



## Rhythmus lernen und lehren

Referent: Ulrich Moritz

AG 13/24, Samstag, 10. Mai 2003

### Bodypercussion: Überlegungen zu Groove und Timing

Was gibt es in der Musik Unterhaltenderes als Rhythmus? Wer sorgt für Überraschung, Humor, Spritzigkeit, Kraft? Rhythmus ist das Lebenselixier der Musik. Musik ohne Rhythmus gibt es nicht, Musik ohne Melodien und Harmonien schon – oder ist reine Trommelmusik keine Musik? Jede Melodie, jede Begleitstimme hat und braucht Rhythmus; nicht nur Drummer und Percussionisten, jeder Sänger, Saxofonist, Geiger oder Pianist – kurz: jeder, der Musik macht – ist für das rhythmische Gefüge in einem Orchester, einem Ensemble, einer Band verantwortlich. Jeder Musiker, jede Musikerin ist Rhythmiker/in – oder sollte es sein.

„Rhythmus“ ist sowohl ein zusammenfassender abstrakter Begriff, der alle Phänomene abdeckt, die sich auf Zeit-Strukturen in der Musik beziehen, Rhythmus bezeichnet aber auch unsere ganz konkrete Ausformung musikalischer Zeit. Rhythmus entsteht aus Bewegung – denn wir erfahren die Zeit durch Bewegung im Raum –, das Erleben von Rhythmus versetzt uns wiederum in Bewegung. Rhythmus ermöglicht, dass wir miteinander musizieren. Rhythmus macht Strukturen und Abläufe verständlich. Aber Rhythmusfähigkeit – Rhythmus empfinden und ausdrücken zu können – gilt oft als etwas Mysteriöses, was kaum erklärt und daher auch schwer gelehrt und gelernt werden kann. Auch in der (Musik-) Lehrerbildung spielt eine gründliche rhythmische Schulung immer noch keine oder eine untergeordnete Rolle.

Woher dieses Defizit der europäischen Musik kommt, soll hier nicht diskutiert werden. Unsere Musik ist nicht rhythmisch vielfältig, spannungsreich, übersprudelnd. Unsere Ohren sind komplexe Polyrhythmen nicht gewöhnt, unsere Augen sehen selten Trommlern beim Spielen zu, unsere Füße kennen meist keine rhythmisch interessanten Tanzschritte, unsere Hände sind vertrauter mit dem Lenkrad als mit der Trommel. Das Ergebnis: Unsere Sinne sind nicht rhythmisch angeregt und geschult. Rhythmusfähigkeit verkümmert allmählich, Begabungen treten selten zutage, finden wenig Unterstützung, werden nicht professionell gefördert. Musikalischer Rhythmus aber kann und muss geübt werden, denn Rhythmus ist Teil unserer Kunst.

Rhythmuslehrer verschiedener Prägung versuchen, diesen Mangel, der verstärkt durch den leichteren Zugang zu außereuropäischer, oft betont rhythmischer Musik auch als solcher empfunden wurde und wird, auszugleichen. Es gibt unzählige Kurse und Workshops für afrikanische, afrocubanische, brasilianische, arabische, indische Rhythmen und Trommeltechniken. Sie tragen dazu bei, dass Rhythmus bei uns wieder in unterschiedlichen Formen erlebbar wird und ermöglichen es vielen Menschen, aktiv an der Musik teilzuhaben. (Eine typische Musik-Vergangenheit von Teilnehmern bei Trommelkursen: Bis zur Pubertät zwangsweise klassischer Instrumental-Unterricht, dann 10 bis 20 Jahre lang keine Musik mehr gemacht...) Einige Rhythmuslehrer interessieren sich eher für das „Prinzip Rhythmus“: Was kennzeichnet einen Rhythmus? Wie sind Polyrhythmen komponiert? Was sind kulturübergreifende, was trennende Merkmale von Rhythmen? Wie wird auf der Welt Rhythmus gelehrt und gelernt? Wie können analyti-

scher und spielerischer Umgang mit Rhythmus zueinander finden? Welche Übungsmethoden sind sinnvoll alleine, zu zweit, in der Gruppe? Wie kann rhythmische Improvisation gelehrt und gelernt werden?... etc. etc.

## **Bodypercussion**

Rhythmus ist immanent in Natur und Kosmos – und daher etwas Selbstverständliches und doch leicht zu Erlernendes, könnte man denken. Stimmt auch, sage ich, jedenfalls am Anfang. Jeder Mensch spürt Rhythmus, jeder Mensch hat rhythmisches Potential; doch je seltener entdeckende, experimentierende Bewegung Kindern möglich ist (Klettern, Balancieren, Werfen, Rennen, Fallen, Rutschen etc.) und je mehr aktives Musizieren aus der Familie und der täglichen Umgebung verschwinden, desto mehr verkümmern unsere rhythmisch-musikalischen Fähigkeiten. Unsere musikalischen Rhythmen beruhen zwar auf natürlichen Voraussetzungen, sind aber kulturelle Artefakte, die ästhetischen Normen gehorchen. Die Bodypercussion versucht, dem Verschwinden von Rhythmus mit elementaren Mitteln entgegenzuarbeiten. Man kann und muss sich mit Rhythmus umgeben, Rhythmen hören, sich mit ihnen beschäftigen, um sie zu verinnerlichen. Auch in der Bodypercussion gibt es – wie überall in „künstlerischer“ Produktion – Einfaches und Schwieriges: Rhythmen, die schnell begriffen werden, sofort Spaß machen, bei denen alle mitmachen können (man denke an die Chorgesänge und anfeuernden Klatschrhythmen bei Fußballspielen), aber auch solche, an denen man zwei Jahre geduldig üben muss. Rhythmusfähigkeit lässt sich fördern und entwickeln, aber bei jedem Menschen in unterschiedlichem Tempo und bis zu unterschiedlichem Niveau. Auch auf diesem Gebiet gibt es Begabung, und nicht jeder Mensch kann Rhythmiker werden, genauso wenig wie Dichter oder Maler.

Die Ursprünge von Bodypercussion liegen in der menschlichen Lust und Neugier, mit alltäglichen und ungewohnten Bewegungsmustern und Bewegungsmöglichkeiten und mit der Stimme rhythmisch zu spielen und zu experimentieren. Schon vor der Geburt sind wir Rhythmen ausgesetzt: dem Herzschlag und den Bewegungen der Mutter. Als Kleinkinder experimentieren wir mit Sprach- und Bewegungswiederholungen, etwas später erfinden wir Klatschspiele und Nonsensverse. Beobachtungen in vielen Musikkulturen haben gezeigt, dass Rhythmus nicht nur am Instrument, sondern ganz wesentlich – aufbauend auf Bewegung – mit Klanggesten und Stimme vermittelt wird. Rhythmen werden nicht nach Noten gespielt, sondern die Aneignung geschieht durch Imitation von Schritten, Klanggesten und Silben.

In den letzten Jahren haben sich auch hierzulande einige Methoden der Bodypercussion entwickelt. Sie sind in erster Linie Unterrichtssysteme, mit dem immer mehr Musiker, Tänzer und musikalisch Interessierte Rhythmus in vielen Facetten erlernen können. Die Übungen der Bodypercussion dienen dazu, Rhythmus vielfältig zu erleben und zu durchdringen: in einer intensiven Mischung körperlicher, geistiger und emotionaler Wahrnehmung. Daneben kann Bodypercussion eine eigene Form der Percussion-Performance (siehe „Stomp“ oder „Tap Dogs“) werden oder als belebende bewegungsbetonte Unterbrechung (bei Kongressen z.B.), als Spielform für gemeinsamen Spaß, als Möglichkeit zur konzentrierten Meditation, als heilsame Selbstbesinnung eingesetzt werden.

Bodypercussion greift Anregungen aus Kinder- und Bewegungsspielen, aus Tänzen, Trommelrhythmen und Rhythmusübungen vieler Kulturen auf und systematisiert sie zu spezifischen Übungsfolgen, Aktionen und Spielen. Klatschen, Schnipsen, Patschen, Händereiben, Klopfen auf den Körper, Stampfen etc. sind die Körperklänge; dazu kommt meist das Sprechen oder Singen. Die Arbeit in den drei Ebenen – Füße, Hände, Stimme – ermöglicht uns, am eigenen Körper die rhythmischen Grundlagen zu erforschen: Beat und Offbeat, Taktlängen, Microtime (Subdivision), Akzentuierung, Klangdifferenzierung. Je nach Unterrichtsstil und Unterrichtsintention finden wir reine Bewegungs- und Klanggesten-Übungen, rhythmische Sprechübungen auf Bewegungs-Ostinati, die Verwandlung von Sprache in Bewegung und percussiven Körperklang, das Studium von traditionellen Rhythmuspattern oder improvisationsbetonte Übungen. Generell sollte sich die Bodypercussion die Zeit nehmen, in Ruhe den rhythmischen Möglichkeiten von Körper und Stimme zu lauschen, sie zu verfeinern, sie miteinander zu kombinieren, mit ihnen zu spielen, ihren Ausdruck, ihre Entspanntheit und ihre Genauigkeit zu steigern. Rhythmusfähigkeit verlangt immer ein gewisses Maß an taktilem und staticodynamischer Selbstwahrnehmung und an motorischer Genauigkeit und Unabhängigkeit. Ziel für uns Lehrer ist es, die Selbst- und die Fachkompetenz zu vertiefen: Rhythmus in uns selbst zu finden, mit ihm gekonnt umzugehen – und daraus dann Methoden zu entwickeln, ihn kundig und mit eigenem Vergnügen mit den Schülern zu teilen.

Bei den meisten Bodypercussion-Übungen wird im Stehkreis gearbeitet; doch auch im Sitzen, sogar im Liegen gibt es interessante Lern- und Spielmöglichkeiten. Stehend haben wir den Vorteil, dass unsere Füße die metrische Basis – Beat und Taktlänge – darstellen können, indem wir, wie wir es vom Gehen gewohnt sind, bei jedem Schritt das Körpergewicht an den Boden abgeben können. Über dem Fuß-Ostinato sind Hände und Stimme zunehmend frei zur rhythmischen Gestaltung. Die Bewegungen sowohl der Füße als auch der Hände sind bei Anfängern oft groß und überdeutlich, weil sie nur so von ihnen selbst gut zu spüren und beobachten sind. Beim In-die-Hände-Klatschen und Auf-den-Körper-Patschen ist in der fallenden Hand und in der getroffenen Haut rhythmische Aktion doppelt fühlbar. Später werden die Bewegungen und Klänge differenzierter, die Basispatterns komplizierter, die Aufgabenverteilungen zwischen Füßen, Händen und Stimme können wechseln.

Das allgemeine Phänomen „Rhythmus“ wird für uns fassbar in Form von „Rhythmen“. Rhythmen sind konkrete, sich nach festgelegter Dauer wiederholende Lautmuster (Patterns) in einem bestimmten Tempo, die wir sprechen, singen, klatschen, auf einem Instrument spielen oder auch nur denken können. Der spezielle Charakter eines solchen Rhythmus-Pattern wird erzeugt durch den Einsatz von Schlägen (Ton) und Pausen, Betonungen, Klangfarbe, Tondauer und Gesamtlänge. Ich halte es für sinnvoll und nötig, Bodypercussion mit einfachen Patterns zu beginnen und sich genügend Zeit zu lassen für deren Studium, um eine intensive Selbstwahrnehmung zu ermöglichen. Im Empfinden von Schwung und Gewicht, Heben und Senken, Berühren und Loslassen, im Atmen und Sprechen liegen die Wurzeln rhythmischer Praxis und Erkenntnis.

### **Timing, Groove, Swing und ähnliches**

„Timing“, aber besonders „Groove“, „Swing“, „Drive“, „Feel“ und ähnliches sind ursprünglich Begriffe der Sprache von Jazz- und Rockmusikern, haben sich aber in fast allen populären ethnischen Musikstilen eingebürgert. Ein Ideal in vielen Spielarten dieser unterschiedlichen Musikstile ist es, ein einmal gewähltes Grundtempo beibehalten zu können (oder es nur bewusst zu ändern). Ein Musiker hat ein gutes Timing, wenn der „Beat“, der Grundpuls nicht schwankt und die Intensität erhalten bleibt, auch wenn die rhythmischen Strukturen komplex sind: wenn sich z. B. die Microtime ändert, Sechzehntel-Offbeats oder polymetrische Strukturen gespielt werden oder die Taktarten wechseln. Das gilt, wie oben gesagt, nicht nur für die Schlagzeuger und Percussionisten, sondern für jeden beteiligten Musiker, aber eben doch ganz besonders für die Trommler. Sie erzeugen die „percussivsten“ Klänge, sehr eindeutig akzentuierte rhythmische Ereignisse von einem extremen Frequenzspektrum (von Triangel und Hi-hat bis zur Bassdrum), die klar zu hören sind und den anderen Musikern als Orientierung dienen können. Von ihnen erwartet man zu Recht die höchste rhythmische Kompetenz.

Schwieriger wird es bei der Definition der anderen Begriffe. Eine gute „Time“ ist noch einigermaßen definierbar, gewissermaßen messbar. Ob Musik „groovt“, ist häufig eine Frage der persönlichen Empfindung. An den vielen Versuchen, den „Swing“ zu beschreiben, kann man ablesen, wie viel individuelles Erleben in diesem Wort mit-„schwingt“. Eine eindeutige Klärung ist nicht möglich und nicht wünschenswert, da individueller musikalischer Ausdruck sich auch äußert in der Art zu grooven und zu swingen. Auf jeden Fall verbinden sich mit „Groove“ und „Swing“ Bilder von Bewegung: Ich schließe die Augen und höre und sehe die Musiker.

„Groove“ ist gerade in den letzten Jahren eine in Musikerkreisen gern benutzte (und abgenutzte) Vokabel, weil sie wunderbar mehrdeutig ist und im Zusammenhang doch sofort verstanden wird. „Groove“ heißt wörtlich „Rille, Furche“, „groovy“ ist ein slang-Ausdruck für „toll, wunderbar“. Wenn jemand groovt, dann spielt er mitreißend. Alles passt zusammen, die Musik fließt, der Drummer (oder Bassist oder Pianist) bewegt sich locker und exakt. Ihn kann nichts aus seiner Furche werfen, er zieht die anderen mit sich. Ein Rockmusiker hat einen anderen Groove als ein Jazzer; sie spielen unterschiedliche Patterns, haben einen unterschiedlichen Sound, sie gehen mit dem Beat anders um. Bestimmte Musikstile brauchen bestimmte Grooves. Dennoch: Groove ist nicht messbar und keine objektive Größe. Angeblich können auch Rhythmus-Computer grooven, aber eben sehr computermäßig. Ihre Bewegungen jedenfalls grooven überhaupt nicht!

„Swing“ (nicht zu verwechseln mit dem Swing-Stil) und „Groove“ werden heutzutage oft synonym verwendet. Ursprünglich ist Swing der Groove in der Jazz-Musik: ihre spezielle Rhythmus- und Soundauffassung. Im Vergleich zu Rock und Funk ist Jazz von mehr Leichtigkeit, spielfreudiger Musizerauffassung,

mehr Improvisation, kollektiv-gleichberechtigtem Bandkonzept und offener Harmonik gekennzeichnet. Im Jazz wird die Konstanz des Beats stärker verschleiert: Er wird gedehnt und gestaucht, umspielt, aber möglichst so, dass man immer noch mit den Füßen wippen kann. Jazz lebt von der rhythmischen Spannung, die nur dann erlebt wird, wenn der Grundpuls spürbar bleibt – eine Eigenschaft, die er von seiner Mutter, der afrikanischen Trommelmusik, geerbt hat und mit seiner Schwester, der afrocubanischen Musik, teilt. „Man muss nicht eins, zwei, drei, vier schlagen, aber der Rhythmus muss da sein, es muss sich bewegen ...“ (Dizzy Gillespie) Manche Jazzer würden das heute nicht mehr unterschreiben, aber man weiß inzwischen kaum noch, wo Jazz aufhört und andere Spielarten improvisierter Musik anfangen. Jazz ist, wenn es swingt – aber nicht nur Jazz swingt.

### **Der Einzelne und die Gruppe**

Gutes Timing, Groove- oder Swingfähigkeit sind individuelle und gemeinschaftliche Qualitäten: Einzelne Musiker als auch komplette Bands können „gut in time“ sein oder einen tollen Groove haben. Für den Einzelnen gilt: Er muss in der Lage sein, einen Ton / eine Tonfolge zur beabsichtigten Zeit mit dem beabsichtigten Klang zu erzeugen, und zwar mit einem unangestregten, harmonischen, zielgenauen Bewegungsablauf. Das bedeutet: Wir sollten individuell unser Rhythmusverständnis, unsere rhythmischen Fähigkeiten und die jeweilige instrumentale Technik üben, um unseren musikalischen Ausdruck nicht durch rhythmische Unsicherheit zu behindern. In der Gruppe sollte es unser Ziel sein, das rhythmische Geschehen in der Gesamtheit wahrzunehmen. Wir dürfen und sollen unser jeweiliges Pattern (die Begleitstimme, die Melodie) mit Begeisterung und Hingabe spielen – und sollten uns dabei bewusst sein und aufmerksam darauf hören, dass wir Organe eines großen Körpers sind (der Trommelgruppe, der Band, des Ensembles oder Orchesters), der nur gemeinsam optimal klingt.

In der Bodypercussion-Runde durchdringen sich ständig Selbst-Wahrnehmung und Gruppen-Wahrnehmung. Wir lernen vom Gegenüber: vom Lehrer und vom Mit-Lernenden. Wir gucken und hören genau hin, wir imitieren – und verinnerlichen allmählich die Bewegungs- und Sprechmuster. Doch auch wenn wir bei der Bodypercussion in der Gruppe zusammen stampfen und klatschen, wird es zeitweilig nötig sein, dass man sich nur auf sich selbst, auf den eigenen Körper konzentriert, sich regelrecht abschottet von der Außenwelt. Jeder einzelne braucht die Möglichkeit, sich minutenlang in sich selbst zurückzuziehen, um „in Ruhe“ an seinen Bewegungsabläufen zu üben – allerdings eingebettet in den Rhythmus und den Bewegungs-Kreis der Gruppe.

Komplizierte Patterns erschweren die genaue Beobachtung der einzelnen Bewegungsphasen, die Abstimmung der Rhythmusebenen Sprache-Hände-Füße, die Kontrolle der rhythmischen Genauigkeit, den Kontakt untereinander und eine entspannte, lustvolle Einstellung zum Rhythmus allgemein. Einfache Patterns werden (besonders Kindern, aber nicht nur ihnen) schnell langweilig, Müdigkeit und Unkonzentriertheit sind die Folgen: zu einfach ist auch nicht motivierend. Vor diesem Zwiespalt – oder dieser Herausforderung – stehen wir als Musiklehrer dauernd. Erfolgreich werden unsere eigenen Rhythmus-Übungsbemühungen und wird unser Unterricht sein, wenn wir es durch immer wieder neue Anregungen, Hinweise, Lernkanäle und Inhalte erreichen, im vermeintlich Einfachen das Interessante, Herausfordernde zu entdecken.

Als Beispiel mögen Beobachtungen und Tipps zur Erarbeitung des „1-Takt-Clave“ oder halben Clave dienen. Die Aufgabe: Aus den durchgehenden Achteln sollen die Akzente auf der 1, der 2+ und der 4 herausgehoben werden. Wir sitzen oder stehen im Kreis und tippen oder stampfen die Viertel-Beats eines 4/4-Taktes mit den Füßen auf den Boden, patschen dabei mit den Händen abwechselnd rechts und links gleichmäßige Achtelschläge auf die Oberschenkel. Wir stellen sicher, dass die führende Hand synchron mit den Fußsohlen den Beat empfindet; schon das fällt vielen nicht leicht. Durch Hinweise und Bewegungsvariationen (Änderung von Dynamik, Schwungzentrum, Festigkeit etc.) kann die Wahrnehmung gelenkt werden zur Art des Ausholens in Hand, Arm und Schulter, des Auftreffens, der Hand- und Handgelenkhaltung und des Synchronismus zwischen Fuß und führender Hand. Aus dem Fließen leiser, kleiner Achtelschläge sollen allmählich die drei Betonungen herausgearbeitet werden. Das können wir stimmlich vorbereiten (akzentuiertes Sprechen in viersilbigen Worten oder einer 8-silbigen Folge) oder durch Vormachen der Bewegung initiieren. Dynamische Abstufungen können durch unterschiedliche Aushol- und Fallhöhen erzielt und durch unterschiedliche Aufschlagflächen (Fingerspitzen, Fingerflächen, Handflächen) unterstützt werden. Manchmal überfordert schon der Akzent auf der 1 die Kontinuität des Rechts-Links-Bewegungsschemas, oder die Nachbarschläge werden ebenfalls laut und groß. In dem Fall

wäre es ratsam, für eine längere Übungsphase auf die anderen zwei Akzente zu verzichten, weiter mit größeren Gruppierungen von lauten und leisen Schlägen zu experimentieren oder die Achtel-Patscher mit akzentuierter 1 als Basispattern für Texte, Lieder, kurze eingestreute Klatsch- und Schnippbreaks zu verwenden.

Der Akzent auf der 2+ ist ein noch härterer Brocken: Er soll von der schwächeren Hand geschlagen werden und liegt auf dem Offbeat zwischen zwei Fußbeats. Damit die Laut-Leise-Rechts-Links-Koordination gelingt, mag es ratsam sein, auf den Beat der Füße zeitweilig (bei manchen auch langfristig) zu verzichten. Auch eine Phase extrem verlangsamten Übens einzuschieben ist bisweilen sinnvoll. Wenn der Akzent auf der 4 schließlich dazu kommt, kann es passieren, dass Übende den Anfang des Patterns und damit den Überblick verlieren und dauernd durcheinander kommen. Dann hilft es, nach einem Takt mit Akzenten zur Erholung und Sammlung einen Takt ohne Akzente zu spielen. Wir können in einer Übungsgruppe getrost unterschiedliche Levels mit weniger oder mehr Akzenten zulassen. Klappt alles, können wir den Fortgeschritten während des Spielens mentale Zusatzaufgaben geben: Sprich die Füße mit, sprich den rechten Fuß, den linken Fuß, blick dich im Zimmer um, benenne Gegenstände, denk an dein Frühstück, sing ein bekanntes Lied.... Wir können in der Gruppe einfache mehrstimmige Rhythmen klatschen (eine Gruppe Akzente auf 1 und 3 und 3+, zweite Gruppe Akzente auf 2 und 4 und 4+, dritte Gruppe halber Clave) und dann die Teilnehmer auffordern, während des Spielens des eigenen Patterns Spieler anderer Rhythmen anzublicken, ihnen intensiv zuzuhören, eventuell die anderen Rhythmen mitzusprechen. Auf Zeichen können die drei Gruppen ihre Rhythmen wechseln. Aber noch einmal: Im Mittelpunkt des individuellen Aspekts rhythmischer Körperarbeit steht nicht das schnelle Erlernen des Patterns, sondern sich Schritt für Schritt mit seinem Körper als Rhythmusinstrument vertrauter und wohler zu fühlen. Der Prozess ist entscheidend, besonders für Timing und Groove.

Die Verlässlichkeit im eigenen Rhythmus-Körper, das „Zu-Hause-Fühlen“ in sich selbst konkurriert bzw. ergänzt sich permanent mit dem Bedürfnis, im aufmerksamen Kontakt miteinander zu spielen. Können wir die rhythmischen Spannungen im eigenen Körper erleben, dann können wir sie umso bewusster in der Gruppe genießen. Die Gruppe stützt uns, sie gibt Kraft, sie erdet uns, ruft uns wieder zu sich, falls wir uns zu lange in uns selbst verlieren wollen. In allen Musikkulturen ist Rhythmus, ist Musizieren überwiegend ein Gruppenerlebnis; gerade gemeinsames Trommeln symbolisiert und formt soziales Miteinander. Eine Gruppe, die einen gemeinsamen Puls fühlt und wie ein großer Organismus atmet, sich bewegt, trommelt, die „groovt“, die „swingt“. Sie entwickelt eine Kraft, Tiefe und Leichtigkeit, die berührt, mitreißt, begeistert. Das Geheimnis ist, dass jeder Spieler jede andere Stimme kennt, hört, sie beim Spielen seines eigenen spezifischen rhythmischen Musters miterlebt. Jeder Spieler versetzt sich permanent in jeden anderen Spieler.

Bodypercussion in der Gruppe kann voller Lust, Spaß, Lebendigkeit, Überraschung sein – und dann wieder meditativ, ausdauernd, selbstversunken und still werden. Die vielfältigen Kombinationen von Bewegung und Stimme geben uns unendliche Möglichkeiten, mit und aus Rhythmus Erkenntnis und Spaß, Selbstkontrolle und lebhaftes Kommunikation, Ruhe und Überraschung, Entspannung und Genauigkeit, Kraft und Fantasie zu entdecken und zu üben. Die Atmosphäre in der Gruppe sollte stressfrei und freundlich sein; Rhythmus und Anspannung und Angst vertragen sich absolut nicht! Der Anfang einer Übungssequenz sollte einfach, möglichst jedem Teilnehmer zugänglich sein. Unmerklich können dann komplexere Rhythmen entstehen. Gerade in kleineren Gruppen können sich Improvisationsübungen mit den konstanten Ostinato-Patterns mischen. Genuss und entspanntes Hören und Tun sollten in jeder Lernstufe möglich sein, sich aber immer wieder mit neuen Anforderungen mischen. Dabei darf keine Angst vor Fehlern aufkommen; das eigene Entdecken „falscher“ Klatscher, Schritte, Silben, das Wieder-Hineinfinden in den Bewegungsfluss ist ein wesentlicher Lernfortschritt. Fehler in der Bodypercussion sind immer wieder wunderbare Hinweise auf gedankliche Forschungsreisen, Abschweifungen, bewusste und unbewusste innere Selbstversuche. Insofern: Genießen wir jeden Fehler! (Fehler sind übrigens auch sehr unterhaltsam...)

Ein Schlussgedanke: Rhythmus ist ein „ordentliches“ System. Rhythmus organisiert, funktioniert, regelt. Um glücklich zu sein brauchen wir Rhythmen, im Leben wie in der Musik. Rhythmen machen das Leben und die Musik verstehbar, in gewissem Sinne vorhersehbar. Mich durchströmt jedes Mal ein berausches Glücksgefühl, wenn ich zusammen mit anderen gute Musik mache. Das Regelwerk Rhythmus verbindet uns Musiker miteinander und ermöglicht uns gleichzeitig maximale Freiheit in der Improvisation – spontaner Einfall, Überraschung, Schreck, Witz. Spannend wie im Leben.