

Original Research

Bewegungsqualität und Musizierpraxis: Zum Verhältnis von Feldenkrais-Methode® und musikalischer Improvisation

Corinna Eikmeier

Prof. Dr. phil.; Feldenkrais Practitioner, Hannover, Germany

Correspondence: post@corinna-eikmeier.de

Abstract

Die Qualität der Spielbewegungen und das musikalische Ergebnis beim Musizieren sind eng miteinander verbunden. Auch unterscheiden sich Erstere beim Improvisieren und bei der Interpretation auskomponierter Werke. Ausgangspunkt der Untersuchung war, dass körperliche Empfindungen von improvisierenden Musikern denen von Teilnehmern an Feldenkrais-Lektionen ähneln. Dem stand die Schwierigkeit von interpretierenden Musikern gegenüber, Erkenntnisse aus Feldenkrais-Lektionen auf ihr Instrumentalspiel zu übertragen. Diese Beobachtungen führten zu den folgenden Forschungsfragen:

- Gibt es spezifische Handlungsweisen, die für das Improvisieren bedeutsam sind?
- Gibt es eine Wechselwirkung zwischen den spezifischen improvisatorischen Handlungsweisen und der Bewegungsqualität beim Musizieren?
- Werden Tugenden der improvisatorischen Handlungsweise in der Feldenkrais-Methode implizit mitentwickelt?

Das Forschungsdesign lehnt sich an die qualitative Heuristik an und wurde durch Prinzipien der künstlerischen Forschung erweitert. Methodische Variationen waren Forschungsgespräche, Introspektion und das qualitative Experiment. Des Weiteren wurde ein Modell entwickelt, das Improvisation als „Autopoiese“ in der Gegenwart beschreibt.

Aus dem Forschungsprozess entwickelten sich die folgenden Ergebnisse:

- Das System der „Autopoiese“ markiert die Rahmenbedingungen für die Improvisation. Komponenten sind neben dem Musizierenden selbst seine Kommunikation mit den Mitspielern und die daraus entstehende Musik. Die Wahrnehmung hält die Komponenten zusammen, mentale Störungen wie Fehlervermeidung oder Kontrolle führen zu einer Labilisierung der Improvisation.
- Ein Vergleich von improvisatorischer Handlungsweise und Feldenkrais-Methode zeigt, dass die dritte der oben gestellten Forschungsfragen bejaht werden kann: Auf einer übergeordneten Ebene werden in der Feldenkrais-Methode tatsächlich improvisatorische Tugenden mitgelernt. Kriterien für eine improvisatorische Bewegungsqualität lassen sich aus der Feldenkrais-Methode ableiten.

- Die in 49 Experimenten angestoßenen Variationen der Bewegungsabläufe führten zu Veränderungen in der improvisatorischen Handlungsweise. Den Probanden gelang es zunehmend, Retrospektion und Prospektion auszublenden und, in der Gegenwart agierend, neue Wege einzuschlagen.
- Die Erkenntnis, dass Bewegungsqualität und musikalisches Ergebnis generell, also auch bei der Interpretation auskomponierter Werke, in einem Wechselwirkungsverhältnis stehen, sollte angesichts eines ausgeprägten Kontrollverhaltens in der klassischen Musizierpraxis Anlass sein, Grundprinzipien der improvisatorischen Handlungsweise erlebbar zu machen und generell in den Instrumentalunterricht einzubeziehen.

Abstract

When making music, quality of movement and musical outcome are closely connected. The quality of movement in improvisational play is different from that during the interpretation of composed works. The starting point for this study was that the physical sensations of improvising musicians resembled those reported by people who participated in Feldenkrais Method lessons. Musicians interpreting composed works, on the other hand, found it difficult to apply what they had learned in Feldenkrais lessons to their instrumental play. These observations led to the following research questions:

- Can we identify specific modes of action that are important for improvising music?
- Do musicians' improvisational modes of action and quality of movement mutually influence each other?
- Are certain modes of action that are beneficial to improvisational play cultivated through the Feldenkrais Method?

The research design used in this study is based on the qualitative heuristic approach with additional principles borrowed from artistic research. Methodological formats include research talks, introspection, and qualitative experiments. Furthermore, a model was developed that describes improvisation as "autopoiesis" in the present.

The research process yielded the following results:

- The "autopoietic" system marks the conditions for improvisation. Besides the musician, communication with other players and the resulting music are also part of the process. The musician's perception brings all these elements together; mental issues like trying to avoid mistakes or control musical developments weaken the improvisational process.
- When comparing improvisational modes of action with the Feldenkrais Method, it becomes apparent that the third research question posed above can be answered with yes: on a superordinate level, the Feldenkrais Method does indeed cultivate modes of action beneficial to improvisation. Criteria for an improvisational quality of movement can be deduced from the Feldenkrais Method.
- The variations of physical movement conducted in 49 experiments led to changes in improvisational technique. The subjects increasingly succeeded in discarding retrospection and prospection, and found new paths in the present.
- The finding that quality of movement and musical outcome mutually influence each other in general, even when interpreting composed works, should inspire efforts to incorporate basic

principles of improvisation into the way students are taught to play an instrument, thus enriching the interpretation of classical music, in which control is frequently overemphasized.

Copyright ©: The copyright for this paper remains with the author(s).

Please cite: (First published in the) *Feldenkrais Research Journal*, volume 6; 2018-2019.

Service marks: The terms Feldenkrais®, Feldenkrais Method®, Awareness Through Movement®, ATM®, Functional Integration®, and FI® are service marked terms of the International *Feldenkrais*® Federation (IFF) and Feldenkrais professional guilds and associations in many countries. In keeping with academic conventions, they will not be service marked in the entire text as may be required in nonacademic use, but only for the first and most prominent use of the terms. In recognition that these phrases are formal terms referring to specific practices within the Method, and to the Method as a whole, capitalization of all the words in each term has been retained.

Bewegungsqualität und Musizierpraxis: Zum Verhältnis von Feldenkrais-Methode® und musikalischer Improvisation

Corinna Eikmeier

Prof. Dr. phil.; Feldenkrais Practitioner, Hannover, Germany

Einleitung

Der vorliegende Artikel ist die Zusammenfassung eines Forschungsberichts, der 2016 in einer ausführlicheren Fassung unter dem gleichnamigen Titel veröffentlicht wurde¹.

Ausgangsbeobachtungen

Der Kontext des Forschungsvorhabens war die klassische Musikausbildung in der Instrumental- und Gesangspädagogik im westlichen Kulturkreis, in der Interpretation ein wichtiger Bestandteil ist.² Ein beachtlich hoher Prozentsatz der professionellen Musiker leidet unter Beschwerden des Bewegungsapparates.³ Als Prävention wird von renommierten Musikermediziner*innen die ergänzende Beschäftigung mit Körpertechniken empfohlen. Vertreter der somatischen Lernmethoden spezialisieren sich auf die Arbeit mit Musikern. Während meiner Lehrtätigkeit im Fach Feldenkrais⁴ an einer Musikhochschule beobachtete ich, dass viele klassisch ausgebildete

¹ Eikmeier, Corinna (2010): Bewegungsqualität und Musizierpraxis. Zum Verhältnis von Feldenkrais-Methode und musikalischer Improvisation. Fernwald: Musikautorenverlag Burkard Muth. Eine Kurzfassung dieses Artikels: Improvisieren mit einem improvisierenden Körper. In: Reinhard Gagel, Matthias Schwabe (Hrsg/eds.)

(2016): Improvisation erforschen – improvisierend forschen. Beiträge zur Exploration musikalischer Improvisation// Researching Improvisation – Researching by Improvisation. Essays About the Exploration of Musical Improvisation. Bielefeld: Transkript.

² Der Vergleich zu anderen Musikkulturen, in denen traditionell durch Improvisation und orale Weitergabe gelernt wird, war nicht Thema der Forschungsarbeit und wurde daher nicht behandelt. Die kreativen Bereiche wie Improvisation und Komposition werden in der Instrumental- und Gesangspädagogik häufig als Mittel zum Zweck, um die Interpretationen besser ausführen zu können, integriert. Vgl. u. a. Busch, Barbara/Metzger, Barbara (2016): Inhalte des Instrumentalunterrichts. In: Grundwissen Instrumentalpädagogik. Ein Wegweiser für Studium und Beruf, S. 232-253 und Ernst, Anselm (1991): Lehren und lernen im Instrumentalunterricht. Ein pädagogisches Handbuch für die Praxis. Mainz: Schott, Kapitel: 2 Lernfelder und Unterrichtsinhalte, S. 44-69.

³ Vgl. Überblick über die Statistiken in: Hildebrandt Horst (2002): Musikstudium und Gesundheit. Aufbau und Wirksamkeit eines präventiven Lehrangebotes (= Zürcher Musikstudien, Band 1). Bern: u. a.: Lang, S. 16.

⁴ Fortlaufende Lehrveranstaltung in den Gruppenstunden »Bewusstheit durch Bewegung« und in Einzelstunden »Funktionale Integration« für Studierende aller Studiengänge an der Hochschule für Musik, Theater und Medien, Hannover.

Musiker die Erfahrungen aus Feldenkrais-Stunden nicht direkt auf ihr Instrumentalspiel anwenden können. In Feldenkrais-Stunden wird eine »improvisatorische Bewegungsqualität«⁵ erforscht. Scheinbar lassen sich beim Üben eines Instruments gradlinig eingeübte Bewegungsmuster nicht einfach verändern. Die Beschreibungen des Körpergefühls beim Improvisieren ähneln den Beschreibungen von Empfindungen, die viele Menschen nach Feldenkrais-Stunden haben.⁶ Die gleichen Personen erinnern ihre Bewegungsempfindungen beim Interpretieren eher negativ. Die technischen Spielbewegungen können nicht allein ausschlaggebend hierfür sein, da sie sich beim Improvisieren und Interpretieren nur marginal unterscheiden (Geige spielen bleibt Geige spielen). Offensichtlich tragen die innere Einstellung beim Musizieren dazu bei, die Wahrnehmung, das Hören und die Bereitschaft, sich ganz auf die gegenwärtige Situation einzulassen.

Fragestellungen

In vielen einschlägigen Publikationen über Musikmedizin und Musikphysiologie wird die Frage nach den Unterschieden zwischen den verschiedenen Arten der Musizierpraxis nicht gestellt.⁷

⁵ Der Begriff existiert in der Literatur über die Feldenkrais-Methode in der Form nicht. Er wurde von der Autorin in diesem Forschungsprojekt durch die Analogie zwischen der Feldenkrais-Methode und der Improvisation geprägt.

⁶ Im Rahmen des Dorothea-Erxleben-Stipendiums hat die Autorin bereits von 2007-2009 ein Projekt zum Thema Feldenkrais und Improvisation durchgeführt. In diesem Zusammenhang wurden mittels eines Fragebogens improvisierende Musiker nach ihrem Körpergefühl beim Improvisieren und Interpretieren gefragt. Aus heutiger Sicht genügt der Fragebogen nicht den wissenschaftlichen Standards. Er hat der Autorin lediglich Denkanstöße für das vorliegende Projekt gegeben.

⁷ U. a. Altenmüller, Eckard (2006): Neurologische Erkrankungen bei Musikern. Heidelberg: Springer. Bastian, Hans G. (Hrsg.) (1995): Erkrankungen vorbeugen und vermeiden. Instrumentalspiel aus physiologischer, technischer und heilpädagogischer Sicht [2. Paderborner IBFF-Symposium]. Mainz: Schott.

Blum, Jochen (Hrsg.) (1995): Medizinische Probleme bei Musikern. Mit einem Geleitwort von Sir Georg Solti. Stuttgart u. a.: Thieme.

Gellrich, Martin (1997): Über den Aufbau motorischer Schemata beim Instrumentalspiel. In: Mantel, Gerhard (Hrsg.). 1998. Ungenutzte Potentiale: Wege zum konstruktiven Üben (= Kongressbericht 1997 des Forschungsinstituts für Instrumental- und Gesangspädagogik e. V. in Zusammenarbeit mit der Hochschule für Musik und Darstellende Kunst Frankfurt am Main). Mainz: Schott. S. 131–151.

Hildebrandt, Horst (2002): Musikstudium und Gesundheit. Aufbau und Wirksamkeit eines präventiven Lehrangebotes (= Zürcher Musikstudien, Band 1). Bern u. a.: Lang.

Hildebrandt, Horst (2006): Üben und Gesundheit. Ausgewählte musikphysiologische Aspekte des Übens und ihre besondere Bedeutung für den Ausbildungs- und Berufsalltag. In: Mahler, Ulrich (Hrsg.) (2006): Handbuch Üben. Grundlagen – Methoden – Konzepte. Wiesbaden u. a.: Breitkopf & Härtel, S. 67–97.

Klein-Vogelbach, Susanne/Lahme, Albrecht/Spirgi-Gantert, Irene (2000): Musikinstrument und Körperhaltung. Eine Herausforderung für Musiker, Musikpädagogen, Therapeuten und Ärzte. Gesund und fit im Musikeralltag. Mit einem Geleitwort von Natalia Gutman. Berlin u. a.: Springer.

Klöppel, Renate (1999): Das Gesundheitsbuch für Musiker. Anatomie, berufsspezifische Erkrankungen, Prävention und Therapie. Kassel: Bärenreiter.

Puls, Hartmut (2000): Erfahrungen aus der Körperarbeit mit MusikstudentInnen. Prophylaxe als Lehrfach an der Hochschule für Musik „Hanns Eisler“ Berlin. Üben & Musizieren, 17. Jg. Nr. 5, S. 27–33.

Für das im Folgenden beschriebene Forschungsprojekt waren diese Unterschiede in der Musizierpraxis und Auffälligkeiten beim Improvisieren bereits in den ersten Beobachtungen relevant. Aus diesem Grunde wurde das Improvisieren zum Untersuchungsgegenstand. Beim Improvisieren sind Tugenden gefordert, die für jede andere Musizierpraxis ebenso wichtig, beim Improvisieren jedoch unabdingbar sind. Der Terminus der »improvisatorischen Handlungsweise«, der ebenso in interpretierender Musizierpraxis Anwendung finden kann, wurde definiert. Von den Ausgangsbeobachtungen wurden die folgenden zentralen Fragestellungen abgeleitet:

- Welche spezifischen Handlungsweisen sind für das Improvisieren bedeutsam?
- Welche Wechselwirkung gibt es zwischen den spezifischen improvisatorischen Handlungsweisen und der Bewegungsqualität beim Musizieren?

Bezogen auf die Feldenkrais-Methode:

- Welche der improvisatorischen Handlungsweisen werden in der Feldenkrais-Methode implizit mit behandelt?
- Welche Vergleichsmöglichkeiten lassen sich zwischen den in der Feldenkrais-Methode angewendeten Lernstrategien und den improvisatorischen Handlungsweisen erkennen?

Der Forschungsprozess

Sowohl Improvisation als auch die Feldenkrais-Methode lassen sich auf Grund der extrem hohen Komplexität mit naturwissenschaftlichen beziehungsweise quantitativen Messverfahren nicht befriedigend untersuchen. Das Forschungsdesign entwickelte sich im Verlauf des Forschungsprozesses auf improvisatorische Weise. Die Forschungsmethodologie lehnt sich an die Qualitative Heuristik an, die im folgenden Abschnitt beschrieben wird. Als methodische Variationen wurden Forschungsgespräche, Introspektion und insbesondere das »qualitative Experiment« angewendet.

Schnack, Gerd (2000): Gesundheitsstrategien beim Musizieren – Übungen zur Prävention und Therapie von Spielschäden. München u. a.: Urban & Fischer.

Schnack, Gerd (2010): Einen fruchtbaren Boden bereiten. Zur Implementierung der Musikergesundheit in die Hochschulausbildung. *Üben & Musizieren*, 27. Jg. Nr. 1, S. 22–27.

Spahn, Claudia (2011): Musikermmedizin. Diagnostik, Therapie und Prävention von musikerspezifischen Erkrankungen. Unter Mitarbeit von Jochen Blum. Stuttgart: Schattauer.

Wagner, Christoph (1995): Physiologische und pathophysiologische Grundlagen des Musizierens. In: Blum, Jochen (Hrsg.). *Medizinische Probleme bei Musikern*. Mit einem Geleitwort von Sir Georg Solti. Stuttgart/New York: Thieme, S. 2–29.

Die qualitative Heuristik

„Entdeckung ist Ersatz oder Erweiterung von Bekanntem durch Neues, ist also Veränderung.“⁸ Kinder sind in ihrer Art, die Welt zu entdecken, lebendige Beispiele für heuristische Forschung. Sie beschäftigen sich mit banalen Selbstverständlichkeiten und ergründen diese für ihr eigenes Verstehen. „So erweist sich die geistige Tätigkeit des Forschers und Erfinders wieder als nicht wesentlich verschieden von jener des gemeinen Mannes. Was letzterer instinktiv treibt, gestaltet der Naturforscher zur Methode.“⁹ Heuristische oder entdeckende Forschung mit qualitativen Methoden basiert auf einer an der Universität Hamburg entwickelten Methodologie¹⁰, die in vielen Bereichen Anwendung findet. Dabei wird der Forschungsprozess „als dialogisch gefasst, als angewandte Dialektik.“¹¹

Grundregeln der qualitativen Heuristik

Die Methode der qualitativen Heuristik folgt den nachstehenden Grundregeln.

Regel 1: „Die Forschungsperson soll neuen Konzepten gegenüber offen sein und ihr Vorverständnis ändern, wenn die Daten dem entgegenstehen.“¹²

Beim Vorgehen in einem Forschungsprojekt kann diese Regel zu heftigeren Einschnitten führen, wenn die Hypothesen sich nicht bestätigen. Äußere Faktoren wie Förderungen und Zeitpläne können unerwarteten Erkenntnissen unangenehm im Wege stehen. Dies kann für die Forscherpersönlichkeit eine Herausforderung bedeuten. Hypothesen, die der Forscher zu Beginn aufgestellt hat, können sich während des Forschungsprozesses verändern.¹³ Ebenso wird gefordert, dass die Forscherpersönlichkeit unerwarteten neuen Erkenntnissen gegenüber offen ist. Ernst Mach bemerkt bereits 1905: „Wir dürfen vor ungewohnten Auffassungen, wenn sie auf sicheren Grundlagen ruhen, nicht zurückschrecken. Denn die Möglichkeit, auf fundamental neue Tatsachen zu treffen, hat nicht nur in den früheren Forschungsperioden bestanden, sie besteht auch jetzt noch fort und hat an keinem Tage aufgehört zu bestehen.“¹⁴ Er stellt fest, dass häufig Zufälle dazu führen, dass sich Inkongruenzen zwischen Vorstellungen und Tatsachen zeigen und fühlbar werden. Aber gerade diese führen ggf. zur Lösung von

⁸ Kleining, Gerhard (2001): Offenheit als Kennzeichen entdeckender Forschung. In: Hoock, Claudia/Böhm, Jan M. (Hrsg.). Methodologie qualitativer Sozialforschung (= Kontrapunkt, Bd. 1). Münster: Kontrapunkt, S. 27–36 (= <http://da.ta.onb.ac.at/rec/AC06230553>), S. 27 f.

⁹ Mach Ernst (1968) [Reprografischer Nachdruck von 1926]: Erkenntnis und Irrtum. Skizzen zur Psychologie der Forschung. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, S. 261.

¹⁰ Vgl. Kleining, Gerhard (1982): Umriss zu einer Methodologie qualitativer Sozialforschung. Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie, 34. Jg. Nr. 2, S. 224–253, S. 224 f.

¹¹ Kleining, Gerhard/Witt Harald (2000): Qualitativ-heuristische Forschung als Entdeckungsmethodologie für Psychologie und Sozialwissenschaften: Die Wiederentdeckung der Methode der Introspektion als Beispiel. Forum Qualitative Sozialforschung, 1. Jg. Nr. 1, urn:nbn:de:0114-fqs0001136, Zugriff am 10. April 2014.

¹² Ebd.

¹³ Vgl. Mach 1968, S. 244.

¹⁴ Ebd., S. 249.

Problemen.¹⁵ Immerhin lässt sich sagen, dass jeglicher Aufwand, forschend tätig zu sein und Experimente durchzuführen, nicht sinnvoll ist, wenn der Forscher das Ergebnis seiner Experimente schon vorher kennt.¹⁶ Die Forscherpersönlichkeit muss solchen Zufällen offen gegenüberstehen, sie zu ihrem Vorverständnis in Beziehung setzen und aus diesen neuen Erkenntnissen die nächsten Schritte ableiten. Es ergibt sich daraus eine improvisatorische Grundhaltung der Forscherpersönlichkeit.¹⁷ Regel 1 weist einige Parallelen zur „Grounded Theory“ von Glaser und Strauss (1967) auf. Sie schlägt einen flexiblen Gebrauch der Daten vor, wobei die Theorie nicht zu Beginn des Forschungsprozesses präformiert ist, sondern sich erst im Verlaufe des Prozesses aus den Daten ergibt.¹⁸

Regel 2: „Offenheit des Forschungsgegenstandes“¹⁹

Diese Regel steht in enger Beziehung zu Regel 1 und besagt: „Der Forschungsgegenstand kann sich im Laufe der Forschung verändern; die Forschungsperson soll der Veränderung folgen.“²⁰

Regel 3: „Die Forschungsdaten sollen den Forschungsgegenstand unter maximal strukturell verschiedenen Perspektiven abbilden.“²¹

Dies bedeutet, dass die Daten aus möglichst vielen verschiedenen Perspektiven beleuchtet werden. Die Grenzen des Forschungsgegenstandes werden dadurch größtmöglich erweitert. Beispiele dafür sind die Variation der Forschungsmethoden oder der Versuchspersonen.

Regel 4: Während Regel 3 die Grenzen erweitert, werden sie durch Regel 4 wieder geschlossen. Letztere besagt: „Die verschiedenen Daten werden auf ihre Gemeinsamkeiten hin analysiert.“²²

Unter Gemeinsamkeiten sind hier auch Analogien zu verstehen. Aspekte, die sich nicht in die Struktur integrieren lassen, weil sie inhaltlich zu weit von den Forschungsfragen entfernt zu sein scheinen, werden außerhalb der Grenzen angesiedelt. Das Ergebnis folgt der sogenannten

¹⁵ Vgl. ebd., S. 252.

¹⁶ Vgl. Frey Hans-Jost (2005): Versuch über das Unvorhergesehene. In: Fähndrich, Walter (Hrsg.). 2007. Improvisation 6 [13 Beiträge; 6. Internationale Tagung für Improvisation, Luzern 2005]. Winterthur: Amadeus, S. 107–129, S. 115.

¹⁷ Vgl. Kurt Ronald (2011): Improvisation als Methode der empirischen Sozialforschung. In: Schröer, Norbert/Bidlo, Oliver (Hrsg.). Die Entdeckung des Neuen. Qualitative Sozialforschung als hermeneutische Wissenssoziologie. Wiesbaden: VS Verlag, S. 69–84, S. 69 f.

¹⁸ Vgl. Kleining 2001, S. 27 f.

¹⁹ Ebd., zit. nach: <http://da.ta.onb.ac.at/rec/AC06230553>, Zugriff am 12. Mai 2015.

²⁰ Ebd.

²¹ Ebd.

²² Ebd.

100%-Regel.²³ Die Daten fließen vollständig in das Ergebnis ein. Jede Abweichung von Einzelbeispielen wird mitberücksichtigt, wodurch sich das Ergebnis verändern kann. Die maximale strukturelle Erweiterung der Grenzen (Regel 3) wird durch Methodenwechsel ermöglicht. In diesem Projekt kamen Forschungsgespräche mit Experten, Introspektion und qualitative Experimente als methodische Variationen zur Anwendung. Da vor allem das qualitative Experiment eine besondere Bedeutung im Forschungsprozess hatte, werden im Folgenden die wichtigsten Grundprinzipien dargelegt.

Das qualitative Experiment

„Der Forschungsprozess ist dialogisch bestimmt – durch Fragen, die die Forschungsperson an den Gegenstand richtet und die durch die Befunde beantwortet werden sollen. Auf das qualitative Experiment bezogen heißt dies, dass die Fragen an den Gegenstand in Experimente transformiert werden. Die Antworten (in Form von experimentellen Befunden) und deren Analyse können zu neuen Fragen führen und weitere Experimente nach sich ziehen usw. Es ergibt sich ein adaptives Forschungsdesign, bei dem eine bereits bei ersten vorliegenden Daten begonnene Analyse zur Anpassung der Datenerhebung führen kann.“²⁴ In einem qualitativen Experiment vollzieht der Forscher idealtypisch folgende Schritte:

- „1. Deskription des Gegenstandes: Dieser erste Schritt ist wichtig, denn ohne eine genaue Beschreibung des Gegenstandes kann ein qualitatives Experiment kaum aussagekräftige Ergebnisse zu dessen Struktur erbringen.
2. Experimenteller Eingriff,
3. Deskription des Gegenstandes nach dem Eingriff,
4. Schlussfolgerungen auf seine Struktur.“²⁵

Unter experimentellem Eingriff ist zu verstehen, dass eine Komponente des zu untersuchenden Gegenstandes verändert wird. In der Anwendung dieses Prinzips wurden in diesem Projekt einzelne Aspekte der Bewegungen verändert und die Auswirkungen auf die Improvisationen bzw. das improvisatorische Handeln beobachtet.

Die experimentellen Techniken können nach den folgenden Regeln konstruiert werden:

Reduktion – Abschwächung: Wesentliche Merkmale eines Gegenstandes werden ermittelt, indem Elemente/Funktionen entfernt oder abgeschwächt werden und geprüft wird, ob der Gegenstand bestehen bleibt.

²³ Vgl. Kleining, Gerhard (2007): Qualitative Heuristik. Analyse der Befragung und Berichte. 3. Berliner Methodentreffen Qualitative Forschung, 29.–30. Juni 2007.

<http://www.berlinermethodentreffen.de/material/2007/Texte/Kleining.pdf>, Zugriff am 25. April 2015.

²⁴ Burkart, Thomas (2010) Qualitatives Experiment. In: Mey, Günter/Mruck, Katja (Hrsg.). Qualitative Forschung in der Psychologie. Wiesbaden: VS-Verlag, S. 252–262, S. 252 f.

²⁵ Mayring, Philipp (2002 [1990]): Einführung in die qualitative Sozialforschung. Eine Anleitung zu qualitativem Denken. Weinheim: Beltz, S. 60.

Adjektion – Intensivierung: Dem Gegenstand wird etwas hinzugefügt, seine Elemente werden intensiviert, um seine Struktur zu erforschen.

Substitution: Gegenstandselemente werden durch andere ersetzt, um ihre strukturelle Bedeutung zu erforschen.

Transformation: Der Gegenstand wird transformiert, um seine Struktur zu erforschen. Interessante Transformationen sind Negationen (Gegenteile, Umkehrung, Spiegelbilder).

26

Im Folgenden wird der Forschungsprozess meiner Arbeit detaillierter beschrieben.

Phase 1

Zunächst kamen in Forschungsgesprächen Experten der Improvisation zu Wort. Die folgenden Überlegungen wurden für das theoretical sampling getroffen: Das erste Forschungsgespräch fand zu einem sehr frühen Zeitpunkt mit einer Feldenkrais-Kollegin und professionellen Musikerin statt, die erste Erfahrungen mit meinen Übungen gemacht hatte und wenig Improvisationserfahrung besaß. Das zweite Forschungsgespräch schloss sich erst zehn Monate später an. Die Gesprächspartnerin hatte im Vorfeld Gedanken zur Analogie zwischen Feldenkrais und Improvisation zum Ausdruck gebracht. Sie war ebenfalls Feldenkrais-Kollegin und professionelle Musikerin mit Improvisationserfahrung.

Die Auswertung dieser beiden Gespräche ließ es sinnvoll erscheinen, Personen zu finden, die das Thema nicht aus der Sicht des Feldenkrais-Profis betrachteten. Es folgten zwei Gespräche mit Musikstudentinnen, die in der Lehrveranstaltung „Elementare Improvisation“ mehrere Semester Improvisationserfahrung gesammelt und in Feedbackrunden signifikante Veränderungen ihres Musizierens beschrieben hatten.

Bei der Auswahl eines Gesprächspartners für Forschungsgespräch 5 gab es zwei Aspekte:

1. Das männliche Geschlecht sollte zu Wort kommen.
2. Die Statements eines sehr erfahrenen Experten der Improvisation fehlten in den Daten.

Durch Forschungsgespräch 6 wurde das Spektrum um zwei weitere Gesichtspunkte erweitert:

1. Der Kandidat spielte sehr viel Jazz.
2. Da unter den ersten fünf Gesprächspartnern kein Bläser war, hoffte ich auf Hinweise zum Thema Atmung.

Nachdem die ersten sechs Gesprächspartner professionelle Musiker gewesen waren, befragte ich als siebte Person eine Bratschistin, die erst im Erwachsenenalter mit dem Instrumentalspiel begonnen und von Anfang an improvisiert hatte. Die Vorbildung und auch Verbildung eines

²⁶ Vgl. Burkart 2010, S. 252 f.

professionellen Musikers konnte sie nicht haben, und ich war neugierig, ob sich dadurch neue Aspekte für die Daten ergeben würden.

Forschungsgespräch 8 entstand sehr spontan. Gesprächspartner war nun wieder ein professioneller Musiker, der eine besondere Improvisationsmethodik entwickelt hatte. Er erzählte im informellen Rahmen, dass er häufig einen Feldenkrais Practitioner zu seinen Seminaren einlade, da die Methode seiner Meinung nach so gut zur Improvisation passe. Hiermit hatte ich eine Außensicht auf die Feldenkrais-Methode.

Gesprächspartnerin 9 sah ebenfalls eine Analogie zwischen Feldenkrais-Methode und Improvisation. Sie war noch von Moshé Feldenkrais selbst ausgebildet worden und verbindet im Unterricht mit Schauspielern Feldenkrais-Interventionen mit Improvisationsaufgaben.

Forschungsgespräch 10 war eine Diskussion während einer Autofahrt. Die Gesprächspartnerin war professionelle Musikerin mit sehr viel Improvisationserfahrung. Sie erzählte, dass sie entscheidende Tugenden für das Improvisieren beim Feuerlaufen gelernt habe.

Als Leitfaden dienten die folgenden Themen, die mit den Gesprächspartnern nicht systematisch, sondern in einer freien Form kreuz und quer durchstreift wurden.

1. Improvisation als ein sich selbst organisierender Prozess

Welche aktive Kontrolle haben die Ausführenden in einer Improvisation? Mit welchen Mitteln übernehmen sie die Kontrolle? Gibt es eine innere Einstellung, die erlaubt, die Kontrolle an den Improvisationsprozess selber abzugeben? Inwiefern ist das ein Wunsch oder Ziel für die innere Einstellung beim Improvisieren? In der Systemtheorie und in der Chaosforschung gibt es das Phänomen der seltsamen Attraktoren. Diese stellen den Endzustand eines dynamischen Prozesses dar, der eine fraktale Dimension hat. Spielt dieses Phänomen beim Improvisieren überhaupt eine Rolle? Wenn ja, welchen Einfluss hat es auf die Handlungsweisen beim Improvisieren? Wird es als besonderer Reiz oder Herausforderung empfunden? Gibt es das Bedürfnis, mögliche Unsicherheiten durch künstlerische Eingriffe zu kontrollieren? Gibt es eine körperliche Komponente, die dem entspricht? Welchen Stellenwert hat die eigene Erwartungshaltung für den Verlauf einer Improvisation?

2. Wahrnehmung

Welche Art von Aufmerksamkeit benötigen wir, um den Überblick über das entstehende Kunstwerk und über die eigenen Aktionen im gegenwärtigen Moment zu behalten? Was macht die Konzentration beim Improvisieren aus? Gibt es bestimmte Bereiche, in denen die Aufmerksamkeit besonders intensiv ist? Ist die Wahrnehmung mehr auf das aktive Handeln und die eigene Befindlichkeit gelenkt oder mehr auf das musikalische Geschehen? Welche Eigenschaften hat die innere Haltung beim Improvisieren?

3. Umgang mit Gewohnheiten

Werden Gewohnheiten wahrgenommen? Welche Gewohnheiten erscheinen nützlich? Wann behindern Gewohnheiten die Freiheit? Wie kann man sinnvoll und konstruktiv mit den Gewohnheiten arbeiten und sie manchmal auch überlisten?

4. Bewegungsqualität beim Improvisieren

Welche Verbindung gibt es zwischen Impulsen, die aus dem Körper kommen und der musikalischen Idee? Wie wirkt die improvisatorische Grundhaltung auf die Bewegungsqualität ein?

Beispiele: Ist der Körper bewegungsbereit? Beginnen die Bewegungen bei einem Nullpunkt oder einem neutralen Punkt? Fühlt sich der Körper schwer oder leicht an? Ist es einfach, das Gewicht beim Spielen zu verlagern? Ist es möglich, die Qualität und das Tempo der Bewegungen in jedem Moment zu variieren? Hängt das mit dem Ausdruck zusammen? Wird die Spannung der Muskeln aktiv eingesetzt? Ist sie der Qualität des musikalischen Ausdrucks angemessen? Wie flexibel wird die Atmung benutzt? Hat die Atmung eine Beziehung zum musikalischen Geschehen?

Aus den Ergebnissen der Forschungsgespräche wurde die improvisatorische Handlungsweise abgeleitet und definiert.²⁷

Es stellte sich heraus, dass die Gesprächspartner zur Wechselwirkung zwischen ihrem improvisatorischen Verhalten und ihren Bewegungsempfindungen nur sehr allgemeine Aussagen machen konnten. Bewegungen werden nicht geplant, sondern einfach ausgeführt und sie funktionieren dann erstaunlich gut.

Phase 2

Durch eine Analogie zwischen der Feldenkrais-Methode und der Improvisation wurde die »improvisatorische Bewegungsqualität« definiert und gezeigt, dass in der Feldenkrais-Methode auf einer Metaebene improvisatorische Tugenden geübt werden.

Phase 3

Im dritten Schritt wurden Improvisation und Bewegung in den sogenannten qualitativen Experimenten in insgesamt 16 verschiedenen Versuchsanordnungen kombiniert. Die experimentellen Eingriffe betrafen einzelne Bewegungsaspekte. Das qualitative Experiment findet wie auch andere qualitative Forschungsansätze bewusst nicht unter randomisierten, kontrollierten Bedingungen statt.²⁸ Deshalb war es möglich, intuitiv über die Interventionen zu

²⁷ Siehe die Ausführungen in Abschnitt 5.

²⁸ Vgl. Burkart 2010 S. 252–262.

entscheiden und sie auch im Einzelfall zu modifizieren. Phase 1 der Experimente war eine freie Improvisation. In den meisten Fällen gab es keine Vorbereitung durch eine Feldenkrais-Lektion. Anschließend habe ich je nach Interesse der Versuchsteilnehmer und aufgrund meiner Neugier entschieden, welche der 16 Versuchsanordnungen als Einstieg gewählt wurde. Die Veränderungen bestanden in Aufgaben zur Bewegungskoordination. Zu beobachten waren die Veränderungen in den Improvisationen der Teilnehmer. In der Auswertung der Experimente wurden die Grenzen der Sprache deutlich. Die Personen waren häufig so involviert in ihr Spiel, dass sie sich nicht verbal äußern konnten. An diesem Punkt wurden Aspekte von künstlerischer Forschung einbezogen. Die Audioaufnahmen der Experimente wurden zum Datenmaterial und somit zum Teil der Forschung selber.²⁹

Die Rolle der Forscherin

Die Rolle der Forscherin bedarf einer gesonderten Reflexion. Die Motivation das Projekt durchzuführen, entstand aus persönlichen Erfahrungen direkt aus dem Feld. Eine scheinbar neutrale Perspektive war durch mein Vorwissen und meine persönliche Betroffenheit nicht möglich. Aus diesem Grund wurden die folgenden Perspektiven bewusst eingenommen und reflektiert: Durchführung der Experimente mit einer Dokumentation in einem Introspektionstagebuch,³⁰ Teilnahme an den Experimenten auf Augenhöhe mit den Versuchspersonen, Auswertung der Daten teilweise mit bewusst gesetztem zeitlichen Abstand, der implizite Einfluss meiner künstlerischen und pädagogischen Aktivitäten, die indirekt den Dokumentationsprozess des Projektes geprägt haben.

Phase 1: Die improvisatorische Handlungsweise

Aus den Daten der zehn Forschungsgespräche wurde die im Folgenden zusammengefasste Definition für die „improvisatorische Handlungsweise“ herausgearbeitet.

„Die improvisatorische Handlungsweise, in diesem Fall beschrieben für bewusst gewählte Situationen im Kontext von musikalischen Improvisationsprozessen, setzt sich durch folgende Merkmale von herkömmlichen Handlungsbegriffen ab: Es gibt kein vorherbestimmtes Ziel der Handlung. Natürlich haben improvisierende Musiker das Ziel, qualitativ gute Musik zu spielen. Sie akzeptieren aber das Risiko, dass das Ergebnis offen ist und stellen den Entwicklungsprozess der Improvisation in den Vordergrund. Für die Entstehung eines Improvisationsprozesses bedarf es Situationen, die zu einer kreativen Handlung herausfordern. Die Lösung wird gleichzeitig mit dem Spielen gesucht. Beschränkungen sind als Herausforderungen eine Hilfe. Sie können gesetzt sein oder sich im Improvisationsprozess selber ergeben. Während eines Improvisationsprozesses entsteht ein ständiges Wechselspiel

²⁹ Vgl. zu Prinzipien der künstlerischen Forschung Klein, Julian (2010): Was ist künstlerische Forschung? In: Stock, Günter (Hrsg.). Wissenschaft trifft Kunst. Berlin: Akademie-Verlag, S. 25–28.

³⁰ Das Introspektionstagebuch ist vollständig unter forschung.corinna-eikmeier.de einsehbar.

zwischen Ausgangs- und Anschlussaktionen.³¹ Eine Ausgangsaktion muss so offen gespielt werden, dass Anschlussaktionen folgen können. Für Anschlussaktionen gibt es verschiedene Strategien und Fragestellungen, die sich auf die Kommunikation im Ensemble oder auf das musikalische Material und dessen Weiterverarbeitung, Veränderung oder Unterbrechung richten können. Die oben beschriebenen Fragestellungen beschäftigen den Spieler zwar, wie es Gespräche nach Improvisationen zeigen. Die Entscheidungen müssen jedoch häufig in sehr kurzer Zeit getroffen werden. Eine Improvisation ist ein sich ständig veränderndes Gebilde und lässt keine ausgedehnten Reflexionen oder gar kreative Pausen zu. In Improvisationen gibt es „magische Momente“, in denen Spieler und Musik so zu verschmelzen scheinen, dass das Unvorhersehbare der Improvisation die Spieler überrascht. Intuitive Handlungen können zu einer enormen Klarheit führen. Handlungsimpulse werden ohne Zögern umgesetzt. Voraussetzung dafür ist eine neutrale Grundhaltung, aus der heraus in jedem Moment eine Handlung starten kann. Zwischen dem Spieler und der Ausführung eines Impulses gibt es keine Reflexionen mehr. Musikimmanente Strukturen und Logiken bestimmen ebenfalls den Improvisationsprozess. Es entsteht ein Wechselspiel zwischen der Führung von musikimmanenten Strukturen und der Steuerung durch die Entscheidungen der Spieler. Es erscheint ein Handlungsbegriff, der zwischen der Ratio und der reinen Intuition steht und der sich aus diesem Grunde nicht zuordnen lässt, sondern für die Bearbeitung der zentralen Forschungsfrage mit diesen Facetten stehengelassen werden soll.“³²

Umgang mit der Musik

Bei musikalischen Improvisationen spielen die Gesetzmäßigkeiten der Musik eine Rolle. Da es in diesem Projekt keinen Fokus auf einen spezifischen Musikstil gab, wurden Kriterien der musikimmanenten Gesetzmäßigkeiten allgemein beleuchtet.

In den musikimmanenten Gesetzmäßigkeiten, mit denen der Improvisator spielt, stehen die Spannungen sowohl zwischen einzelnen Klängen und Tönen als auch von großen formalen Entwicklungen stärker im Vordergrund als dies beim Interpretieren auskomponierter Werke häufig der Fall ist. Sowohl Jacoby als auch Celibidache beschäftigen sich mit den Spannungsverhältnissen der Töne und Klänge, dem Unsichtbaren, dem, was sozusagen zwischen den Zeilen steht. Heinrich Jacoby beschreibt die analysierbaren Aspekte der Musik als Architektur, während die Spannungsverläufe zwischen Klängen von ihm als Energieverläufe beschrieben werden. Klänge an sich sind für ihn noch keine Musik. Sie können unter der Voraussetzung, dass sie von Energie durchflossen werden, zu Musik werden.³³ Auch Sergiu Celibidache beschreibt in seinem Vortrag „Über musikalische Phänomenologie“, dass die bloße

³¹ Zur Definition von Ausgangs- und Anschlussaktionen vgl. Bertram, Georg W. (2010): Improvisation und Normativität. In: Bormann, Hans-Friedrich/Brandstetter, Gabriele/Matzke, Annemarie (Hrsg.). 2010. Paradoxien des Unvorhersehbaren. Kunst – Medien – Praxis. Bielefeld: Transcript, S. 21–40, S. 23.

³² Aus Eikmeier 2016, S. 101.

³³ Vgl. Jacoby, Heinrich (1984): Jenseits von „musikalisch“ und „unmusikalisch“. Die Befreiung der schöpferischen Kräfte dargestellt am Beispiele der Musik. Hrsg. von Sophie Ludwig. Hamburg: Christians, S. 55.

Existenz eines Klanges noch keine Musik ist. „Musik ist nicht etwas. Etwas kann unter bestimmten einmaligen Voraussetzungen Musik werden. Und dieses ‚Etwas‘ ist der Klang. Also: Klang ist nicht Musik; Klang kann Musik werden.“³⁴ Der Improvisator entwickelt seine Musik aus der Botschaft „zwischen den Zeilen“, da er nicht auf eine vom Komponisten vorgegebene Architektur zurückgreifen kann, während der Interpret diese innerhalb der bestehenden Strukturen erspüren muss. Die Gesetzmäßigkeiten der Energieverläufe, die immer eine Zielrichtung haben müssen, sind unabhängig vom Musikstil vorhanden. Der Improvisator kann im Rahmen dieser Gesetzmäßigkeiten mit den Erwartungen spielen und Spannungsverläufe verändern. Durch Emergenz entstehen in der Improvisation neue Strukturen,³⁵ was sich besonders sinnfällig bei Wendepunkten oder Schlüssen zeigt. Damit sich diese Strukturen herausbilden können, tauchen die Spieler in „magische[n] Momente“³⁶ ein. Sie verbinden sich so stark mit der Musik, dass sie selber von der Emergenz überrascht werden. Es kostet viel Kraft, sich emergierenden Strukturen zu widersetzen und vollkommen individuell zu agieren.³⁷

Die Entscheidung, ob vollkommen isoliertes Spiel als extreme Form des Eingriffes gewählt wird, ob die Spieler den organischen Entwicklungen der Musik mehr folgen oder sie an gewählten Punkten stören möchten, sind ästhetische Fragen. Es sind Möglichkeiten, mit denen die Spannung der Musik verändert oder das Unvorhersehbare in einer Improvisation stärker zum Spielball werden kann.

Kommunikation in der Improvisation

Sobald mehr als ein Musiker an der Improvisation beteiligt ist, es sich also nicht um eine Soloimprovisation handelt, wird die Kommunikation im Ensemble zu einem konstitutiven Element. Die musikalische Logik wird gemeinsam eruiert und gesteuert, wobei sich die Spieler nonverbal verständigen bzw. bestimmte Kommunikationsformen verabreden. Während der „klassische“ Komponist sein Werk alleine erschafft, entsteht eine Ensemble-Improvisation immer durch Kommunikation und in einem Kontext. Ein Improvisationsensemble ist in gewisser Weise vergleichbar mit einem lebendigem Organismus, der sich wandelt und sich selbst organisiert. Ihm eigen ist eine Prozesshaftigkeit, die sich durch die Improvisationen selbst, aber natürlich auch die Probenarbeit und die Auseinandersetzungen über die Qualität der Improvisationen entwickelt. Feste Formationen können vorteilhaft sein, weil die verschiedenen Möglichkeiten in Ruhe gemeinsam ausprobiert werden können. Sie können aber auch eine

³⁴ Celibidache, Sergiu (22008 [12001]): Über musikalische Phänomenologie. Ein Vortrag und weitere Materialien (= Celibidachiana. Eine Edition der Sergiu-Celibidache-Stiftung, hrsg. von Patrick Lang und Mark Mast: Werke und Schriften, Band 1). Augsburg: Wißner, S. 10.

³⁵ Vgl. Gagel, Reinhard (2010): Improvisation als soziale Kunst. Überlegungen zum künstlerischen und didaktischen Umgang mit improvisatorischer Kreativität. Mainz: Schott.

³⁶ Dieser Begriff ist aus einem Forschungsgespräch entnommen. Die Gesprächspartnerin verwendet ihn während des gesamten Gesprächs, um ihr Handeln in der Gegenwart zu beschreiben.

³⁷ Ich habe in vielen Versuchen ausprobiert, Improvisationsgruppen zu vollkommen individuellem Spiel zu bringen. Das Bedürfnis zusammen zu spielen, vor allem in einem gemeinsamen Metrum, scheint so stark, dass es unmöglich ist, sich dem zu widersetzen.

Gefahr sein, wenn sich stereotype Mechanismen in der Rollenverteilung etablieren. Damit ein Improvisationsensemble als lebendiger Organismus flexibel bleibt, müssen die Mitglieder sich in verschiedenen Organisationsformen bewegen können.³⁸ Dabei ist die Rollenverteilung, Klarheit über Formen von Führen und Folgen, Formen von individuellem Spiel und kollektiven Entwicklungen wichtig. Nur dann kann ein Ensemble wirklich zu einer Gruppe verschmelzen und ohne Absprachen im gegenwärtigen Moment den Anforderungen der Musik auf eine stimmige Weise begegnen.

Die Bedeutung der Wahrnehmung

„Man kann nicht zweimal in denselben Fluss steigen.“ Heraklit

Ein Sinneseindruck ist im Kontext einer Improvisation einmalig. Für auditive Wahrnehmung ist dies in alltäglichen Kontexten nicht außergewöhnlich. Jeder akustische Eindruck erklingt nur einmal, z. B. in der gesprochenen Alltagssprache.

Die Grundeinstellung („registrierender Apparat“)³⁹ lässt sich auf die anderen Dimensionen der Wahrnehmung ebenso übertragen. Nur wenn die Sinneseindrücke den Musizierenden in seinem tiefsten Inneren berühren, fließen sie sicher in sein Spiel ein. Sobald sie durch Einbildung verfälscht werden, kann der Entstehungsprozess einer Improvisation massiv gestört werden.

Nur ein wahrhaftiger Impuls ermöglicht Verständigung. Dies ist der Fall, wenn er unmittelbar, also ohne Zögern umgesetzt wird. Ein Sinneseindruck, der wirklich empfunden wird, verwandelt sich gewissermaßen zu einem Impuls und bleibt nicht äußerlich, sondern berührt die Person tatsächlich. Er erhält damit die gleiche ehrliche Unmittelbarkeit wie ein Impuls des Spielers selbst. Der Impulsgeber und der Impulsempfänger, die Klangeindrücke, die Energieverläufe und die Verbindungen unter den Mitspielern verschmelzen zu einer Einheit. Die authentische Wahrnehmung im Zeitfenster der Gegenwart ist gleichsam Klebstoff für den Zusammenhalt aller an der Improvisation beteiligten Komponenten und sie fungiert auch als Antriebskraft für den Entstehungsprozess der Improvisation.

Improvisation als „Autopoiesis“ in der Gegenwart – ein Modell

Aus den bislang erörterten Zusammenhängen wird im Folgenden Improvisation als sich selbst entwickelnder, an die Gegenwart gebundener Prozess, definiert. Der Terminus „Autopoiese“ wird metaphorisch verwendet und deshalb durchweg in Anführungszeichen gesetzt, denn es würde in keinsten Weise wissenschaftlichen Ansprüchen gerecht werden, sich direkt auf die

³⁸ Vgl. zu den verschiedenen Organisationsformen eines Improvisationsensembles Eikmeier 2016, S. 120–124.

³⁹ Vgl. Jacoby 1984, S. 64–67.

Neurobiologen Humberto Maturana und Francisco Varela zu beziehen. Die folgende vereinfachte Definition bildet die Grundlage für das nachstehende Modell.

Ein „autopoietisches“ System produziert sich aus sich selber, immer vorausgesetzt, dass genügend Nahrung vorhanden ist. Es muss Grenzen haben und von anderen Systemen zu unterscheiden sein. Es besteht aus verschiedenen Komponenten, die klar voneinander unterscheidbar sind und in ständiger Wechselbeziehung und Abhängigkeit stehen. Das System lässt für den Stoffwechsel Substanzen durch seine Grenzen hindurch. Es ist durch „Perturbationen“ von außen angreifbar und zerstörbar.

Da dieses Modell eine große Verwandtschaft mit dem improvisatorischen Prozess hat, werden die bis hierher beschriebenen Aspekte damit verbunden und zusammengefasst. Nicht zuletzt auch die Tatsache, dass in den bisherigen Ausführungen der rote Faden in der Anbindung der improvisatorischen Handlungsweise an die Gegenwart bestand, soll dieser im Folgenden in den Mittelpunkt gerückt werden.

Rahmenbedingungen der Improvisation

Die Art der Situation wird bestimmt, zum Beispiel Konzert-, Proben- oder Unterrichtssituation. Es wird geklärt, ob der Improvisation Konzepte oder Vorgaben zugrunde liegen sollen.⁴⁰

Die folgenden Komponenten sind miteinander vernetzt und wirken in den künstlerischen Entstehungsprozess der Improvisationen hinein:

- Der Musizierende (einschließlich seines Instrumentes beziehungsweise der Stimme), der sich bewusst zur Improvisation als Kunstform entschieden hat.
- Die Musik mit ihren eigenen Gesetzmäßigkeiten (unabhängig von einem festgelegten Stil).
- Die Mitspieler eines Ensembles, sofern es keine Soloimprovisation ist.
- Der Spielort, sofern er in die Improvisation eingebunden wird.

Indirekte Komponenten der Improvisation

- Anwesenheit des Publikums
- Geräusche, die ungeplant von außen eindringen und von den Spielern in die Improvisation integriert werden (zum Beispiel Vogelgezwitscher oder ein aufdringliches Handyklingeln). Derartige akustische Inspirationen werden erst dann als Teil der Improvisation betrachtet, wenn sie von den Spielern aufgenommen und weiterentwickelt werden und nicht aus dem Grunde ihrer schlichten Existenz.
- Perturbationen

Vergleichbar mit der Natur ist auch die Improvisation als „Autopoiesis“ Störungen und Gefahren ausgeliefert. Störungen – wie zum Beispiel Vermeidung von Fehlern, Planung und Kontrolle,

⁴⁰ Die Klärung der Rahmenbedingungen war für die Experimente dieses Projektes wichtig. In der Realität sind sie nicht immer vor einer Improvisation geklärt.

Angst vor Schwierigkeiten oder der Wunsch ein Erfolgserlebnis zu wiederholen – bringen die Spieler mental aus der Gegenwart in andere Zeitebenen. Die Reproduktion von Erfolgserlebnissen bringt sie in ihren Gedanken in die Vergangenheit. Fehlervermeidung und technische Kontrolle bringen sie mental in die Zukunft.

- Wahrnehmung als Klebstoff

Eine authentische Wahrnehmung der Gegenwart hält die Komponenten der Improvisation wie ein Klebstoff zusammen. Jede Störung schwächt die Wahrnehmung und führt dazu, dass sich die Handlung weniger auf den Moment beziehen kann.

- Gegenwart als Lebensraum

In der Gegenwart sind alle Komponenten der Improvisation verbunden. Nur unter diesem Umstand kann das Unvorhersehbare auftauchen. Unvorhersehbar ist nur, was für den konkreten Moment einmalig ist. Die Improvisation wird unter diesen Umständen zu einem Spiel ohne äußeren Zweck. Die Zeit gehört allein dem improvisatorischen Prozess.⁴¹

Phase 2: Die improvisatorische Bewegungsqualität

Die Themen der qualitativen Experimente wurden aus den nachstehenden Kriterien für optimale Bewegung entwickelt. Vor allem die Frage, wie es zu Bewegungsbereitschaft in jedem Moment kommen kann und Änderungen von Bewegungen jederzeit möglich sind, ist für improvisatorisches Handeln interessant.

Bewegungsbereitschaft wird durch eine Ausgangsstellung begünstigt, aus der möglichst viele Bewegungen ohne Vorbereitung ausgeführt werden können. Wer beispielsweise auf der vorderen Kante eines Stuhls sitzt, ist handlungsbereit, wenn er ohne Vorbereitung aufstehen kann. Befinden sich die Füße aber unter dem Stuhl oder sind weit nach vorne ausgestreckt, dann muss man sich vorbereiten, bevor man aufsteht. Es sind also zwei Bewegungen nötig, da die alte Position nicht mit einer Bewegung verlassen werden kann.

Neutrale Position

Das Prinzip der neutralen Position lässt sich auf die Position des ganzen Körpers oder auch nur einzelner Körperteile anwenden. Aus einer neutralen Position sind auf der Stelle Bewegungen und Handlungen in jede Richtung möglich. Denn: „Im Neutralzustand sind wir weitgehend gleichgültig und weder in die eine noch in die andere Richtung motiviert.“⁴² Zudem kann das Gewicht in jede Richtung verlagert werden. „Jede Bewegung, die so erlernt wird, daß ein vorbereitendes Neu-Arrangement vorangehen muss, um sie ausführen zu können, bedeutet, daß das System schlecht organisiert ist.“⁴³ Der Vorteil einer neutralen Position besteht darin, dass von ihr aus erheblich mehr verschiedene Bewegungen ohne Vorbereitung möglich sind.

⁴¹ Vgl. dazu Eikmeier (2016), S. 167-180

⁴² Feldenkrais, Moshé (1989): Das starke Selbst. Anleitungen zur Spontaneität. Frankfurt am Main: Insel, S. 242.

⁴³ Ebd.

Dynamisches Gleichgewicht

Feldenkrais betont, dass ein dynamisches Gleichgewicht immer einem statischen Gleichgewicht vorzuziehen sei.⁴⁴ Er folgert daraus, dass es nie nur eine korrekte Haltung geben kann. Das Kriterium für eine gute Haltung sei vielmehr, dass jede Handlung aus ihr ohne Anstrengung in jedem Moment ausführbar sei.⁴⁵ Darüber hinaus sei eine Haltung „dann gut, wenn sie nach einer großen Störung ihr Gleichgewicht wiedererlangen kann.“⁴⁶

Im Bezug auf die Forschungsfragen des Projekts ergaben sich folgende Unterfragen, die experimentell bearbeitet wurden:

Werden insbesondere beim Improvisieren bevorzugt dynamische Positionen gewählt?

Verändert sich das Spiel, wenn die Positionen noch dynamischer werden oder künstlich stabil gehalten werden?

Motor und Teleskop

„Jede korrekte Handlung beginnt mit einer Bewegung des Beckenknochens, der sich so verschiebt, daß er die Wirbelsäule und den Kopf in die neue Stellung bringt, ohne dabei die völlige Bewegungsfreiheit des Kopfes im Geringsten zu beeinträchtigen. Kontrolle über Kopf und Becken sind daher jeder korrekten Handlung unabdingbar, und keinem von beiden lässt sich der Vorrang zusprechen: Beide müssen richtig gelenkt werden, wenn eine korrekte Handlung erfolgen soll. Bei manchen Handlungen ist die Stellung des Kopfes auffallender und aufschlussreicher und der entscheidende Faktor obendrein; aber ohne richtige Kontrolle des Beckens könnte sie gar nicht zustande kommen.“⁴⁷

Die Frage, wo Bewegungen beginnen bzw. von wo sie gesteuert werden, war eine Inspiration für die experimentelle Weiterführung des Projekts.⁴⁸

Die Fähigkeit, den Nacken kontinuierlich leicht bewegen zu können, ist für den Menschen gleichermaßen wie für Tiere eine Grundvoraussetzung für Reaktion. Tiere beispielsweise im Urwald bewegen beständig ihren Kopf und sind somit bereit, unmittelbar auf jede Gefahr zu

⁴⁴ Feldenkrais, Moshé (2010): Higher Judo. Groundwork. Berkeley/California: North Atlantic Books. S. 22.

⁴⁵ Vgl. u.a. Feldenkrais, Moshé (1985): Die Entdeckung des Selbstverständlichen. Aus dem Amerikanischen übersetzt von Franz Wurm. Frankfurt am Main: Insel, S. 86 und Feldenkrais, Moshé (1994): Der Weg zum reifen Selbst. Phänomene menschlichen Verhaltens. Paderborn: Junfermann, S. 128.

⁴⁶ Feldenkrais 1985, S. 74.

⁴⁷ Feldenkrais, 1989, S. 191.

⁴⁸ Vgl. im Onlinebereich die Versuchsanordnungen 9-11.

reagieren.⁴⁹ Abgesehen davon, dass Menschen zum selben Zweck einen beweglichen Nacken benötigen, ist die Erkundung der Umgebung mit einem festgehaltenen Kopf nicht möglich.⁵⁰

Auch beim musikalischen Improvisieren ist der Kontakt zur Außenwelt ganz besonders wesentlich. Die Wahrnehmung findet in der Gegenwart und im Moment statt und der Improvisator reagiert idealerweise unmittelbar auf die Sinneseindrücke. Daraus leitet sich die Frage ab, ob sich eine forschende, improvisatorische Handlungsweise positiv auf die Beweglichkeit von Augen und Nackenmuskeln auswirkt. Die Frage wurde experimentell bearbeitet.

Atmung

Das Thema Atmung kann zum Hauptthema einer Feldenkrais-Lektion werden. Streng genommen ist jedoch Atmung stets ein integraler Bestandteil jeder Lektion, weil sie nicht nur ein Merkmal, sondern in vielen Fällen auch ein zentrales Kriterium für Bewegungsqualität ist. So lässt sich an der Atmung überprüfen, ob Bewegungen und Handlungen stimmig sind. Übermäßige Konzentration, Anstrengung, Fixierung auf ein Ziel wie auch ein fehlendes Interesse für die Qualität des Weges behindern die freie und ungestörte Atmung. Umgekehrt wird bei jeder qualitativen Verbesserung der Bewegungen auch die Atmung positiv beeinflusst. Es gehört zur Erlebnissphäre eines Musikers, dass der Atem nicht nur einfach als selbstverständlich hingenommen und angenehm empfunden wird, sondern auch wesentlicher Träger des Ausdrucks ist.⁵¹ Wolfgang Rüdiger beschreibt diese Verbindung wie folgt: „Bewusstes Atmen aus dem Geist der Musik macht einerseits auf den Körper aufmerksam, den es sensibilisiert, und intensiviert andererseits die Klang- und Ausdrucksgestaltung vom Einzelton und Einsatzakkord über die musikalische Geste bis zu großformalen Spannungsverläufen. Musikalisch-körperliche und körperlich-musikalische Aspekte verschränken sich dabei.“⁵² Des Weiteren sieht er den Atem sowohl als „integrale Brücke zwischen Körper und Musik und als musikalisches Phänomen, in dem sich Prinzipien und Parameter musikalischer Gestaltung wie Spannung und Lösung, Tempo, Metrum, Rhythmus, Dynamik, Phrasierung, Artikulation und Klangfarbe sinnfällig widerspiegeln. So ist Musik die

⁴⁹ Vgl. Feldenkrais, Moshé (1990): Die Feldenkraismethode in Aktion: Eine ganzheitliche Bewegungslehre. Aus dem Amerikanischen übersetzt von Thomas Kirschner. Paderborn: Junfermann, S. 54 f.

⁵⁰ Vgl. Feldenkrais, Moshé (2007): Feldenkrais® Professional Training Program. Amherst Massachusetts, week 1 year 1, 9–13 June 1980. Paris: International Feldenkrais Federation S. 20.

⁵¹ Langer-Rühl, Hilde/Muhar, Franz/Coblenzer, Horst (1970): Zwerchfelldynamik beim Atmen, Singen und Musizieren [Film]. Wien: Österreichisches Bundesinstitut für den Wissenschaftlichen Film.

Langer-Rühl, Hilde/Muhar, Franz (1980): Atemführung und Körperhaltung beim Musizieren [Film]. Wien: Österreichisches Bundesinstitut für den Wissenschaftlichen Film.

Rüdiger, Wolfgang (1995): Der musikalische Atem. Atemschulung und Ausdrucksgestaltung in der Musik. Mit Texten von Heinz Holliger und Nicolaus A. Huber. Aarau: Nepomuk.

⁵² Rüdiger, Wolfgang (2007): Der musikalische Körper. Ein Übungs- und Vergnügungsbuch für Spieler, Hörer und Lehrer. Mainz: Schott, S. 15.

beste Möglichkeit, ‚zu Atem zu kommen‘, im doppelten künstlerisch-körperlichen Sinne.⁵³ Zusammenfassend beschreibt er, warum der Atem einen „grundlegenden Beitrag zur Verschmelzung körperlich-seelischer und künstlerischer Ausdrucksgehalte im musikalischen Vortrag“⁵⁴ leistet.

Dabei ist der Atem für die folgenden Verbindungen ein tragendes Element:

- Einheit zwischen Instrument und Spieler
- Identifikation zwischen Mensch und Musik
- Einheit im Werk (Synthese in stimmiger Interpretation)
- Sinnliche Einheit zwischen Interpreten und Hörern
- Einheit zwischen Körper und Seele⁵⁵

Umkehrbarkeit

Neben der Atmung benennt Feldenkrais die Umkehrbarkeit als ein Hauptmerkmal für eine optimale Bewegung. Damit ist gemeint, dass sie jederzeit gestoppt und in die Gegenrichtung ausgeführt werden kann. Umkehrbarkeit impliziert des Weiteren, dass es in jedem Moment möglich sein sollte, die Bewegung in eine andere zu verwandeln.

Insbesondere die Umkehrbarkeit ist auch für die improvisatorische Handlungsweise von Bedeutung. Sie ist nur möglich, wenn eine Bewegung optimal ausgeführt wird.

Um zu überprüfen, ob eine Bewegung umkehrbar ist, muss sie extrem langsam ausgeführt werden. Feldenkrais macht darauf aufmerksam, dass es bei Umkehrbarkeit nicht allein um das Verstehen, sondern vielmehr um dessen Erleben geht.⁵⁶ „Umkehrbarkeit ist ein Wesenszug aller korrekten Handlung, selbst des Schlafs. Wer gut koordiniert und reif ist – wie man dies unter Menschen findet, die sich aus ihrem Beruf haben ihr Vergnügen machen können (und umgekehrt) –, kann einschlafen, wann er möchte und aufwachen, wann immer es nötig ist. Gesunden Tieren und Menschen macht es nichts aus, geweckt zu werden, da sie jederzeit und ohne Schwierigkeit zu schlafen aufhören und den Schlaf wieder aufnehmen können. Die Fähigkeit, eine Handlung, einen Vorgang anzuhalten, wieder in Gang zu setzen, ihn umzukehren oder ihn überhaupt fallen zu lassen, ist eines der empfindlichsten Kriterien richtigen Handelns und richtiger Haltung.“⁵⁷ Eine Bewegung kann nur umkehrbar sein, wenn sie mit dem geringsten Kraftaufwand ausgeführt wird. Umkehrbarkeit entspricht in der Bewegung dem dynamischen oder labilen Gleichgewicht. Es bedarf keiner Energiezufuhr von außen, um die Bewegung auszuführen.⁵⁸

⁵³ Ebd.

⁵⁴ Rüdiger, 1995, S. 161.

⁵⁵ Vgl. ebd. S. 161 f.

⁵⁶ Vgl. Feldenkrais 1989, S. 217.

⁵⁷ Ebd. S. 159.

⁵⁸ Vgl. ebd. S. 244.

Verbindung zur Forschungsfrage: Umkehrbarkeit ist ein zentrales Merkmal der improvisatorischen Handlungsweise. Es ist zwar nicht möglich, eine Improvisation umzukehren, vorstellbar ist jedoch, aus einer neutralen, umkehrbaren Grundhaltung heraus auf die Gegebenheiten des Augenblickes eingehen zu können. Dies wird dadurch begünstigt, dass das der Umkehrbarkeit implizite Moment, jederzeit in der Lage zu sein, eine Handlung nicht auszuführen oder zu stoppen, inbegriffen ist.

Bewegungsqualität als Komponente für die improvisatorische Handlungsweise

Die Bewegungsqualität, die im Zentrum der Forschungsfrage steht, wurde mit den von Feldenkrais beschriebenen Kriterien vorläufig definiert. Der improvisierende Musiker, der in ständiger Verbindung mit der Musik, mit den Mitspielern und natürlich auch mit sich selbst steht, muss alles, was er vorhat, in eine hochdifferenzierte Bewegungsform umsetzen. Das Merkmal der Umkehrbarkeit lässt sich beim Musizieren leider nicht überprüfen. Sobald ein Musiker eine Bewegung so langsam macht, wie es notwendig wäre, verändert sich die Handlung an sich zu stark. Es kann also nur das Gefühl einer umkehrbaren Handlung eine Rolle spielen. Die Faktoren, die Umkehrbarkeit überhaupt möglich machen (dynamisches Gleichgewicht, Organisation von Becken und Kopf, Atmung) lassen sich beobachten bzw. künstlich verändern. Das Gefühl der Leichtigkeit während einer umkehrbaren Bewegung kommt zustande, weil überflüssige Muskelaktivitäten vermieden werden. Wenn dieses Optimum gegeben ist, dann wäre der Spieler auch in seinem Bewegungsverhalten spontan und bereit, sich in den „autopoietischen“ Prozess der Improvisation einzubringen.

Die Verbindung zwischen Spieler, Musik, Mitspielern und dem ganzen Prozess an sich ist sehr intensiv. Es stellt sich daher die Frage, ob angesichts dieser Herausforderung die Kriterien optimaler Bewegung beim Improvisieren erfüllt werden. Bedenkt man, dass spontanes Verhalten in Verbindung mit improvisatorischem Denken und Reagieren mit einem bewegungsbereiten Körper leichter ist, Spielbewegungen sich mit der Musik vereinen und die Verschmelzung mit einem Mitspieler oder den Mitspielern so intensiv sein kann, dass die Bewegungen automatisch in den Prozess integriert werden, bot es sich an, die Bewegungen des Musikers beim Improvisieren separat zu betrachten. Demzufolge wurde die Verknüpfung von Bewegungsqualität mit den anderen Komponenten der Improvisation in den qualitativen Experimenten untersucht.

Analogie zwischen der Feldenkrais-Methode und der improvisatorischen Handlungsweise

- Es herrscht ein Forschungsgeist im Tun selber.
- Die Situationen fordern eine kreative Problemlösung.
- Befreiung von Werturteilen ist die Voraussetzung für Entwicklung.
- Die Qualität des Tuns ist wichtiger als das Ziel.
- Authentische Wahrnehmung trägt die Prozesse.

- Die Sensibilität für kleine Unterschiede ermöglicht Qualität.
- Die kritische Auseinandersetzung mit Gewohnheiten ist wichtig, damit sich das Lernen und Handeln auf die gegenwärtigen Situationen beziehen kann.
- Die Akzeptanz von Einschränkungen ist die Voraussetzung für einen kreativen Prozess innerhalb des gesetzten Rahmens.
- Sprache innerhalb kreativer Prozesse beruht auf der Problematik, dass sich die Gegenwart durch die Errungenschaft des Sprechens nicht einfangen lässt. Entweder wird bereits vorher Gedachtes reproduziert oder es wird aus einer Distanz auf Vergangenes zurück geblickt. Häufig entstehen verallgemeinernde Aussagen, die sich nicht auf die konkrete Situation beziehen.
- »Fehler« werden neutral wahrgenommen und werden so zu neuen Impulsen.
- Perturbationen durch Fehlervermeidung, Angst, Vorplanung und ausschließlich kognitive Denkprozesse behindern den Bezug zur gegenwärtigen Situation.
- Die Handlungen können sich auf die Gegenwart beziehen, sobald sie umkehrbar sind, das heißt, dass sie zu stoppen oder zurückzunehmen sind oder in eine andere Handlung verwandelt werden können.
- Handlungsbereitschaft in jedem Moment in jede Richtung ermöglicht Entscheidungen in der Gegenwart und deren unmittelbare Umsetzung in Aktion.
- Das organische Lernen darf unter keinen Umständen von außen gesteuert werden. Es ist extrem störanfällig und wird unterbrochen, sobald der Lernende aus seinem zielungebundenen, in der Gegenwart verhafteten Tun herausgebracht wird.

Phase 3: Aus dem qualitativen Labor⁵⁹

Im qualitativen Labor wurden Bewegungsaspekte der improvisatorischen Bewegungsqualität mit der improvisatorischen Handlungsweise konfrontiert. Es gab insgesamt vier fiktive Laborräume mit den folgenden Themen⁶⁰:

1. Muskelspannung
2. Dynamisches Gleichgewicht
3. Impulse
4. Atmung

Im Folgenden wird aus jedem Laborraum ein Beispiel präsentiert.

⁵⁹ Im qualitativen Labor fanden 49 Experimente mit 16 Versuchsanordnungen statt, die in vier Themenblöcke, sogenannte Laborräume aufgeteilt waren.

⁶⁰ Die Auswahl der Themen ist aus den Erkenntnissen der Kriterien für improvisatorische Bewegungsqualität hervorgegangen.

Laborraum 1

Versuchsanordnung – Käfer/Boot Die Aufgabe bestand darin, einen imaginären Käfer oder ein Boot auf der Horizonthöhe zu beobachten und dabei den Kopf und die Augen gleichmäßig zu bewegen. Die Bewegung sollte unabhängig vom musikalischen Ausdruck immer weitergehen.

Beispiel Die Versuchsperson ist ein zwölfjähriger Junge. Er gehört zu den Versuchspersonen, die keine Worte finden, und somit muss die Musik die Ergebnisse transportieren.

Beim Hören der Dokumentation ist deutlich, wie sich die Bewegung und der musikalische Ausdruck zusammenfügen. Das Stück ähnelt einem langsamen Trauermarsch. Eine Synchronisation von Ausdruck und Bewegung war in den Experimenten häufig zu beobachten. In der darauffolgenden freien Improvisation verwendet die Versuchsperson wesentlich mutiger experimentelle Klangfarben.⁶¹ Der Mut, neue Möglichkeiten zu erproben, war in vielen Beispielen verteilt über alle Versuchsanordnungen zu beobachten.

Laborraum 2

Versuchsanordnung – dynamisches und stabiles Gleichgewicht Die Versuchsanordnungen in diesem Laborraum waren vergleichsweise einfach. Die Versuchspersonen wurden gebeten, ihre Spielposition zu verändern und in der veränderten Position frei zu improvisieren.

Beispiel Unmittelbare »magische Momente« traten in diesem Laborraum auffällig oft auf. Die Personen waren offenbar durch die veränderten Positionen verstärkt bereit, ohne Verzögerungen zu reagieren, wodurch plötzliche Wendepunkte der Formteile und plötzliche Schlüsse entstanden. Es schienen keine Denkprozesse zwischen dem Handeln und Reagieren und der Unvorhersehbarkeit dieser magischen Momente zu stehen. Die Versuchsperson ist die älteste Teilnehmerin der Experimente. Sie ist 83 Jahre und sehr energiegeladen. In dem Beispiel sitzt sie mit einer Pobacke auf einem Stuhl. In der Improvisation ist exemplarisch deutlich eine Tendenz zu plötzlichen Wendepunkten und Schlüssen zu hören. Dieses Phänomen trat in diesem Laborraum besonders gehäuft auf. Zudem beschreibt die Versuchsperson ein für sie vollkommen neues, unvorhergesehenes Gefühl:

»That was the first time, that I felt my heart beating. [...] it is probably triggering some places, where I love to be on my Cello. I love certain parts of the sounds. It is a special exiting kind of thing. [...] Emotionally I was closer to the parts of my Cello. The sound parts. The sound parts, that I like so much.«⁶²

⁶¹ Vgl. Experiment 12 Phase 4 und 5. Hörbeispiele: E12 Phase 4 und E12 Phase 5 unter <http://forschung.corinna-eikmeier.de>

⁶² Vgl. Experiment 24 Phase 2, Hörbeispiel E24 Phase 2 unter <http://forschung.corinna-eikmeier.de>

Laborraum 3

Versuchsanordnung – der Motor In den Experimenten haben sich die Versuchspersonen Körperteile ausgesucht, von denen aus sie ihre Bewegungen gesteuert haben. Teilweise waren es proximale Regionen, wie Becken, Bauchnabel oder Lendenwirbelsäule. Teilweise waren es auch sehr distale, schwerer zugängliche Körperteile, wie zum Beispiel ein Ohrläppchen oder ein kleiner Zeh.

Die musikalische Aufgabenstellung war folgendermaßen: Die Impulse für die musikalischen Aktionen sollten aus dem Gespür für den gewählten Körperteil und damit auch aus den Bewegungsmöglichkeiten angestoßen werden.

Beispiel Die Versuchsperson ist professionelle Opernsängerin. Sie hat keine Vorerfahrung in Improvisation. Zu Beginn des Experiments äußert sie, dass sie aufgeregt sei und auch ein wenig Stress mit der Improvisationssituation habe. In dem zweistündigen Experiment entdeckt sie Schritt für Schritt ihre improvisatorischen Fähigkeiten. Die Experimente dieses Laborraums sind dabei ein Baustein. Exemplarisch soll hier eine bestimmte Improvisation näher beleuchtet werden. Die Versuchsperson lässt alle Impulse vom Bauchnabel kommen. Sie stellt fest, dass sie gewöhnlich eine ganze Palette an Vorbereitungen zum Singen trifft. In diesem Fall funktionierte das Singen für sie unerwartet von selber. Sie ist überrascht, dass ihr eine technische Herausforderung, an die sie Sekunden vorher noch nicht gedacht hatte, mühelos gelang. Zudem brauchte sie sich nicht anzustrengen, sondern sie spürte einfach die Kraft, ohne sie produzieren zu müssen. Im Hörbeispiel ist deutlich zu hören, wie sie mit einer Selbstverständlichkeit die langen Töne spannt.⁶³

An diesem Beispiel wird der folgende Zusammenhang exemplarisch deutlich: Durch die Aufgabe wird die Wahrnehmung auf eine körperliche Empfindung gelenkt. Dadurch verstärkt sich die Handlung in der Gegenwart. Die Gewohnheit, Technik zu kontrollieren, wird schwächer und sie singt mit ihrem ganzen Selbst präsent und ausdrucksstark.

Laborraum 4

Versuchsanordnung – paradoxe Atmung Der Versuchsanordnung liegt die bekannte Feldenkrais-Lektion »Paradoxe Atmung« zu Grunde, in der die Atembewegungen von Unterbauch und Brustkorb als Wippbewegung unabhängig von der Atmung erforscht werden.

Beispiel Die Versuchsperson hatte zur Zeit des Experiments eine Überlastungsverletzung (Tennisellenbogen). Sie ließ sich mit viel Zeit auf die Versuchsanordnung ein. Die Wippbewegung zwischen Bauch und Brustkorb war ihr sehr fremd und sie konnte sie zunächst nur langsam ausführen. Während des Experiments schien sie immer mehr Interesse daran zu gewinnen, diese Bewegung zu finden. Nachdem wir über eine Stunde ohne Cello in

⁶³ Vgl. Experiment 1 Phase 3 Hörbeispiel E1 Phase 3.4 unter <http://forschung.corinna-eikmeier.de>

verschiedenen Positionen mit der Bewegung und der Stimme experimentiert hatten, konnte sie fast nicht mehr aufhören, die Bewegung immer wieder auszuprobieren. Nach einer kurzen Pause schlug ich ihr vor, die Bewegung beim Cellospielen zu benutzen. Wir nahmen die Stimme hinzu und ließen für den Moment künstlerische Ansprüche außen vor. Es entstanden mehrere wilde, kraftvolle Episoden. Die Versuchsperson, die durch die Schmerzen im Ellenbogen vorsichtig war, ließ mehr und mehr die Kraft durchfließen. Ihr Ellenbogen schmerzte dabei nicht mehr. Sie konnte ihr Spielgefühl verbalisieren: »Es fühlt sich an, wie wenn ich Drogen genommen hätte. (Gelächter). Und es war sehr nett, dass mein Körper sich erinnert hat, wie man Cello spielt. Ich fühle mich so verletzt und wenn ich dann das Cello spiele, dann fühle ich mich neben der Spur. Aber dieser Fluss und die Kraft haben mich zurück in ein Stadium geworfen, wo ich mich erinnern konnte.«⁶⁴

Ein implizites Wissen erlaubt es ihr, ohne Furcht vor ihrer Verletzung zu spielen. Die Kontrolle, die sie als Schutz aufgebaut hat, braucht sie nicht mehr. Die Kraft, die sie für die wilde und laute Improvisation zur Verfügung hat, hat nichts mit Muskelanstrengung zu tun, denn das wäre zu der Zeit für sie nicht möglich gewesen.

Überblick über die Ergebnisse

Die Auswertung der insgesamt 49 qualitativen Experimente, von denen hier beispielhaft vier dargestellt wurden, ergab, dass durch Verstärkung einzelner Aspekte der improvisatorischen Bewegungsqualität Merkmale der improvisatorischen Handlungsweise stärker wurden. In Beispielen, in denen das verbale Datenmaterial die Veränderungen nicht befriedigend transportieren kann, wurden die Hörbeispiele als Datenmaterial einbezogen. In der künstlerischen Form lassen sich Vergleiche zwischen ersten Improvisationen zu signifikanten Unterschieden in Stil und Ausdruck der Probanden im Verlauf eines Experiments erkennen.

Zusammengefasst ließen sich die folgenden Tendenzen beobachten:

Die Grenzen zwischen Spieler, Musik und Kommunikation im Ensemble verschmelzen. Dadurch entsteht der Zustand der »Auflösung«, der von improvisierenden Musikern in allgemeinen Reflexionen beschrieben wird und während der Experimente verstärkt erlebt wurde. In diesem Zustand der »Auflösung« hat Kontrolle keinen Platz.

Die Spieler sind unmittelbar handlungsbereit. Dies zeigte sich daran, dass Impulse unmittelbar musikalisch umgesetzt wurden.

In den unverzögerten, unmittelbaren Aktionen entstanden viele unerwartete Wendepunkte, in zeitlich hoher Präzision.

⁶⁴ Vgl. Experiment 26 unter <http://forschung.corinna-eikmeier.de>

Im Umgang mit den musikalischen Parametern war vor allem bei sekundären Parametern wie Klangfarbe und Artikulation oder Agogik ein differenzierter Umgang zu beobachten.

Das gewohnte musikalische Vokabular wurde häufig durch neue Klangfarben und Spieltechniken erweitert, sofern die Entwicklungen der Improvisationen dazu herausforderten.

Die Stimmführungen wurden autarker. Durch die Synchronisation von Bewegungsaufgaben mit den Stimmungen und Tempi der Musik entstand eine Homophonie zwischen Ausdruck und Bewegungsqualität.

Polyphonie zwischen Musik und Bewegung war eine Herausforderung, die im Prozess der Experimente zu freierem Handeln führte.

Durch die teilweise ungewohnten und verwirrenden Versuchsanordnungen war es nicht mehr möglich, die Spieltechnik »ordentlich« zu kontrollieren. Häufig hatte gerade dieser Kontrollverlust eine positive Auswirkung auf die Spieltechnik.

Biography

Dr. Corinna Eikmeier has studied Violoncello, Contemporary Music, Improvisation and did a Feldenkrais training (Vienna 1 from 1992-1995).

She takes part in several interdisciplinary projects, and teaches Feldenkrais Method and Improvisation at Hochschule für Musik, Theater und Medien Hannover. From 2017-2018 she was a guest professor for music pedagogy at Brandenburgische technische Universität Cottbus-Senftenberg.

She was a Dorothea Erxleben scholar, working on a project about Feldenkrais and improvisation and developed a lot of improvisation exercises based on the principles of the Feldenkrais Method. The results are published under the title: "Ungewohnte Positionen. Ein praktischer Beitrag zu Anwendung der Feldenkrais-Methode in der musikalischen Improvisation". She continued this as her PhD project. The title of her dissertation is: "Bewegungsqualität und Musizierpraxis. Zum Verhältnis von Feldenkrais-Methode und musikalischer Improvisation" (Movement quality and music practice. About the relationship between Feldenkrais Method and musical improvisation). For further information:

www.corinna-eikmeier.de