Musikschulkommission

Musikunterricht als Erwachsene: ein Erfahrungsbericht

Welch ein schönes Gefühl, wieder wunderbare Melodien im Ohr mitzunehmen. Ich summe sie beim Kochen, beim Aufräumen, beim Wäsche aufhängen und beim Spazieren. Es tut mir gut, mein Lungenvolumen beim Spielen zu erhöhen, Töne erklingen zu lassen und zu spüren.
Beim Spielen auf meiner Klarinette trainiere ich nicht nur meinen Ansatz, sondern auch meine Bauchmuskeln. Ich atme tief bis in den Unterbauch. Das machen wir in unserem Alltag viel zu wenig.
Diverse Hirnregionen werden bei mir neu angeregt und beeinflussen mein Gedächtnis positiv.

Ich nehme wieder Unterricht. Mit bald 40 Jahren habe ich Überwindung gebraucht. Aber es fühlt sich gut und richtig an. Einmal in der Woche, oder auch nur alle zwei, je nachdem wie ich Zeit zur Verfügung habe, gönne ich mir 30 Minuten Einzelunterricht.
Silvia Riebli kümmert sich in dieser Zeit nur um mich, meine Bedürfnisse und Wünsche. Ich darf sagen, welche Musik ich spielen will, ich darf entscheiden, was mir Spass macht und was nicht. Je nach Stimmung kann ich mich sogar therapieren (gemäss einem Artikel auf www.planetwissen.de). Musizieren wirkt wie ein Jungbrunnen für mein Gehirn, weil dort neue Nervenschaltungen gebildet werden. Musik wirkt auf Menschen. Haben Sie gewusst, dass beim Musizieren, sogar nur schon beim Hören, der Herzschlag, der Blutdruck, die Atemfrequenz und die Muskelspannung verändert wird? Ich kann je nach Musik, die ich spiele, sogar meinen Stresspegel vermindern. Tatsächlich hilft mir das Klarinette spielen, mich wieder zu erden. Erstens, weil ich bis in den unteren Bauch atme und zweitens, weil ich mich auf das Hier und Jetzt konzentriere. Während dem Spielen kann ich nicht an meine Aufgabenliste denken.
Die heutigen Musikschullehrpersonen sprechen nicht mehr von Üben. Sie sind wie ein Lebenscoach. Sie motovieren und begleiten. Wir Schüler spielen. Ja, es ist ein Spiel. Ein Spiel mit Tönen, Tasten, Klappen, Saiten, Rhythmen und Lautstärken.

In meiner ersten Lektion Klarinettenunterricht für Wiedereinsteigerinnen durfte ich einfach drauflosspielen. Silvia Riebli hat mich auf dem Klavier begleitet. Das klang so schön. Ich hatte ein stärkendes Gefühl. Nach dem Unterricht war ich beflügelt.
Probieren Sie's aus!

Aus der Musikschulkommission
Daniela Halter