

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Neue Frauenkleidung und Frauenkultur**

**Deutscher Verband für Verbesserung der Frauenkleidung**

**Karlsruhe, 6.1910 - 10.1914; 12.1916**

Biensdorf, O.: E. Jacjues-Dalcrozes Methode der rhythmischen Gymnastik

[urn:nbn:de:bsz:31-107152](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-107152)

schwankung von  $32^{\circ}$  Réaumur innerhalb 24 Stunden (Maximum an der Sonne  $+ 16^{\circ}$ , Minimum in der Nacht  $- 16^{\circ}$ ). Es wäre eine dankenswerte Aufgabe für unsere Schulärzte, wenn sie öfters die Schulzimmer auf ihre Luft- und Temperaturverhältnisse hin prüften; und auch die Mütter sollten es nicht unterlassen, wenn irgend möglich, selbst eine Kontrolle auszuüben und zur Beseitigung des hier erwähnten Übelstandes beizutragen.

## E. Jacques-Dalcrozes Methode der rhythmischen Gymnastik.

Von Otto Blensdorf, Elberfeld.

Jeder Musiker, jeder Kunstfreund, aber leider nicht jeder, der zum Erziehen berufen ist, kennt Jacques-Dalcroze. Was ist rhythmische Gymnastik? Ist es in Rhythmus gebrachte Körperbewegung oder in Bewegung umgesetzter Rhythmus? Es ist beides; denn indem der Rhythmus in Bewegung übertragen wird, reguliert er dieselbe und durchdringt den ganzen Körper, so daß schließlich jede Bewegung zum Rhythmus wird. Wir sind alle bis zu einem gewissen Grade mit der Musik und dem Turnen vertraut, mit den beiden Betätigungen, die einen festen Bestandteil unserer Erziehung bilden und die uns Rhythmus wie Gymnastik übermitteln sollen. Warum wirkt nun doch nach beiden die „Rhythmische Gymnastik“ wie eine Offenbarung? — Jeder Musikpädagoge weiß, welche Anstrengungen nötig sind, um musikalisch gering begabten Kindern die Grundlagen der musikalischen Bildung zu geben. Und nun kommt eine Methode, die das Kind den Rhythmus fühlen lehrt, nicht vor dem Marterkasten sitzend, sondern dadurch, daß der unbändige natürliche Bewegungstrieb des Kindes ausgenutzt wird. Es scheint so leicht, im Takt zu marschieren und dabei zu taktieren. Aber da mußten wir bei unsern Schülern unser Wunder erleben: sie alle waren nicht Herr ihrer Glieder und am wenigsten die tüchtigsten und stammsten Turnerinnen.

Jacques-Dalcroze stand damit vor einer ungeahnten neuen Aufgabe, die dem Musiker doch eigentlich recht ferne lag. Die Unfähigkeit, die Glieder unabhängig von einander so zu bewegen, wie es der rhythmische Inhalt eines Taktes erfordert, hat seinen Sitz in einer Unordnung des Nervensystems. Entweder faßt das Gehirn den Rhythmus nicht schnell genug auf, oder die ausführenden Muskelgruppen werden nicht schnell genug benachrichtigt oder, falls das der Fall ist, sie finden sich in all den Nervenbündeln nicht durch und setzen unnützerweise so und soviel Muskeln in Mitbewegung, an deren Adresse der Befehl garnicht ergangen ist. Daher werden zunächst die elementarsten Übungen der Grundtaktarten automatisiert, d. h. solange eingeübt, bis sie auf eine Anregung vom Gehirn her sofort ausgeführt werden, ohne daß ersteres ihnen weitere Aufmerksamkeit zu widmen braucht. Bei diesen Übungen, die von der Viertelnote ausgehend alle Notenwerte bis zu den Sechzehnteln und Zweiunddreißigsteln umfaßt, hat der gesamte Körper zu tun: Arme, Beine, Füße, Hände, der Kopf, der Rumpf, die Atmung, so daß nach etwa zweijährigem Studium der gesamte Körper über ein nicht unerhebliches Maß von Beherrschung verfügt.



Abb. III. Phot. Atelier Hanni Schwarz-Berlin.  
Ballkleid für junges Mädchen  
von Marie Pose-München.  
Beschreibung und Rückansicht Seite IX.

Hinzu kommt, daß das Ohr geschärf wird durch das Anhören der Rhythmen, das musikalische Gedächtnis sowie die Aufmerksamkeit in einem erstaunlichen Maße gesteigert werden und die musikalische Empfänglichkeit zu künstlerischer Sensibilität verfeinert wird. Ein neues Gebiet eröffnet sich durch die Umwertung der musikalischen dynamischen Verhältnisse in körperliche. Ein Crescendo ist eine wachsende Anspannung der Muskeln im wirklichen und eingebildeten Widerstand, im sanften Hinlegen und Aufstehen, im Erliegen oder Aufraffen, im Beugen und Strecken. Das gleiche im Decrescendo oder in der pathetischen Betonung. Weiterhin kommen die Bindelinien der Phrasierung auch durch Bewegungen der Arme und des gesamten Körpers zum Ausdruck. Auf diese Weise ist es möglich, dem Inhalte eines Rhythmus bis aufs Genaueste nahezukommen, und zwar nicht aus der Schablone heraus, sondern aus dem individuellen Empfinden. Bei Kindern wird sich die Ausgestaltung der Rhythmen zu Spielen entwickeln, die das Aufkommen der Langeweile verhüten und die Phantasie mächtig anregen.

Diese Ausbildung bedarf Zeit. Zwei Jahre muß das Kind rhythmische Gymnastik treiben und falls es dann noch nicht mitkommt auch drei oder vier Jahr. Und dann soll es lernen seinen Rhythmus anwenden und das



Abb. IV. Lichtkunstwerkstätte-München.  
Straßenkleid von Marie Pose-München.  
Hierzu der Mantel Abb. XII. Beschreibung Seite IX.

Ohr bilden, indem es noch zwei Jahre Unterricht im Solfège nimmt, das auf dem rhythmischen Schatze aufgebaut das Studium der Tonleiter, der Akkorde usw. umfaßt und in dem das Kind singen lernt nach eigenem Empfinden und eigener Erfindung. Erst dann soll das Kind an das Instrument heran; wenn es durch und durch musikalisch geworden ist, wenn es alles vom Blatt singt, und wenn es sich durch die rhythmische Gymnastik körperlich gekräftigt hat. Diese Zeit ist wahrlich nicht verloren, wenn es nun weiß, was es spielt und warum es spielt, wenn es die technischen Fehler — denn um die kann es sich nur noch handeln — selbst verbessert, wenn es die Stücke mit Verständnis und Ausdruck spielt, wenn es selbst beginnt, zu improvisieren am Klavier, wie es dies von der rhythmischen Gymnastik und vom Solfège her gewöhnt ist. Wie lange hat ein Kind Unterricht, bis es eine Sonatine glatt und mit eigenem Ausdruck wiedergibt? Die Musiklehrer werden aufatmen, wenn ihnen so vorgebildete Schüler zugeführt werden. Aber noch eins: schon bei der Rhythmischen Gymnastik stellt sich

die musikalische Fähigkeit oder Unfähigkeit heraus und die Unfähigen haben wenigstens an ihrer Gesundheit keinen Schaden gelitten und sind sicher von zweckloser Quälerei verschont zu bleiben. Nun, und diejenigen, die schon musikalischen Unterricht haben oder hatten! Sie sollen erst recht der rhythmischen Gymnastik sich zuwenden, einesteils, um Versäumtes nachzuholen, andernteils um freudig die Gelegenheit zu ergreifen, ihrem innersten Denken und Empfinden Ausdruck zu verleihen im rhythmischen Spiel. — Die Methode Jacques-Dalcroze ist für alle da, die nur irgend künstlerisch fühlen. Wem die Beweglichkeit mangelt, dem wird sie zuteil, wer schwach im Rhythmus ist, dem ist sie eine Fundgrube und dem, den es aus tiefstem Innern heraus drängt, seiner Kunst zu leben, dem ist sie Arkadien.

### Die Männerkleidungsreform.

Die „Gesellschaft für Reform der Männerkleidung“ hat, nachdem die Absicht ihrer Gründung im Sommer durch die Blätter gegangen war, das Interesse der Öffentlichkeit in weitem Maße geweckt und die Gründer der Bewegung ermutigt, nun auch offiziell an die Gründung einer Vereinigung zu gehen. Natürlich fehlt es nicht an skeptischen Stimmen, die mit allen möglichen und unmöglichen Gründen die Erfolglosigkeit solcher Bestrebung voraussagten und sie auch für höchst überflüssig halten. Diese Einwände sind aber immer dieselben und alle tragen sie den Stempel einer drolligen Naivität.

Da haben wir vor allem die schmeichelhafte Behauptung, der Mann sei vielfach so schlecht gebaut, daß die jetzige Kleidung höchst praktisch wäre, man könne mit ihr alles verbergen, hauptsächlich die zu dünnen oder krummen Beine. Andere Gründe hat kein Gegner aus dem Lager der Nichtfachleute aufgebracht, dagegen haben die biedereren Schneidermeister noch andere Waffen. Die es am tollsten machen, erzählen in ihrem Fachorgan allen Ernstes von der Absicht, das ehrsame Schneiderhandwerk gänzlich zu vernichten. Einer der feinsten Schneider Berlins, dessen Atelier unter den Linden ist, soll der Redaktion einer Tageszeitung die Frage gestellt haben, was nach Einführung der Kniehose die heutigen Hosenschneider machen sollten, die doch so herrlich auf lange Hosen eingearbeitet wären? Andere behaupten, daß die Männer von heute keine Gesichter für eine schönere Kleidung hätten.

In einigen Tagesblättern erhoben sich auch Stimmen, die in unserer Sache über das Ziel hinausschießen wollten. Besonders kühn zeigten sich da die Hygieniker, denen die Ära der Nacktkultur gekommen zu sein scheint und die dem Manne in einer Anzahl feststehender Thesen an Stelle der alten Uniform eine neue, noch schematischere aufdrängen wollen. Einer verkündete sogar als letzten Paragraphen: wer gegen diese Vorschriften verstößt, hat einen Groschen in die Vereinskasse zu zahlen . . .

Einen Einklang zwischen den Anhängern der Bewegung herzustellen ist ja zum Glück ganz unmöglich. Zum Glück sage ich, denn es ist vor allem nötig, von der Uniformierung loszukommen. Die Anhängerschaft zerfällt im großen in zwei Gruppen: Aesthetiker und Hygieniker.