



„Musik beginnt nicht mit dem ersten Ton, sondern mit der Stille davor“

## Flöten – Meditation

Viele verbinden mit Flötenmeditation das Spiel auf der japanischen Shakuhachi Flöte. Und in der Tat hat diese Bambus Flöte in Japan in diesem Bereich eine lange Tradition. Ihr besonderes Merkmal ist dabei die technische Schwierigkeit der Tonerzeugung an sich, die bereits ein hohes Maß an Hingabe, Übung, Konzentration und Geduld verlangt. Zudem ist ihr einzigartiger Klang besonders nah am Atem. Nebengeräusche, heftige Atemstöße sowie feinste Nebenklänge und dynamische Breite sind weitere typische Klangelemente, die viele Hörer sofort mit Natur, Landschaft und Weite assoziieren.



Flötenmeditation ist aber nicht von einem bestimmten Instrumententyp abhängig, sondern entsteht vielmehr durch eine bestimmte Herangehensweise, bei der vor allem bewusstes Atmen, Klang, Stille und Raum tragende Elemente sind.

Auf diesem meditativen Weg ist die indianische Flöte ein ausgezeichnetes, wenn auch bisher eher unterschätztes Hilfsmittel. Bei der indianischen Flöte braucht es kein musiktheoretisches Vorwissen, keine ausgebildete Spieltechnik und Fingerfertigkeit, keine Notenkenntnisse, keine festen Strukturen und keine bekannten Lieder. Ich muss mit meinem Spiel niemandem etwas beweisen, ich muss nichts Vorführen, ich spiele vor allem für mich. Da ich meine eigenen inneren Lieder spielen kann ich mich dabei auch nicht verspielen. Es gibt kein richtig und kein falsch, sondern nur eine große Freiheit. Es genügt sich dabei selbst wahr zu nehmen und sich hörend in den Klang und das eigene Atmen zu versenken. Durch die pentatonische Grundstimmung der Indianerflöte und durch ihren archaischen und rauschigen Klang erzeugt sie wie von selbst ruhige meditative Grundstimmungen. Ich muss nicht spielen, sondern kann das Spielen frei nach Gehör einfach geschehen lassen. (s.u. Exkurs: „Warum nicht gleich Shakuhachi spielen“) Das Flöten ist daher mehr meditative Übung als gespielte Musik. Von zentraler Bedeutung ist der Atem: Er reguliert die Töne und die Töne regulieren ihn.

## Atem, Klang, Raum und Stille

Das wesentliche Merkmal des meditativen Flötens besteht in einer konsequenten Entschleunigung des musikalischen Geschehens. Wichtig ist nicht wie viele Töne ich spiele, sondern wie ich jeden einzelnen Ton gestalte. Der Atem geht ruhig und verbindet sich beim Ausatmen mit der Tonerzeugung und wird zum klingenden Atmen. Alle



Töne sind gleich wichtig. Die Melodie wird zur Nebensache und nicht zum Ziel des Spiels. Es geht weder um besonders schöne Melodieverläufe noch um eine harmonische Gesamtgestaltung. Vielmehr zerfällt durch die Entschleunigung sogar die Melodie in einzelne Motive, die durchaus für sich stehen können. Durch die extreme Verlangsamung werden die einzelnen Töne und vor allem auch die Zeit zwischen den Tönen länger und bedeutsamer. Und fast noch wichtiger: die Langsamkeit schafft Raum für eine hohe Differenzierung des Tonverlaufs (Anspiel, Dauer, Dynamik, Rhythmus, Verzierung, Weiterführung, Stille, Timing und Phrasierung) und erzeugt durch bewusst gestaltete Zwischenräume im Wechsel Spannung und Entspannung und damit zugleich Verbindung im

gesamtmusikalischen Ablauf. Anstelle einer oberflächlichen eingängigen Melodieschönheit tritt eher eine herbe, archaische und ungekünstelte Schönheit, die sich aus der Hingabe an jeden einzelnen Ton und an den Klang im Augenblick des Entstehens ergibt.

**„Leer werden um dem Klang  
ein Raum zu sein“**

# Exkurs: Warum nicht gleich Shakuhachi spielen?

Wenn die Shakuhachi das ideale Instrument ist um SuiZen zu praktizieren, warum nicht gleich eine Shakuhachi spielen? Hier ein paar Gründe, die für die indianische Flöte sprechen.

- Gute Shakuhachi sind nicht einfach zu bekommen und zudem recht teuer
- Shakuhachi sind Soloinstrumente und nach westlichen Maßstäben nicht immer exakt gestimmt und wohltemperiert.
- Bambus ist vor allem im europäischen trockenen Klima ein empfindliches Material, das sehr schnell zu Rissen neigt
- Zum Shakuhachi lernen braucht es immer einen guten Lehrer, welcher für regelmäßigen Unterricht nicht allzu weit entfernt wohnen sollte.
- Ein Selbststudium ist schwierig, da es beim Spielen viele Nuancen und Techniken gibt, die es zu beachten gilt.
- Shakuhachi sind schwierige Instrumente, die ausgesprochen viel Geduld und Hingabe an den Lernenden stellen und tägliches Üben erfordern. Nicht umsonst heißt es, dass es etwa 7 Jahre braucht bis man einen guten Ton schafft.
- Japanische Klangideale sind erst einmal gewöhnungsbedürftig. Es gibt eine eigene Notenschrift bzw. Notation, die gelernt werden muss.
- Shakuhachi sind stark in der Tradition verwurzelt und es gibt verschiedene Schulen (Ryu) und ganz unterschiedliche Interpretationen gleicher oder ähnlicher Stücke

## Ganz anders die indianische Flöte

- Indianerflöten sind relativ preiswert und mittlerweile auch in Europa gut zu bekommen. Sie sind robust und pflegeleicht.
- Indianische Flöten sind heute meist exakt gestimmte Konzertinstrumente (Kammerton A mit 440 Hz) die hervorragend mit anderen Instrumenten zusammenklingen
- Indianerflöten sind handwerklich ansprechend gestaltete Instrumente, die sich durch Verzierungen und unterschiedliche Reiter leicht individualisieren lassen.
- Indianerflöten lassen sich aufgrund der pentatonischen Grundstimmung ganz intuitiv und frei nach Gehör spielen und erfordern keinen besonderen Mundansatz noch eine ausgefeilte Finger- oder Blastechnik. Kann man alle Fingerlöcher abdecken, geht es sofort los.
- Die Indianerflöte verlangt kein tägliches Üben
- Der Klang der indianischen Flöten ist aufgrund der 2 Kammerbauweise auf Anhieb sehr sonor, rauschig und meditativ.
- Es gibt keine wirkliche Tradition, kaum überlieferte Stücke und kein festes Repertoire. Man hat also alle Freiheiten, die man braucht und kann einfach seiner Seele Klang und Ausdruck zu verleihen.
- Das Erlernen der Indianerflöte kann durchaus im Selbststudium erfolgen. Es gibt keine festen Regeln und man braucht nicht notwendigerweise einen Lehrer. Alles ist erlaubt.
- Notenkenntnisse und musiktheoretische Wissen sind keine notwendige Voraussetzung beim Spielen