

Bewegungen des Streichinstrumentenspiels

- Instrumentenhaltung, Bogenstriche, Lagenwechsel und Vibrato

Paul Rolland schrieb diesen posthum veröffentlichten Artikel im Jahre 1978. Pauls eigener Kommentar hat uns veranlaßt, ihn in dieses Buch aufzunehmen. Dieser Artikel bringe seine wichtigsten und umfassendsten Ideen „zur Bedeutung der Bewegung bei der Vermittlung der verschiedenen technischen Fertigkeiten im Streichinstrumentenspiel“ am besten zum Ausdruck.

Clara Rolland
Urbana, 1985

Paul Rolland

Bewegungen des Streichinstrumentenspiels

- Instrumentenhaltung, Bogenstriche, Lagenwechsel und Vibrato

Die Konzeption der Bewegung im Streichinstrumentenspiel

Wozu die Beschäftigung mit Bewegung?

1. Die Bedeutung der Bewegung wird uns sofort einleuchten, wenn wir bedenken, daß auf Streichinstrumenten ein *Ton* ausschließlich durch *Bewegung* erzeugt werden kann. Wir sehen heute ein gewachsenes Interesse an diesem wichtigen Thema der Streicherpädagogik*.
2. Bewegungen beim Streichinstrumentenspiel müssen unter zwei Aspekten erörtert werden:
 - a) physiologisch
 - b) physikalisch

Der *erste Aspekt* betrachtet die verschiedenen Körperfunktionen beim Spiel wie Balance, Zusammenwirken von Bewegungen, unterschiedliche Bewegungstypen (Schwungbewegungen, ausgehaltene, passive und aktive Bewegungen); Spannung, übermäßige Spannung, statische Spannung, Entspannung usw. Der *zweite Aspekt* bezieht sich auf die physikalischen Eigenschaften der Bewegung wie ihre Geschwindigkeit, Bogen- und Armgewicht; Beginn, Beschleunigung, Verlangsamen einer Bewegung, die Richtungsänderung und das Ende einer Bewegung. Die Rolle von Schwerkraft, Trägheit und Schwung müssen bei der Diagnose von Problemen und Fehlern in den Spielbewegungen berücksichtigt werden. In den physikalischen Aspekt sollten die akustischen Eigenschaften von Saiten und Bogen, die Art der Saitenbewegung und der Kontakt von Bogen und Saite sowie von Finger und Saite mit einbezogen werden.

* Die Serie **The Teaching of Action in String Playing** ist der Versuch, Streicherlehrern und -schülern ein Bewegungstraining in praktischer Form zu vermitteln. Sie besteht aus einem Lehrerbuch mit 17 Kapiteln, zu denen jeweils ein 16-mm-Tonfilm bzw. eine Videokassette gehören, den *Bewegungsstudien* (Action Studies) für Schüler und ergänzendem musikalischem Material für die erste Unterrichtszeit, das mit Unterstützung der U.S.-Bundesregierung entwickelt und zusammengestellt wurde. Die in den Filmen dokumentierte Auftritte der Projektklassen zeigen, daß bessere Bewegungen zu besserer Tonproduktion und Instrumentaltechnik und vor allem zu größerer Vitalität und Ausdruckskraft des Spiels führen.

Vertrieb durch:

Rolland String Research Associates
404 E. Oregon St.
Urbana, IL 61801, USA

1. The Teaching of Action in String Playing - 17 Filme auf 14 Spulen
2. Action Studies - Photos für den Klassenraum

Veröffentlicht von:

Boosey & Hawkes, Inc.
200 Smith St.
Farmingdale, NY 11735

3. Action Studies - Schülerbuch
4. The Teaching of Action in String Playing - Lehrerbuch
5. Tunes and Exercises for the String Player: Violine; Viola; Violoncello; Liedcassette; Übungscassette
6. Prelude to String Playing - Methodischer Anfangsunterricht für alle Streichinstrumente, mit Klavierbegleitung
7. New Tunes for Strings, Bd. I und II, von Stanley Fletcher; hg. von Paul Rolland. Material für das 1. bis 3. Unterrichtsjahr - für alle Streichinstrumente und Klavier

Betrachtung der Bewegungen beim Erlernen der einzelnen technischen Fertigkeiten

Wenn wir eine Gabel zum Munde führen, ist unsere Aufmerksamkeit auf die Speise gerichtet - ihren Geschmack, ihr Aroma und ihre Konsistenz. Wir kauen sie, genießen sie und schlucken sie schließlich hinunter, ohne den Bewegungen des Arms, dem Halten der Gabel, dem Kauen oder den kunstvollen Bewegungen unserer Zunge Aufmerksamkeit zu schenken. So müssen geschickte Bewegungen sein: Zielorientiert und im Detail unbewußt. Wenn wir aber in einem China-Restaurant versuchen, mit Stäbchen zu essen, ohne es vorher geübt zu haben, sind wir ungeschickt und uns dessen bewußt. Genauso ist es mit dem Instrumentalspiel: Gelegentlich erreichen wir den glücklichen Zustand, zu spielen ohne uns mit den technischen Einzelheiten beschäftigen zu müssen. Bis wir die nötigen Techniken aber erworben haben, nützt es uns zu wissen, wie sie funktionieren, und natürlich müssen wir auch üben. Die Bewegung muß von der Ebene des Vorsatzes und des Bewußten auf die Ebene des Unbewußten transferiert werden. Unsere Bewegungen, zuerst bewußt und vorsätzlich, müssen automatisch werden wie fahrrad- oder autofahren.

Wir kennen zwei Wege des Lernens und des Lehrens: Entwickeln und Korrigieren. Wir müssen neue Techniken und neues Wissen einführen und frühere Eindrücke vertiefen und unablässig verfeinern. Entwickelndes Lernen ist bei den Schülern immer der beliebtere Weg. Der Lehrer muß aber streng darauf achten, daß er sich nicht von Scheinerfolgen ohne Grundlagen zu allzu schnellem Vorangehen verleiten läßt. In dieser Hinsicht ist der Unterricht von Suzuki ein gutes Beispiel, der auf ständiger Wiederholung und Verfeinerung besteht. Mit dem entwickelnden sollte stets das korrigierende Lernen einhergehen. In welchem Verhältnis beide zueinander stehen, wird vom Spiel des Schülers abhängen. Hat er bereits gewohnheitsmäßig falsche Haltungs- und Bewegungsmuster, mag die Korrektur lang dauern und unangenehm sein, ist aber dennoch notwendig. Alte Gewohnheiten und Reflexe müssen durch neue Bewegungsmuster ersetzt werden. Dies geschieht am besten über eine genaue Vorstellung von der neuen Bewegung und durch das Üben ähnlicher Bewegung ohne Instrument, so daß die Versuchung geringer ist, in die alten, falschen Muster zurückzufallen*.

Sowohl im entwickelnden wie im korrigierenden Lernen ist eine gute Selbstbeobachtung beim Fühlen und Vorstellen der optimalen Bewegung wichtig, um gute Technik, guten Ton und guten Stil zu entwickeln.

*vgl. Kap. Siebzehn „Korrigierendes Lernen“ (NB alle Querverweise beziehen sich auf „The Teaching of Action in String Playing“.)

Bewegung und Geigenhaltung

Eine feste, begrenzte Geigenhaltung verursacht Verspannungen im Nacken und im Schulterbereich. Diese strahlen auf Arme und Finger aus und behindern deren freie Bewegung. Geige und Bratsche sollten eher balanciert als fest gehalten werden. Die Unterstützung des Instruments geschieht beweglich-dynamisch an sechs möglichen Kontaktpunkten (Schlüsselbein, Kinn, Daumen, seitlicher Zeigefinger, Fingerkuppen, Innenseite des Handgelenk), die das Instrument im fließenden Wechsel unterstützen, ohne daß dabei eines dieser Körperteile überanstrengt oder fest wird. Um den linken Arm lange ziemlich unbewegt in die Höhe zu halten, ist große Kraft vonnöten (auch ohne Instrument). Der Schüler muß lernen, Instrument und Armgewicht auf aktive, dynamische Art zu unterstützen, indem er die Beine mit einbezieht (das Körpergewicht wird dauernd leicht von einem zum anderen verlagert), außerdem Zwerchfell und Rückenmuskulatur. Das Begrenzen der Instrumentenhaltung allein auf den Schultergürtel (und das damit einhergehende Hochziehen der Schultern) müssen vermieden werden.

Dabei ist die Auswahl des richtigen Kinnhalters sehr wichtig: Er muß die passende Höhe haben (um den Abstand zwischen Schulterbein und der Mitte des Kieferknochens auszufüllen), muß einen weichen, geschwungenen Rand haben und sich zur Mitte der Geige hin vertiefen. Diese Vertiefung bewirkt ein Ziehen der Geige zum Hals hin (das erwünscht ist). Mit einem ansteigenden Kinnhalter dagegen würde die Geige nach vorn weg gleiten, sobald der Spieler mit dem Kinn drückt, besonders bei abwärts gehenden Lagenwechseln.

Um die von Natur aus sehr kleine Auflagefläche für die Geige zu vergrößern, kann man ein möglichst weiches Kissen verwenden. Dies sorgt eher für den richtigen Neigungswinkel des Instruments als für eine starre Befestigung durch übermäßige Kraftanwendung zwischen Schulter (oder Schulterbein) und Kinn. Mit einem Kissen folgt man daher dem Prinzip, daß statische Spannung (andauerndes Halten) für alle Körperteile unerwünscht ist. Eine gute Violinhaltung zu lernen, ist eine langfristige Aufgabe, denn steht in engem Zusammenhang mit der Körperhaltung, die schon ohne das zusätzliche Gewicht der Geige fehlerhaft sein kann. Wie im Sport oder beim Tanzen kann man dem Schüler durch ein gutes Bild sehr helfen, vielleicht mehr als mit detaillierten Erklärungen, die eventuell einengend oder übertrieben sind. Beispielsweise unterstützen die Bilder der „Sonnenanbeterin“ mit erhobenen Armen oder der „Freiheitsstatue“ das Gefühl: „Alles geht nach vorne in die Höhe und sinkt nach hinten zurück“. Die Vorstellung, wie ein kampfbereiter „Boxer“ zu stehen, hilft steife Knie zu lockern und schlaffe Rücken- und Gesäßmuskulatur zu aktivieren. Die Schüler des Illinois-Projekts entwickelten mit dem „Kastenträger“ Armmuskulatur und gute Körperhaltung. „Deine Linke ist ein Gewichtheber, Deine Rechte eine Tänzerin“ bringt Kraft und Leichtigkeit an den rechten Platz. „Einen Ball auf den Saiten balancieren“ (später den Bogen am Schwerpunkt) bewirkt, daß die Geige so hoch gehalten wird, daß die Saiten waagrecht laufen*. Spannungen in Schulter und Oberarm lassen sich abbauen, wenn wir die Geige am Halsende (mit der Hand etwa in der 4. Lage an die Zarge gelehnt) stützen und jetzt „die Fahne schwenken“ - das Instrument schwingt zusammen mit dem Arm vor und zurück, sein Gewicht fließt dabei durch das Instrument zurück zum Schlüsselbein. Wie der „Kastenträger“ arbeitet auch das Spiel „umarme einen Riesenklötzchen und hebe ihn langsam hoch“ einer schlaffen Körperhaltung entgegen. Hat man diese Bewegungen etwa eine halbe Minute lang geübt, fühlt sich die Geige sehr leicht an, was sie in der Tat mit ihren ca. 500 Gramm auch ist. Indem wir ihr Gewicht den großen Muskeln übertragen, können sich Handgelenk, Daumen und Finger frei bewegen und agieren, anstatt den Geigenhals zu umklammern. Überschüssige Spannungen in Daumen, Handgelenk und Fingern können durch Bewegung abgebaut werden. „Ist etwas steif, beweg es!“, ist immer eine gute Methode, denn Bewegung baut statische Spannung ab.

Die beschriebenen Bewegungsspiele* - man könnte noch viele weitere selbst erfinden - unterstützen eine beweglich-dynamische Instrumentenhaltung und lösen die überschüssigen Spannungen, die mit dem allzu häufigen „Klemmen“ des Instruments mit Hand, Kinn, Kiefer oder Schulter einhergehen.

*viele dieser Bewegungsspiele sind in Kap. Vier beschrieben

Strich-Bewegungen

Beim Überblick über die verschiedenen Stricharten müssen wir bedenken, daß es nur drei Bewegungstypen gibt, die ihnen zugrunde liegen: Schwung, Ziehen und Stoßen sowie ihre Kombinationen. Détaché, Spiccato und Sautillé sind im wesentlichen Schwungstriche. Sostenuato und intensives Détaché sind kontrollierte Zugbewegungen. Martelé und Staccato sind gewöhnlichen Stoßbewegungen vergleichbar. Alle drei Bewegungen können kombiniert werden, wie z.B. beim angehängten Staccato, einer Zugbewegung, der viele kleine Stoßbewegungen überlagert sind. Schwungbewegungen sind am einfachsten und ermüden am wenigsten. Deswegen sollte jeder Unterricht, aber auch jede Bewegungskorrektur hiermit beginnen. Alle Sostenuato-Arten verlangen die größte Bewegungskontrolle und Spannung. Daher sind sie am schwierigsten. Bogenprobleme werden immer dann auftreten, wenn Stricharten als Sostenuato gespielt werden, obwohl sie mit Schwungbewegungen am leichtesten spielbar wären und umgekehrt. Ein verkrampfter Spieler, der nicht loslassen kann, fährt sozusagen mit hoher Geschwindigkeit im niedrigen Gang, wo Rollenlassen oder ein höherer Gang angebracht wären. Die Notwendigkeit oder auch die Angewohnheit, langsam zu üben, birgt die Gefahr in sich, den falschen Bewegungstyp zu wählen.

Um Schwungbewegungen zu verstehen, erinnern wir uns ans Schaukeln als Kinder. Stellen wir uns verschiedene Pendelbewegungen vor, experimentieren mit ihnen, und wir werden folgendes sehen:

- Je länger die Schaukel oder das Pendel sind, desto größer der Ausschlag und desto langsamer die Bewegung.
- Je kürzer das Pendel, desto schneller schwingt es, und desto geringer ist der Ausschlag.

Folglich nimmt man lange Striche für lange Noten und kürzere für schnellere Noten.

- Die Schwungbewegung besteht aus einem Anfangsimpuls, dem Laufenlassen, der Verlangsamung, der passiven Rückkehr (als Folge der Schwerkraft) und schließlich einem neuen Impuls.

Deshalb ist es bei Schwungstrichen wichtig, sich nach dem Anfangsimpuls passiv zu verhalten: Den Bogen gehen lassen, mit Bogen und Arm mitgehen, den Bogen locker halten.

Mit den folgenden Rhythmen kann man Schwungbewegungen nachvollziehen und üben. Sie sind in drei Gruppen unterteilt: Ganze, halbe und kurze Schwünge.

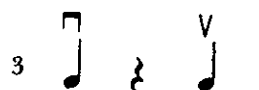
Übungen

Übe drei Arten von Schwungbewegungen und ihre Kombinationen:

- Ganze Schwünge - mit ganzem oder annähernd ganzem Bogen
- Halbe Schwünge - mit etwa halbem Bogen
- Kurze Schwünge - mit 1/4 Bogenlänge oder weniger

A. Ganze Schwünge

- Arpeggio-Pizzicato
- Pizzicato
- Pizzicato und Piqué-Collé
- Arco-Schwung
(nur ein Weg, nur \vee oder nur \curvearrowright)
- Arco-Schwung (hin und her, $\curvearrowright \vee$ oder $\vee \curvearrowright$)



- In allen Pausen die Bewegungen weiter durchschwingen lassen
- Bogen laufen lassen!
- Nicht abbremsen!

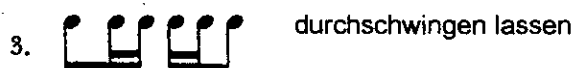
B. Halbe Schwünge

- Mitte
- Spitze
- Frosch
- Bogen stumm am Frosch
auftippen lassen
- dass. am Schwerpunkt
- dass. in der Mitte
- Spiccato am Frosch
- dass. am Schwerpunkt



durchschwingen lassen

C. Halbe und kurze Schwünge kombiniert



D. Kombiniere ganze und halbe, ganze und kurze, halbe und kurze Schwünge.

Die Bewegungen der Schwungstriche

Schwungstriche sind leicht gebogen. Ihre Biegung entspricht etwa der Krümmung des Geigenbogens (außer bei bestimmten Saitenwechseln), kann aber auch stärker oder schwächer sein. Diese „U“-förmige Biegung der Striche soll nicht durch eine bewußte Bewegung zustande kommen, sondern das Ergebnis einer unbewußten Oberarmdrehung sein (humeral). Sie läßt sich leicht mit den gewöhnlichen Spielbewegungen - Öffnen und Schließen des Arms - kombinieren. Die Überlagerung der leichten Drehung verhindert ruckartige und geräuschvolle Bogenbewegungen und vergrößert die Bogengeschwindigkeit. Mit einer kaum wahrnehmbaren Oberarmdrehung während des Abstrichs gewinnt man etwa 5 cm Bogenlänge, da man den Kraftaufwand vermindert, der sonst für Unterarmstriche notwendig wäre, würde man den Oberarm unbeweglich fest halten.

Die natürliche Weise, den Arm zu öffnen, ist eine für das Streichen ungeeignete Bewegung, da sie mit einer leichten Drehung des Armes im Uhrzeigersinn (Supination) einhergeht. Beim Streichinstrumentenspiel dagegen muß man den Unterarm beim Öffnen durch eine leichte Drehung des Oberarms gegen den Uhrzeigersinn ein wenig einwärts drehen. Bei spontanen Schwungbewegungen wie Klopfen, Salzstreuen, Klatschen oder Sahneschlagen etc. kann man die unwillkürliche Oberarmdrehung beobachten. Überlagert man diese dem Öffnen und Schließen des Unterarms, kommen Schwungbewegungen von erstaunlicher Leichtigkeit zustande. Auch wird sich der Ton verbessern, da er durch die Drehung im Abstrich an Kraft zu- und im Aufstrich wieder abnimmt.

Zum Üben von Schwungstrichen spielt man schnelle Strichpaare mit halben Schwüngen und hält danach an. Beim Anhalten nach einem Aufstrich muß der Ellbogen in eine relativ niedrige Position fallen, nach einem Abstrich muß er ziemlich hoch sein. Kontrolliert man dies beim Spielen der Rhyth-

men, die auf der vorhergehenden Seite notiert sind, können aus mühsam „pumpenden“ Strichen spielerisch leichte, wohlklingende Schwungstriche werden. Schwungstriche dürfen nicht zu langsam geübt werden, da sie dann in Sostenuato-Striche übergehen. Diese werden an anderer Stelle im Buch behandelt.

Gestoßene Striche

Dies sind schnelle Striche mit einem energischen Stoß am Beginn, gefolgt vom passiven Laufenlassen des Bogens und des Arms und einem plötzlichen Halt. In diese Gruppe gehören Piqué (Collé), Martelé und Martelé-Staccato mit ihren „knackig“ explodierenden Tonanfängen. Auch der „Lancé“ gehört hierher, denn er hat die eben beschriebenen Eigenschaften mit Ausnahme des „beißen“ Tonanfanges. Wegen des ständigen Wechsels von Anhalten und Laufenlassen ist das Tempo dieser Striche begrenzt. Um das Martelé zu entwickeln, übt man zuerst Piqué (Collé), und zwar mit hartem „Biß“ und winzig kurzen Strichen, die allmählich verlängert werden. Der Druck des Bogens muß während des Strichs nachlassen, da sonst ein abgewürgter Ton entsteht. Gut ist es, jeden Strich mit einer Aufwärtsbewegung zu beenden (die Saite dabei aber nicht zu verlassen). Sofort danach muß - als Vorbereitung für den nächsten Strich - der dichte Kontakt zwischen Bogen und Saite wiederhergestellt werden. Martelé und Staccato-Striche fördern klare Artikulation und die Lebendigkeit des Spiels. Sie sollten daher viel geübt werden. Alle oben angeführten Strichbeispiele können auch als Übungsmaterial für gestoßene Striche dienen, nur darf das Tempo nicht zu groß sein.

Sostenuato-Striche

Die wundervoll kontrollierten, gehaltenen Bewegungen eines Kabuki-Schauspielers bieten einen guten Vergleich dafür, wie Sostenuato-Striche sein sollen. Seine Bewegungen sind stetig, sie trotzen der Schwerkraft. Ein Richtungswechsel geschieht ganz ruhig, und der Spieler behält stets sein Gleichgewicht. In Arm und Hand herrscht eine gleichbleibende Spannung, als ob er eine Schnur zwischen beiden Händen hielte. Bei langsamen Strichen verträgt die Saite weniger Druck als bei schnellen und reagiert sehr empfindlich auf Veränderungen des Bogendruck oder der Kontaktstelle zwischen Bogen und Saite. Der Bogen muß mit gleichbleibender Geschwindigkeit ziemlich nah am Steg gezogen werden, wo die Saite größerem Druck standhält.

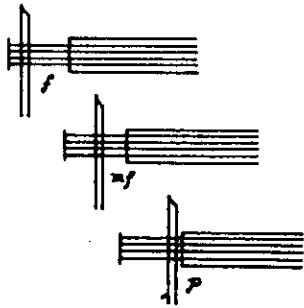
Der Bogen muß relativ fest gehalten werden mit dem Gefühl, an ihm zu haften. Hier sind Ring- und kleiner Finger wichtiger für die Bogenführung als bei Schwungstrichen. Der Strich darf bei Bogenwechseln nicht beschleunigt werden, und der Bogen muß so eingeteilt werden, daß auch für den letzten Teil des Strichs genug Bogenmenge übrigbleibt. Die kontrollierte Bogenbewegung soll den Atem des Spielers nicht hemmen, vielmehr sollte man sich angewöhnen, mit dem Aufstrich einzuatmen. Der Arm darf sich stärker bewegen als der Bogen. Dies geschieht, wenn der Arm eine zusammengesetzte Bewegung vollzieht, die großen Armglieder also die Bewegung beginnen, während die kleineren in einer Art Kettenreaktion folgen. Das Bild, ein Band zu schwenken, mit einem großen Pinsel zu streichen oder festen Teig zu kneten, zeigt die nötige Fingerbewegung.

Die Rotation des Oberarms geschieht hier, gegenüber dem, was für die Schwungbewegungen gilt, genau phasenverschoben: Bei Abstrichen soll der Ellbogen niedriger sein als bei Aufstrichen und die Richtung ganz kurze Zeit vor dem Bogen selbst wechseln. Dadurch verlangsamt sich der Strich. Finger und Hand unterstützen dies, indem sie sich ebenfalls entgegen der Strichrichtung bewegen: Aufwärts zu Beginn des Abstrichs, abwärts zu Beginn des Aufstrichs. Ein gutes Bild für die Vorstellung sind hier die Haare eines langen Pinsels. Bei guten Sostenuato-Strichen sieht die Hand im Abstrich etwas flacher aus als im Aufstrich.

Auch kurze intensive Töne können als Sostenuato gespielt werden; ein Détaché kann also sowohl ein zusammengesetzter als auch Schwungstrich sein, wobei ersterer schneller ermüdet. Die adäquaten Geschwindigkeiten für Sostenuato und Schwungstriche überschneiden sich also. Ihre Anwendung wird von der Intensität oder Leichtigkeit des Tons bestimmt, aber auch von der Kondition des Spielers.

Übungen

Teile den Bogen gleichmäßig ein. Vor dem Anfang einatmen und die Arme leicht heben. Am Strichende die Bewegung fortsetzen und leicht verlangsamen. Kehre für den nächsten Ton zurück, ohne anzuhalten. Sowohl mit Ab- als auch mit Aufstrich beginnend üben. Spiele zuerst leere Saiten, dann zwei Saiten: Erst einzelne Töne, dann Tonleitern.



Spieler nah am Steg,
weiter davon entfernt,
noch weiter entfernt

Mit Portato- (Louré-) Strichen übt man das „Hineingehen“ in die Saite und den flexiblen Ton. Übe Portato auf leeren Saiten, Doppelgriffen und Tonleitern.

Mit akzentuierten Détaché-Strichen entwickelt man Lebendigkeit des Tons und klare Artikulation. Auf einzelnen Tönen, Doppelgriffen und Tonleitern etc. üben. Benutze die für Schwungstriche angegebenen Rhythmen und übe sie mit stark gezogenem und mit akzentuiertem Détaché.

Lagenwechselbewegungen

Für Lagenwechselbewegungen gelten dieselben Prinzipien wie für Striche. Ähnlich wie andere gut ausgeführte Bewegungen dürfen sie weder ruckartig beginnen noch plötzlich anhalten. Es gibt dabei Schwung- und gezogene Bewegungen, je nach dem gewünschten Klang. Die großen Armbewegungen werden als erste eingeführt: Das Beugen und Strecken bei gleichzeitigem leichtem Auswärtsdrehen des Arms (humerales Rotation). Schließlich muß die Flexibilität der Fingergelenke entwickelt werden, damit sie die Bewegung abfedern, wie wir es bei Bewegungen graziler Tiere beobachten können.

Mit grundlegenden Lagenwechselübungen muß man bereits in den ersten Unterrichtsstunden beginnen, damit schon dem Anfänger das Gefühl eines dynamisch-beweglichen (nicht festen) linken Arms selbstverständlich wird. Als erstes werden die beiden großen Armbewegungen eingeführt: 1) den Arm verkürzen und verlängern (beugen und strecken). 2) Schwungbewegungen des Arms (humerales Rotation), um das Spiel in hohen Lagen und auf verschiedenen Saiten zu ermöglichen.

Zusätzlich zu diesen Anfangsbewegungen werden später die kleineren Bewegungen - aktive und passive - des Handgelenks, der Finger und Fingergelenke ausdrücklich gefördert. Auch muß der Arm sich heben und senken, um die Hand den höheren und tieferen Lagen anzupassen.

Die ersten Lagenwechselbewegungen sind stumme Nachahmungen und werden ohne Fingerdruck ausgeführt. Bei „Freien Lagenwechseln“ wird die Hand abwechselnd in tiefer, mittlerer und hoher Lage aufgesetzt. Die Bewegung wird in abgewandelter Form oft wiederholt, damit sich die Streck- und Beugebewegungen des Arms mit seiner Drehung harmonisch überlagern.

Lagenwechselprogramm für den Anfang

1. Imitiere „Freie Lagenwechsel“. Pendele zwischen erster, mittlerer und hoher Lage. Kombiniere freie Lagenwechsel und Fingerklopfen. Lagenwechsel zwischen Flageolett.
2. Transponiere Melodieabschnitte, Tonleitern durch eine Oktave und Dreiklänge bis zur achten Lage.
3. Tonleitern durch eine Oktave und Dreiklänge auf einer Saite mit einem Finger.
4. Intervalle, Lagenwechsel mit demselben Finger.
5. Intervallfolgen, Lagenwechsel mit demselben Finger.
6. Intervallfolgen mit zusammengesetzten Lagenwechseln (zwei verschiedene Finger).
7. Tonleitern mit Lagenwechseln nach einem Fingerpaar.

Die beschriebenen Bewegungsspiele* - man kann noch viele weitere selbst erfinden - unterstützen eine beweglich-dynamische Instrumentenhaltung und lösen die überschüssigen Spannungen, die mit dem allzu häufigen "Klemmen" des Instruments mit Hand, Kinn, Kiefer oder Schulter einhergehen.

*viele dieser Bewegungsspiele sind in Kap. Vier beschrieben

Vibratobewegungen

Die Probleme des Vibrato liegen meist im Bereich der Bewegung. Der Spieler muß schnelle, regelmäßige Wechsel in Qualität und Stärke des Finger-Saitenkontakts vollziehen, dabei aber den Finger dennoch auf der Saite halten. Der Druck, der nötig ist, um die Saite abzutreten, darf nicht dazu führen, daß Finger und Handgelenk fest werden, denn dies macht das Vibrieren unmöglich oder mühsam. Zwar ist die Bewegung der Fingerspitze der eigentliche Auslöser für ein Frequenz-Vibrato, der Finger allein ist aber begrenzt in seinen Möglichkeiten, effektiv zu vibrieren. Die treibende Kraft, welche die Finger bewegt, kommt vielmehr aus der Körpermitte und bezieht Hand, Arm und auch die Rumpfmuskulatur unterstützend mit ein. Sogar Bogen und Bogenarm sind beteiligt, da sie die kleinen, aber regelmäßigen Bewegungen des Instruments als Veränderungen der Tonintensität (Dynamik-Vibrato) aufnehmen. Die Art und Weise, wie Finger, Unter- und Oberarm in ihren Bewegungen kombiniert werden, ist individuell sehr verschieden. Das höchste Ziel aber ist ein schöner Ton, der durch effektive Bewegungsmuster bei möglichst geringem Kraftaufwand entsteht.

Die traditionelle Einteilung in Finger- Handgelenk- und Armvibrato ist problematisch, und zwar vor allem deswegen, weil Vibrato nicht auf einen Bereich beschränkt werden kann, sondern als komplexe Bewegung alle drei Elemente - und noch weitere - mit einbezieht. Nichtsdestoweniger kann der Anteil der verschiedenen Komponenten stark variieren. Ein Übergewicht der einen oder anderen ist möglich, ohne daß die anderen völlig verschwinden. Ein anderes Problem dieser traditionellen Einteilung besteht darin, daß sie die Tatsache außer acht läßt, daß es zwei verschiedene Armbewegungen gibt, die in ihrer Natur und Wirkung ganz unterschiedlich sind: Beugen und Strecken einerseits und Drehbewegungen andererseits. Leichte Drehungen des Unterarms (Pronation - Supination) begleiten das sogenannte „Handgelenkvibrato“, kleine Oberarmdrehungen können sowohl beim „Handgelenk-“ als auch beim „Armvibrato“ mit einfließen. Da rotierende Bewegungen weniger ermüden als die des Typs Beugen - Strecken, ergibt sich eine effektivere, weniger ermüdende Bewegung, wenn diese passiven Bewegungen überlagert werden. Geschwindigkeit und reichlicher Gebrauch des Vibrato verlangen eine effektive, nicht ermüdende Bewegungsform. Rotierend-schwingende Bewegungen sind daher am besten geeignet.

Gute Vibratobewegungen sind also zyklisch; Hin- und Rückweg müssen eine ununterbrochene Einheit bilden, bestehend aus Anfangsimpuls und passiver Rückkehr. Es ist deswegen in meinen Augen schädlich, langsame und willkürliche Vibratobewegungen zu üben, bei denen jede Phase des Zyklus' einen Impuls erhält. Zyklische Bewegungen sind ununterbrochen, wie z.B. Kratzen, Salzstreuen, Klatschen, Radieren usw. Eine für das Vibrato ungeeignete, nicht-zyklische Bewegung wäre beispielsweise das An- und Ausdrehen eines Schalters. Bei zyklischen Bewegungen dagegen sind Anfang und Ende unbestimmt, und jede neue Bewegung entspringt der vorhergehenden, ohne daß man ihren Anfang spüren oder bestimmen könnte.

Geschwindigkeit und Weite des Vibrato

Die Geschwindigkeit eines durchschnittlichen künstlerischen Geigenvibrato beträgt ungefähr 6 - 7 Zyklen pro Sekunde, bei Bratsche, Cello und Baß etwas weniger. Diese Zahl kann nach oben (oder meistens nach unten) um ca. ein Drittel abweichen. Es ist schwierig, die Vibrato-Schwingungen nach dem Gehör zu zählen, mit Hilfe eines Metronoms lassen sie sich aber leicht kontrollieren, wenn man sie mechanisch umsetzt (als Fingerklopfen, gegen die Wirbel, einen anderen Finger oder Gegenstand stoßen). Es empfiehlt sich, Vibrato innerhalb des angegebenen Geschwindigkeitsbereichs zu üben, denn wesentlich langsamere Bewegungen haben einen anderen Charakter, sind also nutzlos.

Die Amplitude des künstlerischen Streichervibrato beträgt ungefähr 1/4 Ton; bei Sängern 1/2 Ton. Die Amplitude (Ausschlag, Weite) des Vibrato ist sein veränderlichstes Element. Man sollte es um der Schönheit und der Reinheit des Tons willen unter Kontrolle haben. Die Tatsache, daß es eine direkte Abhängigkeit zwischen der Lautstärke und der Vibratoamplitude eines Tons gibt, bleibt weitgehend unbeachtet oder ist unbekannt. Im *forte* muß die Amplitude größer sein als im *piano*. Eine Vibratoamplitude, die im *forte* schön klingt, wirkt im *piano* abstoßend. Wegen ihrer Verquickung mit der Dynamik ist die Vibratobewegung auch untrennbar verbunden mit der Tonproduktion und den Bewegungen des Bogenarms. Eine weitere Verbindung zwischen Vibrato und Bogen bildet das „Dynamik-Vibrato“, zum Teil verursacht durch leicht pulsierende Bewegungen des Instruments beim Vibrieren. Die verheerende Auswirkung eines übermäßigen Vibrato auf den Bogen als Folge von Lampenfiber ist ja nur zu gut bekannt. Das unerwünschte Springen des Bogen in Angstmomenten geschieht bei zu großen Bewegungen der Geige. Dennoch sollten die kleinen regelmäßigen Vibratobewegungen des Instruments nicht unterdrückt werden, da sie als „Dynamik-Vibrato“ den freien und strahlenden Ton unterstützen.

Vibrato-Übungsprogramm

1. Armschwünge, Handgelenk beugen, Daumenbewegungen, um statische Spannungen in der Schulter abzubauen. Horizontale Fingerbewegungen für die Flexibilität.
2. Fingerklopfen auf Liedrhythmen, Repetitionen.
3. „Freie Lagenwechsel“ mit Fingerklopfen kombiniert. Diese drei Übungen ohne Bogen.
4. „Fingervibrato“ - pulsierende Veränderung des Fingerdrucks, um sofort einen vibrierten Klang zu hören.

5. „Fingervibrato“ - aber jetzt das Grundgelenk des ersten Fingers vom Griffbrett lösen, um so das Schwingen der Hand anzuregen („Handgelenkvibrato“)
6. „Klopfen und Halten“ - wie Nr.2 üben, aber jetzt mit Bogen: Nach dem Fingerklopfen den Finger auf der Saite halten und dabei die Bewegung fortsetzen. Leere Saite und gegriffenen Ton abwechseln.
7. Ohne Instrument: Durch Schwungbewegungen der Hand leichte Drehbewegungen des Arms herbeiführen und damit die Vibratobewegung verbessern - „An die Tür klopfen“, „Salzstreuen“ und „die Haut auf dem rechten Handrücken mit den Fingern der linken Hand hin und her schieben“.
8. Diese Drehbewegungen des Arms mit Hand- und Fingerbewegungen kombinieren.
9. Mit Instrument: Übe kombinierte Arm- und Handschwingungen mit Fingerkontakt: a) ohne Saitenkontakt, b) mit leichtem Fingerkontakt wie beim Flageolett oder Glissando, c) locker greifen. In „Gitarren-“ und normaler Spielposition üben.
10. Fingerklopfen oder kleine Lagenwechsel-Schwingungen mit Metronom üben. 4, 5 und 6 Zyklen auf einen Schlag bei MM = 60.
11. Trainiere Fingerkraft und -flexibilität mit horizontalen Fingerbewegungen. Spiele rhythmische Halbtonwechsel wie in Nr. 10.
12. Wiederhole „Klopfen und Federn“ in schwierigeren Kombinationen (s. Nr. 6). Spiele schöne einzelne Töne, Folgen von zwei Tönen usw.

Klopfen

- Klopf- und Vibratobewegungen sind einander ähnlich: Klopfen ist eine gute Vibrato-Vorübung.
- Klopfe schnell; laß die Finger wie einen Gummiball auftippen.
- Klopfe Rhythmen in mittleren, hohen und tiefen Lagen.
- Beginne mit dem 3. Finger zu klopfen, später auch mit den anderen Fingern.

Klopfen und Federn

- a) Klopfe die erste Note eines gegebenen Rhythmus'.
- b) Greife die Saite locker ab und schwinde weiter mit Hand und Fingern zu den folgenden Noten.
- c) Entspannen.

Übersetzt von Regine Schultz-Greiner und Bernd Zingsem.
Diese Kopie wurde mit Genehmigung des Verlags Boosey & Hawkes, Berlin hergestellt.