

Hochschule für Musik und Darstellende Kunst Frankfurt

Prof. Carsten Wiebusch (Co-Redaktion: Johanna Wiebusch)

ÜBST DU NOCH ODER SPIELST DU SCHON – ÜBEN WILL GEÜBT SEIN

Methodikseminar Sommersemester 2019

Übersicht

- A. Erfahrungsberichte und Übebiographien
- B. Dialektik des Übens I
 - 1. Was ist Üben
 - 2. Wie funktioniert Üben und Lernen (Hirnphysiologie)
 - 3. Schaubild
- C. Aspekte des Übens
 - 1. Allgemeines
 - 2. Das Orgelhandwerk
 - 3. Übe-Rhythmus, Tagesablauf, Überituale
- D. Exkurs: Dialektik des Übens II – Üben mit Schiller
- E. Ausblicke und Fazit

A. Einleitung – Erfahrungsberichte und Übebiographien

1. Seit wann übe ich und wieviel?

Am Anfang des Seminars stand der Gedankenaustausch zur „Übebiographie“ und zum aktuellen Übepensum der anwesenden Studierenden.

Die Angaben reichten von „bereits in der Kindheit 6 Stunden“ bis hin zu „Richtig übe ich eigentlich erst seit dem Studium“, die Antworten zur täglichen Übedosis begannen bei zwei und enden bei sechs Stunden. Außerdem wird deutlich: Äußere Faktoren wie der erste Orgellehrer oder die Aufnahmeprüfung können die Initialzündung für „richtiges“ Üben bilden.

2. Was bedeutet für mich ‚Üben‘?

Das war die nächste Frage an die Anwesenden: Üben ist Pflicht, bedeutet Stress, macht Spaß...so die spontanen Äußerungen der Teilnehmer. Es geht um Technik, Tonsicherheit, um die intensive Auseinandersetzung mit einem Werk, das man auf allen Ebenen durchdringen und reflektieren möchte. Ein besonders wichtiger Faktor dabei: Die Investition von Zeit und Konzentration. Die Aufgaben beim Üben können variieren und müssen im Voraus gestellt werden.

3. Was möchte ich verbessern?

An vorderster Stelle wurden genannt: Effizienz und Konzentration, außerdem der Wunsch nach Schnelligkeit, detaillierterem und tiefgründigerem Arbeiten und – schlichtweg – nach mehr Zeit zum Üben. Als Ideale werden ebenfalls ein fester Rahmen und die Notwendigkeit von Pausen erkannt, der Wunsch nach vermehrtem Auswendiglernen wird geäußert. Aus allen Antworten spricht der Wunsch nach mehr Souveränität und Reflektiertheit im Umgang mit der täglichen Aufgabe des Übens.

Dieser ersten, sehr persönlichen Begegnung mit dem Thema folgte der zweite Teil des Seminars:

B „Dialektik des Übens I“ (Vortrag C. Wiebusch)

Auch hier zu Beginn die Frage nach dem Gegenstand der Diskussion: „Was ist Üben“. Negativ betrachtet wäre Üben nur die (oftmals lästige) Vorarbeit für das Eigentliche, das Musizieren. Es ist harte Arbeit, ein ständiges Training für Körper und Geist. Aber natürlich kann auch das ‚Üben‘ schon als Musikmachen angesehen werden (Gerhard Mantel). Gelingt die (spielerische?) Versenkung in den Gegenstand des Übens, so kann Üben auch eine Art „Meditation“ bedeuten und dann zur Entspannung des Übenden beitragen. Meistens jedoch wird es eher als eine Art „Sport pur“ empfunden, dem eine Phase der Entspannung folgen muss.

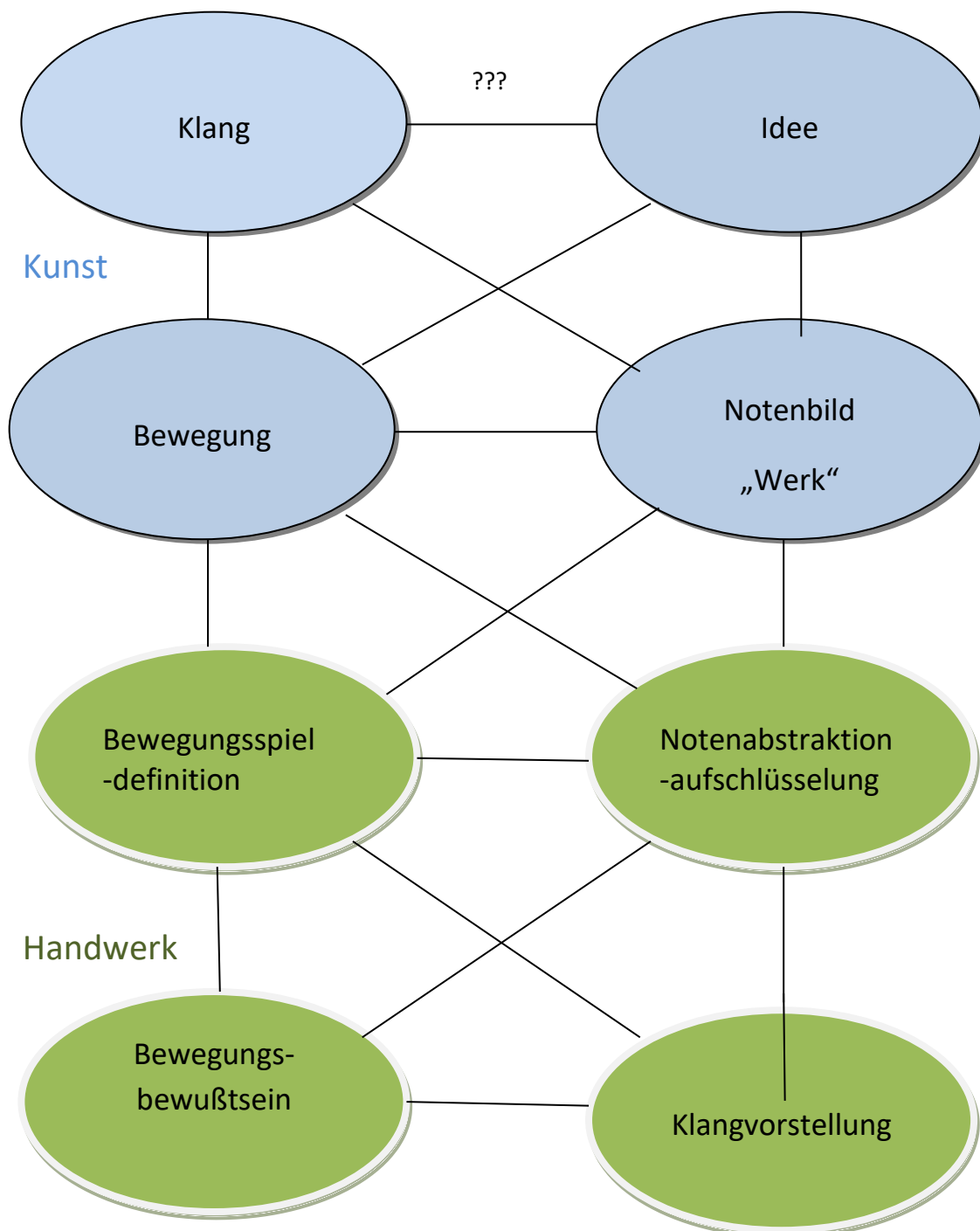
Exkurs: Hirnphysiologische Grundlagen des Übens (nach Eckhard Altenmüller)

Objektiv betrachtet ist Üben eine zielgerichtete Tätigkeit, die der „Verbesserung und dem Erhalt sensomotorischer, auditiver, visueller, struktureller und emotionaler Repräsentationen von Musik dient“. Mit dem Üben gehen die ständige Bildung von Synapsen und eine Veränderung der Hirnstruktur einher. Verantwortlich sind hier das Rückenmark für die Reflexe und das Kleinhirn für die Regulation von Haltung und Gleichgewicht. Das Zwischenhirn fungiert als Tor zum Großhirn (und vegetativ...?). Verantwortlich für das Gedächtnis zeichnet die Großhirnrinde (Kortex), die linke Hirnhälfte für Details, die rechte für Zusammenhänge- so ein erster Einblick in die hirnphysiologischen Grundlagen des Übens. Beim Üben werden, kurz gefasst, die Bewegungsabläufe so gelernt, trainiert, verfeinert und gespeichert, dass sie unbewusst ablaufen können. In einem ersten Schritt wird der Entwurf eines „Bewegungsprogrammes“ erstellt, im Folgenden dann Ökonomie und Konzentration verbessert und schließlich die unbewusste Abrufbarkeit erreicht (Abspeicherung). Bereits nach 30 Minuten virtuosen Übens sind Veränderungen in der Hirnrinde nachweisbar, die allerdings wieder verschwinden, wenn das Training nicht langfristig fortgesetzt wird. Die Lernkapazität ist bei professionellen Musikern stark erweitert: Während diese sofort mit Beginn des Übvorganges dazu lernen, geschieht das bei Laienmusikern nur zwischen der 7. und der 14. Minute. Weitere Einblicke in die Gehirnforschung zum Thema Üben: Vermutlich kann mentales Üben nur mit eingeübten Bewegungen gelingen. Ferner: Schnelle Bewegungen werden im Gehirn anders abgespeichert als langsame. Und, besonders wichtig für den Alltag des Musikers: Schlaf ist für das Musiklernen ebenso wichtig wie Abwechslung. Gerhard Mantel hat den Begriff der „rotierende Aufmerksamkeit“ geprägt, was vereinfacht gesagt bedeutet, dass ich mich beim Üben nicht an einer Stelle oder Übweise festklammere, sondern mich in überschaubaren Zeiteinheiten verschiedenen Passagen oder Übdisziplinen abwechselnd widme. Das regelmäßige Platzieren von Pausen im alltäglichen Üben und das Zusammenfassen von Einzelinformationen zu „Chunks“ wird ebenso besprochen wie die ganz besondere Erfahrung des Arbeitens im „Flow“, der vollkommenen Versenkung, eine Ausnahmesituation.

Wichtig ist, sich die **Dialekt des Übens** grundsätzlich immer wieder klar zu machen. Auch wenn es sich dabei tatsächlich um geistig wie womöglich auch körperlich harte Arbeit handelt (und dem auch Rechnung zu tragen ist), kann diese Arbeit nur gelingen, wenn der ganz von Arbeit ‚befreite‘ Aspekt, die beglückende Auseinandersetzung mit dem musikalischen Kunstwerk, die Hörbarmachung der Schönheit dieses Werkes und die Vervollkommnung der eigenen Fähigkeiten den Anschlag für das Üben bildet.

Wirkliches ÜBEN bedeutet, ein Werk dem Körper und Geist schrittweise zu eigen zu machen und es so aus dem Stand des wie sehr auch immer gepflegten VOMBLATTSPIELS zu befreien.

Im folgenden Schaubild, das nur eine Diskussionsgrundlage bildet, soll versucht werden, diesen Vorgang der geistigen und körperlichen Aneignung deutlich zu machen:



C Aspekte des Übens

Die folgenden Punkte sind die kurze Zusammenfassung einer ausführlichen Diskussion mit den Seminarteilnehmern.

1. Erlernen eines Musikstücks

- die **grundsätzliche Vorgehensweise** beim Erlernen und Üben eines Stückes variiert vielfältig, je nach Musiker-, bzw. Lerntyp und Art des Stückes. Wichtig ist in jedem Fall das Formulieren von realistischen Zielen und bewältigbaren Aufgaben. Sollte beim ersten Kontakt, gerade mit großen Stücken erst einmal das große Ganze im Mittelpunkt stehen oder muss man zwangsläufig auch gleich die Details und Feinheiten im Blick haben?

- ein extremer Ansatz zur Frage ‚**Erst Analyse, dann Spielen oder umgekehrt**‘ stellt sicherlich die (Pianisten-) Schule Leimer/Giesecking dar: Zunächst wird nach deren Idealbild das gesamte Musikstück in allen Teilen, aber auch in allen Details analysiert und auswendig gelernt. Dann erst begibt sich der Interpret idealerweise ans Instrument, um das geistig gelernte und vollkommen durchdrungene Stück klanglich umzusetzen. Das andere Extrem ist sicherlich der spielerisch-forschende Musikertyp, der sich sofort ans Instrument begibt, um größere Zusammenhänge im Primavistaspiel zu erfassen und sogleich an der klanglichen Umsetzung all seiner spontanen Ideen zu arbeiten beginnt. Hier kann es sicherlich viel Freude machen, Raffinessen und Schönheiten eines Stückes beim Spiel zu erkennen. Der nach der Methode Leimer/Giesecking vorgehende Musiker ist hingegen in der Lage, einen Teil seiner Arbeit ohne Verwendung des Instrumentes zu machen und sich dann ohne Notenmaterial direkt in die Verwirklichung klanglicher Vorstellungen am jeweiligen Instrument zu begeben.

- **Finger- und Fußsätze** sind veränderlich, aber ihre Fixierung ist wichtig. Der Weg zum „richtigen“ Fingersatz muss nicht geradlinig verlaufen, doch sollte dieser Prozess reflektiert ablaufen. Egal, wann der Schritt zur Fixierung eines Fingersatzes schließlich kommt, ob gleich bei der ersten Übesitzung oder im mehrwöchigen Verlauf der Einstudierung: Wichtig ist, dass er kommt. Ebenso wichtig: Die Beziehung zwischen Fingersatz und gesamter körperlicher Bewegung (Haltung, Bewegung des Arms etc.) müssen geklärt sein und beeinflussen sicherlich entscheidend die Wahl des Fingersatzes.

- Wie umgehen mit der Verwirklichung des grundlegenden musikalischen Parameters **„Tempo und Rhythmus“**? Wie wichtig ist schon beim Erlernen die Umsetzung eines stabilen Grundpulses und wie fordert man diesen ein? Lautes Zählen und/oder die Verwendung eines Metronoms sind gängige Hilfsmittel, deren Verwendung wiederum typ- und stückabhängig ist. Schließlich muss man sich, wie von allen Hilfsinstrumenten, wieder lösen.

- Auch die **Orientierung an Einspielungen** kann ein solches Hilfsmittel darstellen. Zu Beginn des Übeprozesses kann sie der allgemeinen Orientierung dienen. Bei der eigenen Erschließung eines Stückes sollte sie nach Möglichkeit keine größere Rolle spielen. Später kann sie gleichermaßen Inspirationsquelle und „Kontrollinstrument“ sein, v.a. Fragen der Registrierung betreffend. Von verschiedenen Teilnehmern wird tatsächlich ein quasi idealtypischer Verlauf der Verwendung von Einspielungen angeführt: Am Beginn stellt die Aufnahme, vielleicht eines bekannten Interpreten, das große Vorbild dar – dann folgt die eigene Aneignung des Werkes – daraufhin relativiert sich der Vorbildcharakter der Einspielung bis hin zur Ablehnung („wie kann man das nur so spielen“)

- das **punktierte Üben** spielt bei Tasteninstrumenten eine entscheidende Rolle. Der Vorteil: es werden schnelle Bewegungen trainiert, die im Gehirn offensichtlich mehr Spuren hinterlassen als langsame – gleichzeitig behält der Spieler die Kontrolle über die Abläufe und wird nicht überrollt. Besonders geeignet ist das Punktieren zum 1. Trainieren der Geläufigkeit; 2. Verselbständigung polyphoner Strukturen (man spüre einmal nach, wie das Gehirn ‚anspringt‘, wenn ich eine Bachfuge konsequent durchpunktiere, wenn alle Stimmen unterschiedliche Notenwerte haben). Das Punktieren kann in mehreren ‚Schleifstufen‘ stattfinden: Gruppen von erst zwei, dann vier, dann acht Sechzehnteln usw. Wichtig: mit zunehmender Erfahrung beschleunigt sich der Effekt insbesondere des Punktiert-Übens erheblich: **unser Gehirn übt auch das Üben!**

- das **Entwickeln eigener, musikalische oder sogar rein motorischer Übungen** aus dem einzustudierenden Werk heraus kann 1. den spielerischen Aspekt des Übens betonen; 2. den Blick für die oftmals sehr punktuellen und klar einzugrenzenden technischen Schwierigkeiten schärfen; 3. auch die Notwendigkeit des physischen Trainings (Fingerkraft, Haltung, Konzentration, Kondition) verdeutlichen.

2. Besonderheiten des Orgelhandwerks

Schließlich kommt die Sprache auf orgelspezifische Themen beim Üben:

- In der Orgelliteratur und beim Orgelspiel haben wir es oft mit sehr dichten und vielschichtigen Strukturen zu tun. Daher ist es besonders wichtig, diese Strukturen analysieren zu können, Akkorde oder Polyphonie etc. zu ‚durchschauen‘, um die beim Spielen zu verarbeitende ‚Datenmenge‘ zu verkleinern. Ein zehnstimmiger Akkord darf nur noch eine einzige Information sein, nicht zehn Töne usw. („Chunks“).

- Im Umgang mit dem **Pedalspiel** ist beim Üben Sorgfalt und Abwechslung notwendig. Von Beginn an sollte das Pedal als wichtige, eigene, oft führende Stimme begriffen werden und sogleich mit in den Übeprozess integriert sein. Die Manuale unregistriert und nur das Pedal hörbar spielen ist eine Idee von vielen. Die Füße müssen auch ohne die Kontrolle durch die Augen des Organisten lernen, die richtigen Töne zu „finden“. „Custosnoten“ können helfen, den Pedaleinsatzton nach einer Pause vorzubereiten. Das ist insofern besonders wichtig, als bereits kleine Unsicherheiten im Pedalspiel bereits in den vorausgehenden Takten für Verunsicherung sorgen können. Misslingt ein Pedaleinsatz, strahlt dies auf die folgenden Takte aus. So kann ein vom Interpreten gefürchteter Pedaleinsatz in beide Richtungen für Stress und Unsicherheit sorgen.

- Bei **schwierigen Akkordverbindungen**, oft in sehr langen Passagen (Reger, Messiaen etc.) muss der Weg von einem zum nächsten Akkord in den Blick genommen und der Sprung geübt werden. Hier ist die Einübung von Bewegungsabläufen von besonderer Wichtigkeit.

- Anders als andere Instrumentalisten sind Organisten immer wieder vor die Herausforderung gestellt, sich (oft unter Zeitdruck) an neuen und **unbekannten Instrumenten** zurechtfinden zu müssen. Hier kann das Erfühlen von Tasten auf Manualen und Pedalklavatur eine erste Hilfe sein, dann folgt die Orientierung an Knöpfen für die Setzeranlage und Schwelltritt. Das Zurechtfinden an einem unbekanntem Instrument gelingt durch eine positive Grundeinstellung in der Regel besser: Es ist spannend und aufregend, dass alles immer ein wenig anders ist!

3. Übe-Rhythmus

Das Üben in einer idealen Welt? Fern von äußeren Zwängen wie z. B. die Verfügbarkeit eines Instruments könnte man in einem festen Rhythmus mit regelmäßigen Pausen und ohne sonstige Ablenkung ideale Ergebnisse erzielen.

Der Alltag eines Studenten, bzw. Berufstätigen erfordert hingegen mehr Organisation und Flexibilität des Übenden. Um auch kurze Übzeiten sinnvoll nutzen zu können, ist die Formulierung eines klaren (Zwischen-)Zieles eine Erleichterung. Schnell sollte in einem solchen Fall der Zustand erreicht sein, in dem konzentriertes Üben überhaupt möglich ist. Längere Übzeiten sollten dennoch unbedingt regelmäßig im Stundenplan fest verankert sein.

Wie kann der Übeprozess im Alltag fortgesetzt werden? Der Gegenstand der Beschäftigung, die Musik, kann Eingang ins tägliche Leben finden, indem man musikalische Themen immer wieder ins Gedächtnis zurückruft, sie singt, singend durchdenkt und sie sich weiter entwickeln lässt. So lässt es sich, wieder an der Orgel angekommen, anknüpfen an einen Prozess, der auch zwischenzeitlich weitergehen konnte und uns der Musik und ihrer vollkommenen Umsetzung Schritt für Schritt näher bringt.

D. Exkurs: Dialektik des Übens II - Üben mit Schiller

Friedrich Schiller beschreibt in seiner Schrift „Über die ästhetische Erziehung des Menschen“ die Dialektik des menschlichen Wesens als Gegensatz des Sinnentriebes („das Fleisch“) und des Formtriebes („der Geist“) dar. Die Synthese dieser widerstreitenden Antriebe des Menschen ist für Schiller der Spieltrieb. In der folgenden Zusammenstellung von Begriffen, mit denen Schiller die Gegensätze beschreibt, wird deutlich: Schiller nimmt keine Bewertung der unterschiedlichen Sphären vor, sondern dringt darauf, beiden Seiten zu ihrem Recht zu verhelfen.

„Mit einem Wort: den Stofftrieb muss die Persönlichkeit, und den Formtrieb die Empfänglichkeit oder die Natur in seinen gehörigen Schranken halten“ (Dreizehnter Brief)

„Der Mensch, wissen wir, ist weder ausschließlich Materie, noch ist er ausschließlich Geist. (...) Aber das Leben wird (der Gestalt) gleichgültiger (d.h. die Materie dem Geist ebenbürtiger, Anm. d. Verf.) sowie die Würde sich einmischt, und die Pflicht nötigt nicht mehr, sobald die Neigung zieht: ebenso nimmt das Gemüt die Wirklichkeit der Dinge, die materiale Wahrheit, freier und ruhiger auf, sobald solche der formalen Wahrheit, dem Gesetz der Notwendigkeit, begegnet, und fühlt sich durch Abstraktion nicht mehr angespannt, sobald die unmittelbare Anschauung sie begleiten kann. Mit einem Wort: indem es mit Ideen in Gemeinschaft kommt, verliert alles Wirkliche seinen Ernst, weil es klein wird. Und indem es mit der Empfindung zusammentrifft, legt das Notwendige den seinen ab, weil es leicht wird.“ (Fünftehnter Brief)

„Der Mensch spielt nur, wo er in voller Bedeutung des Wortes Mensch ist, und er ist nur da ganz Mensch, wo er spielt“

SINNLICHER TRIEB

Physische Welt
Not/Abhängigkeit
Leben
Naturgesetz
Wirklichkeit
Gefühl
Materie
Empfindung
Gegenwart
Zustand
Fälle
Neigung
empfangen
Begrenzung
Passivität
Individuum
Veränderung

FORMTRIEB

Moralische Welt
Freiheit
Gestalt
Vernunftgesetz
Ideal
Bewusstsein
Geist
Wahrheit/ Idee
Abstraktion
Persönlichkeit
Gesetze
Moral/Pflicht
gestalten
Schrankenlosigkeit
Aktivität
Gattung
Unveränderlichkeit

SPIELTRIEB

lebende Gestalt', gestaltetes Leben
Menschsein
Schönheit
Kultur
Unendlichkeit

Eine wunderbare Anleitung fürs Üben!

Kurz gesagt: es ist sinnvoll, dieses Spiel nach vernünftigen Gesetzen, Spielregeln, einzurichten, aber ich muss meine menschliche Natur, mit Hunger, Durst und Müdigkeit nicht verleugnen, kann diese aber durch den Blick aufs Ziel wiederum im Zaum halten, muss dabei wiederum Hürden der technischen Beschränkung überwinden usw...

E. Ausblicke

Die folgenden Punkte konnten aus Zeitgründen im Seminar nicht mehr ausführlich besprochen werden – Fortsetzung folgt!

1. Was sind dem Üben vergleichbare Tätigkeiten in anderen Berufen?
2. Wie kann ich die Erkenntnisse auf die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen übertragen
Gestaltung der Umgebung – Konzentrationsübungen – Aufgabeneinteilung – spielerische Übungen
Improvisation – usw.

Fazit: Das Üben ist ein wesentlicher Teil unserer Tätigkeit als Musiker – die Vielfalt der Methoden, sich ein Musikstück wirklich anzueignen, ist unerschöpflich – ein Spiel, das ebenso mühevoll wie erfüllend sein kann.