

Klingende Stelen

Vom Aufbruch der Stimme

Walter Siegfried

Der Klang der Stimme wird durch klingende Materie erzeugt, löst sich von dieser und versetzt andere Materie in Schwingung. Von Stimmen und Tönen zu sprechen heißt immer auch, über das Verhältnis von Material und Schwingung nachzudenken, mithin über Räumliches, über Leere und Fülle, über Plastizität. Im Verlauf meiner ersten größeren plastischen Arbeit stellte sich eine Frage, die - im Rückblick - gleichsam als Visualisierung dessen erscheint, was ich während meines Singens als Formprozess am eigenen Leib erfahren habe.



Die Bronze - gegossen 1972 in der Fonderia Brotal in Mendrisio im Tessin - war eine Auftragsarbeit für einen verstorbenen Freund. Sie ist aus der Beschäftigung mit wuchernden Krebsgeschwüren entstanden; die gleiche Urmaterie, die eine geordnete Struktur aufbaut, baut auch unkontrollierte Felder, die die Struktur umhüllen und schließlich zu ersticken drohen. Die Frage war nun: Soll die aus der Urmasse wachsende Struktur diese selbst durchbrechen oder nicht? Soll sie also über sich selbst hinaussteigen oder in sich zurückkehren? Erschöpft sich das Leben in seinem organischen Vollzug, oder gibt es da noch etwas mehr, schafft der Organismus ein Übersteigen seiner selbst, kann er in Bereiche jenseits seiner selbst vordringen? Die folgende Abbildung zeigt, daß ich mich damals für den Durchbruch entschieden hatte:



Nach vielen Jahren kehre ich zu dieser Plastik zurück und stelle sie in den Zusammenhang von Klang und Materie. Klangkörper des Sängers ist der Leib. Dabei spielen bestimmte Regionen eine herausragende Rolle. Gewiß ist der ganze Leib wichtig für das Singen, doch für einige Zonen entwickeln die Singenden eine spezifische Sensibilität. Diese Zonen entsprechen in etwa den Chakren, also jenen - vor allem in hinduistischen und tibetischen Lehren beschriebenen - Energiezentren, die auf der Längsachse des Leibes gedacht werden. Im Kontext unser schädelartigen Plastik interessiert besonders das oberste Chakra, das Scheitelchakra. Es befindet sich oben auf der Schädelplatte. Ihm werden verbindende Funktionen zwischen Geist und Körper zugeordnet. Die Arbeit des Sängers besteht darin, dieses Chakra so lebendig zu halten und zu öffnen, daß die Vokale gleichsam durch die geöffnete Schädeldecke als Klangsäulen innen und aussen, oben und unten verbinden: klingende Stelen.

Meine Lust zum Gesang habe ich immer als aufrichtende Kraft verstanden - und dies ganz wörtlich. Ich war im Brustbereich extrem verkrampft und pflegte bei entscheidenden Schritten im Gesangsstudium zu sagen, ich hätte wieder ein Rippchen freigesungen. Ich hatte ein deutliches Gefühl, sukzessive die Panzerung aufzubrechen, indem ich mich immer mehr ins Lot sang. Wie aber ist diese aufrichtende Kraft zu verstehen? Wie soll sie wirken? Warum soll das Lot so eine Kraft der Lockerung entfalten? Welche geheimnisvollen Kräfte sollen da im Spiel sein? Es geht, meines Erachtens, weniger um geheime Energien sondern um physiologisch nachvollziehbare Zusammenhänge.

Meine Hauptverkrampfung lag eindeutig im Schultergürtel. Wenn mir auch einleuchtete, was Burga Schwarzbach - im Rahmen ihrer Kurse bei den Musikfestwochen in Luzern - oft sagte: "Es gibt keine Schultern, nur Schulterblätter, die auf dem Brustkorb gleiten ...", so wollte mir dieses Gleitenlassen einfach nicht gelingen. Die Schulterblätter waren hochgezogen und dort blockiert. Es gab keinen Freiraum, sie nach hinten zusammenzulegen zu lassen. Erst nach langer Zeit des tiefer und tiefer rutschenden Atems weiteten sich die vorderen unteren Rippen und die Flanken so, daß zunächst mit Krachen und Krosen die Schultern zurückfallen konnten. Aus dem sich öffnenden Schultergürtel wuchs freier jetzt der Hals, und auf ihm konnten Schädel und Kiefer locker aufruhend und balanciert werden. Die räumlichen Vorstellungen im Rachen- und Kopfraum, die mir verschiedene Gesangspädagogen angeboten hatten, wurden während dieser Veränderungen immer deutlicher nachvollziehbar. Beim Üben hatte ich oft das Gefühl,

die erforderlichen Resonanzräume sukzessive freizusingen. Durch minimale Korrekturen der Körperhaltung gelang es, den Tönen mehr Innenräume des Leibes zugänglich zu machen. Zunächst in einzelnen Partien (Nebenhöhlen, Brustraum, Nabelgegend ...), später auch im Verbund. Je mehr ich in meinem Leib das Lot spürte, um so leichter fiel der Ton von oben an den Stimmbändern vorbei gleichsam durch mich hindurch. Die Konzentration auf das Scheitelchakra erleichtert das Finden des lockeren Lotes.

Ich hatte viele Jahre gesungen ohne genau zu wissen, wo die Stimmbänder liegen. Erst als ich mit den Studierenden in der Akademie der Bildenden Künste in München über das Sprechen als plastischen Akt - in Anlehnung an Joseph Beuys - nachzudenken begann, erweiterte sich mein Interesse an den Sprechwerkzeugen. (1) Wenn ich damals fragte, wo denn die Stimmbänder zu finden seien, machten die Befragten meist eine Bewegung von Daumen und Zeigefinger links und rechts vom Kehlkopf von oben nach unten. Die Geste am Hals ist falsch, weil ja die Stimmbänder quer zur Luftröhre liegen, die meisten Menschen zeigen sie aber eben parallel zu ihr an.

Daß die Kehle frei sein muß zum Singen leuchtet jedem ein. Was dieses Freisein charakterisiert, ist schon schwieriger zu beschreiben. Lockere, frei schwingende Schulterblätter sorgen für einen entlasteten Hals. Er hält nicht mehr krampfhaft den Kopf fest sondern kann ihn - auf dem Atlas balancierend - aufruhem lassen. Die Halsausenmuskeln geben dann die oberste Partie des Brustraumes zum Mitschwingen frei und packen nicht mehr angstvoll den Kopf auf den Rumpf. Nur in diesem gelockerten Spiel des Kopfes auf dem Hals kann die Feinjustierung der Haltung gelingen, die die ideale Achse des schwingenden Tones im Leib eröffnet. Die Lockerung des Schultergürtels ist am besten möglich auf einer beweglichen Wirbelsäule, die über dem frei schwingenden Becken aufgebaut werden muss. Wem solche Zusammenhänge konstruiert erscheinen, möge das Zusammenwirken aller Zonen des Skelettes anhand von Übungen des Moshe Feldenkrais am eigenen Leib erspüren.

Während einiger Jahre des Aufrichtungsprozesses musste ich zwanghaft immer wieder meinen Kehlkopf bewusst bewegen. Meine Freunde deuteten dieses Leerlauf-Schlucken als nervösen Tick. Da ich mit meinen eigenen Interpretationen des Schluckens niemanden überzeugen konnte, gab ich es auf, die Funktion dieses Schlucken-Müssens erklären zu wollen. Aber ich glaube bis heute, daß es eines Tages aufhören wird, dann nämlich, wenn der Aufrichtungsprozeß abgeschlossen ist. Bis dahin allerdings werde ich weiterhin den sich in den Nebenhöhlen von Zeit zu Zeit ansammelnden Schleim über diesen Mechanismus ableiten müssen. Das Gefühl, daß sich alles im Bereich der Nebenhöhlen versammelt, bevor es ‚entsorgt‘ werden kann, erinnert mich übrigens immer wieder an die Bewegungen der ‚Heilenden Tänzer‘ der Yanomami am Oberlauf des Orinocco. (2) Alle ihre streifenden Handbewegungen am Kranken scheinen das Übel gleichsam zum Kopfpol hinauf zu schieben, stoßen, führen, ziehen, um es via Nacken und Scheitel über den Mund-Nasen-Bereich heraus zu holen und dann weg zu schmeißen. Vor allem das Abstreifen in der Bewegungsrichtung Nacken-Scheitel-Schnauze vollziehe ich oft gerne an mir selbst. Es hilft, die Wirbelsäule lockernd zu strecken. Im Rückblick erscheint mir mein Singen als ein sukzessives Strecken und Lockern der sich wohl in den jugendlichen Jahren immer mehr verkrampfenden Rückenmuskulatur, infolge verängstigter, verengter Atmung. Der Prozeß war streckenweise schmerzhaft, dann wieder sehr angenehm, so als ob uralte Verkrampfungen sich endlich lösten.

Bei den Schmerzen frage ich mich hie und da, ob sie denn wirklich noch im Kontext des Aufbruchs zu lesen seien, oder ob es sich hier um etwas anderes handele. Die schmerzenden Prozesse entwickeln sich zyklisch jeweils auf einen Höhepunkt zu, um sich dann, oft sehr schnell, wieder zu entspannen. Wenn die Zyklizität einmal geklärt ist, wenn also der Spannungsbogen von Aufbau und Abbau der Schmerzen vertraut geworden ist, wird es einfach, mit den Schmerzen umzugehen, weil man ja weiss, daß sie in so und so vielen Stunden vorbei sein werden. Oft ist der Spannungsbogen ganz wörtlich ein Spannungsbogen, indem die im Körper versammelte Flüssigkeit sich auf eine Region zusammenzieht, um sich

danach wieder zu entleeren. So hoffe ich gerade eben, daß das heute wieder völlig zuquellende Auge sich wie gewohnt gegen Mittag entspannt. Da ich den Rhythmus schon kenne, schaue ich mit dem noch offenen Auge relativ gelassen auf das sich schließende. Wenn aber jeweils ein neues dynamisches Phänomen auftaucht, wenn ich also Entwicklung und Höhepunkt noch nicht kenne, wird mir manchmal schon Angst und Bange. Dann lasse ich mir von befreundeten Ärzten das Notfall-Szenario beschreiben; d.h. ich frage sie, bei welchen Symptomen es gefährlich werden könnte für Leib und Leben und wann ich besser eine Klinik aufsuchen soll.

Meine Interpretation der verschiedensten Schmerzen als Stufen eines Heilungsprozesses löst bei vielen Menschen jenes verständnisvoll nickende Lächeln aus, hinter dem sich Zweifel und Skepsis verbergen. Ich aber halte bis zum Beweis des Gegenteiles noch an ihr fest.

© Walter Siegfried 2019

- 1) vgl. Walter Siegfried: [Vom Ort der Stimme](#) München, 2001
- 2) vgl. Filme über die Heiltänzer im [Humanethologischen Filmarchiv](#)