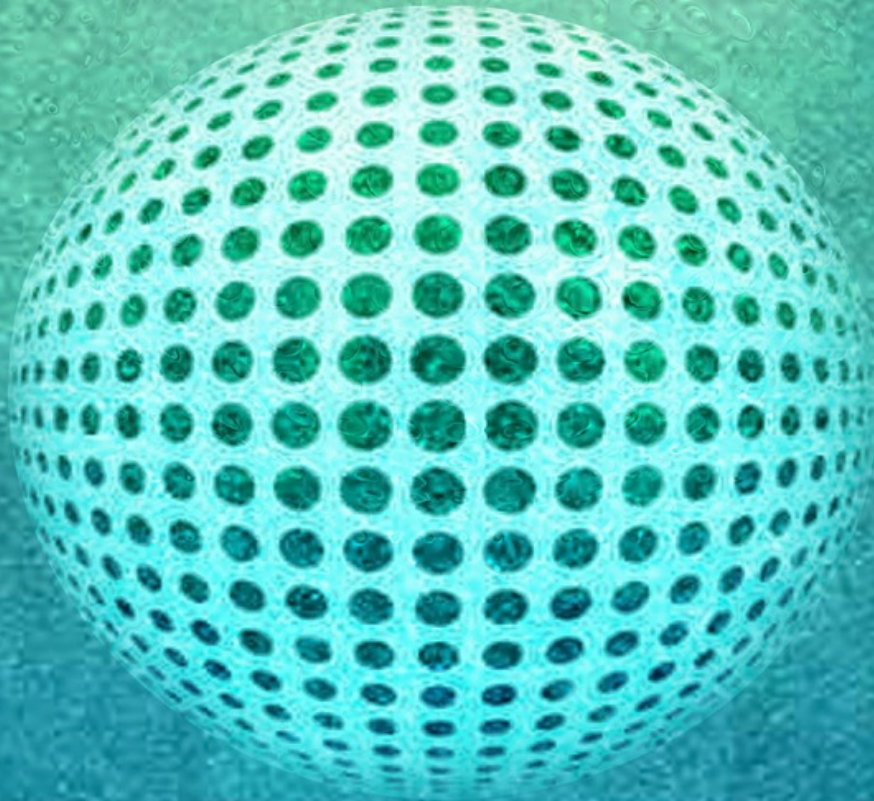


UNENDLICHER KLANG

Das Mysterium der Obertöne



M I C H A E L R E I M A N N

M I C H A E L R E I M A N N

Unendlicher Klang

**Das Mysterium der
Obertöne**

Mit einer ausführlichen Anleitung für das Oberton-Singen

1. Auflage 1993

2. überarbeitete Auflage 2014

Copyright © by ACRON MUSIC Michael Reimann

Alle Rechte der Verbreitung, fotomechanische Wiedergabe, Tonträger jeder Art, auszugsweisen Nachdruck aller Art nur mit dem Einverständnis des Autors.

Layout: Acron Music Design

Inhalt

EINLEITUNG & VORWORT

DER ANFANG - DIE IMMERWÄHRENDE ÜBUNG

"ICH BIN UNMUSIKALISCH!"

DAS WUNDER OBERTONGESANG

ERSTE ÜBUNG ZUM WAHRNEHMEN VON OBERTÖNEN

WAS SIND OBERTÖNE ?

DIE ENTDECKUNG DER OBERTÖNE IN DEN EPOCHEN

AUFBAU DER NATURTONREIHE

DIE KRAFT DES LANGEN ATEMS

WINDSPIELE

ÜBUNGEN ZUR STÄRKUNG DEINER STIMME

RESONANZ

HORIZONTALE RESONANZ

VERTIKALE RESONANZ

DAS AMEN ALS RESONANZ-PHÄNOMEN

KOPFSTIMME UND BRUSTSTIMME

VOKALRÄUME

VOKAL - ATMUNG

DAS OHR

DIE KONKORDANZREIHE

ZUNGENBEWUSSTSEIN

OBERTONGESANG - EIN WEG ZUM HÖRBEWUSSTSEIN

ÜBUNGEN ZUM BEWUSSTEN WAHRNEHMEN

ÜBER DAS PFEIFEN

LIPPENBEWUSSTSEIN

SCHWINGUNGSWEGE IM KOPF

DIE ENTSTEHUNG DER UMLAUTE

VOKALWEGE - OBERTONWEGE

INTERVALLBEWUSSTSEIN

INTERVALLSPIEGELUNG

H A U P T Ü B U N G E N

DER WEG DER OBERTÖNE

LIPPENOBERTÖNE

NG - O U A

KLANG TRINKEN

M - O O A A

RHYTHMISCHE LIPPENOBERTÖNE

DAS OM ALS OBERTONERLEBNIS

ZUNGENOBERTÖNE

JÜ-Ö

NG - I Ä

ZEITLUPE

N X N

DIE GONG - TECHNIK

NG - GÖ - NG

KOMBINATIONEN

STIMME UND MEDITATION

ÜBER DIE SPRACHE ZUM HÖREN

ÜBER DAS HÖREN ZUM SINGEN

ÜBER DAS SINGEN ZUR MEDITATION

ÜBER DIE MEDITATION ZUR STILLE [25]

ÜBER DIE STILLE ZU.....

UNTERTÖNE - UTOPIE ODER WIRKLICHKEIT ?

UNTERTÖNE HÖRBAR MACHEN

UNTERTÖNE SINGEN

SONAGRAMME DER STIMME

NATURKLÄNGE - HEILENDE KLÄNGE

OBERTONGESANG UND THERAPIE

DAS SO-MA-SANDAWA

PYTHAGORAS

OBERTONREICHE INSTRUMENTE

DAS MONOCHORD

DAS DIDGERIDOO

DER GONG

DIE CHINESISCHE QIN

DIE MAULTROMMEL

OBERTÖNE AM KLAVIER

OBERTÖNE AM FLÜGEL

KLANGPYRAMIDEN AUS BERGKRISTALL
OBERTONGESANG MIT INSTRUMENTEN
DIE PROFESSIONELLE EBENE
GRUNDTONVERÄNDERUNG
DAS OBERTON-JODELN
OBERTONSPRÜNGE
PARALLELBEWEGUNG
KOMBINATIONEN AUF EINEN BLICK
MELODIE - RHYTHMUS - HARMONIE - DYNAMIK
DIE FÜNFTE OKTAVE UND DIE TEMPERIERTE STIMMUNG
DER OBERTONCHOR
OHREN ZU - MIT DEN AUGEN HÖREN
UNTERRICHT UND SELBSTKONTROLLE
RUDOLF STEINER ZU OBERTÖNEN
KOMPONISTEN UND OBERTÖNE - NATURKLANGTHEORIE
GEDANKEN ZUR STIMMUNG
DIE KRAFT DER SCHWINGUNG
ANALOGIEN ZUM PRINZIP DER OBERTONREIHE
PHILOSOPHISCHES
THESEN ZUM NACHDENKEN
DER TON EINER HAND
SCHLUSSGEDANKEN
MEDITATION ZUM WEG
ADRESSEN
LITERATURNACHWEIS (UND HINWEIS).
Quellen- und Literaturnachweis

EINLEITUNG & VORWORT

Liebe Leserin ! Lieber Leser !

Ich freue mich, dass wir beide über dieses Buch eine Beziehung eingehen, um einen oder mehrere Wege der Erfahrungen zu beschreiten, die mein Leben so bereichert haben.

So möchte ich dies mit der persönlicheren Anrede " DU " tun, wie es auch in meinen Kursen der " MUSIKALISCHEN SELBSTERFAHRUNG " geschieht. Es ist sozusagen ein schriftlicher Kurs, den du hier erlebst. Eine Begegnung mit dir läge mir am Herzen, um so ein Feedback über das Buch mit seinen Übungen zu bekommen.

Wenn du es wünschst, kann ich dir dann Ratschläge für das weitere Üben geben.

Allen skeptischen Menschen, die den Obertongesang für zu "eintönig" und esoterisch halten, sei gesagt, dass es sich um eine alte traditionelle Gesangstechnik der mongolischen und tuvinischen Volksstämme handelt, die heute noch gepflegt wird. Im europäischen Raum ist es Karlheinz Stockhausen und Michael Vetter zu verdanken, die Obertöne auch stimmlich in der kulturellen Szene etabliert zu haben.

So, wie wir die Koloraturen der Königin der Nacht aus Mozarts Zauberflöte bewundern, so tun das diese Völker (Tuvas, Baschkiren und andere) gegenüber ihren außerordentlich virtuosen Sängern und Sängerinnen. Klangbeispiele und Empfehlungen findest du am Ende des Buches.

Für das Allgemeinverständnis der Leserinnen und Leser habe ich auf allzu musikwissenschaftliche Exkursionen und Fachbegrifflichkeit, soweit wie möglich, verzichtet.

Dem Anspruch der Bewusstseinerweiterung wird der Obertongesang nur insofern gerecht, als das er eine bewusstere Wahrnehmung für Schwingungsphänomene verlangt und die Konzentration schult.

Die Möglichkeit, zwei unterschiedliche Töne gleichzeitig entstehen zu lassen, wahrzunehmen, und dabei eine Form von Selbstbewusstsein und stimmlichen Ausdruck zu üben, kann ein Weg zur Persönlichkeitsentwicklung und meditativer Erfahrung sein. Dazu gehört u. a. der ruhige tönende Atem, die Sammlung und Konzentration sowie das leiblich - seelische Erforschen und Erfahren von Naturgesetzen.

Darum soll dieses Buch auch kein Lesebuch, sondern ein Übebuch sein. Es soll dir faszinierende Entdeckungen in der WELT DER OBERTÖNE und in deiner eigenen Stimme und am Instrument ermöglichen.

Der Obertongesang ist ein Weg zu deiner Stimme, zu deinem Atem; ein Weg zu unserer "Inneren Stimme", die wir heute kaum noch zu hören gewohnt sind.

So möchte ich dich zu einer stimmlichen Entdeckungsreise einladen, die dir das Universale Schwingungsgesetz in deiner Stimme erlebbar werden lässt.

Auf diesem Weg der Erfahrungen kann es auch nur begrenzt den Menschen ersetzen, den du dir als Lehrer aussuchst. Viel kannst du selbst ausprobieren, und doch ist nichts so wichtig, wie die Führung und liebevolle Kontrolle eines Erfahrenen.

In diesem Sinne sind wir beide auf dem Weg.

Im Klang der Welt verbunden

MICHAEL REIMANN

Engelskirchen 2014

DER ANFANG - DIE IMMERWÄHRENDE ÜBUNG

" Ich habe mir angewöhnt, alle Schüler für begabt zu halten, und siehe da, ich fand nur begabte oder entmutigte!"

H. Jacoby [\[1\]](#)

Sei einfach da. So, wie du dich gerade empfindest: mit deinem Körper und deinen Gedanken. Schließe nichts aus, was an Eindrücken auf dich zukommt.

Sitze oder liege und nehme deinen Atem wahr.....sein Kommen und Gehen. Achte auf die Pausen dazwischen !

Ohne mehr einzuatmen, beginne dein Ausatmen summend auf m tönen zu lassen.

mm Ein zufälliger Ton entsteht. Fern jeden Zwanges und Wollens.

Bleibe in deinem Rhythmus des Ein-und Ausatmens wie zuvor.

Das tönende Ausatmen wird ganz allmählich länger, wenn du durch die weiten Nasenflügel spürend in die Leibesmitte atmest.

Kein Druck, keine Anstrengung oder Mühe ist notwendig.

Der Unterkiefer senkt sich entspannt, ohne das sich die Lippen loslassen. Fang an, den Klang sehr langsam, zu "kauen". Der Atem bleibt langsam und ruhig. Lass dich nicht treiben, von der Gier nach Resultaten!

Auf den Klang lauschend: entdecke! Fang an, mit deiner Zunge im Mundraum zu spielen. Nehme die Schwingungen in deinem Innern wahr; die Resonanzräume, die sich in deinem Körper öffnen. Spüre und Danke !

Eine Verstärkung bewirkt das Verschließen beider Ohren mit den Daumen, wobei die anderen Fingerspitzen auf der Stirn ruhen. In Indien wird dies als " bramarai pranaya " praktiziert.

Anmerkung: Erst nach Erreichen einer bestimmten Entwicklungsstufe wird man den Sinn von scheinbar einfachen, anfänglich als unwesentlich und überflüssig eingestuften Übungen verstehen und sich ihnen wieder mit einem anderen Verständnis widmen.

Meister Kenzo Awa verlangte das tönende Ausatmen bei den Übungen des Bogenschießens !

Nachzulesen in dem sehr empfehlenswerten Werk " ZEN - IN DER KUNST DES BOGENSCHIEßENS " (siehe Anhang).

"ICH BIN UNMUSIKALISCH!"

Es gibt viele Menschen, die dies von sich behaupten. Zu viele! Eigenartigerweise glaubt niemand, besonders im fortgeschrittenen Alter, das dieser Zustand (des Glaubens) zu ändern wäre. Einmal im Leben als unmusikalisch abgestempelt zu werden, und sich entsprechend zu fühlen, reicht aus, um es weiterhin für sein ganzes Leben zu sein.

Als ob wir es vergessen hätten: Puls-und Herzschlag, unser Atemrhythmus, Schlafen und Wachen, ja selbst unser Gehen sind musikalische Abläufe. Unser Leben verläuft absolut rhythmisch!

Und wenn wir fröhlich sind und eine Melodie vor uns her pfeifen (oh, als wenn ich's geahnt hätte: du kannst nicht pfeifen? Im Kapitel "über das Pfeifen" gebe ich dir einen Tipp wie du's lernen kannst), so befinden wir uns mitten in den drei Grundpfeilern der Musik dieser Welt:

RHYTHMUS - MELODIE - HARMONIE

Suchen wir nach den Ursachen dieser harten Selbsteinschätzung, so sind "...fast stets in solchen Fällen Einschüchterungs- versuche und Entmutigungserlebnisse aus der frühen Kindheit nachweisbar." So schreibt Heinrich Jacoby in seinem Buch mit dem Titel "Jenseits von musikalisch und unmusikalisch" weiter: "Allerlei Gedankenlosigkeiten in der Kinderstube wie gereiztes Verboten des Singens, weil es den Erwachsenen gerade stört, ungeschicktes Vormachen, zu frühzeitiges Beibringenwollen von Liedchen, Unterbrechen und "Verbessern" am falschen Ort, wirken in derselben Richtung. Jeder Fall von zu frühzeitig oder von falsch gelenkter Aufmerksamkeit kann Ursache für erst in späteren Jahren sich bemerkbar machende Hemmungen werden."

Ich hoffe, dass diese Zeilen Mut machen und dazu beitragen, ein neues musikalisches Selbstwertgefühl aufzubauen. Gib dir einen Ruck und behaupte, jetzt gleich und laut sprechend: "Ich bin musikalisch!"

Bemerkst du die Veränderung in dir? Als ob dir etwas im Leben gefehlt hätte!

In den vielen praktischen Übungen, die folgen, kannst du dir beweisen, dass du immer musikalisch gewesen bist.

DAS WUNDER OBERTONGESANG

Unglaublich, aber wahr: Eine einzelne menschliche Stimme vermag zwei verschiedene Töne zur gleichen Zeit zu produzieren!

Für jeden Hörer, der dies zum ersten Mal wahrnimmt, ein schier unfassbares stimmliches Phänomen, da wir doch gewohnt sind, beim Sprechen oder Singen immer nur einen Ton von uns zu geben und zu hören.

Warum kommt nun ausgerechnet erst in diesem Jahrhundert diese alte Gesangstechnik mongolischer und

tibetanischer Nomadenvölker zu uns? Mussten wir erst, durch die enorme technische Entwicklung mit ihrer Flut von Hör- und Seheindrücken (die uns im wahrsten Sinn des Wortes "erdrücken"), an den Punkt der Übersättigung kommen? Oder spielt hier der Bewusstseinswandel eine Rolle, ohne den wir uns in den Bereichen Wirtschaft, Sozialverhalten, Ernährung und anderen, in eine ökologische Katastrophe hineinkonsumieren?

Schon längst haben wir verlernt, einander gut zuzuhören.

Wir sind durch die zivilisatorische Entwicklung, in die wir hineingeboren sind, zu sehr Augenmenschen geworden. Der Dominanz der zu vielen Sinneseinflüsse - also der optischen und akustischen Reizüberflutung der Unterhaltungsindustrie - können wir nur durch eine Sinnesschulung entfliehen, um so die Grenzen unserer Belastbarkeit nicht zu überschreiten. Durch eine Sensibilisierung im Hören und aktivem Tun, setzen wir der äußeren Quantität eine innere Qualität entgegen. Unsere Sinne sind Tore zur Welt, Werkzeuge des Ich.

Wie bei jedem kreativen Tun, bei dem keine einseitige intellektuelle Beanspruchung verlangt wird, sondern Intuition und Spontaneität, ein Gefühl von "sich dem Geschehen überlassen", tritt eine ganz spezifische Wirkung ein, die man meditativ nennen könnte.

Und jetzt kommt mit dem Obertongesang eine Sache auf uns zu, die uns, ganz im Kontrast zu unserer alltäglichen Hektik, eine besondere Aufmerksamkeit und Ruhe abverlangt, einerlei ob wir nur zuhören oder selber singen. Natürlich kann man dies auch beim Hören klassischer Musik erfahren, vorausgesetzt, sie verleitet unseren Verstand nicht zum analytischen Mitvollziehen.

Die Beschäftigung mit den Obertönen, sei es am Instrument oder mit der eigenen Stimme, ist ein Weg nach innen. Ein nach-schöpferischer Prozess, der im Hier und Jetzt stattfindet und einer intensiven Erfahrung Raum gibt.

Die Kultur des Obertongesangs ist von einer gewissen musikalisch - meditativen Einzigartigkeit. Sie birgt für uns, die doch sehr vom Verstandesmäßigen geprägt wurden, eine Möglichkeit, dem musikalischen Naturphänomen Oberton näher zu kommen.

ERSTE ÜBUNG ZUM WAHRNEHMEN VON OBERTÖNEN

Obertongesang: Ein archaischer, mystischer und elementarer Ausdruck eines universell-schöpferischen Prinzips.

Zunächst ist da ein einziger, ausgehaltener Ton einer menschlichen Stimme. Nicht gerade sehr interessant, eher mono-ton, nicht in eine Schublade unseres musikalischen Wissens passend. Und plötzlich leuchtet aus dieser Stimme ein flötenartiger, heller Ton, kaum lokalisierbar - wenn man nicht wüsste, dass er aus diesem einen Ton stammt.

Eigentlich immer in unserer Sprache präsent, sind wir diesem Innenleben deshalb nicht bewusst, da unser Sprechen, d.h. die Modulationen der verschiedensten Vokale -die dabei entstehen, zu schnell von statten gehen, um einzeln wahrgenommen werden zu können.

Eine einfache Aufmerksamkeitsübung hilft uns hier, den Obertönen in unserer Stimme auf die Spur zu kommen:

Beginnen Sie einen für sie bequemen Ton auf dem Vokal U zu singen. Dabei liegt ihre Zunge flach im Unterkiefer. Dann heben sie die Zunge an den oberen Gaumen indem sie das U in ein I verwandeln. Je langsamer sie das machen, desto eindeutiger werden die Obertöne zu hören sein.

Das funktioniert sogar, indem sie ohne Tongebung nur ausatmen. Die Größe ihres Rachenraumes und die Atemintensität ist ausschlaggebend für diese Klangentstehung.

Die Art des Obertongesangs wird von den Völkern Zentralasiens gepflegt. Neben Mongolen, Tscherkassen und Tibeter kommt sie auch bei einem Hirtenvolk in der sibirischen Steppe von ca. 150 000 Menschen, den Tuvis, vor. [\[2\]](#)

Die mongolische Tradition des Obertongesangs, sagt eine Legende, ist die Imitation der Klänge und Echos der sprudelnden Ströme, die sich durch das Altai-Gebirge winden. Ganz sicher besteht eine starke Verbindung zur Maultrommel, die dort, aus Metall oder Bambus hergestellt, vorkommt.

In dem, seit Generationen gepflegten Gesangsstil haben sich drei Arten des "Xöömij - Gesangs" entwickelt: nose-xöömij, throat-xöömij und abdomen-xöömij. Also auf Nase, Kehle und Bauch fixiert. Sie unterscheiden sich durch differenzierte Tonfarben. Ein bekannter mongolischer Obertonsänger ist Mr. Sundui, der die Bauchtechnik in virtuoser Weise beherrscht.

Eine nicht so sehr Melodie-fixierte Art des Singens, sondern durch ein vorwiegend erzählendes Element charakterisiertes Singen, das sich im Schnarr-Register abspielt, wird xarkiraa-xöömij genannt. Alle Techniken haben jedoch die Gemeinsamkeit der resonierenden Obertöne.

Joachim Ernst Berendt widmet den Obertönen in seinem Buch "Das dritte Ohr" ein ganzes Kapitel. Hans Kayser, der moderne Vater der harmonikalen Grundlagenforschung, widmet sein ganzes Leben diesem Naturgesetz. Nachzulesen in seinen Hauptwerken "ORPHIKON" und "Akroasis". Hans Kayser leitete eine Renaissance jenes harmonikalen Erlebens und Denkens ein, in dem die antiken Kulturen noch lebten.

Rudolph Haase, Kaysers Nachfolger, zeigt mehrere Analogien der Obertonreihe in Chemie, Astronomie und anderen Gebieten auf (siehe Kapitel: Analogien zum Prinzip der Obertonreihe).