DIE LIPPEN

ORGAN MIT AMORBOGEN

»...denn zum Küssen sind sie da«, meint Cliff Richard. Der Blasmusiker braucht sie auch zum Spielen.

VON STEFAN FRITZEN

JEDER BLÄSER, OB IN AUSBILDUNG ODER ALS GESTANDENER MUSIKER, WIRD AUF DIE FRAGE NACH DEN ANATOMISCH-FUNKTIONELLEN GRUNDLAGEN DES BLASENS ZUERST SEINE LIPPEN NENNEN. ER WIRD AUF DEREN EMPFINDLICHKEIT HINWEISEN, AUF MÖGLICHE DRUCKBELASTUNGEN DURCH MUNDSTÜCKE UND BEWEGLICHKEITSPROBLEME, AUF DIE ABHÄNGIGKEIT VON JAHRESZEITBEDINGTEN, DIE BLASLEISTUNG EINSCHRÄNKENDEN WITTERUNGSEINFLÜSSEN UND AUF DIE MÜHE, DIE MAN GRUNDSÄTZLICH AUFWENDEN MUSS, UM EINEN KONTAKT ZUM INSTRUMENT ÜBER DAS MUND-STÜCK HERZUSTELLEN.

Foto: Sergii Shalimov | Dreamstime.com

Die Diskussion in Fachkreisen über den »richtigen« Ansatz wird von allen Bläsergenerationen immer wieder erneut geführt und jeder Lehrer oder Bläser ist natürlich davon überzeugt, dass nur seine Methode des Lippengebrauchs beim Blasen die richtige sei. Wenngleich die vorrangige Fokussierung auf die Lippen den Blick auf komplexere blasphysiologische Abläufe etwas einengt, ist sie doch verständlich, da die Mundmuskulatur beim Blasen in einer extremen und unphysiologischen Weise belastet wird. Außerdem ist die Mundmuskulatur die Schnittstelle, über die das tote Material des Instruments mit dem gesamten menschlichen Körper zu einer funktionalen Einheit verschmolzen werden soll.

KUSSMÄULCHEN UND HARTE STRENGE

Grundlage der Lippenmuskulatur ist der Mundringmuskel (*M.orbicularis oris*). Er besteht aus zwei Teilen, der Oberlippe (*Labium superius*) und der Unterlippe (*Labium inferius*). Die geschwungene Linie der Oberlippe strahlt insbesondere bei Frauen eine starke sinnliche Anziehungskraft aus. Deshalb wird das Gedenken an Marilyn Monroe oder Brigitte Bardot noch Jahrzehnte wachbleiben, und romantische Dichter bezeichnen den Lippenbogen auch gern als Amorbogen, Kupidobogen oder Lippenherz. Diese Begriffe sind in die Anatomie übernommen worden.

Die Unterlippe ist beim Menschen gewöhnlich etwas wulstiger. Beide Lippenanteile sind durch das sogenannte Lippenbändchen (*Frenulum*) mit der Mundschleimhaut verbunden. Wenn dieses bei der Oberlippe zu tief angewachsen ist, kann man es als Bläser beim Kieferchirurgen durch einen kleinen Schnitt etwas kürzen lassen, um den Zug auf das Zahnfleisch zu verringern und die Lippenverschieblichkeit beim Blasen zu verbessern.

An der Mundstellung ist auch sehr gut die geistig-seelische Stimmungslage des Betroffenen abzulesen. Man denke nur an das legendäre Schmollmündchen pubertierender Mädchen oder die zusammengekniffenen Lippen eines mit sich und der Welt unzufriedenen Mannes. Früher glaubte man noch, dass Menschen mit übermäßig schmalen Lippen und einem relativ kleinen Mund zur Grausamkeit neigen. Hitler, Stalin oder Ulbricht liefern allerdings dafür keinen Beleg.

Unbestritten ist jedoch ein ausgeprägter Tastsinn in den Lippen, der durch eine besonders dünne äußere Haut und unzählige feinste nervale Verästelungen in der Mundregion bewirkt wird. Säuglinge nutzen diesen Sinn zur Erkundung ihrer Umwelt, und Erwachsene klagen oft über eine Hypersensibilität in der Lippenregion. Dieser Tastsinn gibt verlässliche warnende Auskunft zum Beispiel über zu heiße oder zu kalte Speisen und Getränke. Vielleicht haben auch Sie, meine verehrten Leser, schon einmal festgestellt, dass Bläser aus Vorsicht bei der Einnahme von warmen Suppen und Getränken gerne schlürfen! Die Fähigkeit des Menschen, die Lippen luftdicht zu verschließen, verhindert das Auslaufen von Speichel und Flüssigkeiten. Zusätzlich bildet dieser variable Lippenschluss eine der wichtigsten Voraussetzungen für das Blasen eines Instruments.

DIE MIMISCHE MUSKULATUR

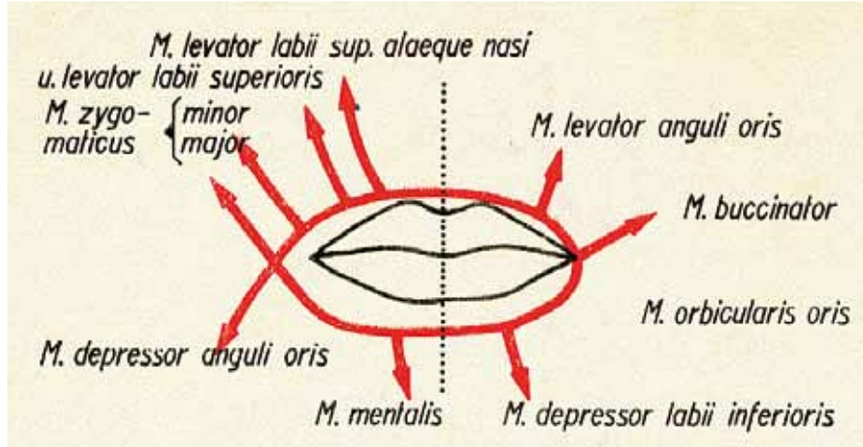
Der Lippenschluss wird allerdings erst durch den gezielten Einsatz der gesamten mimischen Muskulatur ermöglicht. Sie formiert den bläserischen Ansatz und reguliert die feinmotorischen Prozesse zur Steuerung von Klang, Intonation und Ausdauer. Dabei kommt den mimischen Muskeln die Beweglichkeit zugute, die dadurch begünstigt wird, dass sie zumeist nicht an einem Knochen ansetzen und demzufolge auch kein Gelenk betätigen. Beide Gesichtshälften bestehen aus den gleichen Muskeln, deren symmetrischer Bau in einer Mittellinie vereinigt ist. Durch den Gesichtsnerven (*N. facialis*) mit seinen feinsten Verästelungen in der Gesichtsregion erfolgt im Wesentlichen die motorische Innervation, durch den *N. trigeminus* die sensible.

Die mimische Muskulatur lässt sich anhand der Gesichtsöffnungen in folgende Gruppen unterteilen:

- Lidspaltenmuskulatur
- Ohrmuschelmuskulatur
- Nasenmuskulatur
- Mundmuskulatur

MUNDMUSKULATUR

Da für das Spielen eines Blasinstruments vor allem die Mundmuskulatur relevant ist, beschränke ich mich in dieser Darstellung auf diese. Jeder Bläser, aber auch jeder Dirigent von Amateurblasorchestern sollte sie in ihrer bläserischen, auch antagonistischen (= gegensinnigen) Bedeutung und Funktion kennen, da ihr zielgerichteter Einsatz die bläserische Tätigkeit ganz wesentlich beeinflussen kann. Die in Abbildung 1 dargestellten Muskeln beeinflussen die Mundöffnung. Selbstverständlich ist jeder Muskel seitengleich angelegt; zur besseren Übersicht sind die Muskeln in der Grafik oben lediglich nur einmal aufgeführt.



Muskeln um die Mundöffnung (Voss/Herrlinger, Taschenbuch der Anatomie)

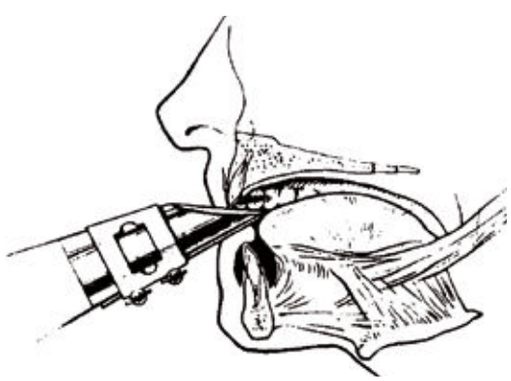
- Mundringmuskel (*M. orbicularis oris*). Er bildet die Grundlage der Lippen, schließt die Mundspalte und gibt den Lippen ihre Spannung und wechselnde Form. Sein gezielter Einsatz beim Instrumentalspiel ist für sämtliche Blasinstrumente wichtig.
- Trompetermuskel (*M. buccinator*). Er bildet die muskuläre Grundlage der seitlichen Wand der Mundhöhle. Der Trompetermuskel steuert im Wesentlichen die Kautätigkeit, indem er gemeinsam mit der Zunge die Nahrung zwischen die Zähne schiebt. Darüber hinaus verkleinert er mit dem Mundringmuskel zusammen die Mundhöhle, wodurch die Luft hinausgeblasen werden kann (zum Beispiel Blasen oder Pfeifen). Daher kommt auch sein Name. Ist die Innervation des Trompetermuskels auf einer Seite gestört, so kann eine vor das Gesicht gehaltene Kerze nicht ausgeblasen werden, weil nur ein schiefer Luftstrahl erzeugt werden kann. Bei bläserischen Schwierigkeiten wie dem seitlichen Entweichen von Nebenluft, aber auch der eingeschränkten Fähigkeit, die bläserische Spannung in die orale Mitte zu verlagern, kann man mit einem einfachen Blastest die volle Funktionsfähigkeit des Trompetermuskels überprüfen.
- Kleiner Jochbeinmuskel (*M. zygomaticus minor*). Er bewegt den Mundwinkel nach oben und zur Seite.
- Großer Jochbeinmuskel (*M. zygomaticus major*). Er zieht die Oberlippe nach oben und zur Seite.
- Anheber der Oberlippe (*M. levator labii superioris*). Er hebt die Oberlippe hoch.
- Anheber der Oberlippe und der Nasenflügel (*M. levator labii superioris alaeque nasi*). Die beiden letztgenannten Muskeln sind bedeutungsvoll für eine locker gespitzte Form der oralen Mitte bei gleichzeitigem Kontakt der Lippen an der oberen Zahnreihe.
- Anheber des Mundwinkels (*M. levator anguli oris*). Er zieht den Mundwinkel hoch.
- Lachmuskel (*M. risorius*). Er zieht den Mundwinkel zurück. Bei Innervationsstörungen im Mundringmuskel durch zu große bläserische Druckbelastung stabilisieren die Bläser die Spannung kompensatorisch im Mundwinkel. Dies wird zum Beispiel durch verstärkte Grübchenbildung sichtbar.
- Abwärtszieher des Mundwinkels (M. depressor anguli oris).
- Abwärtszieher der Unterlippe (*M. depressor labii inferioris*).

Diese beiden Muskeln werden beim ungleichmäßigen Einsatz des Mundringmuskels (Lippen) in beiden Anteilen oder bei Zahnstellungsanomalien vor allem im Unterkiefer unbewusst unzweckmäßig aktiviert.

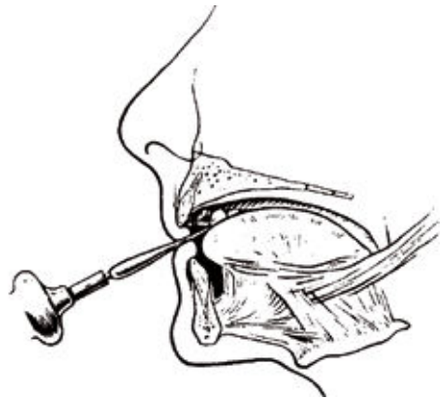
- Kinnmuskel (*M. mentalis*). Bei Zahnstellungsanomalien im Ober- und Unterkiefer, aber auch bei Innervationsstörungen in der Unterlippe wird er beim Blasen oft durch unbewusste Kontraktion unzweckmäßig eingesetzt.

ANSATZ UND ANBLASTECHNIKEN

Im Folgenden sollen für die verschiedenen Instrumentalgruppen Ansatz und Anblastechniken beschrieben werden, die jeder Dirigent von Bläserorchestern vom Grundsatz her kennen muss, um in den Proben gezielte Arbeitsanleitungen geben zu können. Ich beziehe mich dabei auf meine Erfahrungen als Lehrer und Heilpädagoge zur Betreuung spielgestörter Bläser. Diese



Ansatz auf der Klarinette (Foto: Prof. Dr. Götz Methfessel)



Ansatz auf der Oboe (Foto: Prof. Dr. Götz Methfessel)

Erfahrungen konnten in jahrzehntelanger Zusammenarbeit mit Prof. Dr. med. dent. Götz Methfessel und anderen Musikmedizinern vertieft und ausgewertet werden.

KLARINETTEN, SAXOFONE

Die Verbindung von Bläser und Instrument erfolgt durch das Einsetzen des Klangerregers (dies ist das Mundstück mit dem Blatt) in den Mund. Das Blatt wird durch den Atemstrom zum Schwingen gebracht. Durch die leicht über die unteren Schneidezähne gezogene Unterlippe erhält der Bläser den Kontakt zum Klarinettenblatt. Die oberen Schneidezähne setzen direkt auf dem schnabelartigen Mundstück auf, das vom Mundringmuskel mehr oder weniger fest umschlossen wird und von der gesamten Mundmuskulatur flexibel gehalten werden muss.

Der bedeutende Klarinettenpädagoge Ewald Koch beschreibt die ideale Kontaktaufnahme zum Mundstück folgendermaßen: »Das Mundstück ist so weit in den Mundraum einzuführen, dass das Blatt ungehindert schwingen kann. (...) Erfahrungswerte liegen zwischen 5 und 8 mm hinter der Mundstückspitze. Eine zu große Entfernung des Aufbisses von der Mundstückspitze erschwert den leichten und lockeren Anstoß sowie die Beweglichkeit in der Tonführung.«

Während der bläserischen Tätigkeit hat die Verbindung der Unterlippe zum Blatt elementare Bedeutung. Sie bildet das für die Tonerzeugung notwendige Polster und reguliert die Schwingungen des Blattes in den verschiedenen Klangregistern des Instruments. Der Bläser sollte unbedingt darauf achten, dass der Biss auf das Mundstück nicht zu fest wird, da dadurch leicht Verletzungen und Innervationsstörungen in der Unterlippe provoziert werden können. Bei fortgeschrittenen Bläsern verhindert ein zu fester und statischer Biss das ungehinderte Schwingen des Blattes mit der Folge erheblicher Klangeinbußen. Der Ton verliert Tragfähigkeit und Timbre. Die Tongebung wird entscheidend von der flexiblen Lippenspannung, dem Neigungswinkel des Instruments, der Abdichtungsfunktion der Lippen, der Öffnung des Kiefergelenks und dem Atemdruck beeinflusst. Auch die Stellung der Schneidezähne und die Incisallinie (= Kante der Zahnreihen) im Ober- und Unterkiefer haben Auswirkungen auf Klanggestaltung, Ausdauer oder musikalisch-klangliche Störungen beim Musizieren.

OBOE, FAGOTT

Der Klangerreger, das Doppelrohrblatt, wird ebenfalls in den Mund eingeführt und durch den Atemstrom zum Klingen gebracht. Ober- und Unterlippe zieht der Bläser dabei über die Zahnkanten des Ober- und Unterkiefers. Dadurch entsteht ein Muskelpolster, das den fühlenden Kontakt zum Instrument ermöglicht, unmittelbar die Schwingungen in den verschiedenen Klangregistern begünstigt und gleichzeitig eine Abdichtungsfunktion besitzt. Flexible Lippenspannung und Neigungswinkel des Instruments in Verbindung mit der Atemsteuerung beeinflussen Klang und Timbre. Das Beben des Tones erfolgt heute ebenfalls aus einer Kombination von Atem- und Lippenvibrato.

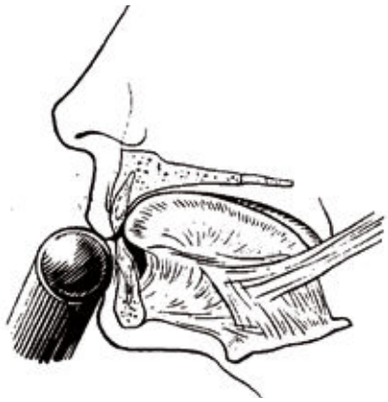
Auf die verschiedenen Schulen der Ansatzentwicklung, zum Beispiel eine mehr breitgezogene oder gespitzte Positionierung der Lippenmuskulatur, kann im Rahmen dieser Arbeit nicht detailliert eingegangen werden; unter den Oboisten gibt es diesbezüglich unterschiedliche und hartnäckig vertretene Auffassungen.

Bei breitgezogener Positionierung kann der Ton etwas heller, auch durchdringender werden, da der intraorale Bereich mehr in einer »i-Stellung« verbleibt. Die mehr gespitzte Position begünstigt einen weicheren, dunkleren Klang durch eine mehr ins »o« gehende Mundstellung. Grundsätzlich entscheidet über die Ansatzstruktur jedoch die Form der Mundmuskulatur, der Zahnstellung und der Zunge. Jeder Dirigent muss die möglichen klanglichen Auswirkungen kennen, um mit Spielern oder Lehrern seine klanglichen Wünsche zu besprechen, auf die dann der Instrumentalist blastechnisch reagieren sollte.

Für die Entwicklung von Hörbedürfnissen auf einfachen und doppelten Rohrblattinstrumenten ist die Bauart der Blätter und Rohre wichtig. »Leichtes«, dünner abgehobeltes Material erfordert weniger Kraft der Mundmuskulatur, führt jedoch zu einem etwas flachen, weniger tragfähigen Klang. Schwerere Blätter und Rohre erweitern das Klangvolumen, benötigen allerdings mehr Kraft und Ausdauer.

QUERFLÖTE

Die Tonerzeugung der Querflöte einschließlich ihrer Unterarten erfolgt durch einen waagerecht gegen die Kante des Anblasloches geblasenen dünnen Luftstrahl, einem sogenannten Luftblatt. Dadurch wird die Luftsäule im Instrument zum Schwingen gebracht. Formung, Zentrierung und gleichzeitige Verdichtung des Luftstromes erfolgen durch die mimische und mastikatorische (= Kau-)Muskulatur. Tonqualität und Intonation werden wesentlich von Lippenspannung, Lippenform, Zahnstellung, Kopf- und Körperhaltung und dem Ansatzwinkel des Instruments in Korrelation zum Exspirationsdruck und der Atemsteuerung bestimmt. In Hinsicht auf die Tonerzeugung ist die Querflöte das am einfachsten zu handhabende Holzblasinstrument.



Ansatz auf der Flöte (Foto: Prof. Dr. Götz Methfessel)

BLECHBLÄSER

Die grundlegenden Ansatz- und Anblasstrukturen sind für alle Blechblasinstrumente gleich. Über das Mundstück haben Blechbläser einen unmittelbaren Kontakt zu ihrem Instrument. Durch den konstanten Exspirationsdruck und die Druckschwankungen im Mundstück werden die Lippen zum Schwingen gebracht. Diese Druckschwankungen entstehen durch »die Wechselwirkung zwischen den schwingenden Lippen und den stehenden Wellen in der Luftsäule des Instruments« (Benade). Diese stehenden Wellen kommen dadurch zustande, dass »ein Teil der Schallenergie am Schallbecher des Instruments reflektiert wird« (ebenda).

Die Lippen wirken wie ein sich permanent öffnendes und schließendes Ventil. Die Schwingungen sind weitgehend unwillkürlich und werden durch elastische Rückstellkräfte der Lippenmuskulatur begünstigt. Bei tiefen Tönen kommt es zu »horizontalen und vertikalen Schwingungen eines breiten Lippensegments« (Methfessel). Der Bläser empfindet diesen Zustand subjektiv als Dehnung der Mundmuskulatur. Bei hohen Tönen erfolgt eine »Verkürzung des Lippenrandsegments durch intensive Horizontalspannung« (Methfessel).

Der Ansatzdruck des Instruments auf die Lippen soll möglichst gering sein, um die Schwingungsfähigkeit der Mundmuskulatur nicht zu beeinträchtigen, die Lippenverschieblichkeit über die Zahnreihen hinweg zu erhalten und die Lippen nicht durch überstarken Druck zu verletzen. Einen allgemein verbindlichen Idealansatz gibt es nicht. Der »ideale« Ansatz ist immer individuell körperabhängig.

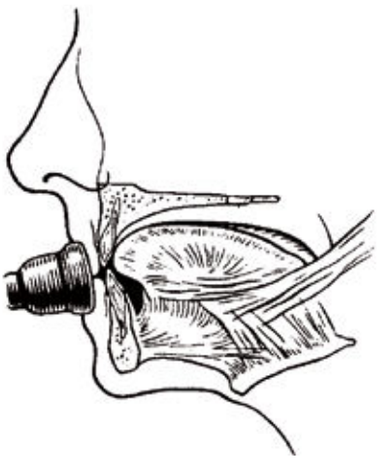
Für Spieltechnik und Qualität des Tones sind äußere Lippenform, flexible Lippenspannung, Körperhaltung, Atemführung, Neigungswinkel des Instruments in Korrelation zur sagittalen Stufe zwischen Ober- und Unterkiefer, Zahnstellung, Kieferform und Incisallinie (Zahnunterkante) sowie Größe und Form des Mundstücks oder der Rohre verantwortlich.

WERTIGKEIT UND SYNERGIE BLÄSERISCHER FUNKTIONSABLÄUFE

Bläserische Bewegungsmuster für alle Blasinstrumente sollten in einer Rangfolge der Bewertung anatomisch-physiologischer Abläufe erarbeitet werden. Dabei muss die bläserische Leistungsatmung absolute Priorität besitzen. Die Aktionen aller übrigen Funktionsbereiche, insbesondere des orofazialen Bereichs, wozu die Lippen gehören, sind an die Atmung anzukoppeln und über diese zu beüben. Jede Hyperaktivität in funktionellen Teilbereichen hat die Hypoaktivität anderer, meist gegensinnig beanspruchter Partien zur Folge.

AMORBOGEN UND LIEBE

Am Ende meiner Betrachtung über die Lippen möchte ich zur bläserischen Funktion des im Leben so reizvollen Amorbogens einen kleinen Wermutstropfen in das klare Wasser der Erkenntnis träufeln. Besonders bei Blechbläsern führt eine starke Ausbogung der Oberlippe beim Blasen zu einer zapfenartigen Schwellung durch vermehrte Gewebsflüssigkeitseinlagerung, also zu einem sogenannten Drucksödem. Der Amorbogen wäre in diesem Kontext als eignungseinschränkendes Kriterium zu bewerten. Schade! Deshalb möchte ich zum Abschluss noch eine Mahnung einer Kollegin auf einem Jahreszeugnis zitieren: »Dein Instrument liebt Dich, lieb' Du es auch!« Dem ist nichts hinzuzufügen!



Ansatz auf der Trompete (Foto: Prof. Dr. Götz Methfessel)

LIPPENBEKENNTNISSE VON PROFIS

VON KLAUS HÄRTEL

WOHL DEM MUSIKER, DER NOCH NIE PROBLEME MIT SEINEN LIPPEN HATTE. SEI ES AUFGRUND SORGFÄLTIGER PFLEGE UND PRÄVENTION, SEI ES , »WEIL ICH BEKANNTLICH EH SO NE BETONFRESSE HABE«, WIE DER SAXOFONIST THORSTEN SKRINGER LACHEND ANMERKT. FAKT IST: DIE LIPPEN SIND DA – UND SIE WERDEN GEBRAUCHT.

Über die Lippen macht man sich als Bläser vermutlich mehr Gedanken als beispielsweise über die Zunge. Auch wenn das nicht so sein sollte, gilt: Aus den Augen, aus dem Sinn. Die Lippen aber sieht jeder und wegen der hohen Sensibilität dieses Organs fühlt es jeder Bläser auch. Vor allem fühlt man sie, wenn sie schmerzen. Jeder Blasmusiker wird in seiner Musikerkarriere wahrscheinlich schon mal mit seinen Lippen zu tun gehabt haben. Selbst wenn man die Lippen bei so manchem Instrument für die Tonerzeugung nicht braucht – benötigt werden sie eigentlich immer – und wenn es sozusagen nur zum Festhalten des Instruments ist. Spätestens wenn's wehtut, merkt man, dass es doch irgendwie nicht ohne geht. Deshalb achten vor allem Profis darauf, dass alles in Ordnung ist. Jeder Musiker hat da so seine eigenen Methoden. Der große Trompeter Maurice André beispielsweise empfahl lediglich Butter, um die Lippen geschmeidig zu halten. Wir haben uns mal unter Instrumentalisten umgehört.

DER OBOIST

Fotos: Frank Luger / EMI Classics, privat

Christoph Hartmann von den Berliner Philharmonikern beschreibt die Tätigkeit der Lippen in seinem Job folgendermaßen: »Die Lippen umschließen das Rohr, ›halten es fest‹ und formen den Ansatz.« Ober- und Unterlippe zieht der Bläser dabei über die Zahnkanten des Ober- und Unterkiefers. Die Lippen erfahren natürlich die Vibrationen des Holzes. Spezielle Übungen zum Training der Lippen wendet Hartmann nicht an und er benutzt auch keine »Trainingshelfer«. Die Rolle der Lippen ist bei Oboisten, erklärt Hartmann, mit der Muskulatur eines Ausdauersportlers vergleichbar. »Ein Marathonläufer oder ein Radrennfahrer wird seine Ausdauer damit verbessern, dass er sie langsam und gleichmäßig trainiert.« Und ähnlich sei es mit den Lippen des Oboisten: »Die Ausdauer kommt, wenn ich langsam spiele und ausdauernd. Übungen, Studien, Tonleitern, Vokalisen – das sind meine Hilfsmittel.« Damit behalte man sein Gefühl, den Ansatz und den Kontakt zum Rohr. »Je besser die (Lippen-)Ausdauer ist, desto besser kann ich den Ton kontrollieren.« Und wenn man jeden Tag »nur die Stücke spiele, die ich auch im Konzert spiele, bringt das selbstverständlich nichts«. Hartmann trainiert damit nicht nur die Lippen. »Denn warum soll ich bestimmte Dinge zweimal üben, wenn ich effektiv mit der gleichen Übung mehrere Aspekte bedienen kann?«

Es kommt – vor allem bei Anfängern – auch einmal vor, dass man sich in die Lippen beißt, doch »das ist letztendlich Trainingssache und mit der gewissen Routine ist das sicherlich vorbei«. Für diesen Fall gibt es allerdings einen Zahnschutz, der über die Zähne gelegt wird und damit das Aufbeißen verhindern soll (wobei diese Dinger natürlich Lippenschutz heißen müssten…).

Christoph Hartmann achtet allerdings sehr wohl darauf, dass seine Lippen nicht zu trocken oder spröde werden. »Gerade in der aktuellen Heizperiode, wenn es draußen einfach kalt ist, sind die Lippen mehr beansprucht.« Trockene Lippen sind nicht wirklich sinnvoll fürs Musizieren. Hartmann verzichtet aber trotzdem auf irgendwelche Cremes. Grund dafür ist die Abhängigkeit davon. »Früher war ›Blistex‹ total beliebt – doch wenn man einmal damit anfängt, geht es irgendwann nicht mehr ohne.« Der Berliner Oboist umgeht Trockenheit der Lippen mit seiner Ernährung. »Je mehr man sich basisch ernährt, desto besser ist das, desto weniger trocken sind die Lippen.« Ernähre man sich zu sauer, fördere das die Trockenheit und das sei nicht förderlich für das Spiel.

DIE KLARINETTISTIN

Auch die Bassklarinettistin der Bayerischen Staatsoper, Martina Beck, weiß, dass die Lippen im Winter besonders beansprucht werden, gegebenenfalls sogar rissig werden und deshalb besonderer Pflege bedürfen. Fettstifte gibt es von verschiedenen Firmen. »›Labello‹ nehme ich eher selten, ich benutze etwas von ›Weleda‹. Überhaupt hat jeder so seinen Fettstift, auf den er schwört, ›Carmex‹ gibt es auch noch.« Hilfreich ist es, wenn die Fettstifte aus natürlichen Inhaltsstoffen wie hochwertigen Pflanzenölen bestehen.

»Im Dienst werden die Lippen je nach Programm manchmal schon ganz schön be-

ansprucht«, erzählt Martina Beck. Vor allem »langes Spielen, Spielen in extremen Lagen – vor allem längere Zeit in sehr hohen Lagen – kann schon schlauchen…« Natürlich sind es meistens nicht nur die Lippen, die direkt beansprucht werden, sondern der Ansatz insgesamt. »Dazu gehört die gesamte Lippenmuskulatur und bei uns auch die Innenlippe – da wo die Lippe auf den Zähnen liegt und die Zähne ›schön‹ reinschneiden.«

Größere Probleme habe sie noch nie gehabt, aber von Kollegen weiß die seit fünf Jahren in München tätige Musikerin, dass beispielsweise Herpes ein großes Problem sein kann. »Ist ein Bläschen genau dort, wo die Blattkante einschneidet, ist das sehr unangenehm.« Herpes habe Kollegen schon dazu genötigt, sich krank zu melden, weil Spielen einfach nicht möglich war. Da helfe dann nur »Abwarten und Salbe drauf«. Präventiv bzw. wenn ein Fieberbläschen oder Ähnliches im Anmarsch ist, »helfen auch mal Pflaster von ›Compeed‹«.

Trainingshelfer benutzt allerdings auch die Klarinettistin keine. Auch sie weiß, dass mit »üben, üben, üben« auch die Lippen trainiert werden. Spezielle Kräftigungs- oder Ausdauerübungen nur separat für die Lippenmuskulatur wendet Martina Beck nicht an.

DER SAXOFONIST

Saxofonist Michael Unger aus Hessen hat auch wegen seines modernen Ansatzes – also Unterlippe nach außen – sowohl auf Konzerten als auch beim täglichen Unterricht keine Probleme mit den Lippen. Der Musiker weiß aber, dass viele seiner Kollegen, »die eher den traditionellen Ansatz spielen – vorwiegend Klassiker – eher mal ein Problem bekommen, da die Unterlippe direkt auf der unteren Zahnreihe aufsitzt und somit mehr beansprucht wird«. Unger kennt die Problematik, weil er auf der Klarinette »eine Mischung aus modernem und klassischem Ansatz spielt«. Aber weil der Saxofonist keinerlei Probleme hat, richtet er auch sein Üben nicht explizit danach aus. Durch die Lehrtätigkeit an seinen beiden Musikschulen und auf Konzertreisen kommt Unger täglich mit dem Saxofon in Berührung. »Sollte ich dennoch einen ›Trainingshelfer‹ benötigen, hole ich mein Horn heraus und spiele. Allerdings ist gegen Ansatzverbesserer nichts einzuwenden und sie können im Flugzeug oder Auto ein sinnvoller Zeitvertreib sein.«

An ein einziges Problem in seiner Laufbahn kann sich der Saxofonist allerdings schon erinnern. »Ich war damals erst 15 Jahre alt und hatte im hiesigen Orchester das Klarinettenkonzert ›Concertino für Soloklarinette‹ von Friedemann gespielt. Am Abend zuvor hatte ich eine Mucke mit dem Saxofon und als ich am Morgen aufwachte, waren mehrere Bläschen auf der Unterlippe. Die wurden – Mediziner bitte weghören – aufgestochen und mit einer Kamillentinktur behandelt. Ja, so war das damals vor 30 Jahren…«

Michael Unger sind allerdings Probleme von Kollegen bekannt, die allergisch auf bestimmte Blattmarken reagieren, bei denen sich ein pelziges Gefühl oder ein Kribbeln einstellt. »Ich kenne sogar ›Labello-Süchtige‹, bei denen die Haut immer rissiger wird, je mehr sie sich von dem berühmtesten Fettstift draufschmieren. Bei beginnendem Herpes beispielsweise, so berichteten mir erfahrene Musiker, helfen auch Natrium Chloratum D12 Streukügelchen, damit der Herpes bereits im Keim erstickt wird. Persönlich ist es bei mir ausreichend, wenn ich meine Lippen – selbst im Winter – einmal täglich mit einer herkömmlichen Creme pflege.«

» KURZINFO: HERPES

Volkskrankheit Herpes? Einerseits schon, denn laut Experten haben etwa 90 Prozent der Erwachsenen den Virus in sich. Andererseits auch nicht, denn die meisten dieser 90 Prozent merken das nicht einmal, weil der Virus eben nicht ausbricht. Die Gefahr einer Ansteckung von Erwachsenem zu Erwachsenem ist daher sehr selten. Wenn es zu wiederholtem Auftreten von Herpes kommt, ist dies eine Aktivierung des Virus, der bereits im Körper vorhanden ist, genauer genommen in bestimmten Nerven, die ein bestimmtes Hautareal versorgen – wie etwa die Oberlippe. Dies kann zum Beispiel durch UV-Licht oder Stress geschehen.

WAS PASSIERT? Herpes simplex und Herpes simplex recidivans in loco treten als Fieberbläschen, Ekelbläschen oder Gletscherbrand auf und ist die häufigste Manifestationsform einer Sekundärinfektion. Nach einer Inkubationsszeit von zwei bis fünf Tagen kündigt sich der Herpes simplex durch Spannungsgefühl und Juckreiz, gelegentlich auch durch Schmerzen an. Ein 3 bis 10 mm großer geröteter und ödematöser Herd mit eigentümlich pelzigem Gefühl geht dann in gedellte, isoliert und auch gruppenförmig stehende Bläschen über. Die Bläschen sind stecknadelkopf- bis reiskorngroß und konflurieren. Wenig später trübt sich der Bläscheninhalt ein. Die Bläschen platzen und hinterlassen Erosionen. Später trocknen sie zu bräunlichen Borken ein, die nach mehreren Tagen abfallen. Das Resterythem bildet sich bei unkompliziertem Verlauf ohne Narben zurück. Die Erkrankung ist nach 10 bis 14 Tagen abgeheilt.

WAS TUN? Solange keine Bläschen nachweisbar sind, empfehlen sich adstringierende Externa (phenolhaltige Pasten). Auch das mehrfache Auflegen eines zuvor im Kühlschrank gut abgekühlten metallischen Gegenstands (etwa ein Löffel) wird von manchen Patienten als hilfreich empfunden. Im Bläschenstadium sollen keine Salben oder Fettsalben angewandt werden, da diese leicht zu Exazerbation und Sekundärinfektionen führen können. Abtupfen mit alkoholischen Lösungen oder Trockenpinselungen mit antibiotischen oder antiseptischen Zusätzen empfehlen sich. Erst im Krustenstadium kommen Salben zur Anwendung. *hä*

Fotos: Archiv

DIE HORNISTIN

Sarah Willis, die Hornistin der Berliner Philharmoniker, erzählt, dass die Lippen beim Hornisten in Aktion sehr stark beansprucht werden. »Sie müssen echt viel aushalten, werden mit etwas Druck – nicht zu viel! – ans Mundstück gepresst und müssen gleichzeitig in feinmotorischen Nuancen vibrieren können. Ein guter Ansatz entsteht aus der perfekten Mischung von Kraft und Feingefühl und ist elementar wichtig für den Klang. Es ist vergleichbar mit Sportlern, schließlich geht es auch hier um Muskeln, genauer gesagt um die Gesichtsmuskulatur. Einen guten Ansatz aufzubauen dauert lange – verloren geht er dagegen leider sehr schnell. Aber das Horn bleibt trotzdem noch mein Lieblingsinstrument!« Sarah Willis betont, dass man ja leider immer üben müsse, »auch wenn die Lippen sich nicht wohl fühlen«. Aber natürlich sollte man ein bisschen auf den Körper hören, meint sie. »Sind die Lippen steif und unbeweglich, etwa nach viel Spielen am Tag zuvor, ist es ratsam, eher Übungen zur Flexibilität der Lippen zu machen. Sind die Lippen ausgeruht und kraftstrotzend, dann nichts wie her mit den Kraftübungen. Ob so oder so, üben sollte man dennoch jeden Tag. Dass die Lippen sich schlecht fühlen, ist keine Ausrede, nicht zu üben!« Trainingshelfer benutzt die Engländerin nicht. »Da gibt's nur das Horn und mich und viel und vernünftiges Üben.« Manchmal nerve es, aber es gebe »keinen Shortcut – Üben muss sein! Macht auch immer wieder Spaß… oder?«

Im Winter allerdings hat auch Sarah Willis so ihre Probleme mit rauen und trockenen Lippen. »Die Lippen gehören zum Handwerkszeug und müssen gut gepflegt werden. Und egal, in welchem Zustand sie sind, muss man trotzdem gut spielen.« Und wie pflegt die Hornistin ihre Lippen? »Mit Eincremen und viel Küssen!« Auch Musiker können nur auf das bewährte Mittel des konsequenten Eincremens zurückgreifen – womit auch immer. Manch einer mag sich seine individuelle Spezialcreme selbst zusammenrühren, »auf meine Lippen kommt in der Regel reine Vaseline oder Lanolin und im Sommer immer Sonnenschutz. Aber natürlich nicht vor dem Spielen, sonst vibrieren die Lippen nicht mehr im Mundstück!«

DER TROMPETER

Auch der Kollege von Sarah Willis, der Trompeter Gábor Tarkövi, verzichtet auf sogenannte Trainingshelfer. Doch er hält es durchaus für legitim, solche zu verwenden. Der Lippen-Expander sei sicherlich hilfreich, »doch ich versuche, mein ›Training‹ von der Musik aus zu gestalten. Wenn der Ton schwingt und klingt, dann ist das optimal.« Gábor Tarkövi hält nichts davon, der Lippe Kraft anzutrainieren um der Kraft Willen, denn »die Lippen sollen ja in erster Linie Musik produzieren«. Deshalb sind die Übungen, die der Trompeter der Berliner Philharmoniker zur Kräftigung einsetzt, auch »Etüden, Etüden, Etüden«. Das Üben von Musik kräftige mit der Zeit fast automatisch auch die Lippenmuskulatur, weiß Tarkövi. »Das ist wie beim Bodybuilding«, denkt der 43-Jährige, »wenn ich meine Übungen richtig mache, werde ich stärker, wenn nicht, geht's nur auf die Gelenke.«

Die Lippen sind beim Trompeter natürlich recht stark beansprucht. Je länger man spielt, desto mehr. Denn dort liegt das Mundstück auf und die Lippen müssen resonieren. Die Kunst sei vor allem, trotzdem – etwa bei Mahler-Sinfonien – die Belastung so gering wie möglich zu halten. Gábor Tarkövi schildert eine Art »Fifty-Fifty-Druckausgleich-Methode«: »Von innen wird mit Luftdruck dem Druck des Mundstücks von außen gegengehalten. Es entsteht ein Polster von innen.« Dafür müsse die Muskulatur gut gespannt und kräftig sein. Und zwar die gesamte Muskulatur auch um die Lippen herum. Zu viel Kraft in den Lippen sei nicht gut, denn dann würde der Ton zu fest, weiß der Trompeter. »Zu wenig hilft aber auch nicht weiter. Dann ist zwar der Klang super – doch leider nur für 15 Minuten. Es ist wie immer im Leben: Man muss die goldene Mitte finden.«

Wichtig sei vor allem, dass man regelmäßig übe, erklärt der Trompeter. »Wenn ich eine Woche lang nicht geübt habe, brauche ich genauso lange, um die Kondition wiederzuerlangen.« Denn zuerst fühlen sich die Lippen schlapp an. Damit das nicht erst passiert, ist eben das »Ausdauertraining« wichtig. Und dabei sei auch die richtige Dosierung zu beachten. Mit Etüden stärke ich eben die Lippen, doch solle man auch nicht übertreiben und »die Lippen kaputt machen«. Tarkövi vergleicht das Üben mit dem Training eines Marathonläufers. »Ein Marathonläufer läuft vor einem Wettkampf auch keinen kompletten Marathon. Der läuft mal zehn, mal fünf, auch mal 20 Kilometer.«

> ***» Die Lippen sollen ja in erster Linie Musik produzieren. «***

Probleme mit den Lippen haben viele Trompeter, weiß Gábor Tarkövi. Man höre immer wieder von Ansatzdystonien, Muskellähmungen und dergleichen. Meistens rühre das von unregelmäßiger Übe-Tätigkeit her oder von nicht ausreichender Erholung.

Gábor Tarkövi bemüht sich, seinen Wasserhaushalt mit viel Trinken hoch zu halten. Denn dann bleiben die Lippen ebenfalls eher vom Austrocknen verschont. Er selber habe hin und wieder Probleme mit Herpes. »Das habe ich leider von meiner Mutter geerbt. Wenn das Immunsystem etwas geschwächt ist, bricht das Virus aus. Und das ist schmerzhaft. Leider interessiert das ja keinen, der gute Musik hören will. Deshalb muss es trotzdem gehen.« Wenn es gar nicht mehr anders geht, greift auch Gábor Tarkövi zu Tabletten, doch der Berliner Trompeter greift zu einem ungewöhnlichen Mittel, zu dem ihm ein Tübinger Arzt geraten hat: Schnaps. »Aber nicht von innen«, lacht er. »Man trägt es auf die Lippe auf – das desinfiziert. Und es hilft!«

Fotos: Peter Adamik, Oliver Kendl

NATÜRLICH NATÜRLICH!

APOTHEKERS LIPPENBALSAM VON DR. PFLEGER

VON MARTIN HOMMER

DIE LIPPEN SIND EIN ENTSCHEIDENDER FAKTOR FÜR DEN BLÄSER. GEHT ES DEN LIPPEN SCHLECHT, FÜHLT SICH DER BLÄSER NICHT WOHL AM MUNDSTÜCK, DA SITZEN HOLZ- UND BLECHBLÄSER IM SELBEN BOOT. UMSO WICHTIGER IST DIE RICHTIGE PFLEGE. VOR EINIGER ZEIT HABEN WIR EINEN LESER-PRAXISTEST MIT APOTHEKERS LIPPENBALSAM VON DR. PFLEGER DURCHGEFÜHRT. DIE ERGEBNISSE ZEIGEN EINERSEITS, DASS DIE BEDÜRFNISSE DER MUSIKER SO INDIVIDUELL SIND WIE DIE MUSIKER SELBST. ANDERERSEITS WIRD ABER AUCH KLAR, DASS APOTHEKERS LIPPENBALSAM EINE ECHTE ALTERNATIVE FÜR DIEJENIGEN BLÄSER IST, DENEN NATÜRLICHE INHALTSSTOFFE WICHTIG SIND.

Der Markt für Lippenpflegeprodukte gibt einiges her. Im Drogeriemarkt müssen die Regale für die diversen Fabrikate regelmäßig umziehen, weil sie immer mehr Platz benötigen. Ein Produkt fehlt dort dennoch: Apothekers Lippenbalsam der Firma Dr. Pfleger. Denn den gibt es nur in der Apotheke. Wir haben die Lippenpflege zusammen mit zahlreichen Lesern getestet. Kurz zum Prozedere: nach einer Bewerbung mit musikalischem Kurzlebenslauf und der Beschreibung der Probleme, Bedürfnisse und auch der Erwartung, die die Leser an eine gute Lippenpflege haben, wurden Proben aus Dr. Pflegers Lippenpflegesortiment verschickt. Nach der festgelegten Testzeit füllten die Probanden einen Fragebogen aus, den sie dann an die Redaktion zurückgeschickt haben.

ÜBER APOTHEKERS LIPPENBALSAM

Der große Trumpf, der Apothekers Lippenbalsam von den meisten Mitbewerbern auf dem Markt unterscheidet, sind die Inhaltsstoffe: Hier setzt der Arzneimittelhersteller aus dem oberfränkischen Bamberg auf Natur pur: Echinacea, Hamamelis, Kamille und Arnika sind die wirksamen Bestandteile des Balsams. Sie alle wirken entzündungshemmend und ergeben mit einem leichten Zitronenduft und natürlichen Wachsen als Trägermaterial ein überzeugendes Gesamtprodukt, das die überwiegende Zahl der Testteilnehmer begeistert hat. Eine repräsentative Studie konnten wir freilich nicht durchführen. Die Teilnehmer an dem Leser-Praxistest kamen aber aus allen Bereichen der Bläsermusik, spielen also professionell oder als Amateure in traditioneller Blasmusik, sinfonischer Blasmusik oder auch in Jazzensembles und im Sinfonieorchester. So konnten wir einen guten Überblick über die Szene bekommen

KURZ & KNAPP

Hersteller: Dr. R. Pfleger GmbH

Wirkstoffe: Echinacea, Hamamelis, Kamille, Arnika

UVP: 3,09 Euro (Tiegel)
3,59 Euro (Tube)

Bezugsquelle: Apotheken, erhältlich im Tiegel oder in der Tube

Infos: www.dr-pfleger.de

– samt ihrer Bedürfnisse und Probleme, was die Lippen angeht.

So individuell wie die Bläser selbst sind ihre Probleme, die im Zusammenhang mit den Lippen auftreten können. Rissig können sie sein, sogar wund. Sie können spannen oder spröd sein. Viele Musiker kämpfen außerdem mit Herpes-Problemen. Was Musiker hier benötigen, wurde in der Bewerbungsrunde sehr deutlich: Die Lippen sollen durch das Pflegeprodukt weich und geschmeidig gemacht werden, die Lippen nicht zusätzlich austrocknen, vor äußeren Einflüssen schützen und raue Lippen pflegen. Es soll sich leicht verteilen lassen, die Trockenheit der Lippen reduzieren, das Spannungsgefühl reduzieren und sich einfach nur angenehm anfühlen.

ÜBERWIEGEND POSITIVE REAKTIONEN

»Das sind aber viele Wünsche auf einmal«, möchte man meinen. Stimmt. Aber nicht jeder Musiker äußert alle oder dieselben Wünsche. Wie bereits erwähnt: Die Anforderungen der Musiker an die Lippenpflege sind ebenso individuell wie die Lippen und Musiker selbst. Das bestätigten auch die Ergebnisse, die wir per Fragebogen ermitteln konnten. So wurde etwa der dezente Zitronenduft, den Apothekers Lippenbalsam mitbringt, von manchen Probanden als störend empfunden, während andere Testteilnehmer gerade diesen Duft als besonders positives Merkmal anführten.

Insgesamt überwogen beim Leser-Praxistest die positiven Bewertungen deutlich. Und zwar über alle Genre- und Niveaustufen hinweg. Profis wie Amateure äußerten sich überwiegend positiv über Apothekers Lippenbalsam. Die am häufigsten erwähnten Punkte waren dabei, dass der Lippenbalsam die Lippen schön weich macht (aber nicht zu weich), dass sie nicht mehr zu Rissigkeit neigen und dass sich der Balsam leicht verteilen lässt und ein angenehmes Gefühl auf den Lippen hinterlässt. Allerdings konnten sich nicht alle Probanden mit der Konsistenz und mit dem Einziehverhalten des Lippenbalsams anfreunden. Manche Musiker schätzen es, wenn die Lippenpflege sofort einzieht. Apothekers Lippenbalsam wirkt durch seine Konsistenz und die Herstellung mit den natürlichen Wachsen länger, denn er zieht langsam ein und verteilt die heilenden natürlichen Wirkstoffe dadurch über einen längeren Zeitraum hinweg. So wirkt der Balsam einfach nachhaltiger als eine einfache Fettcreme, die die Lippen zwar kurzfristig geschmeidig machen können, aber den Lippen sonst nichts oder nur wenig Gutes tun.

NATÜRLICHE INHALTSSTOFFE ALS GRÖSSTER PLUSPUNKT

Interessanterweise äußerten sich die Musiker im Test auch sehr unterschiedlich über die Packungsart: Manche Musiker bevorzugen die Tube, manche den Tiegel. Gut, dass hier für jeden Geschmack das richtige Behältnis zur Verfügung steht. Als größten Pluspunkt sahen die Probanden die natürlichen Wirkstoffe. In der heutigen Zeit legt man offenbar nicht nur beim Essen Wert auf gute Inhaltsstoffe, sondern auch bei der Körperpflege. Das ist auch gut so, gerade bei so sensiblen Körperteilen wie den Lippen.

Gerade rechtzeitig zur Veröffentlichung der Testergebnisse wurde übrigens das Äußere von Apothekers Lippenbalsam überarbeitet: Die Tuben und Tiegel wurden neu gestaltet und kommen nun mit einem noch angenehmeren Design daher. Erhältlich ist Apothekers Lippenbalsam nach wie vor in der Apotheke.

KISS ME!

LIPPEN SIND NICHT NUR ZUM BLASEN DA

VON HANS-JÜRGEN SCHAAL

ROTE LIPPEN SOLL MAN KÜSSEN, HIESS ES EINMAL BEI CLIFF RICHARD. TATSÄCHLICH SIND GUT DURCHBLUTETE LIPPEN BESONDERS KUSSFREUNDLICH. MIT DEM SPIELEN EINES BLASINSTRUMENTS KANN MAN DIE DURCHBLUTUNG DER LIPPEN DEUTLICH FÖRDERN. DIE SPITZMÜNDIGE FLÖTISTIN UND DIE BEISSLIPPIGE KLARINETTISTIN – KÜSSEN SIE EIGENTLICH VERSCHIEDEN?

Es gibt viel mehr Songs, die von den Lippen handeln, als solche über die Finger oder den Ellbogen. Daraus darf man aber nun nicht schließen, dass Blasinstrumente grundsätzlich populärer wären als Klaviere oder Geigen. Die Lippen verdanken ihre große Beliebtheit nämlich weniger dem Flöte- oder Trompeteblasen als einer anderen, auch ganz netten Beschäftigung: dem Küssen. Schöne rote Lippen sind ein erotisches Kraftsymbol. Allerdings bestehen da durchaus gewisse Zusammenhänge zwischen dem Blasen und dem Küssen. Saxofonisten, so hört man gelegentlich, küssen nämlich am besten. Und die talentiertesten Saxofonisten und Holzbläser überhaupt sollen ja aus Frankreich kommen, dem Land des fröhlichen Küssens. Erklärt wird dieses Doppeltalent mit der französischen Sprache, deren Diphthonge und Nasallaute die Beweglichkeit der Mundmuskulatur (»embouchure«) in besonderer Weise trainieren. Darf man also behaupten: Wer Französisch spricht, bläst besser und küsst besser?

Damit man gut küssen kann, sollten die Lippen weich, feucht, gut durchblutet und muskulös sein. Dieselben Lippen-Tugenden wünschen sich Blasmusiker für einen flexiblen Ansatz. Ein paar Ratschläge aus der Kosmetik- und Fitness-Abteilung der Frauenzeitschriften könnten daher auch für Bläser hilfreich sein. Etwa dieser: Mit regelmäßigem Lippen-Peeling trockene, verhärtete Hautstücke entfernen! Dem Sprödewerden der Lippen, besonders in der kalten Jahreszeit, mit einem Fettstift oder Lippenbalsam vorbeugen! Das Trainieren der Gesichtsmuskeln – »Spitzmund« vs. »Breitmaul« – steigert zudem die Flexibilität der Lippenspannung. Wer speziell die Muskulatur der Lippen stärken will, kann es sogar mit kleinen Gewichten versuchen, die man nur mit den Lippen hält. Auch Saugübungen dienen nicht nur der Virtuosität beim Küssen – sie fördern genauso die Beweglichkeit beim Blasansatz. Beides bringt dich im Leben weiter.

DER LEIDIGE KNUBBEL

Ob man nun gerne küsst oder gerne ins Rohr bläst: Man sorgt sich um seine Lippen. Das Rauchen zum Beispiel soll ja ganz schlecht sein. Und zwar nicht nur für den Atem der Küssenden und das Lungenvolumen der Bläser (übrigens bleibt auch beim Küssen manchem schon mal die Luft weg), sondern gerade auch für die Lippen: Zigarettenrauch trocknet sie nämlich aus und fügt ihnen sogar kleine Verbrennungen zu. Noch heißer diskutiert wird das modische Lippen-Piercing (»Labret«). Dass ein Metallstück in der Lippe das Küssen wirklich interessanter, inniger, heftiger machen soll, ist übrigens durchaus umstritten. Dass so ein Teil den Ansatz am Blasinstrument nicht verbessert, steht dagegen eindeutig fest. In den Bläser-Foren im Internet wird daher leidenschaftlich um Kompromisslösungen gerungen: Sie reichen von einer seitlich versetzten Platzierung des Labrets bis hin zum Wechsel des Instruments. Natürliche Feinde des Piercings sind besonders Blechblasinstrumente und die Querflöte. Trompetende Fans der Hautdurchstechung müssen da wohl oder übel auf Nasen-, Ohren- oder Brauenpiercing ausweichen.

Nicht nur das Metallstück selbst, auch schon die Verletzung der Lippe durch das Piercing kann der Virtuosität beim Kuss- und Blasansatz erheblich schaden. Wer jemals einen langwierigen »Knubbel« (oder »Gnubbel«?) an der Lippe hatte, weiß, wie sehr dies die multiple Einsatzfähigkeit der Mundpartie beeinträchtigt. Die Ursache für eine solche Verletzung muss dabei kein

Fotos: Yuri Arcurs | Dreamstime.com, DayDream

Piercing oder ein Unfall sein: Es genügen extensives Klarinette-Üben oder ein besonders leidenschaftlicher Kuss-Partner. Jedenfalls kann einem so ein Lippen-Ungetüm, etwa auch eine Herpes-Infektion oder Fieberblase, erheblich den Spaß verderben – in intimen Stunden genauso wie bei der Blasmusik. In ganz schlimmen Fällen kann eine Verletzung an dieser sensiblen Stelle sogar dauerhaft zu einer Taubheitsempfindung, Gewebeverhärtung, Muskel- oder Nervenlähmung führen. Aber das müssen wir jetzt nicht näher ausführen.

DIE KUNSTPFEIFEREI

So wie das Küssen ganz ohne Instrument funktioniert, gibt es auch eine Blasmusik nur mit den Lippen: das Pfeifen. Technisch gesehen funktioniert es wie eine Flöte: Der Luftstrom trifft auf die Lippenkante, entwickelt bei der Brechung kleine Wirbel und bringt so die Luft im Mundraum zum Schwingen. Durch Bewegungen der Zunge, Wangen und Lippen wird die Tonhöhe variiert. Um zum virtuosen Lippenpfeifer zu werden, muss man früh mit dem Training der Lippenmuskulatur anfangen. Nicht nur die Kusstechnik profitiert davon: Es gibt genug Gründe im Leben, das Pfeifen regelmäßig zu praktizieren.

Zum Beispiel hilft die »Lippenflöte«, eine relaxte, überlegene Haltung zur Welt zu gewinnen – so wie Goethes ungebunden schweifender »Musensohn« (»mein Liedchen wegzupfeifen«) oder Hesses Freigeist, der »auf alle Welt pfeift«. Auch die Redewendung vom »Pfeifen im Walde« (englisch: »whistling in the dark«) verrät, dass sich das Pfeifen gut zur Verdrängung von Ängsten und Sorgen eignet. Ein typischer Fall ist Bobby McFerrins Hitsong »Don't Worry, Be Happy« mit gepfiffenem Refrain. Auch um unangenehme Arbeiten mit Würde und Leichtigkeit zu erledigen, hilft das Pfeifen. Das demonstrierten einst schon die Waldtiere im Disney-Film »Schneewittchen« (»Whistle While You Work«) und die englischen Kriegsgefangenen im Film »Die Brücke am Kwai« (»River Kwai March«). Viele Popmusiker haben »Whistling« verwendet, um eine gewisse Hemdsärmeligkeit in ihre Musik zu bringen. Eine bedrohliche Note dagegen bekommt das Pfeifen im Thriller »Twisted Nerve«. Der Regisseur Quentin Tarantino hat die gepfiffene Filmmelodie von Bernard Herrmann daher auch in »Kill Bill« wieder eingesetzt.

Der »Kunstpfeifer« ist keine Erfindung von Loriot. Das anspruchsvolle Kunstpfeifen kam tatsächlich im 19. Jahrhundert in der Wiener Schrammelmusik auf und wurde zu einer Form virtuoser Varieté-Einlage. Klassische Trompeten- oder Violinpartien gehörten zu den Glanznummern der Kunstpfeifer. Noch Thomas Mann beschrieb in seinem Roman »Doktor Faustus« einen Violinvirtuosen, der »eine kabarettreife Fertigkeit« im Kunstpfeifen besitzt: »Die Vereinigung des Schusterbubenhaften, das nun einmal dieser Technik anhaftet, mit dem künstlerisch Ernstzunehmenden erregte eine besondere Heiterkeit.« Auch im Jazz gab es schon virtuose Kunstpfeifer, die sich vorbildlich durch die Akkordgerüste improvisierten. Einer, der mit der Zeit gehen wollte, »amplifizierte« seine Lippenkunst sogar durch den zusätzlichen Einsatz der Stimme. Übrigens macht sich Loriots Cartoon-Sketch nicht über schlechte Kunstpfeifer lustig. Sein »neutönerischer« Pfeifer ist vielmehr eine parodistische Anspielung auf innovative Intonations-Techniken der Avantgarde.

GEBLASENE KÜSSE

Besonders Trompeter beschäftigen sich notgedrungen viel mit ihren Lippen. In der Frühzeit des Jazz, als lange Auftritte und extreme Höhen für sie an der Tagesordnung waren, wurden Trompeterlippen regelmäßig einer buchstäblichen Zerreißprobe unterzogen. Die Titel von Glanzstückchen wie »Jazz Lips« (Louis Armstrong), »Hot Lips« (Henry Busse) oder »Sugar Lips« (Al Hirt) waren deshalb durchaus doppeldeutig gemeint. Sie beschworen zwar das Bild verführerischer Lippen, die man gerne virtuos küssen möchte, erinnerten zugleich aber auch an die besondere Blasleistung, die die Trompeter in diesen Stücken erbrachten. Die zärtliche Jazzballade »The Touch Of Your Lips« ist dagegen zu einer Paradenummer der sanften Fraktion unter den Bläsersolisten geworden. Lyrische Trompeter wie Chet Baker oder Art Farmer führten bei diesem Stück den verführerischen »Touch« küssender Lippen sozusagen am Instrument selbst vor. Eine der bekanntesten Versionen stammt vom Tenorsaxofonisten Ben Webster: Er säuselt, haucht und schmeichelt sich so hingebungsvoll durch dieses Stück, dass es auch den Hörer unwillkürlich in den Lippen zu kitzeln beginnt.

Musik, die vom Küssen handelt, fällt also definitiv in die Kernkompetenz von Bläsern. Bei Duke Ellingtons »Prelude To A Kiss« erwiesen sich Johnny Hodges, Archie Shepp, Bennie Wallace, Günther Klatt und andere Saxofonisten als die weltweit führenden Fachleute. Im Nachruf auf den Saxofonisten Barney Wilen schrieb der »Spiegel«: »Als er 1988 noch einmal ein Album aufnahm, da bewies er, dass er selbst die älteste Schnulze in einen Traum verwandeln konnte: ›Bésame mucho‹.« Natürlich ist auch das ein Lied übers Küssen: »Küsse mich, küss mich ganz feste! Küss mich, als wär's heute Nacht zum allerletzten Mal«, heißt es im Text. Auch Victor Herberts Filmwalzer »A Kiss In The Dark« erfreut sich gerade bei Blasorchestern großer Beliebtheit. Und selbst ein klassisches Orchesterstück wie Sir William Waltons »Touch Her Soft Lips And Part« wurde von einer Reihe blasender Lippen-Experten kurzweg zur idealen Saxofonballade erklärt.

HEUREKA!

FLEXIBRASS AUS METZINGEN

»MY FLEXIBLE FRIEND«... SO ÄUSSERT SICH ROWAN ATKINSON ALIAS MR. BEAN IMMER, WENN ER MIT SEINEM EIGENTÜMLICHEN UND UNNACHAHMLICHEN GRINSEN DIE KREDITKARTE ZÜCKT. EIN FLEXIBLER FREUND KÖNNTE ABER AUCH DAS MUNDSTÜCK SEIN, DAS MICHAEL KOCH AUS DEM SCHWÄBISCHEN METZINGEN ERFUNDEN HAT: FLEXIBRASS. DIESE EINFACHE WIE EINFACH GENIALE ERFINDUNG KANN TATSÄCHLICH EINE GROSSE HILFE SEIN, WIE EXPERTEN BESCHEINIGEN.

Musiker sind in der Regel hin und her gerissen zwischen Neugier und Skepsis. Ständig entsteht irgendwo auf der Welt irgendetwas Neues, von dem der Erfinder überzeugt ist, dass seine Errungenschaft, wenn nicht die Welt, zumindest aber das Musizieren verändern wird. Und der potenzielle Endabnehmer wird dies erst einmal ablehnen (Stichwort: »Das haben wir immer schon so gemacht«) – um es dann im zweiten Schritt trotzdem auszuprobieren. Genauso verhält es sich mit »flexibrass«.

Der Erfinder dieser Idee ist der Trompeter, Komponist und Musikpädagoge Michael Koch. In ausgiebigen Recherchen hat er sich der Tonoptimierung für Blechbläser gewidmet. »flexibrass«, heißt es, »ermöglicht endlich einen innovativen Ansatz (im wahrsten Sinne des Wortes) für all diejenigen Blechbläser, die nach leichterem, konstanterem und zuverlässigerem Spielen suchen.« Ob er »Heureka!« gerufen hat, ist nicht überliefert – doch das ist durchaus denkbar. Denn ihm sei, erklärt er, bei seiner Tüftelei »ein echter Durchbruch gelungen – weil ›flexibrass‹ völlig neue Übungsmöglichkeiten des Trompetenspielens eröffnet«.

Der erste Eindruck ist zugegebenermaßen: Skepsis. »Die flexible Verbindung zwischen Schaft und Kessel des ›flexibrass‹-Mundstücks hilft, die unterschiedliche Beanspruchung von Ober- und Unterlippe zu optimieren. Denn für jeden Blechbläser gilt: Unterlippe hält – Oberlippe schwingt!« Das sind die Worte, die einem entgegenspringen, hat man den kleinen ›flexibrass‹-Karton aus dem luftgepolsterten Umschlag befreit. Denn auf der Unterseite desselbigem steht das. Das ist allerdings die Theorie. Der Musiker neigt ja in der Regel dazu, gar nicht erst lange die Gebrauchsanweisungen durchzuwälzen, sondern auszuprobieren. Der Fairness halber sei angemerkt: eine lange Bedienungsanleitung gibt es ohnehin nicht. Die Skepsis kommt allerdings auch dadurch zustande, dass »flexibrass« so simpel erscheint. Es könnte in einem Buch »Heimwerken für Musiker« stehen: »Man nehme ein handelsübliches Mundstück, säge es mit einer handelsüblichen Metallsäge in zwei Teile und verbinde diese beiden Teile anschließend mit einem Stück Gummi-

schlauch.« So einfach ist es natürlich nicht – und trotzdem ist das genau das Prinzip.

Ziel des »flexibrass«-Mundstücks ist, durch weniger Oberlippendruck einen freieren Klang und eine bessere und leichtere Höhe zu erreichen. Die anatomischen Voraussetzungen eines jeden Menschen sind eine schwächere Ober- und eine stärkere Unterlippe. Deutlich sichtbar ist zudem die Schwachstelle des Oberlippenmuskels unter der Nase. Michael Koch hat das Problem erkannt: »Viele Blechbläser haben eine zu geringe Stabilität der unteren Mundpartie. Bei zunehmender Tonhöhe bewirkt die Beweglichkeit des Unterkiefers, dass dieser dem steigenden Druck nachgibt und dadurch der Druck auf die Oberlippe unverhältnismäßig zunimmt. Der zunehmende Druck geht zu Lasten der Tonqualität, der Ausdauer und der erreichbaren Höhe. Daher muss die untere Mundpartie gestärkt werden, um in der Lage zu sein, Druck von der Oberlippe wegzunehmen, damit diese möglichst frei schwingen kann.« Und dagegen gibt es nun »flexibrass«. »flexibrass« soll durch die Beweglichkeit des Mundstückkessels einen zu hohen Druck auf die Oberlippe vermeiden sowie gleichzeitig die Unterlippe und die gesamte untere Mundpartie zu mehr Aktivität zwingen.

Nun, genug der Worte. Für Schritt zwei – das Ausprobieren – haben wir uns Verstärkung im Profisegment geholt und wollen von Ingolf Burkhardt (Jazz; seit 1990 Mitglied der NDR Bigband) und Thomas Reiner (Klassik; weltweite Auftritte als Konzertsolist) nun wissen, was sie von dem flexiblen Freund halten.

Ingolf Burkhardt meint: »Vor gut einer Woche habe ich das ›flexibrass‹-Mundstück in die Hände bekommen. Ein unterhalb des Cups durchgeschnittenes Mundstück mit einer austauschbaren flexiblen Verbindung zum Schaft? ›O.k.‹, dachte ich, und muss sagen: Es funktioniert! ›flexibrass‹ hat selbst bei mir einen sehr guten Trainingseffekt, und das obwohl ich schon immer sehr stark auf meine Kiefer- und Zahnstellung (ganz im flexibrass'schen Sinne ›Unterlippe hält – Oberlippe schwingt‹) geachtet habe. Man kann mit diesem modifizierten Mundstück einfach nur dann einen guten Sound erzielen, wenn die Kieferposition optimal ist und die Oberlippe frei schwingen kann. Das Ganze erklärt sich bei der Benutzung von alleine. Wenn es gut klingt, ist die Position optimal – so einfach ist das. Es braucht keine Eingewöhnungszeit. Das Mundstück kommt mit drei flexiblen und einem massiven Zwischenstück (was die Benutzung als reguläres Mundstück ermöglicht) in den Größen 1½ C, 3 C, 5 C und 7 C, sodass für jeden eines dabei ist. Von den drei flexiblen Zwischenstücken empfehle ich Anfängern die etwas härteren Varianten, erfahreneren Trompeter(inne)n die weichste Version. Ich jedenfalls werde weiterhin mit ›flexibrass‹ üben und kann diese Erfindung von Michael Koch wärmstens weiterempfehlen.«

Thomas Reiner meint: »›flexibrass‹ ist eine Innovation zur Überprüfung und Korrektur des Ansatzdrucks auf Ober- und Unterlippe bei Trompetern. Das System besteht aus einem qualitativ hochwertigen dreigeteilten Mundstück, bestehend aus Oberteil mit Rand und Kessel, einem Zwischenstück aus Aluminium und einem Schaft. Das Ganze ist miteinander verschraubbar – ähnlich dem Mundstücksystem von Karl Breslmair – und ergibt verbaut ein einsatzbereites Mundstück. Die Grundidee des Systems ist gut und Michael Koch, der Erfinder von ›flexibrass‹, hat sich richtig viele Gedanken gemacht – man merkt, dass hier jemand mit jahrelanger Erfahrung als Trompeter und Pädagoge am Werk war. Gerade bei Anfängern oder Spielern mit erheblichen Ansatzproblemen lässt sich so eine unausgewogene Belastung von Ober- und Unterlippe analysieren und unterstützt bei der Entwicklung eines sicheren Ansatzgefühls. Nicht für die Bühne, sondern für das tägliche Lippentraining wird das System mit drei verschiedenen Kunststoffverbindungen in unterschiedlichen Stärken geliefert. Durch Ineinanderstecken erreicht man unterschiedliche Flexibilität zwischen Mundstückoberteil und Schaft. Die Handhabung erfordert Fingerspitzengefühl und will geübt sein. ›flexibrass‹ ist ein interessanter Baustein in der Reihe von vielen Trainingsgeräten für Trompeter, der endlich auch einmal die Dreidimensionalität der Bläserlippenpartie beleuchtet. Außerdem kann ›flexibrass‹ so manche Unterrichtsstunde oder Übe-Einheit im stillen Kämmerchen bereichern.« Ein Verschrauben der Kunststoffverbindung, wie sich es Reiner wünschen würde – um eine gewisse »Stabilität der Flexibilität« zu erhalten –, ist nach Rückfrage beim Erfinder Michael Koch nicht machbar. Dafür sei das Material schlichtweg zu weich. Dass das Mundstückoberteil und der Schaft gelegentlich zusammenrutschen, »liegt oft am zu hohen Druck«, so Koch.

Zurzeit gibt es die ›flexibrass‹-Mundstücke lediglich als Trompetenmundstücke. Prototypen liegen bereits für sämtliche Blechblasinstrumente vor, eine Herstellung in Serie ist geplant. Michael Koch wird zudem auf der Frankfurter Musikmesse vom 10. bis 13. April ausstellen. ›flexibrass‹ befindet sich in Halle 4.1, Stand D11.

Die »flexibrass«-Mundstücke lassen den Trompeter anatomisch eindeutige Fakten – feststehender Ober- und beweglicher Unterkiefer – spüren und einen richtigen Ansatz lernen. »Nebenbei« bringt »flexibrass« einen dazu, wieder bewusster zu atmen, zu spielen und auf den Ansatz zu achten. Das sind zwar eigentlich selbstverständliche Dinge beim Trompete spielen, die allerdings beim Musizieren manchmal leider doch untergehen. *hä*

» KURZ & KNAPP

Hersteller: flexibrass

Ausstattung: Die Trompetenmundstücke gibt es in den Größen 1½ C, 3 C, 5 C und 7 C und werden mit Mundstückkessel, Mundstückschaft, drei flexiblen Verbindungsteilen (unterschiedlich flexibel) sowie einer starren Metallverbindung in Alu glänzend oder matt geliefert.

Optional: Übungen für das »flexibrass«-Mundstück – »flexitüden« (44 Seiten, 12 Euro)

UVP: 79 Euro (bzw. 82 Euro in der matten Alu-Version)

Bezugsquelle: Hersteller

Infos:
Brass-Contor Michael Koch
Eninger Straße 44
72555 Metzingen
Telefon 0 71 23 / 6 00 59
Fax 0 71 23 / 6 00 59
E-Mail: info@flexibrass.de

www.flexibrass.de

HILFE NAHT!

TRAININGSHELFER FÜR BLÄSER – EINE ÜBERSICHT

ÜBUNG MACHT DEN MEISTER. DAS WEISS JEDER, AUCH WENN ES NICHT IMMER ALLE WAHRHABEN WOLLEN. DOCH WAS IST, WENN MAN DURCH ÜBEN ALLEIN NICHT MEHR WEITERKOMMT? WENN DER (BLECH-)BLÄSER AN EINEN PUNKT GELANGT, WO NUR MIT ETÜDEN, TONLEITERN UND SPEZIELLEN STUDIEN KEIN FORTSCHRITT MEHR ERKENNBAR IST? EINE MÖGLICHKEIT STELLEN DANN GERÄTE DAR, DIE DAS TRAINING GEZIELT UNTERSTÜTZEN KÖNNEN. DIESER KLEINE ÜBERBLICK ERHEBT SELBSTVERSTÄNDLICH KEINEN ANSPRUCH AUF VOLLSTÄNDIGKEIT.

Betrachtet man das blechbläserische Tun genauer, stellt man fest, dass für das Spielen verschiedene Bereiche trainiert werden wollen: Atemapparat, Lippen und Finger. Vor allem für die Lippen gibt es aber tatsächlich Trainingshilfen, die den Übeprozess nicht nur unterstützen, sondern sogar verbessern können.

Ein wahres Allround-Talent – also kein reiner Lippentrainer – unter den Trainingshilfen ist der BERP, der aus den USA zu uns kommt und von Anfängern und Profis gleichermaßen verwendet wird. Das Prinzip ist denkbar einfach: Der Luftfluss kann beim Spielen mit dem Mundstück akustisch kontrolliert werden, gleichzeitig kann der Spieler die Töne greifen oder ziehen. Das verbessert das Voraushören der notierten Töne. Der Widerstand kann beim BERP mittels einer schiebbaren Hülse stufenlos verstellt werden. So wird der BERP zum idealen Trainingspartner für ein geräuscharmes Warm-up oder viele andere Übebereiche. Der BERP wird für alle Blechblasinstrumente angeboten.

Für die Lippen selbst gibt es ein vielfältiges Angebot an Trainingshilfen. Die Bandbreite reicht von Geräten, die die Muskulatur stärken, bis zu Vorrichtungen, die einen drucklosen oder druckschwachen Ansatz ermöglichen sollen.

Ein »Druckwächter« namens MEGA 2000 kommt aus Neustadt/Aisch von der Firma Bruno Tilz. Presst der Bläser das Mundstück mit zu großem Druck an seine Lippen, leitet ein Mechanismus den Luftstrom um, sodass die Luft nicht mehr richtig in das Mundrohr fließen kann. Der Druck, der nötig ist, um das Ventil zu betätigen, ist flexibel verstellbar, so wird ein individuell angepasstes Training möglich. Durch die Kraft und das Gefühl, das durch die Arbeit mit dem MEGA 2000 aufgebaut wird, erreicht der Bläser laut Auskunft des Herstellers einen drucklosen bzw. sehr druckschwachen Ansatz. Überhaupt kommen aus dem Hause Tilz verschiedene optische Kontrollgeräte, darunter so einfache Dinge wie Übespiegel. Vielfach hören Instrumentalschüler von ihrem Lehrer, dass sie zu Hause vor dem Spiegel üben sollen. Aber wer übt schon gern im Badezimmer? Mit kleinen Klemmspiegeln wird das Problem gelöst, und der Spiegel wird zum ständigen Begleiter des Instruments. Eigentlich ist ein Übespiegel ein unverzichtbares Utensil.

Zur optischen Kontrolle dient auch der Ansatzprüfer. Bei diesem Helfer handelt es sich um ein Mundstück, das quasi aufgeschnitten ist und auf das Mundrohr aufgesteckt wird. Es fehlt einzig der Kessel bzw. Trichter, der die Luft ins Mundrohr leitet. Setzt der Bläser das Mundstück nicht ganz optimal an, trifft der Luftstrom nicht das Mundrohr, und es erklingt auch kein Ton. So soll eine optimale Ansatzposition gefunden und trainiert werden.

Einzig auf Muskelaufbau ausgerichtet ist die Jericho-Lippenhantel aus dem Hause Brass Innovations, die von Malte Burba mitentwickelt wurde. Der kleine aber feine Helfer auf dem Weg zu mehr Kontrolle, Ausdauer, Sicherheit und Höhe verspricht dem Blechbläser bei richtiger Anwendung schnellen und gezielten Muskelaufbau. Das Prinzip ist aus jedem Fitness-Studio bekannt: Muskeln werden durch die Arbeit mit Gewichten trainiert, und durch die Steigerung der Trainingslast wird ein Aufbaueffekt erzielt. Eine logische Trainingsmethode, schließlich besteht das Spielen eines Blechblasinstruments zu einem guten Teil aus Muskelarbeit.

Zum weiteren Training und zur optimalen Koordination der Lippen- und Gesichtsmuskeln hat Brass Innovations Germany den Lippen-Expander entwickelt. Dieses Trainingsgerät zielt ebenso wie die Lippenhantel auf Muskelaufbau ab, allerdings ist hier der Muskel in Bewegung, statt nur das Gewicht zu halten. Mit dem Lippen-Expander soll die Kraft in die richtigen Bahnen gelenkt werden, und wieder scheint der Weg logisch, denn beim Blechblasinstrument wird der Lippenmuskel nicht nur für die Registerkoordination bewegt, sondern auch für die Feinabstimmung der Intonation.

Bruno Tilz schickt zudem noch den »Liptrainer« in die instrumentale Muckibude. Der Liptrainer ist nicht größer als ein Löffel, seine Handlichkeit ermöglicht es, ihn immer bei sich zu tragen und »stumm« zu

Fotos: Archiv

üben. Er wird waagerecht nur mit den Lippen gehalten. Am Anfang nur wenige Sekunden, später bis zu einer halben Minute. Schon nach kurzer Zeit bewirkt der Liptrainer eine Stärkung der Lippenmuskulatur und eine ständige Verbesserung des Ansatzes. Die Übungszeit auf dem Instrument kann sinnvoller gestaltet werden, da sich das »Warm-up« wesentlich verkürzt. Die halbmondartige Gabel des Liptrainers wirkt gezielt auf die Mundseitenmuskulatur, die Stütze eines jeden guten Ansatzes. Leichte, sichere Höhe ohne Pressen sei das Ergebnis, verspricht der Hersteller.

Der Musiker Andreas Michel hat den »Vario LipTrainer« entwickelt. Ein Gerät, das gleichzeitig für einen gezielten Aufbau der Lippen-, Atem- und Stützmuskulatur erdacht wurde. Und es fällt keine zusätzliche Übezeit an, da man den Trainingshelfer beim Lesen, vor dem PC oder dem Fernseher benutzen kann. Der Vario LipTrainer wird waagerecht zwischen den Lippen ohne Zuhilfenahme der Zähne mittels speziellem, ergonomischem Mundstück balanciert. Dadurch entsteht automatisch eine korrekte Positionierung von Ober- und Unterkiefer. Die Belastung kann durch eine Gewichtsmanschette individuell variiert werden. Der Hersteller merkt allerdings an, dass der Vario LipTrainer »das praktisch-instrumentale Üben unterstützt, ohne jedoch das Instrument ersetzen zu können«.

TRAININGSGERÄT FÜR HOLZBLÄSER

Das oft gehörte Vorurteil, Blechbläser wären die Kraftmeier unter den Blasmusikern, wird teils durch das Vorhandensein von Trainingsgeräten für die Polsterzungeninstrumentalisten untermauert. Ein scheinbarer Beweis der These lag bisher auch im offensichtlichen Nichtvorhandensein solcher Gerätschaften für die Holzbläser. Aber: Es gibt einen Ansatztrainer für Rohrblattinstrumente, genauer gesagt für Klarinetten und Saxofone. Daraus erhält das kleine Gerät auch seinen Namen, denn sowohl KLArinetten- als auch SAXofonspieler können von ihm profitieren. Und dass die Lippen ein Training brauchen, ist ebenso klar: Für »richtiges« Saxofon- und Klarinettenspiel ist in der Tat eine ausgefeilte Technik und Spannkraft der Lippen nötig.

Das Trainingsgerät, das Hans Raths jetzt vorlegt, ist eines der ersten Trainingsgeräte für Holzbläser. Das Prinzip ist denkbar einfach, und so ist auch seine Ausführung: ein Holzröhrchen, das ins Mundstück eingeführt wird. Anders als bei vielen Trainingshelfern für Blechbläser ist der »KLASAX Solist« kein völlig eigenständiges Gerät. Für den Gebrauch wird immer auch das eigene Mundstück benötigt. Das birgt den großen Vorteil gegenüber Lippenhanteln und sonstigen »reinen« Krafttrainern, dass die gewohnte Lippenstellung auch für das Spezialtraining nicht geändert werden muss.

Der »KLASAX Solist« hilft dem Musiker nach Aussage des Herstellers, die gestalterischen Möglichkeiten am Instrument zu erhalten und sogar zu verbessern. Zu diesem Zweck werden mit dem Gerät Bauch- und Ansatzmuskulatur trainiert, das Lungenvolumen vergrößert und die Zunge in Schwung gebracht. Und auch für die Lip-

penmuskulatur kann der Trainingshelfer bei entsprechenden Übungsformen gute Dienste leisten.

UND WAS MACHT MAN »DANACH«?

Aus Österreich kommt »Vibrass« – ein Massagegerät, dass durch das vibrierende Mundstück die Lippen sanft massiert. Mit welchem Problem haben Bläser überhaupt zu kämpfen, dass der Einsatz eines Geräts wie des »Vibrass« überhaupt nötig wird? Wohl jeder Blechbläser kennt die Situation: Nach dem Konzert oder einem langen Unterhaltungsauftritt ist man nicht nur mit der Kraft am Ende, sondern die Lippen sind einfach total abgearbeitet. Das Schlimmste an der ganzen Sache ist, dass meist bereits am folgenden Tag der Musiker wieder seinen Mann (oder natürlich die Musikerin ihre Frau) stehen muss. Um bis dahin wieder halbwegs fit zu sein, empfiehlt es sich, noch am Abend Lockerungsübungen zu machen – tiefe Töne, Lippenbindungen, leichtes »Ausblasen« eben. Sportler machen das ja ähnlich. Dort nennt man es »Auslaufen« oder »Regenerationstraining«. Es besteht also kein Grund dafür, sich zu wundern, warum Fußballer nach dem Spiel gleich noch auf dem Rasen ein paar Runden drehen (viele sogar ohne Schuhe): Nach dem Spiel ist schließlich vor dem Spiel, wie der Fußballphilosoph weiß. Zurück zur Musik. Die einzige – allerdings sehr rudimentäre – Form von Regenerationstraining, die sich in Bläserkreisen wirklich herumgesprochen hat, ist das Ausblasen. Zugegeben: Lippen-Entmüdungsbecken oder Mundsauna wären wohl nicht praktikabel oder sähen zumindest einfach zu seltsam aus, als dass sie für einen verbreiteten Gebrauch ernsthaft infrage kämen. Anders die Sache mit der Massage. Denn »Vibrass« ist schließlich ein gelernter Masseur und vollbringt seine Wundertaten genau dort, wo der Musiker seine Beschwerden hat, nämlich an den Lippen. Dafür sorgt die Bauweise: Mittels verschiedener Adapterstücke kann jedes Blechbläsermundstück mit »Vibrass« verwendet werden. Damit kann der Bläser sich nicht nur allgemein die Lippen, sondern ganz individuell an seiner Ansatzstelle massieren lassen. Neben den acht Blechblasmundstück-Adaptern gehören übrigens auch zwei Adapter für Doppelrohrblattmundstücke (Oboe und Fagott). Und auch bei Holzbläsern wurden gute Ergebnisse erzielt: Entspannung stellt sich schon nach kurzer Anwendungsdauer ein und die Lippen können schneller regenerieren.

In der »guten alten Zeit« (ohne »Vibrass« auch heute noch) sah man die Bläser oft mit flatternden Lippen dasitzen, krampfhaft bemüht, dieselben zu entspannen. Dass diese Übung gar nicht so einfach ist, wenn die Lippen richtig abgearbeitet sind, weiß jeder, der einmal einen stundenlangen, schweren Auftritt zu spielen hatte. Dass auch die Geräusche nicht unbedingt zu den allerschönsten gehören, ist auch hinlänglich bekannt. *ho/hä*

Infos:
www.blasmusik-shop.de/Trainingshelfer
www.mundstueckbau-tilz.de
www.brass-innovations-germany.de
www.klasax.de
www.vibrass.at

Foto: Archiv