

Um die Inhalte unserer Stimmbildung mit Michael Busch präsent zu halten, haben wir für jeden ein Handout erstellt.

Nach Begrüßung und kurzer Konzeptvorstellung hat MB im Dialog mit uns erarbeitet, wie Singen funktioniert.

Der für die Atmung und damit auch für das Singen wichtigste Muskel ist das Zwerchfell. Es steuert den Atemvorgang. Den größten Atemgewinn erzielt man durch die sog. Zwerchfell-Flankenatmung. Das Zwerchfell senkt sich beim Einatmen und vergrößert dadurch den Brustraum. Die Bauchdecke wölbt sich nach außen.

Mit hochgezogenen Schultern zu atmen ist ungesund und ineffektiv.

Die Stimmbänder oder Stimmlippen bestehen hauptsächlich aus Muskeln. Ihre Länge und Weite sind entsprechend der Tonhöhe unterschiedlich. Bei tiefen Tönen ist die Stimmritze etwas geöffnet und mit steigender Tonhöhe strecken sich die Stimmlippen und spannen sich stärker an. Bei hohen Tönen werden sie stark gespannt und verlängert. Ihr Spalt wird sehr schmal.

Damit graue Theorie mit Leben gefüllt werden konnte, ging es an die erste praktische Übung: Abklopfen und Abstreichen von Fuß bis Kopf. Durch diese Übung wurde unsere Aufmerksamkeit auf unseren Körper gelenkt, wir sind uns unseres Körpers bewusst geworden.

"Musik ist Körperarbeit: 20 % Sport + 10 % Technik + 70 % Emotionen." (Zitat MB) "Texte sollen empfunden werden, Körper und Stimme folgen."

"Singen bedeutet Kontakt zum eigenen Gefühl aufbauen, Mut gehört dazu, Feigheit ist ein Charakterfehler."

An dem Beispiel: ' Oh, wie schön sing ich' wurde uns das deutlich gemacht.

Ein weiteres Thema waren die verschiedenen Resonanzräume, Grundvoraussetzung für einen ästhetischen Klang. Wir haben hauptsächlich die Kopfresonanzräume angesprochen: Schlund, Rachen-, Nasen- und Mundräume. Auch die Höhlen des Kopfes, wie Stirn-, Nasenneben- und Kiefernhöhlen sind am Resonanzgeschehen beteiligt.

Um die unterschiedlichen Räume anzusteuern, haben wir Übungen auf m, n und ng gemacht.

M: Die Zunge liegt flach im Mund, die Lippen sind sanft geschlossen (nicht pressen), die Zahnreihen sind etwa fingerbreit voneinander entfernt.

N: Die Zungenspitze wird hinter den oberen Schneidezähnen an den harten Gaumen gelegt. Sie muss locker sein. Es wird damit Nasenresonanz und Maskenklang trainiert. Der Mund ist entsprechend leicht geöffnet.

NG: Das G ist stimmlos, darf nicht zu hören sein. Der Weg in den Nasenraum ist frei. Die Zungenspitze liegt entspannt an den unteren Schneidezähnen, der hintere Zungenrücken ist gehoben und liegt locker am weichen Gaumen an. Der Mund ist wie beim A geöffnet. Diese Übung ist gut für die Nasenresonanz.

In diesem Zusammenhang wurde ausdrücklich auf das Zungen-R und das Zäpfchen-R hingewiesen. Beim Singen sollten wir nur das Zungen-R nutzen, denn das Zäpfchen-R zieht den folgenden Vokal nach hinten.

Ein möglichst tiefgestellter Kehlkopf wirkt sich positiv auf den Klang aus. Das erreicht man durch die Übung "Erstaunt sein" oder durch Gähnen.

Als weitere wichtige Grundvoraussetzung für gutes, richtiges und gesundes Singen wurde die Körperhaltung beim Singen thematisiert. Erst eine richtige Körperhaltung ermöglicht gutes Atmen und entsprechend gutes Singen. Balanciert locker auf beiden Füßen stehen, der Nacken ist gestreckt, als wollte man ein Gefäß mit Wasser auf dem Kopf balancieren.

Unter Artikulation verstehen wir die Bildung der Laute. Daran beteiligt sind Lippen, lockere Unterkiefer und Zunge. Wie das Sprechen ist auch das Singen ein andauerndes Wechselspiel zwischen Vokalen und Konsonanten.

Beispiele:

Rosalinde lächelt lau,
und die Winde fächeln flau.

Wenn leiser Regen niederfließt,
die Nachtigall im Flieder niest.

Ausdrücklich angesprochen wurde auch das Tonangeben: Hier empfahl MB, Töne, die abgenommen werden sollen, mit "u" anzugeben. Für einen gleichzeitigen Einsatz zu Beginn eines Vortrages aller Sänger,

empfahl MB anschaulich im Blickkontakt mit dem Dirigenten gemeinsam einzuatmen.

Im letzten Teil unseres Seminars haben wir uns mit drei vorab ausgesuchten Liedern beschäftigt.

Geh aus mein Herz, Max Bruch, 19. Jahrh.

Hier ging MB sehr intensiv auf den Text und seine Interpretation ein.

Geh aus! sollte als Aufforderung und im deutlichen Gegensatz zum anschließenden Text gesungen werden.

Außerdem legte MB bei diesem Lied sehr viel Wert darauf, dass wir unser Gehör für die anderen Stimmen schärfen. So wurde uns an gewissen Stellen ein Stoppzeichen gegeben, wir mussten die Töne so lange anhalten, bis der Akkordklang sauber war.

Cantemus, Lorenz Maierhofer, 2007

Viva la Musica, das Motto dieser festlichen Chorkomposition wurde mit Schwerpunkt Rhythmus und Körpereinsatz geprobt.

Can you feel the Love tonight, Elton John, 1994

Im Gegensatz zu den beiden vorangegangenen Stücken, die klassisch, mit Unterstützung aller Resonanzräume gesungen werden, lässt man bei diesem Lied den oberen Resonanzraum weg. Dadurch bekommen die Töne weniger Volumen.

Grundsätzlich ist es der Stimme nicht zuträglich, ständig auf diese Art zu Singen.

Abschließend wies MB noch einmal darauf hin, dass jede Übung eine musikalische Form ist und dass Üben ein ständiges Wiederherstellen der Form bedeutet.

Und zum Abschluss:

Durch das Singen verabreichen wir uns einen kostenlosen super Hormoncocktail, der als bestes ANTIDEPRESIVUM wirkt.

(ARD, Wissen vor acht am 03.04.2019)