

DIE MACHT *der Worte*

Nachdenken über meinen Sprachgebrauch im Instrumentalunterricht

VON JULIANE KAMP

*Achte auf deine Gedanken, denn sie werden Worte
Achte auf deine Worte, denn sie werden Bewegung
Achte auf deine Bewegung, denn sie werden Klang
Achte auf deinen Klang, dann ändern sich deine
Bewegungen.*
(frei nach Charles Reade)



Als ich 2017 zu Beginn meiner Feldenkrais-Ausbildung (Heidelberg 11) im Gorchheimertal auf meiner Matte lag, machte ich mir Gedanken, woran es liegen könnte, dass es mir hier so gut ging, und wie es kam, dass ich mich so geborgen, lebendig und interessiert fühlte, bereit zu neuen Entdeckungen – einfach glücklich.

Viele Faktoren spielten eine Rolle wie die Methode, das Umfeld, die Menschen, mein Entschluss, mir diese Ausbildung zu gönnen. Ganz besonders fiel mir auf, wie sehr ich es genoss, mit welchen Worten, Fragen und in welcher Stimmlage die ATMs angeleitet wurden und wie wichtig das für mein persönliches Lernen und Wohlbefinden war. Gerade in Ulla Schläfke hatten wir eine Trainerin, die ich in ihrer Wortwahl und Stimmgebung als sehr reflektiert und inspirierend empfand.

Nach einiger Zeit bemerkte ich, dass sich meine Kommunikation und generell mein Unterricht maßgeblich verändert hatten. Meine Schüler*innen spielten hörbar schöner, sodass

Im Collie-Modus – was hat das mit Feldenkrais und Musizieren zu tun?

ich von Kolleg*innen immer mehr positive Rückmeldungen bekam. Ich fing an, darüber nachzudenken – im Hinblick auf die Abschlussarbeit meiner Feldenkrais-Ausbildung und auf eine zu konzipierende Fortbildung mit dem Titel „Die Macht der Worte“ für den Musikschulverband –, wie ich mit Sprache umgehe und wie generell in meinem Hauptberufsfeld, der Musikpädagogik, mit Sprache verfahren wird, vor allem im Hinblick auf die Anleitung von Bewegung.

■ Die Anleitung von Bewegung

Wie sehr eine Formulierung das Musizieren über Jahre hinweg beeinflussen kann, zeigt das Beispiel einer Organistin. Wenn sie beim Spielen ihre Arme bewegte, sagte ihr Professor: „Maikäfer nicht so rum!“ Sie bewegte sich in den nächsten vier Semestern immer weniger, bis sie Probleme mit der Hand bekam. „Daraufhin bewegte ich mich nach meinem Studium extra viel. Heute (nach 20 Jahren) schießt mir beim Üben diese Aufforderung immer wieder durch den Kopf, dann mache ich absichtlich größere Bewegungen.“ Das heißt, sie macht nicht die Bewegungen, die für sie authentisch wären.

In der Geschichte der Klaviermethodik gibt es immer wieder ein Wechselspiel zwischen eher physiologisch orientiertem Unterricht (die „Haltung“, die Technik bestimmen den Klang, nennenswerte Pädagogen dieser Strömung waren u. a. Breithaupt und Steinhausen, später auch Feuchtwanger) und der psychologischen Sichtweise (Technik entwickelt sich vorrangig durch die Klangvorstellung, Giesecking, Varro). Ich denke, dass beides zu gleichen Teilen miteinander verknüpft ist, allerdings kann man sich fragen, welche Art der Heran-

gehensweise für die individuelle Schülerin oder den Schüler stimmiger ist. Für mich wäre ein physiologisch orientierter Unterricht sehr hilfreich gewesen, da meine Bewegungen nicht immer selbstverständlich die günstigsten waren, andere müssen mehr an ihrer Klangvorstellung arbeiten.

Aus meinem Klavierunterricht in der Kindheit kann ich mich kaum an Bewegungsanleitungen erinnern, außer an das Übliche: „Finger rund! Lass das Handgelenk ruhig!“ Oder: „Mach nicht so viel Ballett!“ Aus dem Studium bei einem hervorragenden Pianisten sind mir genau zwei Sätze hängengeblieben: „Es humpelt“ und „der vierte Finger ist nicht stark genug“.⁽¹⁾ Konstruktive Anleitungen, gemeinsames Überlegen, wie ich eine technisch schwierige Stelle bewältigen könnte, gab es in Form von Bewegungsanalyse fast gar nicht, sondern nur in Hinweisen, welche Übungen ich machen könnte, oder zu Fingersätzen, die ich ändern könnte.

Dies liegt oft daran, dass viele gute Musiker*innen sich instinktiv von klein auf sinnvoll bewegen und nicht darüber nachdenken müssen, wie sie sich bewegen. Auch erkennen sie nicht so wie wir nach einer Feldenkrais-Ausbildung, wo eventuell Bewegungen nicht durchlaufen oder nicht leicht ausgeübt werden. Bei Diskussionen in Foren bemerkt man oft entweder eine doktrinäre Ansicht über die „richtige Haltung“ oder einen recht unsicheren Umgang mit dem Thema: „Eigentlich spreche ich nicht gerne über Technik, weil es quasi unmöglich ist, Bewegungen mit Worten präzise und unmiss-

Foto: © 751796, original_R_K_B_by_hochzeitsfotograf_pixelio.de



Die Tasten spielen

verständlich zu beschreiben. Das Vormachen ist der sprachlichen Anleitung immer überlegen.“ Eine weit verbreitete Meinung unter Musiker*innen.

Bei Hospitationen im Unterricht vieler Kolleg*innen verschiedener Instrumente bemerkte ich Vergleichbares. Obwohl es durchweg ambitionierter, inspirierender und professioneller Unterricht war, wurde entweder keinerlei Anleitung gegeben, die sich auf Bewegung bezog, oder manchmal mit nicht dienlichen Bildern gearbeitet, wie z. B. bei Vibrato: „Schüttele die Hand, als ob du sie verbrannt hättest!“ Besonders auffällig war, dass in keiner einzigen Stunde, die ich besuchte, Spürfragen oder vergleichende Fragen gestellt wurden, wie z. B. „Was geht leichter, was fühlt sich bequemer an, stimmt für dich die Höhe des Stuhls?“

■ Haltung oder Stütze

Wir Profimusiker*innen aus den älteren Generationen kommen oft aus einer sehr direktiven Unterrichtsform, die vor allem bei Profis auf Effizienz ausgerichtet ist. Zumindest, wenn es um die sogenannte Haltung geht. Was geben wir unseren Schüler*innen weiter? In der russischen Methodik werden kleinste Kinder immer wieder massiv korrigiert (in statischen Momenten), um ihnen die richtige Handhaltung beizubringen. Natürlich ist es wichtig, den Kindern zu helfen, eine stabile Hand aufzubauen, doch die Frage ist, ob dies während und durch Bewegung geschehen kann oder durch korrektive Belehrungen, die Kinder entweder nicht interessieren oder die sie schlichtweg nicht dauerhaft umsetzen, es sei denn, man weist sie etwa alle 30 Sekunden darauf hin. Allein der Begriff Haltung oder auch das Wort Stütze sollten hinterfragt werden. Wenn selbst unser Stehen ein dynamischer Prozess ist, kann Haltung, ein Wort, das eher einen sta-

DIE AUTORIN

Juliane Kamp, geb. 1974, Dipl. Musikpädagogin an der Musikschule Ostfildern (Baden-Württemberg), Pianistin und Feldenkrais-Pädagogin, Coach für Musiker*innen



Porträt: © Juliane Kamp, Fotograf: Jürgen Hudelmayer

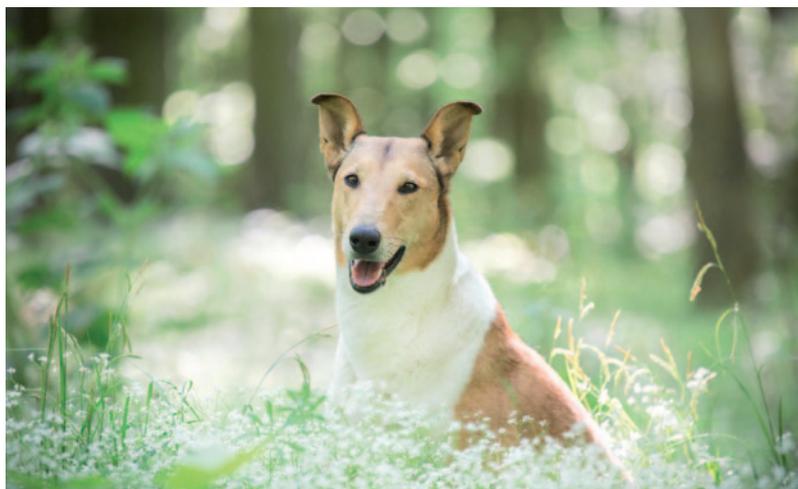
Seit meinem Studium habe ich mich immer für die Verknüpfung von Sprache und Musik interessiert sowie meinen Fokus auf Klaviermethodik und Pädagogik gelegt. Entwicklung und Auftritte mit Musiktheaterprojekten und literarischem Kabarett, Liederabenden im deutschsprachigen und internationalen Raum. 2020 Beendigung der Feldenkrais-Ausbildung in Heidelberg bei Roger Russell und Ulla Schläfke. Seit 2021 Coaching für Musiker*innen und Moderation der Podcast-Reihe „Abenteuer Musik“ zu musikpädagogischen und musikmedizinischen Themen.

E-Mail: Juliane.kamp@gmx.de

(1) Fairerweise muss man berücksichtigen, dass sich der Mensch aus Überlebensstrategien heraus leichter negative Botschaften merkt. Im Ernstfall sind Warnungen wichtiger als Komplimente.

tischen Eindruck hinterlässt, nicht für die durchlässigen Bewegungsabläufe stehen, die wir uns wünschen.

Der Begriff Stütze führt oft durch ein Missverstehen dieses Worts zu einem übertriebenen Festhalten der Bauch- und Beckenregion bei Bläsern und Sängern, besser ist das Wort *Support*. Wo findet denn die sogenannte Stütze statt? Nur im Zwerchfell? Kann man die Stütze mehr als Unterstützung durch unseren Kontakt zum Boden verstehen oder als bewussten Gebrauch der Atemmuskulatur, überall dort, wo die Muskeln die Atmung unterstützen? Wenn ich zu einer Schülerin oder einem Schüler sage, „Drücke die Taste herunter“, kann man hörbar eine andere Klangqualität feststel-



len, als wenn ich sage, „spiele die Taste“. Ist es nebenbei nicht wunderbar, dass wir ein Instrument spielen und nicht etwa bearbeiten? Wo kann ich in ATMs einen feineren Unterschied spüren? Wenn es heißt: „Drücke den Fuß in den Boden!“ oder „Verstärke mit deinem Fuß sanft den Druck in den Boden!“ Wenn ich mit Schüler*innen an ihrer Technik arbeite, benutze ich seitdem Begriffe, die bevorzugt aus alltäglichen Bewegungen oder aus der Tierwelt kommen, zum Beispiel: Zupacken wie ein Tiger, schleichen wie eine Katze, greifen, springen, über die Tasten laufen. Das Bild, dass die Finger unsere Beine sind und wir damit laufen, ist extrem wichtig, vor allem, wenn wir dann im Unterricht vergleichen können: „Wie machst du es beim Laufen, komm, wir laufen mal durchs Zimmer, drückst du da die Knie durch oder dürfen sie sich mitbewegen? Wie könntest du das mit deinen Fingern auf dem Klavier machen?“

■ *Im Collie-Modus – was hat das mit Feldenkrais und Musizieren zu tun?*

Auch bei der Wahl der Bilder, die in der Musikvermittlung wahrscheinlich noch wichtiger sind als bei Anleitungen von ATMs, versuche ich verstärkt alle Sinne mit einzubinden. Ein Körper, der wach und auf alle Sinne ausgerichtet ist, kann nicht fest sein, sondern ist immer in einer beweglichen Vitalität, die Resonanz und Schwingung zulässt, die wir für einen

schönen Klang brauchen. Wenn die Kinder lernen, vor dem ersten Ton die Ohren zu spitzen, den Raum zu spüren, hört man das sofort an der Klangqualität. Und so ist das Lauschen und Zuhören immer wichtiger für den musikalischen Fluss (vergleichbar dem Beobachten während einer ATM) als eine oft zu ambitionierte Klangvorstellung, die Musiker*innen gerne unter Realisierungsdruck setzt und Spannungen im Körper erzeugt. Ich verwende gerne die von mir kreierte und von Kindern geliebte Formulierung: *Collie-Modus*, nach dem Bild, dass der Collie mit gespitzten Ohren im Wald steht und alles um sich herum wahrnimmt, die Witterung mit seiner Nase, die Luft auf dem Fell, den Geschmack der Umgebung auf seiner Zunge, mit wachen Augen, die einen weiten Fokus haben.

Yehudi Menuhin sagte: „Die Musik spricht für sich allein, vorausgesetzt, wir geben ihr eine Chance.“ Umso wichtiger wird das vergleichende, wertfreie Fragen, das wir in der Feldenkrais-Ausbildung lernen, oder die interessierte Grundhaltung der Lehrerin, die sich auch in einer guten Organisation und in einer offenen Stimme spiegelt.

■ *Mehr Fragen, Spüren, Hören*

Was möchte ich als Feldenkrais-Pädagogin meinen Musikerkolleg*innen in meiner Fortbildung „Die Macht der Worte“ gerne vermitteln?

- Weniger direktives Unterrichten, mehr organisches Lernen im Unterricht, mehr Fragen, Spüren – und Hören – zulassen, den Kindern ihre Kompetenz für ihren Körper geben. Wenn ein Sechsjähriger sagt, ich fühle mich ganz prima, wenn ich mit überkreuzten Beinen am Klavier sitze, kann man auch dieses durch eine Mini-ATM (z. B. Spüren des Tonus der Augen bei überkreuzten und bei offenen Beinen) in Frage stellen und der Schüler versteht, warum es besser wäre, beide Füße auf dem Boden zu spüren.
- Mehr Interesse und spielerisches Ausprobieren von Bewegungsabläufen statt stereotyper Vorstellungen, Klang und Bewegung mehr als Einheit und sich gegenseitig Bedingendes sehen.
- Nachdenken und vor allem Nachspüren über die Wortwahl im Unterricht und Suchen von Alternativen, die sich besser anfühlen.
- Mehr Bewusstsein und Erleben des eigenen Körpers in Bewegung als Basis für gelingendes Musizieren und Unterrichten. ■