

- **Tönen und hören**

Hier zuerst ein kleines Experiment zum ausprobieren:

- Ich singe das Lied „Hänschen klein, ging allein in die weite Welt hinein...“ mit dem Wunsch es sehr schön zu singen. (Falls ich das Lied nicht kenne, singe ich einfach ein anderes Lied.)
- Dann singe ich das Lied noch einmal, mache dabei zusätzlich und gleichzeitig **übergroße Bewegungen**. Einen großen Schritt nach rechts bei der ersten Phrase „Hänschen klein -“, dabei hebe ich auch noch meinen rechten Arm ganz weit hoch. Einen großen Schritt nach links bei der zweiten Phrase - „ging allein“ und der linke Arm wird gehoben. Dann mit großen rhythmischen Schritten nach vorn - „in die weite Welt hinein“ usw. Dabei kümmere ich mich nur um die Bewegung und nicht um schöne Töne.

Gibt es einen Unterschied?

Nach meiner Erfahrung wird der Klang mit der Bewegung lauter und voller. Ich bin durch die Bewegung vom Singen abgelenkt und so fällt es mir viel leichter.

Große Bewegungen machen große/laute Töne! Wenn ich leise singen will, kann ich mich mit großen Schritten irgendwo hinaus schleichen, das führt normalerweise zu leisen Tönen

Wie lerne ich ein Lied?

Wenn ich ein neues Lied lernen will schaue ich mir zuerst einmal die einzelne Aspekte eines Liedes getrennt an.

Den Rhythmus, den Text, die Melodie, die Harmonie und den Ausdruck. Dies will ein Anfänger immer alles gleichzeitig zusammen lernen/können.

Besser ist es die einzelnen Teile separat zu trainieren. Zuerst spreche/rufe ich den Text, dann den Rhythmus, diese Beiden verbinde ich zu einem Ganzen. Ich spreche rhythmisch den Text mit ganz verschiedenen Ausdrucksmöglichkeiten. (Froh, staunend, wütend, sachlich usw.) Die Melodie spiele ich mir gleichzeitig dazu oder höre mir das Original an.

Dann singe ich die Melodie zuerst mit verschiedenen Silben (da, so, wie, la...) oder vokalisch mit a, e, i, o, u ganz **ohne** den dazu gehörenden **Text**. Erst wenn ich die einzelnen verschiedenen Teile gut verstanden und trainiert habe, verbinde ich den rhythmischen, ausdrucksstarken Text mit der Melodie.

Viele Sänger denken, dass sie mit der Kehle die Töne machen müssen. Sie versuchen mit Anspannung der Muskulatur die Töne zu erreichen. Sie drücken die Kehle nach unten für die tiefen Töne und nach oben für die hohen Töne. Abgesehen von sonstigen Anspannungen des Körpers. Dass dies alles gar nicht nötig ist, muss jeder erst einmal herausfinden. Denn ausschließlich die Ohren sind für die Tonhöhe zuständig.

Die Muskulatur sollte ich bewusst nicht benutzen. Das wird alles automatisch gesteuert. Das Gedächtnis der Ohren ist perfekt. Ich kann mich 100% darauf verlassen. Viele Jahre habe auch ich geglaubt, dass ich mit Muskeln die Töne richtig steuern kann. Das ist mir damals auch mehr oder weniger gut gelungen und da ich es nicht besser wusste, dachte ich diese „Anstrengung“ sei so richtig. Dann habe ich herausgefunden, dass die Ohren direkt mit den Stimmbändern verknüpft sind. Und das ist bei jedem Menschen so. Natürlich muss das trainiert werden. Ich vertraue

meinen Ohren völlig. Sie stellen die richtigen Töne her. Vorausgesetzt ich habe sie vorher gelernt (gehört), dann muss ich mich darum überhaupt nicht mehr kümmern.

Singen lernen kann man natürlich nur wenn man singt! Deswegen hier noch eine kleine Übung.

Eine Kombination aus Atemübung und Ton.

- Der Atem wird wie in der Atemübung >Übung 2< beschrieben - mit der Vorstellung Luftballon heben - langsam einströmen lassen. Mit dem Umdrehen der Hände (um die Luft wieder ausströmen zu lassen) lasse ich, die Luft mit einem - ...ssssssssssssssssss... ausströmen.
- Dann wiederhole ich das Gleiche noch mal. Beim Einatmen stelle ich mir einen Ton vor (vorhören), oder spiele ihn vorher auf einem Instrument und behalte ihn im Ohr. Beim Umdrehen der Hände, (die mit der Vorstellung von leichtem Druck nach unten gedrückt werden) lasse ich diesen Ton (z. B. ...Aaaaaaaaaaaaaaaaaa...) mit dem Atem ausströmen. Die Information/Aussage dieses Tons könnte sein: „Ich atme aus!“. „Ich atme aus!“. „Ich atme aus!“...usw.“

Solange der Atem bequem ausströmt! Dabei beobachte ich neugierig, ob der Atemstrom den vorgestellten Ton wirklich hervorbringt. Ich kann auch staunend oder misstrauisch fragen: „Einen Ton ausatmen.....?!“

Das geht dann auch mit einer kleinen Melodie.

Den Atem lasse ich wieder einströmen und atme die folgende Melodie aus. Ich singe ganz langsam, denn durch das ruhige Atem einströmen lassen, steht mir normalerweise viel Atem zur Verfügung.



Auch wenn mehrere, unterschiedliche Töne herauskommen sollen, bleibe ich bei der Information „Ich atme aus!“. „Ich atme aus! - usw.“ Dadurch ergibt sich automatisch eine Legatolinie. Wie beim normalen Ausatmen lasse ich die verschiedenen Töne genau so geradeaus ausströmen, ohne mich von dem auf und ab der Töne beeinflussen zu lassen. Dabei hilft mir auch die Bewegung der Hände. Ich kommentiere mit den Tönen das ich mit meinen Händen mein Ausatmen zeige. Am Anfang ist es ungewohnt und etwas >merk<würdig, geradeaus zu singen, wenn die Melodie nach oben und unten geht. Doch mit der Zeit bemerke ich, wie viel einfacher es ist auf einer geraden Linie zu singen, als über einen Berg zu wandern.

Wenn es mir in erster Linie wichtig ist schöne Töne zu produzieren, ist meine ganze Aufmerksamkeit stark auf das gute Ergebnis gerichtet. Ich achte dann nicht auf mich und meine Befindlichkeit, sondern nur darauf wie ich ein möglichst gutes Ergebnis erzielen kann. Das hält mich zum Einen davon ab mit Neugierde zu experimentieren, und zum Anderen entsteht mehr Spannung im Körper als notwendig ist. Dies wiederum führt klanglich zu weniger guten Ergebnissen. Experimentierfreude lässt mich ganz neue Möglichkeiten erschließen, dazu möchte ich gerne alle Sänger auffordern.