



voyom

Spruch: Woojomm

Die Stimme im Körper - ein Übungsterrain und mehr

[zur Startseite](#) [zur voyoma-Tabelle](#)

voyoma 3

[pdf-Version](#)
(zum Ausdrucken)

voyoma 3: Substanzielle Wende

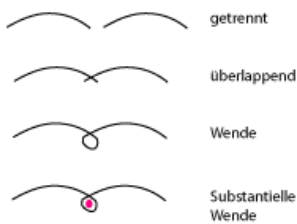
Zur **Vergrößerung** der Schrift einmal oder mehrmals die Tasten strg und + drücken (bzw cmd und +).
Verkleinern mit - statt +, zurück zu Originalgröße mit 0 (= null) statt +.

Fragen und Kommentare per Mail sind willkommen. Benutze den Link [Mail](#) oder adressiere an stolze@forum-stimme.de

Basis

Substanzielle Wende Erklärung und Anmerkungen

Themenverbindung symbolisch



Erklärung und Anmerkungen

Melodien bestehen im allgemeinen aus musikalischen Teilen, die auch Motive (kurz) oder Themen (länger) genannt werden. Ein musikalisches Thema wird normalerweise vom folgenden Thema getrennt, ähnlich wie ein gesprochener Satz vom nächsten. Der letzte Ton wird abgesetzt, möglicherweise wird geatmet und dann erst folgt der erste Ton des folgenden Themas. Den Übergang zum nächsten Thema kann man als eine Wende auffassen. Ein besonderer Fall ist der, dass der letzte Ton eines Themas auch bereits als erster Ton des folgenden aufgefasst werden kann.

Beispiel: Fünf Töne der Tonleiter auf und ab bilden das Thema. Es wird mehrfach wiederholt: 1-2-3-4-5-4-3-2-1, 1-2-3-4-5-4-3-2-1, etc.

Man kann nun aber die Themen auch so nahtlos aneinanderhängen, dass der letzte Ton "1" eines Themas gleichzeitig auch der erste Ton "1" des folgenden Themas ist:

1-2-3-4-5-4-3-2-1-2-3-4-5-4-3-2-1-2-3-4-5-...

Der Ton "1" kann nun als Ende des vorangehenden Themas und auch als Beginn des folgenden empfunden werden. Von besonderer Bedeutung im voyom ist nun, dass beim bewußten Erleben des Tones als Endton oder Anfangston, insbesondere auch in seiner Ambivalenz, die körperliche Empfindung eine andere ist. Wenn man diese Vorstellungswende von Endton zu Anfangston körperlich nachvollzieht und dabei eine Phase zulässt, in der der Ton gleichzeitig in beiden Funktionen aufgefaßt wird, entsteht so etwas wie eine besondere Empfindungstiefe in der zugehörigen Körperregion. Sie läßt sich intensivieren, wenn der Ton der Wende länger gesungen wird.

Diese Ausführung in der Art, dass eine tiefe Empfindung im Körper entsteht, heißt "Substantielle Wende". Dies soll darauf hinweisen, dass die Wende als solche eine Wahrnehmung eigener Art auslöst, die für verschiedenste Anwendungen genutzt werden kann.

Substantielle Wende Übung mit Tonleiter

Übung mit Tonleiter

Töne auf M folgende Motive:

1-2-3, 3-2-1, *insgesamt fünf mal*

beim Komma jeweils absetzen

Gehe dann zum folgenden über:

1-2-3___2-1, *insgesamt fünf mal*

Empfinde dabei das Umschalten auf dem Ton 3 so, dass er zunächst Endton der ersten Motives ist und sich während Du ihn aushältst in den Anfangston des Folgemotivs (abfallen) über geht.

Nehme nun in der Art des voyom den Körperweg hinzu.

1: Becken; 2: Bauch; 3: Brust;

Verfolge aufmerksam die körperlichen Wahrnehmungen beim Wendegeschehen.

Vertiefe diese Erfahrungen, indem Du die zeitliche Abfolge von Endton zu Anfangston immer mehr auflöst und über die meiste Zeit, die dieser Ton klingt, eine ambivalente Empfindung hast. Es kann auch sein, dass Du ein Ineinanderfließen der beiden Motive im Hören und im Fühlen im Körper herstellen kannst.

Variante

Offene Fortsetzung, Körperreise auf unvorhersehbarem Weg

Versuche auch folgende Ausführung, in der Du nach dem ambivalenten Ton auf 3 die Tonleiter nach oben statt nach unten fortsetzt:

1-2-3___-4-5

Überlasse nun die Entscheidung, ob nach oben oder nach unten dem Körpergespür, das zumeist eine Richtung vorschlägt. Natürlich kannst Du auch beliebig lange auf dem Ton 3 verweilen.

Oft ergibt sich während des Verweilens auf Tonstufe 3 auch der Impuls, eine andere Fortsetzung als -4-5 oder -2-1 zu nehmen. Diese Variante wird während des Verweilens generiert.

Dieser Prozess scheint auch eine vertiefte körperliche Empfindung mit sich zu bringen. Es mag auch sein, dass intensive körperliche Wahrnehmung die neue Fortsetzung des Motivs beeinflusst.

Interessant ist es auch, nun weitere ambivalente Töne einzuführen und dich so auf unvorhersehbarem Weg auf eine Reise durch deinen Körper zu begeben. Du kannst so beginnen, dass Du immer der Tonleiter nach gehst und nach zwei Tönen einen ambivalenten

Ton einbaust. Wenn Du permanent am Klang bleiben möchtest, baue zwischendurch immer wieder inhalatorische Töne ein - hoch genug, um sie bequem singen zu können. Im Laufe der Zeit kannst Du das Prinzip mit beliebigen Tonfolgen ausführen und so auf eine interessante Reise durch Deinen Körper gehen.

Beispiel **Verwendung in der Ich-Darstellung**

Die substantielle Wende entfaltet in sinngeladenen voyomos (=voyomes) eine intensive Wirkung. Ein gutes Beispiel dafür ist die Ich-Darstellung in [voyome_1](#). Wenn Du diese Übung noch nicht kennst, befaße Dich zunächst mit ihr, bevor Du hier weiter übst.

1 ___ 1-4 ___ 4-4-5 ___ 5-5-3 ___ 2-1 ___

Denke dazu wie bei einem Lied den Text:

All ___ mein-Han ___ deln-mein-Den ___ ken-mein-Fü ___ ühl-en ___.

Wiederhole nun dieses Thema, indem Du eine substantielle Wende (an der Stelle "**") benutzt:

1 ___ 1-4 ___ 4-4-5 ___ 5-5-3 ___ 2-1 ___ * ___ 1-4 ___ 4-4-5 ___ 5-5-3 ___ 2-1 ___

Wahrscheinlich, wirst Du mit dem Atem nicht so ganz bequem hinkommen. Dieses Problem behebe nun, in dem Du die Tonstufe 5 inhalatorisch singst. Dabei wird auch gleich der gesamte Ausdruck noch intensiver:

X1 ___ 1-4 ___ 4-4-x5 ___ 5-5-X3 ___ 2-1 ___ * ___ 1-4 ___ 4-4-x5 ___ 5-5-X3 ___ 2-1 ___

Eine intensive, meditative Vertiefung kannst Du nun mit einer permanenten Wiederholung auf dies Art erreichen.

Variante **Substantielle Wende als Einströmen und Ausströmen erleben**

Anhand dieses Beispiels der Ich-Darstellung kannst Du gut eine spezielle Art des "Substantiellen" an dieser Wende erfahren. Stelle Dir vor, dass beim Eintritt in den Wendeton von oben das Klangfeld in das Becken einströmt, diese Einströmung kommt zur Ruhe, und es strömt dann aus dem Becken heraus, und sozusagen auf diesem Herausströmen setzt der neue Tonweg ___ 1-4 ___ 4-4-5 ___ etc. ein. Fühle im Becken nach, wie dort die Umkehrung der Strömung zu entstehen scheint.

Diese Übungen sind ein Spiel mit Wahrnehmungen und sich daraus ergebenden Gestaltungen und mit Gestaltungen und sich daraus ergebenden Wahrnehmungen.
Nicht mehr und nicht weniger!