

MALTE BURBA

**APPRENDRE
AU CORPS
À JOUER**

**LEHRE
DEINEN KÖRPER
ZU SPIELEN**

**TEACH
YOUR BODY
TO BLOW**

**FONDEMENTS DU JEU
DES CUIVRES**

**GRUNDLAGEN
FÜR BLECHBLÄSER**

**FUNDAMENTALS
FOR BRASS**

MALTE BURBA (*1957)

a étudié la trompette, le piano, la musicologie, la pédagogie musicale, la phonétique et la médecine.

Sa curiosité passionnée l'a conduit à explorer d'innombrables aspects de la musique, que ce soit au niveau des genres ou des formes («classique», jazz, avant-garde; big-band, solo, récitals, théâtre musical) ou de son équipement instrumental: trompettes, euphonium, cor des Alpes, saxhorn alto, trombone, coquillages divers.

Sa réputation ne cesse de s'affirmer et il est incontestablement un des musiciens de cuivre les plus intéressants de la nouvelle génération. Il allie avec autorité une intuition artistique sensible à des connaissances scientifiques solides. Ses prouesses techniques exceptionnelles illustrent parfaitement la maîtrise qu'il s'est acquise et dont témoignent également ses nombreux enregistrements (radio, TV, disques).

Il enseigne au Conservatoire «Peter-Cornelius» à Mayence, en R.F.A. Les nombreux cours qu'il donne un peu partout dans le monde sont suivis avec intérêt et succès par de très nombreux musiciens.

studierte Trompete, Klavier, Musikwissenschaft, Musikpädagogik, Phonetik und Medizin.

Seine leidenschaftliche Neugierde hat ihn geleitet, unzählige Aspekte von Musik zu erkunden, was sowohl Formen und Genres betrifft («Klassik», Jazz, Avantgarde, Big Band, Solo, Recital, Theater Musik) als auch sein Instrumentarium: Trompeten, Euphonium, Alphorn, Althorn, Posaune, Schnecken- und Muschelhörner.

Seine Reputation wächst stetig und er ist unzweifelhaft einer der interessantesten Blechbläser der jüngeren Generation. Die Verbindung von sensibler künstlerischer Intuition und fundierten wissenschaftlichen Kenntnissen verleiht ihm große Autorität. Seine außergewöhnlichen technischen Fähigkeiten geben ein untadeliges Bild der Meisterschaft, die er erreicht hat und auf zahlreichen Aufnahmen dokumentiert ist (Radio, TV, Schallplatten).

Er unterrichtet am Peter-Cornelius-Konservatorium in Mainz und an der Musikhochschule Köln.

Viele Musiker nehmen mit größtem Interesse und Erfolg an den zahlreichen Kursen teil, die er auf der ganzen Welt gibt.

has studied trumpet, piano, musicology, music teaching, phonetics and medicine.

His enthusiastic curiosity has led him to explore innumerable aspects of music, big band, solo, recitals, theatre music) as well as instruments: trumpets, euphonium, alphorn, alto horn, trombone, and various shell instruments.

His reputation continues to grow and he is unquestionably one of the most interesting of the younger generation of brass players. His combination of sensitive artistic intuition and solid scientific knowledge gives him great authority. His exceptional technical skill gives a perfect illustration of the mastery he has acquired, which is further indicated by his many recordings (radio, TV and records).

He teaches at the Mainz "Peter-Cornelius" Conservatory (FRG). A great many musicians take an interest in, and derive benefit from the many classes he gives all over the world.

Table phonétique

Les symboles entre crochets sont des transcriptions phonétiques. La plupart des sons qui y correspondent sont définis dans le texte; en voici un résumé:

[a ɛ e i]	comme case , caisse , thé , qui
[ʊ]	comme holding ou building
[y]	comme tu
[ç]	comme allemand ich (non pas ach , mais comme le feulement du chat)
[t, s, n, k, p l, d]	ont les caractéristiques courantes françaises

Phonetische Umschrift

Die in eckigen Klammern stehenden Symbole stellen eine phonetische Umschrift dar. Die meisten Laute sind im Text beschrieben; sie sind ungefähr wie folgt:

[a ɛ e i]	wie kahl , mähen , beten , bieten
[ʊ]	wie singen
[y]	wie Mühe
[ç]	wie ich
[s]	wie Masse
[t, s, n, k, p l, d]	entspricht der norma- len Aussprache

Phonetic transcription

The symbols in square brackets are phonetic transcriptions. Most of the corresponding sounds are described in the text; they are approximately as follows:

[a ɛ e i]	as in English arm , area , met , meet respectively
[ʊ]	as in English singer
[y]	as in French tu , German über (Nürnberg) etc.
[ç]	as in German ich (not ach , but like a cat hissing)
[t, s, n, k, p l, d]	have normal English values

© Copyright 1988 by Editions BIM (Editions Marc Reift, CH-3963 Crans-Montana)

Deuxième édition. Zweite Auflage. Second edition.

© Copyright 1988 + 1991 by Editions BIM (Editions Marc Reift, CH-3963 Crans-Montana)

Tous droits réservés - Alle Rechte vorbehalten - All Rights reserved

www.reift.ch

Tous droits réservés, en particulier de toutes reproductions et de traductions. Sans permission écrite de l'éditeur, il est interdit de procéder à des copies (par n'importe quel procédé photo-mécanique ou autre) de tout ou partie du présent ouvrage.

Alle Rechte insbesondere sämtliche Vervielfältigungs- und Übersetzungsrechte vorbehalten. Ohne schriftliche Erlaubnis des Herausgebers ist es verboten, Kopien (mit fotomechanischen oder sonstigen Mitteln) von vorliegender Veröffentlichung im Ganzen oder auszugsweise anzufertigen.

All rights reserved, in particular all reproduction and translation rights. The making of copies (by any photo-mechanical or other means) of this work, in whole or in part, without the publisher's written permission, is forbidden.

Photographies:
Alle Fotos:
All photographs:

Dominik Mentzos

Table des matières

I. Introduction	7
II. Respiration	9
III. Cordes vocales, Mâchoire inférieure, Langue	11
IV. Musculature faciale	13
V. Coordination et synchronisation	17
VI. Transfert à l'instrument.	21
VII. Conseils méthodologiques	21
VIII. Post-scriptum	22

Inhalts- verzeichnis

I. Einleitung	7
II. Atmung	9
III. Stimm lippen, Unterkiefer, Zunge	11
IV. Mimische Muskulatur ...	13
V. Koordination und Synchronisation	17
VI. Übertragung auf das Instrument	21
VII. Methodische Hinweise ...	21
VIII. Nachbemerkung	22

Table of contents

I. Introduction	7
II. Breathing	9
III. Vocal chords, Lower jaw, Tongue	11
IV. Facial muscles	13
V. Coordination and synchronisation	17
VI. Transference to the instrument	21
VII. Study hints	21
VIII. Postscript	22

Introduction à la deuxième édition

Sans chercher à remettre en question les principes de la première édition qui comprennent:

- des descriptions concises qui ne paralysent pas la fantaisie et la créativité du lecteur mais qui le contraignent à analyser les problèmes avec précision et indépendance,
 - des représentations simples qui facilitent la compréhension théorique et la réalisation pratique,
- j'ai, dans cette deuxième édition, complété et précisé certaines explications.

Le problème fondamental de l'apprentissage instrumental ou de la maîtrise des fonctions motrices du corps par du texte illustré reste bien sûr le même.

Vorwort zur 2. Auflage

Ohne die Konzeption der ersten Ausgabe in Frage zu stellen

- möglichst knappe Darstellung, um die Phantasie und Kreativität des Lesers nicht zu lähmen und um Selbständigkeit und Genauigkeit beim Lesen zu erzwingen,
- möglichst einfache Darstellung, damit theoretische und praktische Nachvollziehbarkeit möglich ist,

habe ich Ergänzungen und genauere Erläuterungen eingefügt.

Die grundsätzliche Problematik instrumentalen oder körperfunktionell-motorischen Lernens durch einen illustrierten Text bleibt davon allerdings unberührt.

Foreword to the 2nd edition

Without changing the basic approach of the first edition, i.e.

- all presentations as brief as possible in order to allow free rein the imagination and creativity of the reader, as well as to ensure independence and practice for the reader,
- all presentation possible, so that practice is possible,

I have
more
The
is

Note de l'éditeur

Le présent ouvrage est destiné à éveiller la conscience corporelle des musiciens qui abordent l'étude d'un instrument de cuivre ou qui se trouvent bloqués face à des difficultés.

A partir des éléments habilement mis en lumière par l'auteur, le lecteur concerné aura intérêt à prendre tout le temps nécessaire pour analyser les différents chapitres en fonction de ses problèmes particuliers.

En établissant un premier programme d'action, il aura accompli l'essentiel d'une démarche nouvelle propre à lui donner les moyens techniques de réaliser son potentiel d'instrumentiste.

La réalisation musicale et artistique d'un musicien dépend évidemment encore de bien d'autres facteurs qui ne sont pas abordés dans le présent ouvrage.

Mais à quoi sert-il d'avoir une riche âme d'artiste si l'on ne parvient pas à maîtriser sa technique d'expression? C'est une situation pire encore que celle du technicien virtuose sans âme.

Nous espérons que cet ouvrage, volontairement concentré et limité aux fondements essentiels de la technique instrumentale des cuivres, apporte une aide à tous ceux qui aspirent à trouver la clé de voûte de leur pouvoir d'expression.

Anmerkung des Herausgebers

Vorliegende Veröffentlichung beabsichtigt das Körperbewußtsein derjenigen Musiker zu wecken, die ein Blechblasinstrument lernen oder sich dabei in Schwierigkeiten befinden.

Bei der Beschäftigung mit den Elementen, die der Autor so geschickt beleuchtet, sollte der Leser mit viel Zeit die einzelnen Kapitel daraufhin untersuchen, wie sie in Beziehung zu seinen speziellen Problemen stehen. Mit der Aufstellung eines Arbeitsprogramms hat er den ersten Schritt dazu unternommen, sich die technischen Mittel anzueignen, die er braucht, um seine Möglichkeiten als Instrumentalist in die Tat umzusetzen.

Selbstverständlich hängt die musikalische und künstlerische Entwicklung eines Musikers auch von vielen anderen Faktoren ab, die hier nicht behandelt werden.

Aber was nützt es, die Seele eines Künstlers zu haben, ohne über die nötigen Ausdrucksmittel zu verfügen? Diese Situation ist noch schlimmer als die des technischen Virtuosen, dem die Seele fehlt.

Wir hoffen, daß diese Veröffentlichung, mit Absicht konzentriert und begrenzt auf die wichtigsten Grundlagen, all denen hilft, die sich bemühen, den Schlußstein für ihre schöpferischen Kräfte zu finden.

Publisher's note

This book is intended to stimulate bodily awareness in musicians who are taking up a brass instrument or who have encountered problems.

Using the elements so skillfully illuminated by the author, the reader should take as much time as he needs to analyse the various chapters as they affect his particular problems.

By setting up an initial programme, he will have taken the first step towards acquiring the technical resources needed to realise his potential as an instrumentalist.

Obviously a musician's musical and artistic development depend on many other factors not dealt with here.

But what is the good of having an artist's soul if one cannot master expressive technique?

That is even worse than the case of the technical virtuoso without soul.

We hope that this book, concentrated on the basic essentials, will help all who are seeking the key to the

I. Introduction

Les instructions traditionnelles de l'enseignement des instruments de cuivre ne prennent pas suffisamment en compte le fait que ces derniers ne sont pas complets au niveau acoustique.

Alors que tous les autres instruments bénéficient d'accessoires générateurs (création de vibrations) ou résonateurs (amplificateur), les cuivres ont eux, comme générateur de vibration, une partie de leur corps.

Tous les problèmes ou les aptitudes particulières des musiciens de cuivres ont de ce fait des causes physiologiques et peuvent être ramenés à certaines fonctions corporelles, indépendamment de l'instrument.

Dans ce qui suit, j'esquisse les fondements de mes conceptions d'enseignement, sans chercher à justifier théoriquement des expériences pratiques, mais plutôt en incluant dans la pratique des théories fondées sur les besoins et sur les possibilités physiques et physiologiques.

En intensifiant la conscience corporelle et en transmettant une maîtrise autonome du corps, on parvient à créer les conditions et les fondements de la maîtrise instrumentale. Les résultats spectaculaires, comme par exemple de pouvoir contrôler une tessiture jusqu'au-delà du triple contre-Ut, ne sont pas des buts prioritaires, mais bien des effets secondaires réjouissants d'un travail corporel efficace et correct.

I. Einleitung

Herkömmliche Anleitungen für das Erlernen von Blechblasinstrumenten berücksichtigen nicht in ausreichendem Maße die Tatsache, daß Blechblasinstrumente im physikalischen Sinne keine vollständigen Instrumente sind. Während alle anderen Musikinstrumente über die Bestandteile Generator (Schwingungserzeugung) und Resonator (Verstärkung) verfügen, ist bei Blechblasinstrumenten die Schwingungserzeugung nicht Bestandteil des Instrumentes, sondern Teil des Körpers des Bläasers.

Alle Probleme oder besonderen Fähigkeiten von Blechbläsern haben demnach nur physiologische Ursachen und können auf bestimmte Körperfunktionen reduziert und vom Instrument isoliert werden.

Im Folgenden skizziere ich die Grundzüge meines Unterrichtskonzeptes, das nicht mehr oder weniger reflektierte Praxis theoretisch zu begründen versucht, sondern theoretisch fundierte physikalische und physiologische Notwendigkeiten und Möglichkeiten in die Praxis umzusetzen hilft.

Durch Intensivierung des Körperbewußtseins und Vermittlung autonomer Körperbeherrschung werden die Voraussetzungen und Grundlagen für die Beherrschung des Instrumentes geschaffen. Spektakuläre Resultate, wie zum Beispiel auf der Trompete kontrolliert über einen Tonumfang bis über das fünfgestrichene C hinaus zu verfügen, sind nicht primäres Ziel, sondern erforderliche Begleiterscheinungen oder effizienter Körperarbeit.

I. Introduction

Traditional approaches to learning brass instruments pay insufficient attention to the fact that (in terms of physics) brass instruments are not complete instruments. While all other instruments number among their component parts a generator (to generate the vibration) and a resonator (to amplify it), in the case of brass instruments the generator is not a part of the instrument but a part of the player's body.

Thus, in brass playing all problems and special abilities have purely physiological causes; they can be tied to specific bodily functions and isolated from the instrument.

The following pages contain an outline of my teaching method, one which, rather than trying to provide a theoretical justification, will help to convert theoretically founded physical and physiological necessities and possibilities into practical terms.

An intensification of bodily awareness and the development of conscious bodily control provide the necessary basis for mastery of the instrument. Spectacular results, as for example production of a triple high C, are welcome byproducts of efficient body work.

II. Respiration

La respiration est en principe un mouvement inconscient engendré par la tension et la détente du diaphragme (muscle en forme de coupole qui sépare le ventre de la cage thoracique) et des muscles costaux.

Inspiration

Le processus actif de l'inspiration commence avec la tension du diaphragme, ce qui a pour effet d'agrandir le volume ventral, dont la souplesse ne devrait être entravée par aucune crispation musculaire.

Expiration

Le processus de l'expiration est en règle générale passif et commence avec la détente des muscles costaux, provoquant ainsi une réduction du volume du buste.

Position du corps

En abandonnant la posture rectiligne classique en se penchant légèrement en avant (ce qui diminue la cambrure du dos), on obtient un allègement sensible de l'effort des muscles ventraux et costaux qui soutiennent le squelette; cette position légèrement fœtale favorise une exploitation maximale du volume des poumons.

Le mouvement respiratoire donne son rendement optimal lorsque les fonctions du diaphragme et une ventilation pulmonaire saine deviennent absolument conscients. Une première démarche consiste à éviter toute action des muscles costaux. Si l'on ne parvient pas à inspirer et à expirer sans participation visible de la cage thoracique, on essayera de bloquer la musculature costale en tordant longitudinalement le corps et/ou en levant les bras jusqu'à ce que la respiration ne se fasse que par l'action diaphragmatique.

II. Atmung

Die Atmung ist ein normalerweise unbewußter Vorgang, der durch An- und Entspannen des Zwerchfells (kuppelförmiger Muskel, der Bauch- und Brusthöhle voneinander trennt) und der Rippenmuskulatur erfolgt.

Einatmen

Der aktive Vorgang des Einatmens beginnt mit der Anspannung des Zwerchfells, wodurch sich der Umfang des Bauches, dessen Lockerheit dabei durch keine Muskelanspannung beeinträchtigt sein darf, vergrößert.

Ausatmen

Der Vorgang des Ausatmens ist in der Regel passiv und beginnt mit der Entspannung der Rippenmuskulatur, wobei sich der Umfang des Oberkörpers reduziert.

Körperhaltung

Gibt man die klassische gerade Körperhaltung auf, indem man sich unter Verminderung des Hohlkreuzes leicht nach vorne beugt, entlastet man die für das Skelett wichtige Halte- und Unterstützungsfunktion der Bauch- und Rippenmuskulatur und erreicht in dieser etwas embryonalen Haltung die größtmögliche Ausdehnbarkeit der Lungen.

Eine bewußtere und effiziente Kontrolle über den Atemvorgang ist durch die Optimierung der für die Atemsteuerung und gesunde Lungenventilation relevanten Funktion des Zwerchfells zu erreichen, indem man übungshalber zunächst jede Beteiligung der Rippenmuskulatur vermeidet. Gelingt es nicht, ohne sichtbare Mitwirkung des Brustkorbes ein- und auszuatmen, kann man die Rippenmuskulatur durch Verdrehen des Körpers in Längsachse und/oder durch Hochstrecken der Arme so stark behindern, daß die Atmung ausschließlich über das Zwerchfell erfolgt.

II. Breathing

Breathing is a normally involuntary activity brought about by contraction and relaxation of the diaphragm (a dome-shaped muscle separating the abdominal and chest cavities) and of the rib muscles.

Inhalation

The active process of inhalation begins with a contraction of the diaphragm, whereupon the volume of the abdomen — whose freedom of movement must not be limited by any muscular tension — increases.

Exhalation

The process of exhalation is generally passive and begins with a relaxation of the rib muscles, reducing the volume of the upper part of the body.

Posture

Abandoning the classical erect posture, and instead lessening the normal curvature of the spine and leaning slightly forward, relieves the abdominal and rib muscles of part of their important role in supporting the skeleton; this posture, approaching the fetal position, enables the lungs to expand to their greatest extent.

Efficient and more conscious control of the breathing process is achieved by improving the function of the diaphragm, instead of depending on the contraction of the rib muscles for breath control. This is accomplished by practicing posture that does not restrict the ventilation of the lungs. Practice posture should not be so extreme that it cannot be maintained for a long time.

III. Cordes vocales, mâchoire inférieure, langue

Cordes vocales

Les cordes vocales fonctionnent en étroite corrélation avec le mécanisme respiratoire et peuvent influencer le souffle expiratoire de multiples manières et pour des causes diverses. Des variations brutales de la pression d'air dans les conduits respiratoires ou des frayeurs peuvent provoquer une fermeture spontanée (réflexe de protection du système respiratoire), tout comme la peur peut plus ou moins rétrécir les cordes vocales.

Egalisation de pression

Lorsqu'on va à la selle ou lors de grands efforts corporels, les cordes vocales jouent souvent le rôle de soupapes de sécurité dans l'égalisation de la pression, respectivement de contre-poids à la musculature ventrale contractée, provoquant des gémissements ou, à l'extrême, une fermeture totale de l'air inspiré. Le fait qu'elles puissent très rapidement alterner ouverture et fermeture du souffle permet précisément aux cordes vocales de produire la parole et le chant et elles sont reliées de multiples façons (souvent sans que l'on ne s'en rende compte), de part cette fonction au reste de l'organisme.

En jouant d'un cuivre

En jouant d'un instrument de cuivre, les cordes vocales exercent un rôle similaire de doseur d'air et influencent ainsi d'emblée la dynamique, par conséquent la vibration des lèvres. Les problèmes surgissent souvent du fait que les cordes vocales, de par leur lien habituel à d'autres fonctions interactives, dévient du rôle qu'on voudrait leur faire jouer et parasitent le déroulement de l'émission du souffleur en créant des entraves.

La mâchoire inférieure

Les difficultés de garder le contrôle de la mâchoire inférieure découlent essentiellement des automatismes qui relient la langue aux mouvements inconscients que provoquent

III. Stimm lippen, Unterkiefer, Zunge

Stimm lippen

Die Stimm lippen, die in engem reflektorischen Zusammenhang mit der Atemmechanik stehen, können den Luftstrom auf vielfältige Weise und aus den verschiedensten Gründen beeinflussen. Plötzliche Luftdruckveränderungen in den Atemwegen oder Erschrecken führen zum spontanen Verschluss, was aus der Schutzfunktion für das Atmungssystem herrührt, so wie auch Angst die Stimmbänder mehr oder weniger stark verengen lässt.

Druckausgleichsventil

Beim Stuhlgang oder schwerer körperlicher Anstrengung sind sie als Druckausgleichsventil resp. Gegenkraft zur angespannten Bauchmuskulatur stark verengt, man stöhnt, oder sie bilden einen Totalverschluss. Dadurch, daß sie den Luftstrom extrem schnell periodisch unterbrechen können, machen sie Sprechen und Singen möglich und sind auch aufgrund dieser Funktion meist unbewußt vielfach mit dem übrigen Organismus verknüpft.

Beim Spielen

Beim Spielen eines Blechblasinstrumentes haben die Stimm lippen die naheliegende Funktion, die Luftmenge zu dosieren und beeinflussen damit primär die Dynamik, also die Amplitude der Lippen schwingung. Probleme ergeben sich dabei oft daraus, daß die Stimm lippen durch ihre gewohnte Beteiligung an den übrigen Funktionszusammenhängen von ihrer gewünschten Funktion abweichen und störend in den Vorgang des Blasens eingreifen, indem sie den linearen Luftfluß behindern.

Der Unterkiefer

Die Schwierigkeiten, den Unterkiefer unter Kontrolle zu halten, resultieren aus der durch Nahrungsaufnahme und Sprache bedingten, weitgehend unbewußten Synchronität zur Zunge, die durch Übung aufgehoben werden muß, damit beir

III. Vocal chords, lower jaw, tongue

Vocal chords

The vocal chords, which have a close reflex relationship with the breathing mechanism, can influence the airflow in many ways and for the most varied reasons. Sudden changes in air pressure in the respiratory tract, or a sudden fright, make them close spontaneously; this is part of the chords' function in protecting the respiratory system, just as fear constricts them to a greater or lesser extent.

Pressure equalisation

During the bowel movements or heavy physical work they are closely constricted, operating as a pressure equalisation valve or counterforce to the contracted abdominal muscles; they will produce grunting noises or close completely. Their ability to make extremely fast repeated interruptions in the airflow make speaking and singing possible and are for this reason, mostly unconsciously, frequently linked with the rest of the organism.

During playing

In the playing of a brass instrument the vocal chords have the obvious function of regulating the amount of air and thus primarily influencing dynamics, i.e. the amplitude of the lip vibration. At this point problems often arise from the fact that the chords deviate from their function, because of customary involvement in other functions, and interfere with the playing process by obstructing the flow.

The lower jaw

Problems with
lower jaw control
,

IV. Musculature faciale

La vibration des lèvres

Selon la définition physique de la façon de travailler du générateur, les lèvres doivent opposer une force correspondante afin de créer une mouvement d'ouverture et de fermeture adéquat..

Contraction sensible

Le seul moyen raisonnable pour la musculature faciale de créer les conditions idéales à chaque fréquence, consiste à contracter progressivement le muscle orbiculaire buccal, d'en maintenir l'intensité au moyen des commissures des lèvres (puisqu'il n'est pas lui-même rivé à l'os crânien), en veillant à ce que la musculature de la pointe du menton ne se crispe pas vers le haut (il faut, au contraire, tendre ce muscle vers le bas).

Pratique

Les **illustrations** montrent, à partir de la contraction maximale, deux moyens de la subdiviser en segments individuels (**A** avec les lèvres ouvertes et **B** avec lèvres fermées). Si le muscle orbiculaire contracté subit une pression (par devant ou par derrière), il sera étayé ou tenu aux commissures. Cette activité musculaire peut elle aussi être pratiquée séparément (**C**). Enfin, pour atteindre à la maîtrise — force et sensibilité — on s'exercera à contracter et à décontracter ces muscles d'abord au ralenti, puis en alternances accélérées ou en maintenant plus longuement la contraction. Pour pouvoir prendre conscience du déroulement des mouvements, il est utile de s'aider de ses doigts.

Le premier pas

consiste à rechercher la contraction interne (**A 3**) ou/et la contraction maximale (**A 1**). Si l'on ne parvient pas à réaliser empiriquement la contraction interne, il faut maintenir la position **A 4** intensément, jusqu'à ce que la fatigue de cette position provoque, par réaction, la contraction interne recherchée.

IV. Mimische Muskulatur

Lippenschwingung

Entsprechend der physikalischen Definition der Arbeitsweise des Generators muß die Lippe der Luft eine qualifizierte Gegenkraft entgegensetzen können, um adäquates Öffnen und Schließen zu ermöglichen.

Differenzierte Kontraktion

Die einzige physiologisch sinnvolle Möglichkeit für die Gesichtsmuskulatur dieser Anforderung bei jeder Frequenz gerecht zu werden, besteht in der progressiven Kontraktion des Mundringmuskels, seiner Fixierung durch die Mundwinkel, da er selbst nicht direkt mit dem Schädelknochen verbunden ist, und der Ausschaltung seiner Behinderung durch die oft nach oben strebende Muskulatur an der Kinnschuppe, indem man sie bewußt nach unten spannt.

Praxis

Die **Abbildungen** zeigen jeweils ausgehend von der maximalen Kontraktion zwei Wege, diese Anspannung in Einzelsegmente zu zerlegen (**A** bei geöffneten und **B** bei geschlossenen Lippen). Wird der kontrahierte Mundringmuskel von vorne oder hinten belastet, wird er von den Mundwinkeln abgestützt oder gehalten. Auch diese Muskelaktivität kann separat geübt werden (**Abb. C**).

Um Kontrolle, also Kraft und Sensibilität, zu erreichen, übt man An- und Entspannung in Zeitlupe, im schnellen Wechsel, sowie die Dauerbelastung des kontrahierten Zustandes.

Um ein Bewußtsein für die Bewegungsabläufe zu bekommen, ist es nützlich, zunächst die Finger zu Hilfe zu nehmen.

Der erste Schritt

ist die Ermittlung von Binnenspannung (**A 3**) und/oder maximaler Kontraktion (**A 1**). Gelingt es nicht, die Binnenspannung empirisch zu ermitteln, muß man die Position **A 4** in Dauerbelastung trainieren, bis sich bei Ermüdung durch Reizumleitung die Binnenspannung von selbst einstellt.

IV. Facial muscles

Lip vibration

As in the physical definition of how a generator works, the lips must be able to give a certain resistance to the air stream in order to make an adequate opening and closing possible.

Delicate contraction

The only physiologically reasonable way for the facial muscles to meet this requirement at any frequency is for the orbicularis oris (the muscle around the mouth) to contract progressively, fixed at the corners of the mouth since it is not itself connected directly to the bones of the skull, while any interference from the muscles in the point of the chin, which often tend to push upwards, is avoided by consciously pulling them downwards.

In practical terms

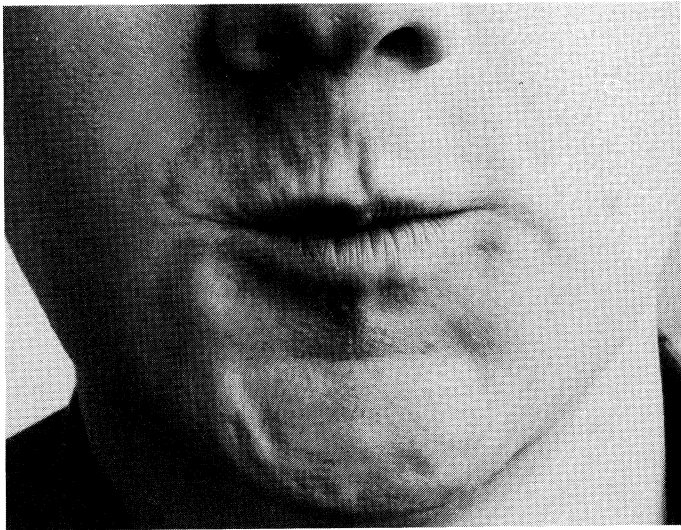
The **illustrations** show, starting from maximum contraction, two ways of splitting this tension up into individual segments (**A** with lips open and **B** with lips closed). If the contracted orbicularis is placed under load from in front or behind, it is supported or held by the corners of the mouth. This muscle activity too can be practised separately (**Ill. C**).

To achieve control, and thus power and sensitivity, we should practise contracting and relaxing in slow motion and in rapid alternation, as holding the contracted position. Using the fingers at first, develop an awareness of movements.

First step

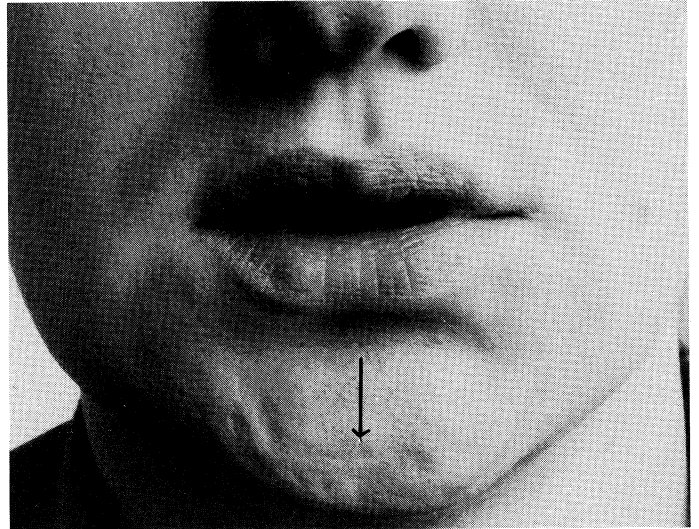
Is the determination of internal tension (**A 3**) and/or maximal contraction (**A 1**). If it is not possible to determine internal tension empirically, one must train the position **A 4** in constant load until, through stimulus diversion, the internal tension establishes itself.

A



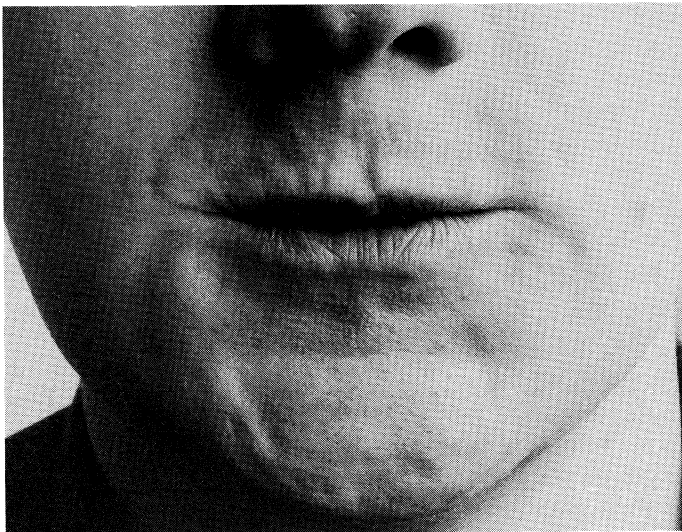
Contraction maximale
Maximale Kontraktion
Maximum contraction

1



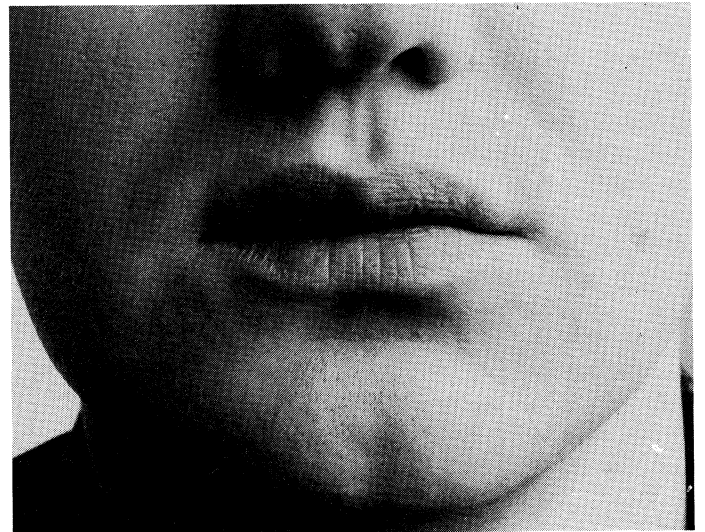
Menton abaissé (lèvres ouvertes)
Kinn unten (Lippen offen)
Chin down (lips open)

4



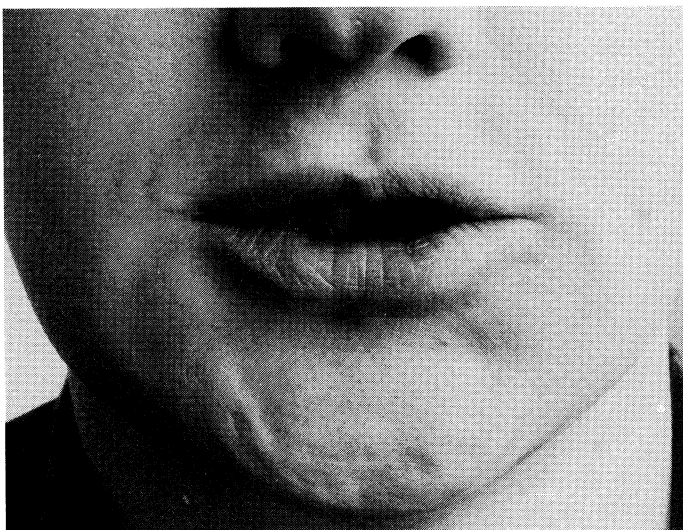
Contraction interne («rentrée»)
Binnenspannung eingeklappt
Internal contraction applied

2



Position normale
Normalzustand
Normal position

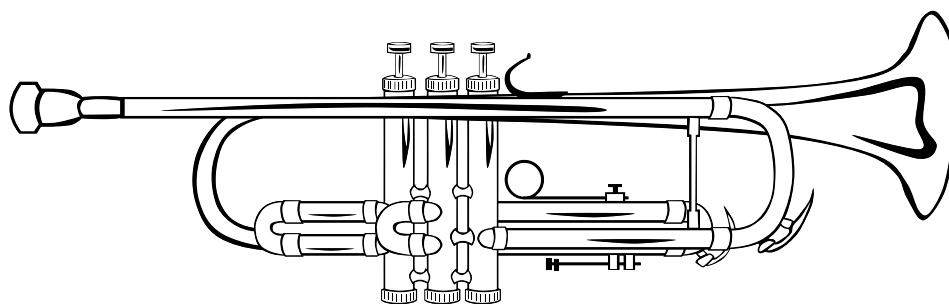
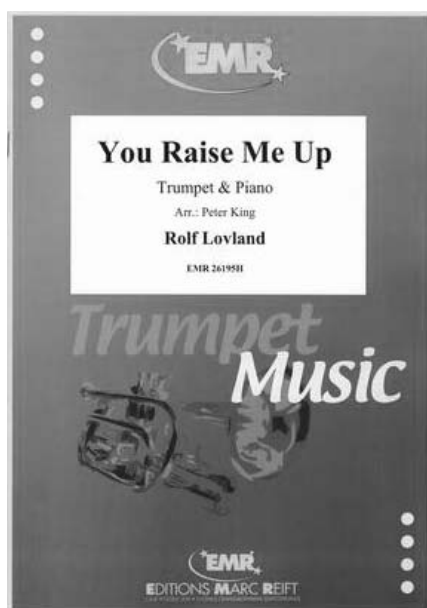
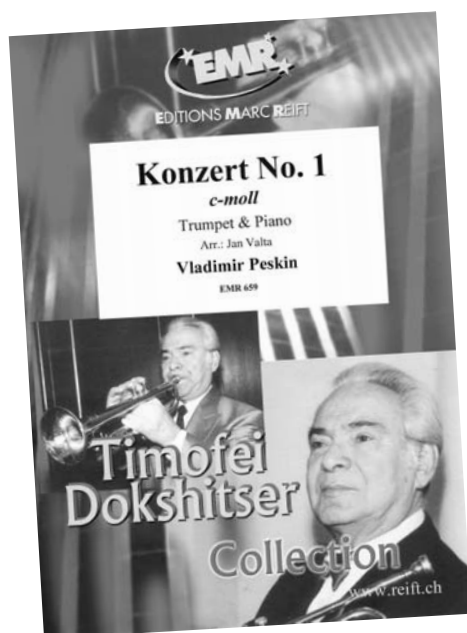
5



Contraction interne
Binnenspannung
Internal contraction

3

Collection Trumpet-Cornet



Discover all our scores for Trumpet-Cornet

Entdecken Sie alle unsere Noten für Trompete-Kornett

Découvrez toutes nos partitions pour Trompette-Cornet

**SCAN
ME >**



Use the filters to refine your search and find for example the style of your choice!

Nutzen Sie die Filter, um Ihre Suche zu verfeinern und zum Beispiel den Stil Ihrer Wahl zu finden!

Utilisez les filtres pour affiner votre recherche et trouver par exemple le style de votre choix!