

# Spitzenleistung durch zielbewusstes Üben

## *Einleitung*

*Es war eine kalte und stürmische Nacht, und Kälte beherrschte die Bühne. Nein, es war ein wunderbar warmer sonniger Tag, und die Menge erwartete mich. Nein, es war der Abend der Premiere, und das Publikum war festlich gekleidet. Nein, es war das Abschlusskonzert am Ende meines Studiums, und meine Freunde waren gespannt darauf, mich zu hören. Nein, es war ein Probespiel, und die Prüfungs-Kommission erwartete mich auf dem Podium. Der altvertraute Gedanke raste durch mein Gehirn: „**Bin ich wirklich gut vorbereitet?**“*

*Dieses Buch soll keine Methode erklären, sondern es ist als Richtungshilfe gedacht. Nach mehreren Jahren des Studiums begann ich so etwa 1973, alles zu kaufen, was es für die Trompete im Katalog des Robert King-Blechbläserverlags gab. Ich hatte erkannt, wie wichtig es war, über alles Bescheid zu wissen, was es an Veröffentlichungen gab. Nun hatte ich das feste Ziel, mich mit der gesamten Literatur für Trompete vertraut zu machen. Ich kaufte sämtliche Trompetenschulen und fing nun vom Nullpunkt an mit meinem Versuch, der Allerbeste zu werden, so gut ich das konnte. Ich kaufte sämtliche Text-Ausgaben und Selbsthilfe-Bücher, die ich finden konnte. Einige Bücher hatten merkwürdige und ungewöhnliche Titel; eines versprach sogar das dreifache Hohe C. (Ich habe das niemals geschafft!) Wenn ich aus einem kompletten Buch nur eine einzige neue Erkenntnis gewann, war ich immer der Ansicht, das wäre dann auch den Kaufpreis wert gewesen. Was ich tatsächlich während der letzten vier Jahrzehnte gelernt habe: dass mir alle diese Bücher in irgendeiner Weise geholfen haben.*

*Dieses Buch bietet einige der wichtigsten Erkenntnisse, die ich selbst während meiner Jahre des Studierens, meiner Bemühungen und meines Spielens gewonnen habe. Es ist allerdings KEIN ERSATZ für die Lektüre und die Arbeit mit all den vielen großartigen sonstigen Büchern, die es heute gibt. Ich rate dir, zu kaufen, zu lesen und zu studieren, und dies mit aller verfügbaren Zeit und Energie, die du aufbringen kannst. **Ich bin mein eigener Lehrer geworden, und das musst du auch tun!** Dies ist etwas, was ich jedem meiner Schüler bei jedem Unterricht immer wieder ans Herz lege; ich kann sie anleiten, aber sie sind schließlich ihr eigener Lehrer. Ich kann einen Weg zeigen, der bei mir geholfen hat; aber ich kann für niemanden sonst die Arbeit übernehmen. Du musst dich selbst unterrichten.*

*Wenn dir auch vielleicht einige der Ideen, die ich hier vorstelle, bekannt sein werden, so können dir möglicherweise meine Vorschläge und die begleitenden Übungen zu einem besseren Verständnis der hier vorgestellten Konzepte verhelfen. Je eher du dir diese Übungen und Beispiele einprägen kannst, um so schneller wirst du die Ergebnisse bemerken. Durch das Auswendiglernen (oder durch deine eigenen Variationen) wird es dir noch leichter fallen, deine Aufmerksamkeit auf deinen Ton und auf die rein körperlichen Vorgänge beim Musizieren zu lenken. Ich habe die Hoffnung, dass du zusätzlich noch einige Übungen entwickeln kannst, die dir dann helfen auf dem Weg, dein eigener Lehrer zu werden.*

# Micks Aufsteigende Biegeübungen

The image shows three staves of musical notation for trumpet exercises. Each staff contains a sequence of notes with fingerings and a slur over the second note indicating a bend. The first staff has notes on G4, A4, B4, C5, D5, E5, F5, G5 with fingerings 0, 123, 0, #123, #13, #123, 13, 23, 13. The second staff has notes on G4, A4, B4, C5, D5, E5, F5, G5 with fingerings 23, 12, 23, 12, 1, 12, 1, 2, 1. The third staff has notes on G4, A4, B4, C5, D5, E5, F5, G5 with fingerings 2, 0, 2, 0, 23, 0.

Spieler mit den angegebenen Griffen, aber biege die zweite Note, so dass die Stimmung gegenüber der ersten Note unverändert gleich bleibt. Dieses Biegen muss als **schnelles Biegen** erfolgen, und zwar ohne Glissandi zwischen den unbogenen Noten und den normalen Noten. Stimmung und Klang der gebogenen Noten werden niemals so gut sein wie bei den normalen Griffen. Die Bewegung der Lippen und der Zunge sind es, worauf es bei dieser Übung vor allem ankommt. Die tieferen Noten werden sich leichter biegen lassen als die höheren Noten, bemerkenswerterweise so ab dem mittleren  $h'$  oder  $c''$ . Ein besonderer Vorteil ergibt sich, wenn die Biegungen vom  $c''$  bis zum  $g''$  über dem Notensystem geübt werden. (Sollte es allerdings schwierig sein, diese Übung wie oben angegeben mit dem tiefen  $c'$  zu beginnen, empfiehlt es sich, mit dem tiefen  $a$  unterhalb des Systems anzufangen.)

Achte bei dieser Übung einmal darauf, wie sich deine Zunge wahrscheinlich **aufwärts bewegt**, um diese Biegung zu spielen. Eine ähnliche Bewegung macht deine Zunge, wenn du aufwärts gehende Lippenbindungen spielst. Du kannst dabei auch noch feststellen, wie sich deine Lippen spitz nach vorn wölben – „schürzen“ – wie bei einem Kuss oder einem leichten Täschneln deiner Wangen. Mit anderen Worten: Sie bewegen sich ganz **leicht vorwärts** zum Mundstück hin. Eine ganz ähnliche Bewegung sollten deine Lippen beim Spielen ausführen, wenn du in die höhere Lage wechselst, und dies dann ganz besonders bei aufwärts gehenden Lippenbindungen.

Das Hauptziel der **aufsteigenden Biegeübungen** besteht darin, die Lippen an diese vorwärts gerichtete Stellung zu gewöhnen. Benutze immer diese Bewegung, wenn du in das höhere Register wechselst. Verwende sie immer bei aufwärts gehenden Lippenbindungen und ansteigenden musikalischen Passagen. Ich stelle mir vor, dass meine Lippen wie ein größeres Kissen zwischen meinen Zähnen und dem Mundstück funktionieren. Dieses Kissen hilft, dem übermäßigen Druck entgegen zu wirken, wenn wir manchmal mit unseren Armen die Trompete und das Mundstück gegen unsere Lippen und unsere Zähne drücken. **Dieser übermäßige Anpressdruck schneidet die Blutzufuhr und den Sauerstoff zu unserer Lippenmuskulatur ab** und bewirkt dadurch, dass wir schneller ermüden.

Setze diese Übung fort, so hoch wie du Lust hast, wenigstens eine Oktave weit. **Spieler langsam: Der Gewinn kommt vom Spielen der „gebogenen“ Note.**

Wenn du so weit bist, dass dir diese Übungen leicht fallen und du sie ohne großes weiteres Nachdenken spielen kannst, kannst du sie dann nach Lust und Laune erweitern. Diese Idee wird gefestigt, wenn du von den Tonika-Subdominantakkorden wie beim Kapitel III (Third Study) in Clarkes *Technical Studies* ausgehst. Beginne jede Übung mit gebogenen Halben oder Vierteln in der gewählten Tonart. Du kannst beispielsweise in der Tonart C mit meinen ersten beiden oben angegebenen Takten anfangen und dann direkt zu Nr. 52 von Clarkes Kapitel III übergehen. Behalte dabei während der gesamten Übung den gedanklichen und körperlichen Gesichtspunkt der **aufsteigenden Bindung** im Bewusstsein.

Bei sorgfältiger und richtiger Übungsweise wird durch dieses Vorgehen der schlechten Angewohnheit entgegengewirkt, im höheren Register zu „lächeln“. Dieser Ansatz, zu „lächeln“, ist eine der am meisten verbreiteten Unarten beim Trompetenspiel. Wenn Trompetenschüler von Anfang an lernen würden, nicht in dieser Weise zu spielen, würden viele Probleme mit dem Ansatz überhaupt nicht erst auftreten.

Ich möchte dich hiermit ermutigen, dass du diese neue Art zu spielen ausprobierst. Füge diese Methode allen deinen Übungen, Etüden und Soli bei.

## VORWORT DES ÜBERSETZERS

Es ist mittlerweile gesichertes Allgemeinwissen, dass die Trompete nicht nur von Männern beherrscht werden kann, sondern auch von Mädchen und Frauen.

Die gerade in diesem Jahr 2010 als Solistinnen weltweit sehr erfolgreichen Trompeterinnen Tine Thing Helseth aus Norwegen, Jahrgang 1987, und Alison Balsom aus England, Jahrgang 1978, sind hierfür wunderbare Beispiele.

Um die Übersetzung aus dem Amerikanischen nicht unnötig unübersichtlich zu gestalten, sind im folgenden nur noch „männliche“ Bezeichnungen wie „Musiker“, „Trompeter“, „Schüler“, „Student“ und so weiter zu lesen, weil die manchmal angewandte doppelte Schreibweise – etwa „Musiker/in“, „Trompeter/in“ und Ähnliches, besonders bei der Verwendung der Mehrzahl, also etwa „Musiker/innen“ usw. – in diesem Buch zu keinerlei besserem Verständnis führen würde. Nur und ausschließlich aus diesem Grund bleibt die Schreibweise in diesem Zusammenhang „männlich“.

Der Übersetzer(!) wünscht auch allen Trompeterinnen ehrlich und von ganzem Herzen den selben Erfolg, den er auch den männlichen Kollegen versprechen kann, wenn sie sich an die erteilten Vorgaben halten.

Leute – es lohnt sich, und zwar ohne Unterschied von Alter, Geschlecht oder Herkunft! Nur ÜBEN müsst Ihr selber!

Viel Spaß bei den Übungen und viel Erfolg damit!

Zotto Spindler

*Mit dieser neuen Schule präsentiert Mick Hesse ein kluges Trainingssystem für Trompeter und Trompeterinnen, die ernsthaft an der eigenen Verbesserung arbeiten möchten. Wer hätte gedacht, dass es möglich sein könnte, die berühmten Formeln von James Stamp weiterzuentwickeln? Mick Hesse hat es getan. Seine ausgezeichneten Biegeübungen stärken die Vorwärtsstellung der Lippen, und es ist ihm außerdem gelungen, die Langeweile, die wir manchmal bei ausgehaltenen Tönen empfinden könnten, auszuschalten, indem wir den Wettbewerb mit uns selbst suchen. Als Amerikaner, der ich seit einigen Dezennien im deutschsprachigen Europa lebe, habe ich großes Vergnügen an der Zusammenarbeit mit Zotto an dieser Übersetzung aus dem amerikanischen Englisch des Autors gehabt.*

Edward H. Tarr