

## Frei atmen – sich frei bewegen:

Der Intellekt der Neocortex sei Supervisor des Cerebellum.

Hier werden vor allem KünstlerInnen und in zweiter Linie Lehrende wie ÄrztInnen angesprochen.

Dr. Ellmauthaler hat selbst etwa 20 Jahre lang als Chorleiter, Stimmbildner und Dirigent gearbeitet, seit vielen Jahren beschäftigt er sich mit Phänomenen der Sensomotorik: von Trainingsabläufen, deren Speicherung und Abrufbarkeit in der Aufführungs-Situation – und mit deren Störungen, die bis hin zu organischen Problemen, etwa der Hand bei Pianisten, der Stimmbänder bei Sprechern und SängerInnen führen können.

Der künstlerisch-sensible Mensch kann besonders rasch zu einer „Summe spezieller Störungen“ werden. Solche „Störungen“ werden in aller Regel dem Laryngologen oder dem Handchirurgen zugewiesen. Die Therapie erfolgt dann symptomatisch: Knoten werden entfernt, Sehnenfächer chirurgisch rekonstruiert, Sehnen wieder beweglich gemacht. Begleitende Kooperation mit anderen Disziplinen ist gefragt.

So kann man das Auftreten der sogenannten „fokalen Dystonie“ unterschiedlich interpretieren. Bekannte PianistInnen kannten das. Bisweilen äußert sich das Problem nur in auffällig eingerollten Fingern, sobald diese die Tastatur nicht berühren, bisweilen als komplexe Krämpfe. Die fokale Dystonie (δυσ- / dys- „miss-“ und τόνος / tónos „Spannung“) gehört zu häufigen „neurologischen“ Erkrankungen und äußert sich in nicht beeinflussbaren, bisweilen an bestimmten Stellen auftretenden oder auch lang anhaltenden Muskelkontraktionen. Die Störung ist lokal und betrifft meistens Hirnregionen, die unter äußerster Präzision komplexe Bewegungen koordinieren. Ja: Man kann das eine „neurologische Erkrankung“ nennen: Sofern es sich nachweislich um ein „fokales Geschehen“ in der sensomotorischen Cortex handelt.

Doch häufig liegt eine Ursache oder ein Auslöser solcher Störungen auch in der Art des Trainings, auch in einer bestimmten psychischen Haltung; Stressfaktoren haben ihren Anteil, erst dabei kommt es zur Überbeanspruchung, Fehlbelastung. – Bisweilen sehen wir die Somatisierung neurotischer Konflikte.

Erstaunlich wenig Augenmerk wird in der Ausbildung von KünstlerInnen auf die eigentlichen Bewegungsabläufe gelegt. Das Zusammenwirken von anatomischen Gegebenheiten mit der psychischen Verfasstheit in der Trainings- und Konzert-Situation sind konkrete Themen zwischen (Neuro-) Anatomie, Physiologie und Psychologie.

Im Sport wird das seit vielen Jahren erkannt: Auto- und Ski-Rennläufer nützen beispielsweise seit zwei Jahrzehnten Methoden des Biofeedback. Dr. Ellmauthaler lernte diese Methode in ihren Anfängen bei Willi Dungal kennen und konnte mit der damaligen Elite der Formel Eins arbeiten.

In der Kunst werden oftmals diese Möglichkeiten fast vollkommen außer Acht gelassen. Hier geht es um den „Ansatz“, den „Ton“, die „Technik“. Unbewusste Abläufe werden zumeist nur intuitiv angesprochen, Sänger treffen den „Ton“ mit Glück, wenn sie begnadete Lehrer einfach nachahmen (also unbewusst ihre Spiegelneurone einsetzen). Sie versagen naturgemäß dann, wenn sie versuchen, unbewusste Vorgänge bewusst zu steuern:

Guten Tag,

Dear Madam, Sir,

schön, dass Sie sich für diesen Artikel interessieren; er kann für eine geringe Gebühr bestellt werden:

We appreciate your being interested in this essay which can be ordered for little money.

1

Projekt: Atmen-Bewegen-Kunst € 3,30

2



Bitte hier einzahlen:

BIC/SWIFT: VBOEATWW (other than EU)  
IBAN: **AT44 4300 0328 6193 0017**

Payable here:

Ihren Wunsch erfüllt prompt, diskret ab dem Tag der Valutierung.

edition 

will serve you promptly with discretion by the date of valuation.

Weitere Publikationen finden Sie hier:

Publikationen

Further publications can be found here:

Für jede *andere Nutzung* gilt das Urheberrechtsgesetz (UrhG) sowie unsere AGB.

For any *professional purpose*, see conditions (GTU, UrhG).