

Leichtigkeit für Streicher

Referent: Ulf Prella
AG 5, Freitag, 17. Mai 2019

Dokumentation des Vortrages am 17.5. von Ulf Prella anlässlich des Deutschen Musikschulkongresses in Berlin 2019

Leichtigkeit

Leichtigkeit ist ein sehr umfassendes Thema. Im Prinzip können wir uns auch im Alltag so bewegen, dass Leichtigkeit eine Rolle spielt.

Beim Gehen z.B. halten viele Menschen ihre Arme fest und haben eine erhöhte Spannung in den Schultern. So können wir uns beim Gehen fragen, ob unsere Arme wirklich frei schwingen dürfen. Wir können versuchen, die Armbewegung durch eine Muskelaktivität anzuregen, dann Muskeln entspannen und den gewonnenen Schwung ausnutzen.

Fast jede Bewegung, auch an unseren Instrumenten, setzt sich aus einer muskulär aktiven und einer passiven Phase zusammen. Diese passiven Anteile in einer Bewegung sind die, aus der Leichtigkeit entstehen kann.

Es gibt 4 Bewegungsarten, in denen ein großer passiver Anteil enthalten ist und die dadurch für unsere Bewegungen am Instrument besonders wertvoll sind:

1. Die Schwung und Fliehkräfte
2. Die Gegenschwinger
3. Das Zurückfedern
4. Das Fallen lassen, die Schwerkraft ausnutzen

Hier nun Beispiele für den Bogenarm und die Greifhand.

Zu 1.)

In, vor allem in Barockmusik und in der Klassik gebrauchten, Stricharten ist der Schwung im Bogenarm von elementarer Bedeutung. Nur mit der Hilfe eines frei schwingenden Armes kann die richtige Tonerzeugung gelingen.

Für Lagenwechselbewegungen kann meistens auch der Schwung des Armes eine lockernde Rolle spielen.

Zu 2.)

Der Gegenschwinger ist meistens ein nachgeordnetes Glied der Arme. So z.B. beim Spiccato der Oberarm. Wenn wir seine, sich ganz natürlich aufbauende, Gegenbewegung zur Streichbewegung des Unterarms zulassen, kann eine deutlich lockerere und im Klangergebnis gleichmäßigere Bewegung gefunden werden.

Bei dem Cello und dem Kontrabass ist ein schönes Vibrato ohne den gegenschwingenden Oberarm nicht möglich. Aber auch in den oberen Lagen und bei der Vibratobewegung der GeigerInnen und Viola SpielerInnen ist in der Vibratobewegung das Finden einer Gegenschwingung möglich und sehr hilfreich.

Zu 3.) Unser Körper hat eine Grundausrichtung, in die wir Zurückfedern, wenn wir deutlich uns durch muskuläre Aktivität aus dieser Grundausrichtung heraus bewegt haben und dann die vorher aktiven Muskeln wieder los lassen.

In der Strichart Sautillé nutzen wir das Zurückfedern des Handgelenkes um mit einem Abstrichimpuls zwei Artikulationen zu erreichen.

Auf dem Cello und dem Kontrabass können wir in der Daumenlage ein Zurückfedern des Unterarms nutzen, um die zweite Bewegung, nachdem wir den Unterarm fallengelassen haben (akustisch hoch), locker bewegen zu können.

Zu 4.)

Die Schwerkraft unseres Bogenarms ist die Grundlage für einen schönen Ton. Für die Lagenwechsel auf dem Cello und dem Kontrabass sollten wir auch die Schwerkraft nutzen. So wird die Bewegung deutlich feinmotorischer. Bei räumlich herunter (akustisch herauf) bewegte Lagenwechsel fällt der Unterarm und die Hand, in die Gegenrichtung fällt der Ellenbogen.

Achten wir beim Üben immer wieder darauf, dass wir diese passiven (geschenkten) Bewegungsanteile in unseren Bewegungen wahrnehmen, dann können wir mit deutlich weniger Kraftanstrengung die geforderten Bewegungen vollziehen. Dadurch sind sie im Prinzip feinmotorischer angelegt und damit genauer und feiner zu kontrollieren und zu gestalten. Diese Bewegungen werden dann als deutlich mehr in der Leichtigkeit seiend wahrgenommen.