2

Daumen und Mittelfinger

Siehe auch *Unwillkürliche Bogenbewegungen innerhalb der Hand*, S. 72.

Daumen und Mittelfinger bilden das Zentrum des Bogengriffs. Der Mittelfinger sollte geringfügig links vom Daumen sitzen (aus der Sicht des Spielers, Abb. 2).

Eine Bogenhaltung mit dem Daumen *zwischen Mittel- und Ringfinger* könnte Spannungen im Daumengrundgelenk bewirken. (Die rechte Hand nimmt ohne Bogen eine Bogenhaltung ein. Nun bewegt sich der Daumen langsam auf den kleinen Finger zu. Je mehr sich die beiden Finger annähern, desto angespannter wird der Muskel am Daumengrundgelenk.)
Der Daumen sollte nicht *zwischen Zeige- und Mittelfinger* platziert werden, weil dies zu einer unausgewogenen Aufteilung der Finger führen würde. In diesem Fall stünden drei Finger auf der einen Seite des Daumens und nur einer auf der anderen Seite. So nah am Daumen zu stehen, wäre außerdem für den Zeigefinger zu anstrengend; seine Wirkung ist umso größer, je weiter er sich vom Daumen entfernt befindet.

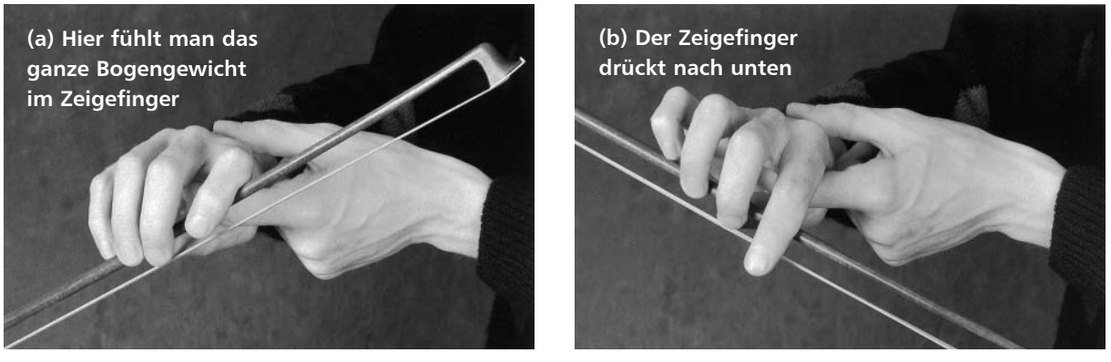
Abb. 2

Das Verhältnis zwischen Daumen und Mittelfinger

Bei der folgenden Übung wird der normale Bogengriff angewendet. Die Bogenspitze wird nur mit Hilfe der Finger – nicht mit der Hand – auf und ab bewegt. Um die Finger bei ruhiggestellter Hand separat zu bewegen, hält man die rechte Hand mit der linken fest, wobei der Daumen auf den Handrücken kommt und der Zeigefinger in die Handfläche.

1. Der Bogen wird in der oberen Hälfte (Abb. 3a) gehalten, sodass der Zeigefinger das ganze Bogengewicht trägt.
2. Durch abwärts gerichteten Druck des Zeigefingers bewegt sich der Frosch aufwärts (Abb. 3b), während der kleine Finger sich krümmt. Der Unterarm bleibt regungslos, während die Finger den Bogen bewegen.
3. Lässt der Zeigefingerdruck nach, so bewegt sich der Frosch nach unten, einer Wippe gleich, bei der Daumen und Mittelfinger die Achse bilden und der Bogen sich um diesen Drehpunkt herum auf und ab bewegt. Diese Übung wiederholen wir einige Male hintereinander.
4. Nun probieren wir dies an verschiedenen Bogenstellen aus. Wir fassen den Bogen zunächst in der Mitte an, wo der Zeigefinger weniger Gewicht ausgleichen muss; danach am Bogenschwerpunkt, wo sich der Bogen ausgeglichener anfühlt; schließlich mit normalem Bogengriff, bei welchem der kleine Finger das ganze Gewicht übernimmt.

Abb. 3

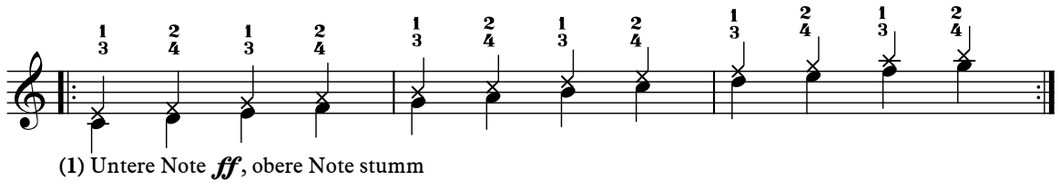


Während dieser Übung hält die linke Hand die rechte fest.

148

Fingerdruck bei Doppelgriffen

Um einen Doppelgriff genauso laut wie einen Einzelton zu spielen, ist sehr viel mehr Bogendruck erforderlich.[1] Der nötige Fingerdruck zum Herunterdrücken jeder einzelnen Saite ist jedoch derselbe wie bei einem einzelnen Griff. Ein häufiger Grund für Verspannungen ist der zu starke Fingerdruck bei Doppelgriffen. Auch wenn größeres Bogengewicht nötig ist, müssen die Finger trotzdem nur leicht auf den Saiten aufgesetzt werden. Um die linke Hand beim Doppelgriffspiel locker zu halten, üben wir folgendes:



(1) Untere Note ***ff***, obere Note stumm

(2) Untere Note stumm, obere Note ***ff***

(3) Untere Note ***ff***, obere Note ***p***
(4) Untere Note ***p***, obere Note ***ff***
(5) Untere und obere Note ***mf***

1 Bei dieser Passage greifen wir mit beiden Fingern, streichen aber nur auf der unteren Saite.

Wir spielen laut mit viel Bogengewicht und halten die linke Hand sehr locker. Den Fingerdruck dosieren wir nur so stark, dass die untere Saite zwar anspricht, aber das Griffbrett noch nicht berührt. Im Gegensatz zum Bogengewicht spüren wir die Leichtigkeit und Lockerheit der Finger und der Hand.

2 Das Gleiche wiederholen wir, streichen aber nur auf der oberen Saite.

3 Nun streichen wir auf beiden Saiten, jedoch auf der unteren mit viel und auf der oberen mit wenig Gewicht. Beide Finger werden nur ganz zart auf die Saiten gesetzt. Das Leichtigkeitsgefühl, mit dem wir die obere Saite anstreichen, unterstützt den zarten Fingeraufsatz.

4 Nun wiederholen wir diese Übung und streichen auf der oberen Saite mit viel und auf der unteren mit wenig Gewicht.

5 Wir streichen beide Saiten gleich stark im ***mf*** an und benutzen dafür das gleiche Bogengewicht wie vorher. Dies wirkt jetzt nicht mehr so übertrieben, weil das Gesamtgewicht auf zwei Saiten verteilt wird. In der linken Hand behalten wir die gleiche Leichtigkeit bei.

Fingerbewegung

Fingerbewegungen aus dem Grundgelenk

Finger, Arme und Beine haben eine vergleichbare Struktur, d. h. alle bestehen aus jeweils drei „Hebelarmen“. Bei allen ist der obere Hebelarm am stärksten und der untere am schwächsten.

Die folgenden Punkte entsprechen einander ungefähr:

Schulter – Hüfte – Fingergrundgelenk
Ellenbogen – Knie – Fingermittelgelenk
Handgelenk – Sprunggelenk – Fingerendgelenk

Die kräftigsten Hebel von Armen und Beinen sind Oberarm und Oberschenkel. Im weitesten Sinne verrichten diese Hebel die größten und kräftigsten körperlichen Bewegungen aus Schulter und Hüfte heraus. Desgleichen sollten die Hauptbewegungen der Finger von ihren Grundgelenken ausgehen. Diese könnten gewissermaßen als „Schultern“ der Finger bezeichnet werden.

Die Leichtigkeit der Bewegungen wird stark reduziert, wenn man versucht, die Finger vom Mittelgelenk aus (dem „Ellenbogen“ der Finger) zu bewegen oder sie fallen zu lassen durch teilweise Bewegung der ganzen Hand aus dem Handgelenk. Dies ist ein häufiger Grund für Verspannungen.

Die Finger *heben* wir also nicht von der Saite hoch: Wir ziehen sie, ohne ihre Haltung zu verändern, aus den Grundgelenken nach hinten. Um sehen zu können, ob der Finger sich richtig nur aus dem Grundgelenk heraus bewegt, halten wir die Hand ohne Geige in Spielposition. Nun wird jeder Finger nur aus dem Grundgelenk heraus vor- und rückwärts bewegt. Die Hand sollte dabei absolut unbeweglich bleiben.

[1] Streicht der Bogen gleichzeitig auf zwei Saiten, so ist das Bogengewicht pro Saite nur halb so groß – genauso verhält es sich, wenn unser Gewicht 50 kg beträgt und jeder Fuß 25 kg auf den Fußboden überträgt. Wenn wir aber auf einem Fuß balancieren, überträgt dieser die gesamten 50 kg auf den Fußboden.

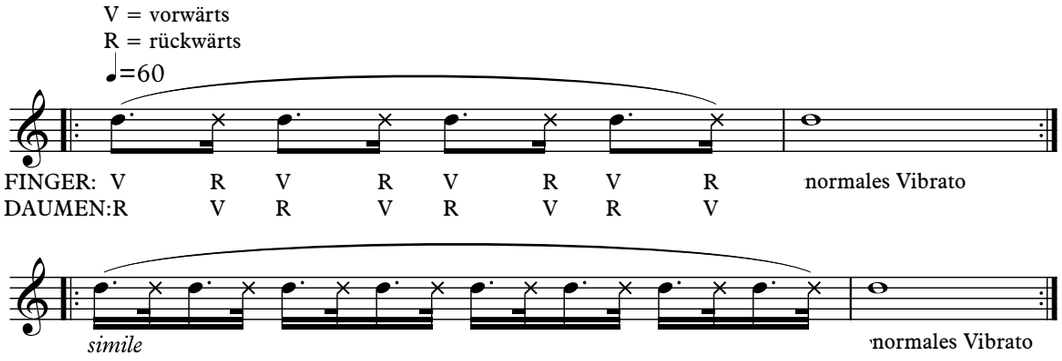
284

Übung 3 – Daumen

Teilweise als Folge der Unterarmdrehung bewegt sich der Daumen in Gegenrichtung zu den Fingern. Dies ist keine aktive, bewusste Bewegung. Wenn der Finger jedoch vorwärts vibriert, bewegt sich der Daumen rückwärts und umgekehrt. Dabei handelt es sich um eine leichte *Rollbewegung* am Geigenhals: Deshalb ändert sich der Berührungspunkt am Geigenhals, denn die linke Daumenseite (die dem Spieler abgewandte Seite) rollt einen Bruchteil weiter als üblich nach links. Dies geschieht, wenn der Finger vorwärts vibriert (zum Steg hin). Wenn sich der Finger wieder zurückbewegt, rollt die Daumenkuppe am Geigenhals ein wenig weiter als üblich nach rechts ab.

Diese Bewegungen sind so geringfügig, dass man sie kaum sieht. Wenn sie jedoch blockiert sind, kann das Vibrato fest werden. Sie sind sowohl Bestandteil des Arm- als auch des Handgelenkvibratos.[1]

Die x-Noten zeigen die Rückwärtsbewegungen beim Vibrato an, die unhörbar sein sollten.



- Im gleichmäßig punktierten Rhythmus rollen wir mit den Finger viermal vorwärts ab. Dies geschieht durch eine normale Hand- oder Armbewegung. Gleichzeitig rollt der Daumen in die Gegenrichtung.
- Bei der nächsten (fünften) Vorwärtsbewegung vibrieren wir ganz normal aus dem Arm oder dem Handgelenk:

  vorwärts, vorwärts, vorwärts, vorwärts, vorwärts – und Vibrato

  vorwärts, vorwärts, vorwärts, vorwärts, vorwärts – und Vibrato etc.
- Bei den Noten mit normalem Vibrato spüren wir, wie dieses anscheinend sowohl von den Fingern als auch durch Hand oder Arm angeregt wird.

Diese Übung wiederholen wir auf jeder Saite und mit jedem Finger.

[1] Diese Daumenbewegung gehört nicht immer zum Armvibrato. Der Daumen bewegt sich dann nicht entgegen der Fingerrichtung, wenn Arm und Hand sich gemeinsam als nahtlose Einheit bewegen, wenn also immer eine gerade Linie vom Ellenbogen bis zu den Knöcheln existiert. Auch wenn dieses Vibrato zeitweise gut funktioniert, kann es doch zu weit, zu langsam sowie auch zu angespannt sein. Der Daumen bewegt sich entgegengesetzt zu den Fingern, wenn der Arm die Hand passiv hin und her „schwingen" lässt (siehe Übung 286). Dies verursacht ein Gefühl, als würde der Vibrato-„Motor" gemeinsam durch Finger, Hand und Arm betrieben werden und nicht durch irgendeinen Bereich oberhalb des Ellenbogens. Ganz gleich, welches Vibrato wir auch verwenden, es ist sinnvoll, beide Typen zu üben.

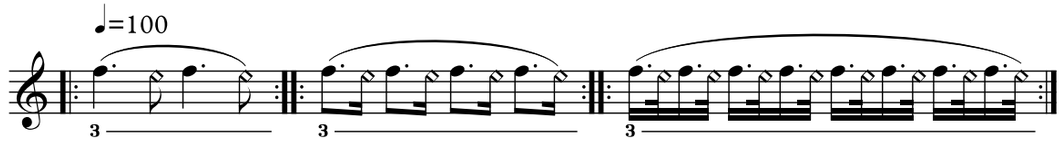
285

Lockerungsübungen

Vom fest gegriffenen Ton bis zum Flageolett

Während der Vorwärtsbewegung des Vibratos neigen sich die Finger etwas tiefer in die Saite. Der Fingerdruck auf die Saite lässt bei der Rückwärtsbewegung ein wenig nach. Diese Druckunterschiede sind automatisch das Ergebnis der vorwärts gerichteten Fingerneigung. Niemals sollten wir bewusst übermäßigen Fingerdruck einsetzen.[2]

Vibrato mit gleichbleibendem Fingerdruck sowohl bei der Rückwärts- als auch bei der Vorwärtsbewegung ist der Hauptgrund für Verkrampfungen in der linken Hand.



1 Wir beginnen mit einem sehr tiefen F knapp über dem E auf der A-Saite.[3] Den Finger setzen wir mehr mit der *Spitze* als mit der *Beere* auf die Saite, d.h. ziemlich aufrecht (Abb. 54a).

2 Wir führen eine normale Hand- oder Armvibrato-Bewegung aus und rollen den Finger zurück auf die Fingerbeere. Gleichzeitig nehmen wir den *Fingerdruck vollständig heraus*, um das E-Flageolett zu spielen. Die Saite wird nun bei flacherer Fingerhaltung überwiegend von der Fingerbeere berührt (Abb. 54b). Der Finger darf keinesfalls wie bei einem Lagenwechsel auf der Saite gleiten.

3 Nun rollen wir nach vorne zur Fingerspitze ab, während sich der Finger leicht im Endgelenk beugt und tiefer in die Saite einsinkt. Das tiefe F klingt von ganz alleine, ohne dass wir den Finger in die Saite „pressen" müssen.

[2] Siehe *Rollübung der Fingerspitzen*, Übung 130, S. 91

[3] Normalerweise definiert der Ton der Vibrato-Vorwärtsbewegung die richtige Tonhöhe. In diesem Fall richten wir uns aber nach der Tonhöhe der Rückwärtsbewegung aus, da hier ein Flageolett vorkommt und wir dafür den Fingerdruck reduzieren müssen. Ein „tiefes F" wird deshalb verwendet, weil für das Hineinrollen von einem normalen F in das E eine viel zu große Bewegung nötig wäre.