

# Improvisation, Bildung und Therapie

## Symposium

### Musiktherapie unterwegs

Zürcher Hochschule der Künste 10. Januar 2015

Fritz Hegi



Liebe Kolleginnen & Kollegen, liebe Studentinnen und Studenten  
Liebe ZuhörerInnen und Gäste (auch im andern Raum)

Ich halte nun keinen „Abgesang“, sondern stehe hier – und freue mich – nach 30 Jahren seit Beginn der Planung „unserer bam“ immer noch die Improvisation ins Zentrum meiner Leidenschaft, Lehre, Forschung und Praxis zu stellen.

#### **(Geschichte)**

Ich glaube, wir alle wählten den Weg der Musiktherapie, weil wir aus tiefstem Herzen von der einmaligen Wirkungskraft der Musik überzeugt sind, als Wesensbildung, als inneres und äusseres Bewegt-sein, als weltumspannende Kommunikation und sozialpolitische Verbindungskraft – und weil Musiktherapie als dafür qualifizierte Therapie dieses Potential spezifisch einsetzen kann. Ich sage es deshalb dogmatisch: Musiktherapeut-Innen müssen Musiker-Innen sein.

Die eigene, die selbsterfahrene, die tief in der eigenen Biografie verwurzelte, durch Kultur, Religion und Feste/Rituale verinnerlichte

Erfahrung der Heilkraft von Musik ist die Basis einer therapeutischen Wirkungsabsicht. Unsere Ausbildung darf keine Musiksparte bevorzugen oder werten, weder bei den Student-Innen noch später bei den Klient-Innen. Es gilt immer wieder zu üben, jeden Ton, jede musikalische Äusserung anzunehmen als eine Mitteilung aus dem seelischen, geistigen oder körperlichen Hintergrund des Ausdrucksverhaltens im Jetzt.



Ich habe als Musiker selber die Urerfahrung gemacht, welch unerhörtes Heilpotential in der Improvisation liegt: als Selbsterfahrung, als Beziehungsdynamik und als Befreiung von Zwängen. Es war die Zeit der 70er Jahre mit dem Aufbruch zur freien Musik (nicht nur des free jazz), zu freieren Strukturen und Bewusstseinsweiterung im sozialen und politischen Leben (nicht nur über weiche Drogen und Demonstrationen) und es war die Entstehungszeit der aktiven Musiktherapie 10 Jahre später erhielt ich die Initiation für eine Musiktherapie-Ausbildung in der Schweiz, am legendären 1. Weltkongress in Heidelberg

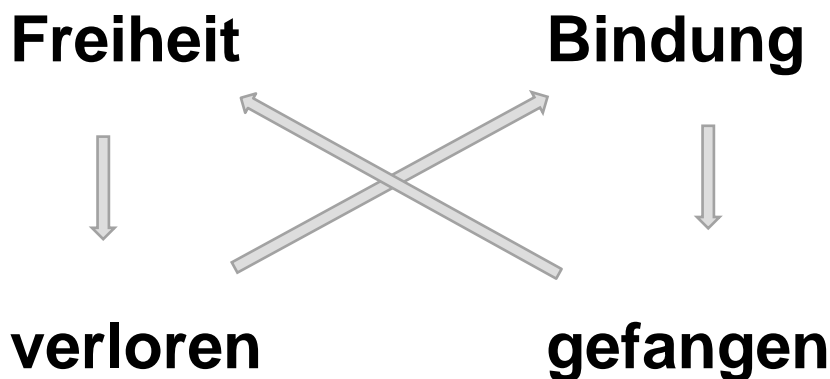


Gleich darauf begann die sogenannte Trägergruppe mit der Planung der mit dem Kürzel „bam“ bekannt gewordenen Ausbildung – in Boswil.

***(Freiheit)***

Seit dieser Aufbruchzeit laufe ich dem Begriff Freiheit hinterher. Alle Spielarten der freien bis zur gebundenen Improvisation sind der Wirkung von Musik auf der Spur. Darin suchen wir unser Jetzt-so-sein. Ich empfinde die kommunikative Improvisation als Wesensbildung (nicht Ausbildung), als das Finden eines Weges im Teufelskreis von Freiheit und Bindung. Hier liegt ein grundsätzliches Thema der Bildung, der freien Forschung und Lehre, neuer Beziehungs- und Lebensformen. Die Improvisation ist sowohl frei als auch gebunden insgesamt ein Modell für die sozialen Verhältnisse.

## Das Freiheits-Dilemma



Zwei Wege führen aus dem Freiheitsdilemma heraus: das offene **Experiment** als musikalische Dimension - und die bindende **Beziehungsgestaltung** als soziale Dimension.

Improvisation ist ein riskantes und abenteuerliches Selbsterfahrungs-**Experiment**. Es ist ebenso viel wert, ob es gelingt oder misslingt. Ruth Girod sagt es so: „Improvisation ist Glückssache im doppelten Sinn: Glückssache, ob's gelingt ... und wenn's gelingt, dann erst recht!“ (in ihrem Buch „Bewegungsimprovisation“ S.135).

Man umspielt das Glück, den Zufall, die Überraschung der Selbstoffenbarung und das Erleben der Echtzeit. Achtsamkeit im Hier und Jetzt oder „Gegenwartsmomente“ (so heisst das letzte Buch von Daniel Stern) gehören heute zur Bewusstheitsschulung der meisten Therapierichtungen. Stern sagt, die sog. „Now moments“ seien die psychotherapeutisch wirksamsten Schritte. Die Entdeckung des konsequenten Gegenwartserlebens ist ganz und gar kompatibel mit den bewusstseinsweiternden Flow-Prozessen, die in experimentellen Improvisationen wie von selbst passieren. Es bedeutet ein weitgehendes Sich-Einlassen, eine umfassende Relativierung von „richtig“ und „falsch“, sowie die Neugier und Beweglichkeit gegenüber Überraschungen und Zufällen. Solche Improvisationsfähigkeit braucht jedoch jahrelange Übung. Ich habe selber in keine Tätigkeit so viel Übungszeit investiert wie in das Improvisieren.

### ***(Dynamische Spielverfassung)***

Das Improvisations-Experiment ist eine Form des Nicht-Wissens, eine manchmal atemberaubende Erwartung, mit Ungewissheiten zu leben. Weymann schreibt in der letzten MU (Musikth. Umschau 2014/3; S.232) es sei „die Fähigkeit, Ungewissheit, Unsicherheiten, Zweifel zu tolerieren, vielleicht sogar ein gewisses Vergnügen daran zu empfinden, sich vorübergehend ‚verloren‘ zu empfinden...“. Seit Sokrates‘ „ich weiss, dass ich nicht weiss“ bleibt das Ungewisse in allen Lebensbereichen ein dynamisches Spiel zwischen Angst und Faszination. Nicht-Wissen ist kein Bildungsdefizit, sondern das Verbleiben im Ungewissen - auch im ‚Google-Zeitalter‘. So können wir Improvisation als ein erwartendes Voraushören, als die „allmähliche Verfertigung der Musik beim Spielen“ (nach Kleist) oder als „instant composing“ verstehen. Diesen Zustand zwischen dem im Moment musikalisch Entstehenden und dem im Zusammenspiel Bindenden erfahren wir als ‚freischwebende Aufmerksamkeit in einer dynamischen Spielverfassung‘. Vorbild für eine solche Spielverfassung ist das spielende Kind.

### ***(Das innere Kind)***

Das instinktive Verlangen eines Kindes, zweckfrei zu spielen, mit dem Spiel Eins zu sein, das magische Bewusstsein der Zwischenwelten von Fantasie, Wunsch und Traum zu wecken und zu erleben, Ordnungen aufzuheben, im Dreck zu wühlen, das Chaos zu lieben, tanzen und dabei fliegen – das kann in freier Musik erkundet, erforscht und erfahren werden. Damit kann auch bei jedem überkontrollierten Erwachsenen das innere Kind wieder ins Leben geholt werden.



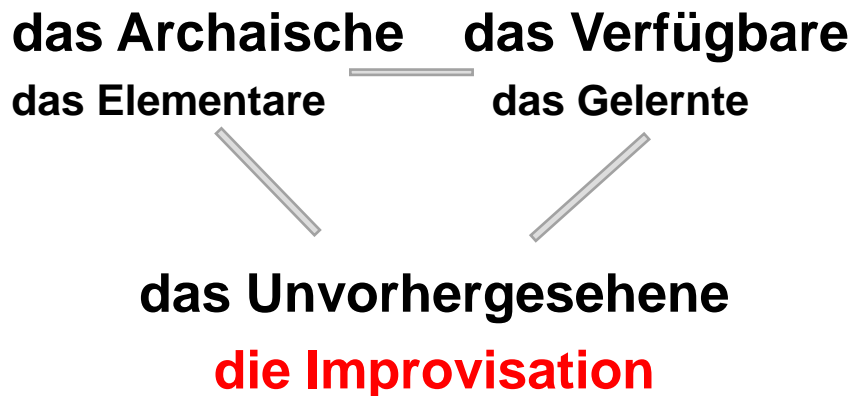
Um es in der musiktherapeutischen Bildung vermitteln zu können, müssen wir selber in diese innere Regression zum eigenen Kind finden, durch Spiele am Boden, mit Improvisationen des wilden Geistes, mit den Grenzüberschreitungen des träumenden Narren, durch die Trance selbstvergessener Klänge, mit Tanzen und Singen wie in Ekstase – oder aber durch das ungeduldige Wollen, in Kontakt mit Allem gehen, die Nähe und den Schutz suchen, den ungeheuren Hunger nach Liebe und Vereinigung stillen. All diese „Regressionen im Dienste des Ich“ (Ernst Kris 1965) sind Teile des unbewussten Weges zurück ins Paradies, das Paradies des mütterlichen Uterus, wo alles noch Eins ist - oder der Übergänge aller Musik ins Spirituelle.

Freie Improvisationen ermöglichen diesen kreativen Raum. Aber er wird mit dem Erwachsenwerden immer mehr eingeengt. Fixierungen, Blockierungen, Stress und Sinnkrisen sind der Verlust des inneren Kindes, der Verlust der Magie des Spielens. Angst verhindert Kreativität, Faszination aber nährt sie. Die teilende, analytische, abgrenzende, angstvolle Selbstbezogenheit der materialistischen Erwachsenenwelt verstrickt sich in der Unzufriedenheit, in der Isolation, im Ernst des Lebens. Die Wiederentdeckung, dass alle Phänomene aller Welten in dynamischen Beziehungen verbunden eine Einheit vom Kleinsten bis zum Grössten sind, wird erspielt über Improvisation mit dem inneren

Kind. Sie vermittelt die Faszination einer Freiheit ohne Verlorenheit, einer Bindung ohne Gefangensein.

Es ist ein langer Weg, die Ästhetik des harmonisch Schönen, diese Introjekte unserer Musikbiografien, in den Erlaubnisraum aller Töne zu erweitern, anzunehmen ohne zusammen zu zucken, wenn z.B. ein aggressiver Klient schrill, grob oder schreiend spielt – oder nicht weg zu hören, wenn eine depressive Jugendliche kaum Ausdruck und Spannung ins Spiel bringt. Um diesen erweiterten Erlaubnisraum zu üben, schöpfen wir aus drei Quellen unserer musikalischen Kreativität

### Quellen der Kreativität



- die **archaische**, kollektiv unbewusste Musikalität: wir alle kommen musikalisch auf die Welt, **das Elementare**
- das **verfügbare** musikalische Vermögen, alles was wir gelernt haben, die **Technik**
- das **unvorhergesehene**, Einfälle, Zufälle, die Inspiration und Intuition (**Improv-viso**)

Das Improvisations-Experiment einer musiktherapeutischen Intervention ist auch eine Forschungshaltung mir selber gegenüber:

- Habe ich keine Angst vor einer riskanten Intervention?

- Kann ich annehmen und aushalten, was dann ehrlich heraustönt?
- Kann ich heraushören und finden, was ich noch nicht weiss, nicht zu fühlen geahnt habe?
- Erlaube ich mir im Rahmen der Spielregeln das Unerhörte auszuspielen?
- Kann ich mich zurückhalten mit Beeinflussungen, was ich zu hören erwarte?
- Können Ver-Stimmungen, schräge Töne oder Geräusche, aggressive oder schmerzhaft Klänge und spannungsvolle Reibeintervalle als Musik gehört werden, die aus dem Hintergrund heraus „sprechen“? Dürfen Weinen und Schreien auch Musik sein?

Wer Angst vor ästhetisch zu vermeidenden Fehlern hat, muss üben, gerade die Unzulänglichkeiten als Hinweis zum Unbewussten zu verstehen, oder die Ausrutscher von erwarteten Improvisations-Abläufen als kreative Weichenstellung motorischer Impulse zu erhören. Sie werden dann zu Entdeckungen und Erkenntnissen des versteckten Selbst. Miles Davis sagte: „Hab keine Angst vor Fehlern – es gibt keine!“

### ***(Die Beziehungsgestaltung)***

Der andere Ausweg aus dem Freiheitsdilemma führt über die impuls-auslösenden Beziehungen im Zusammenspiel. Sie gestalten den Prozess entscheidend mit: Auf wen höre ich? Höre ich auch mir selber zu? Wer führt, wer folgt und wer wartet – und warum? Musikalische Einfälle und soziale Beeinflussungen greifen nun dynamisch ineinander und werden zu einem hochkomplexen Geschehen, das so schnell abläuft – zum Glück – dass es vor allem von der Intuition, der Inspiration oder einem Instinkt geleitet wird.

### ***(Therapie)***

Damit sind wir bei der therapeutischen Umsetzung der Improvisation als soziales Modell. Ich verfolgte in meiner ganzen Forschungs- und Ausbildungstätigkeit, in all meinen Büchern immer dasselbe Thema: die Wirkungs-Komponenten. Sie geben in der genannten Komplexität eine hilfreiche Zuhör-Orientierung.

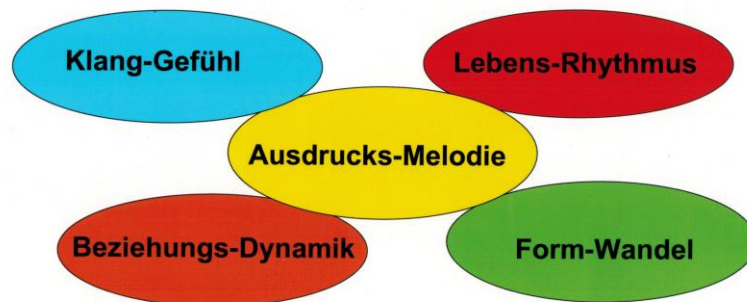


Ich fasse hier nur kurz zusammen: die Komponentenlehre ist deshalb eine hilfreiche Metaebene zum diagnostischen und therapeutischen Verstehen musikalischer Kommunikation, weil sie über alle Musikgenres und -Stile hinweg, unabhängig von Anbindungen und Vorlieben, die Wirkungsfelder Klang, Rhythmus, Melodie, Dynamik und Form signifikant voneinander unterscheidet. Wenn wir die Ganzheit der Musik als **Kohärenz** bezeichnen, besitzen die Komponenten eine **inhärente**, d.h. eine ihnen spezifisch innewohnende Wirkungskraft. Die phänomenologisch begründeten fünf Begriffe finden sich auch in allen Naturphänomenen und in den sozialen Verhältnissen wieder. Die Sprache verrät durch musikalische Metaphern diese inhärente Wirkung: man sagt ‚Tages-Rhythmus‘, ‚Lebens-Melodie‘, ‚Farb-Klang‘, ‚Eigendynamik‘ oder ‚in Form sein‘.

Dadurch sind uns die Komponenten alltäglich geläufig. Wir haben ein **implizites** Wissen von ihnen. Wir hören sie sowohl über den Körper als auch über die Sprache und sie haben dadurch - oft unbewusst - eine direkte seelische Wirkung. Hören Sie den impliziten Wirkungseinfluss der Komponenten in den Begriffen: Sprachklang ... Sprachrhythmus ... Sprachmelodie ... Sprachdynamik ... Sprachform. Dieses implizite Wissen wird in der musikalischen Rede (Rhetorik), der lebendigen Kommunikation explizit ausgedrückt und dadurch unmittelbar zur Wirkung gebracht.

Über das komponenten-orientierte Zuhören schulen wir das Bewusstsein, dass Musik als heilende Kraft einerseits eine musikalische und andererseits eine soziale Dimension – inhärent und implizit – in sich vereinigt. Das therapeutische Handeln erfolgt dann über die fünf Verbindungsbegriffe, die uns (Maja und mir) als Grundlage zur Erforschung einer signifikanten Unterscheidung der fünf Wirkungsfelder in der Musiktherapie dienen.

## Die Verbindungsbegriffe



Mein **Schlussgedanke** ist ein Plädoyer für die Improvisation und kommt aus einer tiefen, biografisch gewachsenen Überzeugung: ich zitiere dabei Daniel Fueter, unseren ehemaligen Rektor der ZHdK, der sagt, die Möglichkeiten und Wirkungen freier Musik seien „der Ort an dem der Umgang mit dem Unberechenbaren geübt werden soll, auch mit dem unberechenbaren alltäglichen, dem therapeutischen, den Verzweiflungen und Obsessionen, mit den Ängsten, Unsicherheiten und den Hoffnungen, welche das Denken in Richtung Zukunft mit sich bringt, und auch mit den Altlasten [...] einer Vergangenheit [...], die uns schwächt“ - dies in seinem Buch „Das Lächeln am Fusse der Tonleiter“ (S.119).

Meine **Vision** ist, dass die Musiktherapie-Ausbildung in Zukunft die Methodik, die Theorie, die Diagnostik und Interventionspraxis viel mehr, ja gänzlich von der Musik her betrachtet, dass die persönliche und kollektive Erforschung der heilenden Musik unabhängig von Kulturen und Gattungen von der Fähigkeit zu hören und zuzuhören, von der Empfindungsfähigkeit musikalischer Ausdrucksgestaltung abhängt. Diese Berufung lernen wir nicht durch das darüber reden, sondern durch unzählige Stunden des übenden Spielens und des Zusammenspielens ohne Bewertung – denn:

***Improvisieren ist eine Lebensschule – deshalb gibt es für jedes Thema, jeden Konflikt ein passendes Experiment, welches Teil einer Antwort sein kann.***

Danke für die Aufmerksamkeit

\*\*\*\*\*

Vorgängig hielt Maja Rüdüsüli ihren Vortrag über „Beziehungsdynamik“, die soziale Dimension der Wirkungskomponenten anhand der Metapher und des Liedes „Dä Tuusigfüessler Balthasar“ (einzusehen über die Autorin).

Nun führen sie und ich in einer gemeinsamen Performance unsere beiden Themen unter dem Titel des 3. Teils zusammen: „Die Improvisation als soziales Modell“. Dieses haben wir mit einer speziellen Erforschung im Buch „Der Wirkung von Musik auf der Spur“ (Reichert Verlag, Wiesbaden 2011) veröffentlicht. Wir stellen nun in aller Kürze mit einem Experiment dar, wie die musikalische und die soziale Dimension in den fünf Komponenten ineinander spielen könnten.

*Dieser 3. Teil lief nur akustisch, improvisiert ab und ist nicht dokumentiert. Fritz Hegi spielt am Piano zu den 5 Verbindungsbegriffen die musikalische Dimension; Maja Rüdüsüli spricht Statements aus der Therapiepraxis zu den diesbezüglichen sozialen Dimensionen.*