmik mit den Instrumentalfächern

Die Körpererfahrung ist ein sehr sensibles Gebiet, deshalb ist jede Chance, *Synergieeffekte innerhalb der Musikschule* aufzubauen, sehr kostbar. Je besser die Erfahrungen eingebettet sind, je mehr die Schüler von ihren Instrumental-Lehrern sich darin unterstützt fühlen, desto selbstverständlicher ist der Zustand, „in Bewegung zu sein“. Zusätzlich zu einem allgemeinen Rhythmikunterricht sind folgende Angebote/Kooperationen möglich:

Zeitformen:

1. Kontinuierlich – Team-/Doppelunterricht von Instrumental- und Rhythmikpädagogen (z. B. Unterricht innerhalb einer Streicherklasse, Bläserklasse),
2. Phasenweise – Zusammenarbeit bei bestimmten Themen: körperbetont – musikbetont - projektbetont,
3. Einzelaktionen: z. B. Probenbegleitung vor Konzerten oder bei Orchester-Freizeiten,

Inhaltliche Aspekte:

1. Gemeinsame Vorbereitung einzelner Musikstücke mit Betonung spezieller formeller Ausdrucks-Aspekte der Musik ↔ der körper-dynamischen Ausführung,
2. Rhythmik „zwischen durch“ (während der Probenzeit) als Einstimmung, zur Abwechslung/Entspannung, als „Zwischenspiele“ im Kontext der geproben Stücke oder zum Abschluss,

¹ Przybylska-Angermann, G., Rhythmik als Prävention in der Musikausbildung Musikphysiologie Musikermedizin, Sonderheft Physioprophylaxe für Musiker DGfMM, Mainz 2004, S. 49 – 53

² vgl. Gutjahr 1996

3. Interdisziplinärer Austausch/Coaching zwischen den Pädagogen beider Bereiche zur Unterstützung einzelner Musiker/Schüler bei bestimmten körperlichen/technisch-musikalischen Fragestellungen,
4. Gestaltung einer Performance aus Klang und Bewegung für Feste, Veranstaltungen, Konzerte (dazu nehmen Instrumentalisten am regulären Rhythmik-Unterricht teil).
5. Themengebundene Workshops, die aus Gesprächen mit dem Kollegium hervorgehen, die in kleinen Gruppen von der Musik-Bewegung/Rhythmik-Fachkraft angeboten werden können.

Klang-Bewegungs-Spiele im Ensemble-, Klassen- und Gruppenunterricht

Die folgenden Spiele bieten multifunktionale Situationen (Erfahrungsfelder), in denen drei Elemente gleichwertig oder schwerpunktmäßig vertreten sind: 1. das *bewegungs-physiologische*, 2. das *musikalisch-gestalterische* und 3. das *kommunikative* Element. Die Leitung setzt die Ziele und lenkt entsprechend die Wahrnehmungs- und Reflexionsprozesse. Der Aufgabenmodus ermöglicht explorative Prozesse, deren Ergebnis individuell bedeutsam und offen ist. Die Spiele umkreisen besondere Aspekte der persönlichen und/oder künstlerischen Fragestellung. Das intendierte pädagogisch-künstlerische Resultat ist eine persönlich motivierte, körperlich und mental variantenreiche Gestaltungsfähigkeit. Eine solche Einstellung entspricht der Idee, dass auch die Musikinterpretation eine fragende Annäherung bedeutet, somit in ihrem Wesen eine schöpferische Handlung und eine in einem Entwicklungsprozess erzielte Übereinkunft der Musiker im Ensemble ist.

Ein Spiel, als ein *multifunktionales Erfahrungsfeld* gedeutet, kann folgende, wechselnde Schwerpunkte (Ziele) bekommen:

- Erleben der freien Bewegung und Abbau von Hemmungen (Spontaneität),
- Erweitern der körperlichen Ausdrucksmöglichkeiten (Vielfalt, Variabilität),
- Fokussieren einzelner Sinnesmodalitäten, ohne das Instrumentalspiel/die Tätigkeit zu unterbrechen („rotierende Aufmerksamkeit“ und mentale Gelassenheit),
- Erfahren von Zusammenhängen zwischen Bewegungsqualität und Klang-Resultat (klangbezogene anatomisch-physiologische Analyse),
- Trainieren der Erinnerung von musikalisch motivierten Gesten (Wiederholbarkeit),
- Gliedern und Vorplanen der Bewegung (rhythmisierte Bewegung),
- Planen und Regulieren unterschiedlicher, zeitgleicher Handlungen (Koordination),
- Aufnehmen gestischer Metaphern in die Musikgestaltung („schwache Synästhesie“³),
- Wertfreie Erfahrung von Bewegungs- und Klangqualität (Experiment versus Gestaltung),
- Kommunizieren durch Klang und/oder Geste (Interaktion),
- Vermitteln zwischen individuellem Verhalten und der Anpassung im Ensemble.

1. Themenkomplex: „Freie Bewegung“

Diese Spiele tragen zum Abbau der Bewegungsangst bei und dazu, sich sowohl physisch als auch mental auf das gemeinsame Musizieren einzustimmen.

<p>Spiel 1: „Tanz-Jockey“ (TJ) Die Leitung des Spiels hat ein Beobachter, ein „TJ“ inne: Während Musik erklingt und die Gruppe bewegt sich, nennt er ein oder mehrere Körperteile, die sich während des „Tanzens“ vorrangig bewegen sollen. Dabei geht es zuerst allgemein um die Extremitäten</p>	<p>Musikalisch motivierte „Beweg-Gründe“! Musikbeispiele mit großer ästhetischer Vielfalt - als Orchester-Werke (CD), - oder als improvisierte Musik (Stimme oder Instrument). Die „Lieblingsmusik“ der TN motiviert gut! Es kann auch eine Art Collage aus in</p>
---	--

³ nach Richard E. Cytowic, Wahrnehmungs-Synästhesie, in: Synästhesie. Interferenz-

<p>wie Arme, Kopf und Beine, dann die Aufmerksamkeit auf feinere Zusammenhänge und Körperregionen.</p>	<p>Charakter kontrastierenden Fragmenten eingespielt werden.</p>
<p>Variante 1: Die TN tanzen frei zur Musik. Der TJ beobachtet und ruft einen Namen. Sofort sollen die übrigen Teilnehmer die Tanzbewegungen des Gerufenen nachahmen. Das Spiel hat eine Rondo-Form: A) tutti: Jede/r tanzt nach seiner eigenen Art. B) solo: Alle tanzen nach einer Art. A) tutti: siehe oben C) neues Solo ... usw.</p>	<p>Die Vielfalt möglicher Bewegungsarten wird sichtbar. Wie genau kann eine Bewegung beobachtet werden, worauf kann man dabei achten? Jeder Bewegungsvorschlag macht einen bestimmten Aspekt der gehörten Musik deutlich. Welchen?</p>
<p>Variante 2: Der TJ kann sich wünschen, welche Körperteile eine besondere Aufgabe bekommen: z. B. „alle Körperteile, aber keine Knie“, „Kopf und ein Fuß“.</p>	<p>Je ungewöhnlicher und feingliedriger die Kombination, desto lustiger das Spiel und desto ungewöhnlicher neue Bewegungsideen.</p>
<p>Variante 3: Ein gut beobachtender und einfallsreicher TJ schafft eine Art Choreographie für alle Teilnehmer.</p>	<p>Mit zunehmender Erfahrung wächst die Orientierung im Bewegungs-Repertoire und die Fähigkeit, sich an die ausgefallenen Ideen zu erinnern, d.h. den Bewegungsvorgang zu beobachten und zu rekonstruieren. Danach: Welche Bewegungsqualitäten/-arten folgten nacheinander? Welche Musikfragmente spielten dazu? Wer es weiß, macht es vor!</p>
<p>Spiel 2: „Folge mir unauffällig“ Dieses Spiel verläuft mindestens zu zweit oder in zwei Gruppen. Dabei bewegt sich die eine Person oder Gruppe (A) frei im Raum und wird von der auf dem Boden sitzenden zweiten Person/Gruppe (B) beobachtet. Die A's wählen dabei 1. die Art der Bewegung (springend, gehend, hoch gestreckt oder tief gebückt, in kleinen oder großen Schritten, langsam oder schnell); 2. die Richtung der Bewegung (vorwärts, rückwärts, seitwärts). Nach einer Weile mischen sich die B's in das Geschehen und imitieren aus einer größeren Entfernung genau die Bewegungsart der A's. Wer hat wen „verfolgt“? (keine Absprachen)</p>	<p>Durch die Betrachtung der eigenen Doubles und das Kommentieren der Ausführung werden immer mehr Einzelheiten der eigenen Bewegungsqualität herausgearbeitet, die weitere Differenzierung entdeckt, nach dem Motto: „Finde in den zwei Bildern einen – zwei - drei Unterschiede...“</p>
<p>Variante 1: Die B's beobachten und „folgen“ den A's nicht mit Bewegungen, sondern mit instrumentaler Begleitung. Danach wird nur eine Person von der A-Gruppe von mehreren B's klanglich begleitet.</p>	<p>Klangqualität und Bewegungsqualität werden aufeinander abgestimmt. Dadurch können Musikparameter deutlicher in der Bewegung erkannt und erst intuitiv, dann bewusst zugeordnet werden.</p>
<p>Variante 2: Es folgt eine immer genauere Beschreibung: Einzelne Instrumente (B) begleiten einzelne Körperteile von A, z. B. Armschwung, Auf und Ab des Kopfes, das Aufsetzen der Füße auf dem Boden.</p>	<p>Je feiner die Bewegungsbeobachtung, desto feinere Klangzuordnung. Im Weiteren wäre die Frage zu untersuchen, welche Körperteile sich aktiv oder passiv im gleichen Bewegungsvorgang verhalten (wechselnder Fokus). Auswirkungen auf die Dynamik der Klangebenen?</p>
<p>Variante 3: A verändert ein Detail der Fortbewegung: z. B. wird schneller, verkleinert die Schrittgröße, bleibt unerwartet stehen, dreht den Kopf, die Lage/Haltung der Hände (z. B. zur Faust geballt) verändert sich.</p>	<p>Die Personen werden zu Charakteren, z. B. „der Gehetzte“. Es passiert ein Übergang von quasi „objektiven“ Musikparametern zu einer emotionalen Interpretation. Diese Ebenen können in der Betrachtung gleitend wechseln</p>

	– sie können auch bewusst gesteuert werden.
--	---

2. Themenkomplex: „Energie-Management“

Hier geht es um die genaue Wahrnehmung von Unter- oder Überspannung, damit auch eine lang dauernde Probenphase nicht zu verkrampftem Spiel führt.

<p>Spiel 3: „Wach – Schlafen“ Vorbereitung: Die T rutschen bis zum Rand ihrer Stühle oder setzen sich auf eine zusammen gerollte Gymnastikmatte, schließen die Augen und erspüren zunächst einmal ihre Sitzhöcker. Dann kann das Becken seitlich hin und her sowie vor und zurück abwechselnd bewegt werden, was schließlich in runde Bewegung des Beckens mündet. Dabei führt immer das Becken, Oberkörper und Kopf folgen in feinen „Schlangen-Bewegungen“.</p>	<p>Das Tragen der Instrumente während des Spiels wirkt sich besonders auf die Müdigkeit im Hals-Nacken- und im Lenden-Becken-Bereich aus. Langfristig kann es in beiden Bereichen zu Schmerzen kommen. Jugendliche mögen eine lässige, hängende Rumpfhaltung. Das kann man gut in die Spiele einbeziehen. Den Positions-Wechsel recht häufig durchführen.</p>
<p>Variante: Alle TN „schlummern“ in einer entspannten Position (Becken-Flachstellung), ohne die Stuhllehne zu berühren, mit leisen Atem-Schlafgeräuschen. Ein Musiker ist der „Ruhe-Störer“ und macht leiseste, kurze Geräusche, die die Schlummernden kurz aufschrecken lassen: Becken aufrichten, Rumpf strecken, Augen auf. Danach fallen sie wieder in den „Schlummer“ und sinken in sich zusammen. Das Sinken kann schnell oder langsam passieren. „Beleidigte“ können sich später auch langsamer, vorwurfsvoller strecken und nach dem Störenden schauen.</p>	<p>Der Positionswechsel findet nur zwischen Normal- und Flachstellung des Beckens statt (auf bzw. hinter den Sitzhöckern). Dabei kann man den Höhenwechsel des Kopfes beobachten. Die Fähigkeit, den Spannungswechsel zu vollziehen, und zwischen der aktiven und passiven Haltung unterscheiden zu können, ist einer der Aspekte, der im individuellen Coaching fortgesetzt werden sollte. Flexibel und beweglich zu bleiben, ist die eine Seite, die Körper-Spannung entsprechend der musikalischen Notwendigkeit zu variieren, die andere. Weitere Spielvarianten bilden!</p>
<p>Weiterführung: „Becken-Spiele“. Mit einem „Zeichen“ kann der Leiter (TN) bzw. Dirigent (L, oder TN) immer wieder auf die Beweglichkeit bei der Sitzposition erinnern.</p>	<p>Dies kommt zwischendurch zum Einsatz: mitten im Stück oder während einer Stimmgruppen- oder Generalpause. Dem Ensemble-Leiter kann dabei bewusst werden, wann die Entspannungsmöglichkeiten ins Spiel aufgenommen werden könnten.</p>

3. Themenkomplex: „Geste als musikalische Metapher“

Was bedeutet, ein Musikstück zu „interpretieren“? - In diesem Zusammenhang braucht die „Darstellung“ eines Musikwerkes einen „Darsteller“ oder im Falle eines Ensembles gleich eine ganze Theaterkompanie. Hinter der persönlichen Erfahrung des Komponisten, die in abstrakten Ausdrucksangaben und musikalischen Parametern eingefroren wird, suchen wir nach eigenen „Deutungen“.

Ein Darsteller vermittelt sein Befinden, seine Regungen durch Sprache und Gesten. Diese zuerst fremde Komponente des Spiels ist wichtig, denn selbst der Profi-Musiker „versteckt“ sich gerne hinter dem Klang seines Instruments und ist körperlich quasi nicht existent. Dennoch, auf jedem Konzertpodium wird die Bewegungsmetapher einer Musikidee⁴ lebendig gemacht. Ein

⁴ Przybylska-Angermann, G., Spielend üben: Synästhesie und Musikerfahrung. Vortrag bei der 5. Internationalen Rhythmikwerkstatt 2004 zum Thema "Rhythmik und Instrument" Festhaus

Dirigent „zeigt“ die Musik und verlangt: „Spiele so, wie ich zeige“! Spätestens damit können wir dem jugendlichen Musiker deutlich machen: Bewegen gehört zur Musik.

<p>Spiel 4: „Jeder ist ein Dirigent“ Jedes Ensemblemitglied soll immer wieder selbst dirigieren. Es macht Spaß – z. B. zu Hause bei einem Lieblingsstück mit den Kopfhörern auf den Ohren. Dieses „Lieblingsstück“ mal mitnehmen und bei der Probe gemeinsam „im Chor“ dirigieren.</p>	<p>Jeder berühmte Dirigent ist ein Star! Auch wenn sich die Jugendlichen zu „tanzen“ genießen, so können sie hierbei die „Normalität“ der musikbezogenen Bewegung erleben. Viele „üben“ ohne Zeugen, doch die Position des Dirigenten ist so verführerisch, dass sie auch einige Versuche in der Gruppe zulässt.</p>
<p>Variante 1: Der L eines Ensembles spielt ein Fragment des zu übenden Stückes oder improvisiert am Instrument frei im gewünschten Tempo, wobei er öfter zwischen accelerando und ritardando wechselt. Die Teilnehmer folgen ihm dirigierend.</p>	<p>Solche Umkehrungen machen den gestischen Charakter der zu spielenden Musik deutlich.</p>
<p>Variante 2: Ein Ensemblemitglied spielt ein Fragment eines bekannten Stückes (z. B. ein Volkslied) oder improvisiert frei, aber im klaren Metrum, dabei baut er unvorhergesehene rubati ein. Die Gruppe dirigiert dabei und versucht trotz der „Überraschungen“ nicht aus dem Dirigierschema heraus zu fallen. Spannend ist eine „schwierige Stelle“ zum improvisieren frei zu geben.</p>	<p>Solche „Zwischendurch-Spiele“ können eingebaut werden, wenn es darum geht, lange Konzentrationsphasen aufzulockern. Sie können wieder helfen, den Variantenreichtum zu entfalten und eine „schwierige Stelle“ neu zu erleben. Manchmal vergessen die Musiker, dass sie problematisch war, und spielen sich frei.</p>
<p>Variante 3: Jeder dirigiert das eigene „Singen“, wobei es allein um den Charakter geht. Es ist ein Sprechgesang, in dem die Rhythmen eigene Silben bekommen und einen speziellen musikalischen Charakter nachahmen (z. B. „à la marche-grotesque“, oder „à la valse-lyrique“, auch jazzige Charaktere sind sehr ergiebig.)</p>	<p>Das Einbeziehen der Stimme in die „Spiele“ ist von fundamentaler Bedeutung, denn sie ist das primäre Klanginstrumentarium, und wird oft genug vernachlässigt. Sie ist kein weiteres Instrument der Musiker, sie ist die emotionale Brücke vom Körper zum Musikinstrument.</p>

4. Themenkomplex: **Musik der Sinn(es)bilder.**

Je öfter die Perspektivenwechsel zwischen dem Sehen, Hören und Spüren geübt werden, desto deutlicher tritt das Dreidimensionale des Körpers hervor. Es geht dabei sowohl um die Qualität der musikalischen Gestaltung als auch um den körperlichen Komfort während des Instrumentalspiels oder Singens.⁵

<p>Spiel 5: „Rücken-Mal-Schule“ Die TN stehen paarweise hintereinander. Der Hintere ist ein „Maler“ und bemalt den Rücken des Vorderen wie eine „Leinwand“. Sein</p>	<p>Die Erfahrung unterschiedlicher Sinneseindrücke in ihrer Gleichzeitigkeit auch als Quelle der Inspiration steht hier im Vordergrund.</p>
--	---

Hellerau in: Rhythmik. 13/ Juni, Zürich 2008, S. 12 – 17

nachzulesen bei: <http://www.stimme-bewegung.de> (Dokumentation/Publikationen)

⁵ Przybylska-Angermann, G., Musikphysiologie im Ensemble-, Klassen- und Gruppenunterricht, "Fit mit Musik" Band 8, Schwäbisch Gmünd, 2009, (zu beziehen über <http://www.fitmitmusik.de>)

<p>Malwerkzeug ist die Hand (Fläche, Kante, Rücken, Finger, Knöchel, Faust). Der Vordere wiederholt was er auf dem Rücken spürt als Echo, also mit Verspätung. Es entstehen „Luft-Bilder“.</p>	<p>Wichtig: nur kurze Motive zeichnen, maximal 3 bis 4 Zeichen (Linien, Punkte, Flächen) und achten auf: - die Druckstärke (weich oder hart geführt), - die Mal-Spur (schmal oder breit geführt), - den Linienverlauf bzw. die Lage am Rücken, - die Geschwindigkeit, - einmalige/wiederholbare Motive, - die un-/symmetrische Bildkomposition</p>
<p>Variante 1: Der vordere Partner / „die Leinwand“ macht die Luftzeichen gleichzeitig mit dem „Maler“, die Bewegungen werden später assoziativ, mit Lautmalerei mal vom „Maler“, mal von der „Leinwand“ untermalt.</p>	<p>Bewegung bekommt eine akustische Komponente. In der Weiterführung könnten unterschiedliche Verhältnisse ausgearbeitet werden: - Gegensätze/Kontraste, - Abwandlungen/Ähnlichkeiten, entsprechend der Formprinzipien der Komposition.</p>
<p>Variante 2: Eine Komposition entsteht. Der „Maler“ beschreibt den Rücken mit nur 4 bis 5 Klang-Berührungs-Motiven. Die bemalte „Leinwand“ wird dann vom Vorderen auf ein Blatt Papier (A3) mit Zeichenkohle aus der Erinnerung reproduziert.</p>	<p>Die Musiker können instrumental Geräusche erzeugen oder CD-Geräusche einsetzen. Die räumliche Komponente der „Rückenpartitur“ ist von Bedeutung. Hierbei kann der Übergang zwischen geräuschhafter und tongebundener Interpretation der Zeichen stattfinden.</p>
<p>Variante 3: Der erspürte Gestus der Rückenbilder wird vom Vorderen auf das Instrument übertragen.</p>	<p>Entsprechungen der stimmlosen-stimmhaften Varianten der Stimmbenutzung und dem Instrument werden vorangestellt.</p>
<p>Weiterführung: Mehrere Paare in einer Kreisauflistung. Die vordere Position haben Instrumentalisten, die hintere die „Klang-Maler“. Es kommt zu einer doppelten Interaktion: - der Musiker reagiert auf den eigenen Maler, - die Maler interagieren untereinander.</p>	<p>Interaktive Aktion, die trotz des spontanen Charakters eine Kammermusik erzeugt. Immer klarer können die gestischen und musikalischen Qualitäten einer thematischen Auswahl unterworfen werden: z. B. nur punktuell, nur linear oder flächig, hell/dunkel – unterschiedlich kombiniert.</p>