

# Die Kunst des bewegten Musizierens

## oder die Kunst der musikalischen Bewegung

**Jaques Lecoqs "Le Masque Neutre" sowie Elemente der Rhythmisch-musikalischen Leibarbeit zur elementaren Erweiterung von Ausdruck und PRÄSENZ**

**mit Hilde Kappes**

"...die Methode NEUTRALE MASKE von Jaques Lecoq bietet dem musizierenden Menschen Möglichkeiten des Ausdrucks, die das Interpretieren eines Stückes oder das Improvisieren am Instrument zu einem Erleben werden lässt, welches archaische Elemente über den Körper transportiert und die und das Bewusstsein immens verstärkt. Die Präsenz des Darstellenden Elementen sowie Mittel der Identifikation mit den Erziehung geben den rhythmisch-musikalischen die Möglichkeit in einem Interpretierenden die musizieren, als nur dem größeren Kontext zu genügen zu müssen. Das eigenen Leistungsanspruch Spiel am Instrument wird körperlicher, bewegter und los gelöster von der eigenen Person, dienend dem Stück, der Interpretation. Zudem ist sie eine Methode der Achtsamkeit und der Präsenz."

Die Identifikation der Elemente als Basis berührt das Jahrtausende alte Wissen der östlichen Kulturen, dass die fünf Elemente: Feuer - Wasser - Erde - Luft und Äther, Essenzen unserer energetischen und körperlichen Struktur sind. In vielen Heil-Methoden wird damit erfolgreich gearbeitet, sei es in der ayurvedischen Behandlung oder der traditionell chinesischen Medizin .

**Jaques Lecoq, ein französischer Theaterpädagoge** entwickelte die Methode "Neutrale Maske", die den Ausdruck und die Facetten des Seins auf eine Art "stillsten neutralsten Punkt" zu führen versuchte. Die ESSENZ des Spiels sollte wichtiger werden als der Schauspieler an sich. Durch Identifikation mit den Elementen als auch Aggregatzuständen, Charakteren und auch mit Tieren fand er im Spiel zu einer immensen Erweiterung des kreativen Ausdrucks.

Das sich identifizieren mit den Elementen in Körper, Geist und Energie erfordert die oder eine Neutralisierung der "Identifikation mit sich selbst", sprich: Glaubens-Muster, Bewegungs-Muster und Überzeugungen werden aufgeweicht und entlarvt, um sich der grösstmöglichen Präsenz für das Spiel und die Identifikation zu öffnen. Manchmal mit einer neutralen weißen Maske und manchmal ohne, übt der Körper, das Individuum eine Art Ent-Leerung des alten Repertoires, um in Muskeltonus, Bewegung und Spiel einen neutralen Zustand erkennbar werden zu lassen , der zum Bsp. die Dynamik von Feuer

oder Wasser erfasst. Wenn er erfasst und empfunden wurde kann dieses Spiel dann wiederum in Personifizierung bzw. "Figur" , Rolle oder Stück gebracht werden. Neu erlangte Ausdrucksweisen, Dynamik im Spiel und Präsenz, in Körper und Raum kann dann in jene Kunst Richtung transferiert werden, die man benötigt: Musik, Text, Tanz, Bild.

Der Transfer in die Stimme und in Gesang dieser imaginativen und identifizierenden Prozesse lässt Stimm-Umfang, -Tonus und -Dynamik drastisch erweitern. Es entsteht eine neue Bandbreite emotionaler und technischer Ausdrucks-Möglichkeiten, die anders kaum zu erreichen ist.

Der Transfer auf das Instrument und das Repertoire welches erarbeitet wird, kann einen komplett neuen Zugang nicht nur für Auftritte sondern auch zum Üben an sich eröffnen. Durch die Anbindung an die Identifikationen, welches vom Gehirn in diesem Seminar über das körperliche Erleben sicher gespeichert wird, entsteht Flexibilität, spielerische Motivation und Lust am Ausdruck, eine der wichtigsten menschlichen Möglichkeiten über Musik nicht nur das eigene Nervensystem zu regulieren und zu entladen, sondern auch durch Resonanz auf das der Zuschauer und Zuhörer positiv einzuwirken.

Musik wird zur NATUR - Kraft, die Verbindung des Spielenden mit dem Instrument wird gestärkt und von der Fehlannahme befreit, dass ein "genügend üben" auf neokortaler Ebene ausreichend sei.

Musik wird somit auch zu instinktiver BEWEGUNG, die innen wie außen erlebt und empfunden wird und somit zu einem Mittel der Kommunikation, der Begegnung und des Kontaktes.

**Hilde Kappes** ist Sängerin und Musikerin, Diplom-Rhythmikerin, sowie Practitioner für Somatic Experiencing nach Peter Levine, unterrichtet an der UDK Berlin im Fach Rhythmik, Stimme und Bewegung, sowie in freier Praxis das ESSENTIELLE STIMM- ( und MUSIK -) ERLEBEN: einzeln, in Klein Gruppen und in Chören. siehe auch [www.hildekappes.de](http://www.hildekappes.de)

**ZIEL-Gruppe:** Studierende aller Musikrichtungen, Instrumentalisten, BerufsmusikerInnen, sowie Theaterschaffende, Schauspieler, Tänzer, die an einem Stück arbeiten.

**Zeiten Wochenende:**

**Sa, So - jeweils 11.00 - 18.00 Uhr , 22./23. November in Dresden;**

**Sowie** 29./30. November in Berlin

**Kosten:** 180 € Berufstätige, 150€ Studierende

---

**Ganze Woche:** Montag - Freitag täglich 10.00- 16.00 Uhr 16.-20. Februar **DRESDEN**

Montag - Freitag täglich 10.00 - 16.00 Uhr 23.-27. Februar **BERLIN**

**Kosten:** 450€ / Frühbucher 380€ (Einzahlung bis Dezember 30.)

Helfende Hände (Kamera, Musik, Organisation...) Zahlung nach Vereinbarung

Teilnehmerzahl: mindestens 12, höchstens 25;

