

SCHRIFTEN ZUR SPRECHWISSENSCHAFT
UND PHONETIK

Susanne Voigt-Zimmermann / Anna Wessel /
Martina Haase (Hg.)

Stimme – Sprechen – Theater

Sprechwissenschaft im Dialog

Die Anwesenheit des ICHs. Das Sehen und das Sein

Zusammenfassung: Alles, was auf der Bühne stattfindet, ist Wahrnehmung. Die Anwesenheit auf der Bühne oder im sozialen Raum zu spüren, lässt Haltung entstehen, geistig und körperlich. Die Art und Weise, wie wir sehen, beeinflusst unter anderem unsere körperliche und geistige Anwesenheit, da ihr eine Entscheidung vorausging. Für die Sprecherziehung ist von Interesse, dass der Sehvorgang, entsprechend dem benutzten Sehfeld (eng/weit), scheinbar an unserer physischen Bereitschaft zur Kontaktaufnahme beteiligt ist. Gleichzeitig beeinflusst der Sehvorgang intrapersonelle Räume und damit verbunden Atem- und Resonanzräume, die Vorstellungskraft, Artikulation, unsere Reaktionen und damit unsere Präsenz. Steffi Hofer entdeckte die ersten Verbindungen dazu im Jahr 2014 mit der Eyebody Methode®. Gleichzeitig bestätigte ihre Tätigkeit als zertifizierte Talmi® Behandlerin ihre Annahmen.

1 Der Workshop

Die erste Tagung, die allein den Gegenstand Sprechkunst in den Fokus stellte, fand im September 2022 an der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg statt. Mit dem Workshop „Der Blick, der Atem und das Sprechen“ reihte ich mich in die impulsgebenden Vorträge und Workshops ein.

Aus meinen Fragen zur Kontaktbereitschaft war mein übergeordnetes Forschungsthema geworden: Kontakt im Raum. Die Anwesenheit von Räumen, Zwischenräumen, Hohlräumen und Resonanzräumen brachte mich als

Sprechtrainerin und Sprechwissenschaftlerin eines Tages zu dem Blick als konstituierende Größe. Allem Sprechen geht die Wahrnehmung voraus und damit nimmt die visuelle Wahrnehmung Einfluss auf das Sprechen. Aber wie?

Es ist unmöglich, dabei nicht über Räume nachzudenken: architektonische, soziale und landschaftliche Umräume. Allein ein weites Sehfeld ermöglicht uns, weitere Räume zu erfassen. Genau das hat Konsequenzen für unser Sein im Raum. Mittels der Wahrnehmung beginnt ein Wechselspiel der Raumgrößen zwischen unseren physischen Räumen und den Umräumen. Die Forschung zu den Auswirkungen des Blicks auf unsere Atmungs- und Resonanzräume sowie unser Sprechen begann mit dieser Korrespondenz. In meinem Thinktank der Homepage www.steffihofer.at schrieb ich 2019:

„Architektur ist verantwortlich für das Miteinander der Menschen. Resonanzräume beschreiben die Architektur innerhalb des Körpers und zeigen die Vernetzung der Menschen.“

Es besteht für mich ein unumgängliches Zusammenspiel zwischen den Umräumen und unseren intrapersonellen Räumen. Im Jahr 2023 wandte ich mich in meinem Thinktank der Größe des Mundraumes zu, die unsere Anwesenheit im Raum offenbart:

„Der Mundraum ist der erste Raum, den wir mit der Zungenspitze erkunden. Räume sind in uns und um uns herum. Ein enger Mundraum erzählt von der Anwesenheit in engen Räumen. Warum?“

Abhängig davon, wie offen und aufnahmebereit wir sind, entscheiden wir unbewusst darüber, wie gespannt unsere faziale Muskulatur ist. Es zeigt sich bereits im orofazialen Bereich, wie frei wir im Schultergürtel und Brustkorb sind, auch in der Spannung der Augenmuskulatur.

Der Workshop baute sich aus 12 Stationen zusammen: Sprach- und Ballspielen, Wahrnehmungstechniken und ein Text von Judith Buttlar beschäftigten uns drei Stunden. In der vorletzten Station entstanden anhand eines weiteren Sprachspieles und individueller Lückentexte eigene Statements zu den vergangenen Stationen. In der letzten Station schauten wir gemeinsam meinen im

Jahr 2022 produzierten Film zur aktuellen Forschungsarbeit „Zwischenraum – Latent Space“ welcher den Workshop zusammenfasste. Nach dem Workshop zu den Auswirkungen durch den Blick verteilte ich Reflexionsbögen, die alle Workshop-Stationen aus der Perspektive von *Verknüpfung und Erfahrung* durch die Teilnehmer/-innen aufgreifen sollten.

In den folgenden Abschnitten tauchen einige Verknüpfungen und Erfahrungen der Teilnehmerinnen auf. Dabei werde ich gezielt verschiedene Kulturepochen mit ihren Autor/-innen erwähnen, die für meine Annahmen relevant sind.

2 Platon

Während der Recherche zu meiner Forschungsarbeit traf ich auf den antiken Philosophen Platon, der ähnlich fasziniert von dem Blick gewesen sein muss wie ich. Er beschrieb (wahrscheinlich als Erster) die Wechselwirkung zwischen dem Blick und dem Sein in „Alkibiades 1“:

„Ein Auge also, welches ein Auge betrachtet, und in das hineinschaut, was das Edelste darin ist, und womit es sieht, würde so sich selbst sehn.“
(Platon 2014, 1006)

Was meint Platon damit? Dass das Erkennen und Wahrnehmen von mir selbst die Grundvoraussetzungen sind, den/die andere/-n zu erkennen. Ich denke, wir könnten uns die Frage stellen: Ist es mir schon einmal gelungen, mich im Auge des Gegenübers zu sehen? Dies ist nur mit einem entspannten Blick möglich. Platon spricht hier den Unterschied zwischen „auf ein Auge zu schauen“ und „in ein Auge zu schauen“ an. Dies setzt eine ausgeglichene Grundspannung voraus, besonders im fazialen Bereich.

Workshopstation: OHREN VERTÄUBEN

Unsere erste Station im Workshop sollte das Überfokussieren abbauen und mehr Entspannung in die Augenmuskulatur bringen. Die Teilnehmer/-innen vertäubten dazu ihre Ohren mit Papiertaschentüchern. Dahinter stand die Ab-

sicht, durch die entspannte Augenmuskulatur das Sehfeld zu erweitern, um damit die Raumwahrnehmung zu steigern. Dies zieht im Umkehrschluss auch die Weitung Atemräume nach sich.

Teilnehmer (TN¹): „Es tut gut, die Ohren zu vertäuben, ich bin mehr in mir drin und fokussierter.“

Workshopstation: SUNNING AND PALMING

Eine sehr alte Praxis zur Entspannung und Durchblutung der Augen ist der Wechsel zwischen dem Handauflegen auf die geschlossenen Augenlider und dem Abnehmen der Hände von den immer noch geschlossenen Augenlidern mit zur Sonne gerichtetem Gesicht. Das Glück der Sonnenpräsenz an unserem Tag wollte ich nicht ungenutzt lassen. Ziel war es, die Okulomotorik und die faziale Motorik zu entspannen. Gleichzeitig werden dadurch die Tiefenwahrnehmung und das räumliche Sehen gefördert. So entsteht mehr Sicherheit, was zur Folge hat, sich durch ein größeres Atemvolumen stärker im Raum ausdehnen zu können.

TN: „Raum nach dem Augenaufmachen, die Farbe der Blätter.“

3 William Shakespeare

Nach Platon verschwand der Blick einige Epochen lang aus dem Fokus unserer Denker und Literaten: bis zu William Shakespeare. Eidetisch beschrieb er in der Elisabethanischen, durchaus sprachbesessenen Zeit die Wirkungen des Blicks und der Augen:

.....
1 Ich kürze im Folgenden das Wort Teilnehmer mit TN ab.

„Mein Auge wird zum Maler, und geschickt
Malt es dein Bild in meines Herzens Tiefe.
Der Rahmen ist mein Leib, durch den man blickt;
Des Malers beste Kunst ist Perspektive.
...
Meins malt dein Bild, und deins in meiner Brust
Dient mir als Fenster, wo hindurch die Sonne
Zu blicken liebt und dich beschaut mit Lust.
Ach, daß den Augen eine Kunst gebricht:
Sie malen was sie schau'n, die Liebe.“ (Shakespeare 2003, 27)

Oder in „Wie es euch gefällt“:

„Ich möchte grade nicht dein Henker sein,
ich flieh dich, weil ich dir nicht weh tun will.
Du sagst mir, es wär Mord in meinen Augen:
Sehr hübsch gesagt, gewiss, und sehr wahrscheinlich,
Daß Augen, diese weichen, sanften Dinger,
Die sich vor jedem Staubkorn feig verschließen,
Nichts als Tyrannen, Schlächter, Mörder sind.“ (Shakespeare 1996, 131)

Mit anderen Worten: Die empfindsamen, sensiblen und fähigen Augen, die Shakespeare hier so bildhaft beschreibt, wirken bereits vor dem gesprochenen Wort.

Dies bestätigt die Etymologie des Wortes „Antwort“, denn interessant daran ist, dass hier bereits drei Wörter enthalten sind: „ande“ („davor“), „Antlitz“ („Gesicht“) und „Wort“. Der Mensch ist immerfort ein antwortendes Wesen. Hinzu kommt, dass wir aus neurologischer Sicht nach den Reaktionen in Gesicht und Auge sprechen. Dies beweisen auch die erforschten Mikroausdrücke des amerikanischen Psychologen Paul Ekman. Das heißt, dass das Gesicht vor der gesprochenen Antwort antwortet.

Ich gehe davon aus, dass nonverbaler und verbaler Ausdruck persönlicher werden, wenn sich Raum im Augenbereich einstellen kann, sich innerhalb des Körpers fortsetzt und Atem empfängt. Dies braucht die Bewusstheit, Augen

wieder nach hinten rollen zu lassen, statt sie durch den Überfokus nach vorn zu drücken.

Workshopstation: ZWISCHENRAUM

Die Teilnehmer/-innen bekamen nach der Hälfte der Workshop-Zeit einen Zwischenraum zwischen die Augen. (siehe Projektfilm https://muk.ac.at/fileadmin/mediafiles/documents/IWF/2022-23/Steffi_Hofer_Kontakt_im_Raum_Zwischenraum_mp4.mp4.)

Die Absicht war, die Augen beidseitig und in der Weite zu benutzen. Wir wiederholten nun mit dem Zwischenraum bekannte Übungen. Die Teilnehmer/-innen konnten wieder Überfokus und Balance vergleichen, um dadurch die Balance im Körpergedächtnis zu verankern. Da das Keilbein (Sphenoid) mit unserem Becken korrespondiert, ist hier ein weites oder geringes Atemvolumen die Folge, denn auch das Becken weitet oder verengt sich. Folgende Erfahrungen und Verknüpfungen wurden festgehalten (vgl. Hofer 2017, 11).

TN: „Einfacher als ohne Zwischenraum, schärferes Sehen, fließender Atem, entspannt meinen Blick.“

4 Heinrich von Kleist

Für Heinrich von Kleist lag der Sinn des Lebens im Augenblick (vgl. Földényi 1999, 32). Das kann ich gut verstehen, denn außer bei Schock löst der Augenblick unter anderem den einfallenden Atem aus. Das sei fast elektrifizierend, so Kleist. Denn was das Leben vom Tod trennt, ist der Atem. Bringt das Auge Atem? Ich denke: Ja, denn das Sehen ist ein Vorgang der Wahrnehmung. Ich nehme etwas wahrhaftig auf und das ist lesbar. Als Teil des Sehvorgangs blickt das Auge in einen fragilen Zeitabschnitt hinein: in Gestalt eines Augenblicks, dass sich dieser Abschnitt mit bisherigen Erinnerungen mischt und die neue Erinnerung Stabilität erfährt. Ich nenne das erlebte Zwischenräume, die das Puzzle in mir zusammenhalten.

Den Augenblick nutzen, um unsichtbare Dinge sichtbar zu machen. Dies nehme ich mir in meiner beruflichen Tätigkeit so oft vor, wenn es darum geht, Geschichten auf die Bühne zu bringen. Denn alles, was auf der Bühne geschieht, ist Wahrnehmung. Unter Wahrnehmung verstehe ich die sinnliche Verarbeitung von Informationen und Eindrücken, die auf unsere Erinnerungen und Vorstellungen stoßen. Daraus ergeben sich wieder neue Erinnerungen und Vorstellungen. Das ist nicht neu, aber die Art der Wahrnehmung kann unterschiedlich sein und beeinflusst die darauffolgenden Vorgänge. Die Vorstellungskraft spielt auf der Bühne, in Vorträgen und im sozialen Raum eine entscheidende Rolle. Aber was genau stellt sich meine Vorstellungskraft vor? Das Geräusch, das Bild, den Geruch? Und wie: schemenhaft, dreidimensional, skizzenartig? In welcher Region des Gehirns erinnern wir uns am stärksten? Diese Fragen sind bis heute nicht vollständig beantwortet, nur so weit: „dass, entsprechend unserer Erinnerung unser Gehirn besonders die Region anfeuert, die den leidenschaftlichsten Zugriff erhält.“ Das sagte der Neurowissenschaftler Gerald Hüther, als ich ihn vor vier Jahren bei einem Vortrag in Eisenach danach gefragt habe.

Workshopstation: BALLSPIEL – VORSTELLUNG

Das Ballspiel wurde in Paaren durchgeführt, wobei eine Partner/-in den Korb mittels ihrer Hände vor dem Bauch bereitstellte, die andere Partner/-in versuchte diesen Korb zu treffen.

Wir erforschten spielerisch die Vorstellungskraft. Das Ballspiel kannten die Teilnehmer/-innen noch nicht, außerdem spielten wir mit geöffneten und danach mit geschlossenen Augenlidern. Die Paare standen jetzt im Wettbewerb, was die Spielfreude steigerte. Aus Begeisterung entstand Erfahrung.

TN: „Geschlossene Augenlider, viel mehr Gefühl und bessere Vorstellung.“

Diese Präzision wollte ich herausarbeiten. Mit geschlossenen Augenlidern griff ich stärker auf meine Vorstellung zurück und auf die daraus resultierenden körperlichen Veränderungen. Dies hatte eine höhere Plastizität im Sprechen

zur Folge. „So, wie du siehst, wirst du gehört“: eine meiner Thesen, die ich vor Jahren aufstellte.

5 Johann Wolfgang von Goethe und der Jenaer Kreis

In der Epoche des Klassizismus griff Johann Wolfgang von Goethe erneut das sehende Auge der Griechen auf. So zitiert Wolfgang Schadewaldt Goethe in seinen Goestudien: „Das sehende, nichts als das sehende Auge ist selten.“ (Schadewaldt 1963, 11) Anders gesagt: Das empfängliche, entspannte Sehen ist selten. Diese Gedanken teile ich mit Goethe. In derselben Zeit beschäftigte sich der Jenaer Kreis, dem Goethe angehörte, mit der Erfindung des ICHs, wie es Andrea Wulf nennt: „... denn der Akt des Sehens und die Wahrnehmung des Auges waren bei jedem Menschen anders und mussten daher subjektiv sein.“ (Wulf 2022, 131 & 73) Ein Hinweis darauf, dass die optische Wahrnehmung mehr als nur Physiognomie, Physik und Chemie sein muss. Der subjektive Anteil am Akt des Sehens beschäftigt laut meiner Annahme bis heute nur die Fachkreise Philosophie, Psychologie und Soziologie. Ich gehe davon aus, dass wir uns für eine optimale und effiziente Kontaktaufnahme unseres Selbst bewusst sein müssen: „... wir müssen ‚ichbezogen‘ sein in dem Sinne, dass wir uns unseres eigenen Wissens und freien Willens bewusst sind und ihn kontrollieren.“ (Wulf 2022, 414)

6 Jerzy Grotowski in der Kulturepoche der Neuzeit

Den Punkt des Sich-selbst-bewusst-Seins griff auch der polnische Schauspiel-lehrer und Regisseur Jerzy Grotowski auf. Er sagte: „Das Problem für den Schauspieler ist, dass er seinen Nullpunkt finden muss.“ Aber was ist der Nullpunkt? Die Wirbelsäule, das Rückenmark, der Thalamus?

Workshopstation: LINIENSEHEN

Mit dem Liniensehen schauen wir abwechselnd in die Ferne und in die Nähe, möglichst nicht unterbrechend, sondern gleitend oder malend mit den Augen. Wir stellen uns dabei vor, dass unser Blick ein Pinsel ist, welcher malend Ferne und Nähe verbindet. Es dauert eine Weile, bis sich ein ruhiges Gleiten einstellt, ebenso der Kontakt zum Körper, insbesondere zum Rücken durch die Oberflächenrückenlinie (OFRL): der längsten Faszie unseres Körpers, die an den Augenbrauen beginnt und unter unseren Zehen endet (vgl. Myers 2010, 91). Hieraus resultiert meine Anregung für Studierende und Teilnehmende, sich aufgrund der Sehrinde und der OFRL ihrer *Rückseite* und ihres Raumes dahinter bewusst zu werden. Einige Teilnehmer/-innen konnten trotz der ungewohnten Bewegung zielführende Erfahrungen machen.

TN: „Der Blick in die Weite entspannt meinen Bauch und weitet meine Atemräume.“

Ähnlich spricht Pina Bausch in einem Interview zu „Café Müller“ davon: „... und da stellte ich fest, dass es einen Unterschied macht, ob ich nach unten oder in die Ferne schaue.“ (Film Pina von Wim Wenders) Inzwischen habe ich eine Idee, was Pina Bausch damit gemeint haben könnte. Denn es gibt tatsächlich einen physischen Unterschied zwischen dem Moment des Fernschauens und des Nahschauens, beispielsweise mit dem Liniensehen. Das Liniensehen setzt gleichzeitig den Tractus opticus in Bewegung: die Nerven und Fasern, die am Sehvorgang beteiligt sind. Wo Bewegung stattfindet, entstehen auch Raum oder räumliche Veränderung. Mit dem Liniensehen wird eine wichtige Region im Gehirn angeregt, der Thalamus. Der Thalamus, auch das Tor zum Bewusstsein genannt, befindet sich in unmittelbarer Nähe der Sehnervenüberkreuzung (auch Sehhügel genannt). Es drängt sich also eine Verbindung zwischen dem Akt des Sehens und unserem Bewusstsein auf.

7 Die Existenzialisten in der Kulturrepoche der Moderne

Im 20. Jahrhundert führten in Frankreich die Existenzialisten, allen voran Jean Paul Sartre und Maurice Merleau-Ponty, die Auseinandersetzung um den Blick und das Sein fort. In ihren Betrachtungen vom Auge und Blick gehen sie davon aus, dass das Sehen den Menschen immer wieder auf sich selbst verweist und ihm dadurch seine Anwesenheit erst bewusst macht. Damit griffen sie Platon und den Jenaer Kreis wieder auf:

„Wenn ich aber mein Bewusstsein in seiner absoluten Innerlichkeit durch eine Reihe reflexiver Akte erfasst habe und es dann zu vereinigen suche mit einem bestimmten lebenden Gegenstand, bestehend aus einem Nervensystem, einem Hirn, Drüsen, Verdauungs-, Atmungs-, und Kreislauforganen ..., dann begegne ich unüberwindlichen Schwierigkeiten: aber diese Schwierigkeiten kommen lediglich davon her, dass ich mein Bewusstsein nicht mit meinem Leib, sondern mit dem Leib des Anderen zu verbinden suche.“ (Satre 2019, 464)

8 Schlusswort

Sartres Aussage gibt Anlass zum Nachdenken und lädt mich ein, immer wieder den Raum zwischen zwei Kontaktsuchenden zu prüfen und Ursachen für das Scheitern bei den Beteiligten zu finden. Raum zwischen beiden gibt es erst, wenn beide Seiten anwesend sind und nicht nur eine Seite, was in meiner Beobachtung leider oft der Fall ist. Der Zwischenraum beider Kontaktpartner/-innen erzählt von den Beziehungsebenen: vom Status, in dem sie sich befinden. Ein wichtiger Aspekt in unseren Geschichten, die auf der Bühne oder im Film erzählt werden.

Dank

An dieser Stelle möchte ich Martina Haase und Anna Wessel danken, im Rahmen meiner geförderten Forschungsphase durch die Stadt Wien mit dem Thema „Die Einflüsse der Okulomotorik auf die Elementarprozesse des Sprechens, Respiration, Phonation, Artikulation“ Teil der Tagung gewesen zu sein.

Literaturverzeichnis

- Ekman, Paul (2017): Gefühle lesen. Wie Sie Emotionen erkennen und richtig interpretieren. Berlin Heidelberg: Springer-Verlag.
- Földényi, Lázló F. (1999): Heinrich von Kleist. Im Netz der Wörter. München: Matthes und Seitz Verlag.
- Fuchs, Thomas (1999): Leib, Raum, Person. Entwurf einer phänomenologischen Anthropologie. Stuttgart: Klett Cotta Verlag.
- Gegenfurtner, Karl R. (2019): Gehirn und Wahrnehmung. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag.
- Grunwald, Peter (2011): Die Integration von Auge, Gehirn und Körper oder: Die Kunst, ohne Brille zu leben. New Zealand: Condevis Verlag.
- Günther, Frank (2007): Shakespeare. Wie es euch gefällt. München: Deutscher Taschenbuch Verlag.
- Hofer, Steffi (2021): Das handelnde Sprechen. Ein Übungsbuch für Berufssprecher. Bochum: Projektverlag.
- Hofer, Steffi (2015): Das Sehsystem und seine Einflüsse auf die eigene Präsenz. Von der Integration des Sehsystems in die sprecherzieherische Arbeit. In: sprechen, Heft 59. Heidelberg: Verlag für Sprechwissenschaft und Kommunikationspädagogik. S. 42–57
- Hofer, Steffi (2017): Eyebody®-Kontakt im Raum und wie wir durch unseren Blick wieder in die körperliche Ausbreitung finden. In: sprechen, Heft 63. Heidelberg: Verlag für Sprechwissenschaft und Kommunikationspädagogik. S. 6–14
- Hofer, Steffi (2020): Kontakt im Raum. Die Bedingungen des Sehens in der Sprech-erziehung. In Kranich, Wieland: Sprechwissenschaft heute. Hohengehren: Schneider Verlag. S. 34–45
- Kluge (2011): Etymologisches Wörterbuch der deutschen Sprache. Berlin/Boston: Walter de Gruyter GmbH & Co. KG.
- Merleau-Ponty, Maurice (1967): Das Auge und der Geist: Philosophische Essays (Philosophische Bibliothek). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Verlag.
- Myers, Thomas W. (2010) Anatomy Trains. Myofasziale Leitbahnen. München: © Elsevier GmbH. Der Urban & Fischer Verlag.

- Platon (2014): Gesammelte Werke. 36 Titel in einem Buch. Vollständige deutsche Ausgaben. Alkibiades 1. ©. e-artnow
- Sartre, Jean Paul (2019): Das Sein und das Nichts. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag.
- Schadewaldt, Wolfgang (1963): Goethe Studien, Natur und Altertum. Zürich. Artemis Verlag.
- Shakespeare, William (2003): The Sonnets. Stuttgart: Phillip Reclam jun.
- Shakespeare, William (1996): Wie es euch gefällt. Zweisprachige Ausgabe von Frank Günther. München. Deutscher Taschenbuch Verlag GmbH Co. KG.
- Wulf, Andrea (2022): Fabelhafte Rebellen. Die frühen Romantiker und die Erfindung des Ich. C. München: Bertelsmann in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH.