

Ademloos

Tijdens een schooljaar komen een heleboel jonge fluitisten bij mij de leskamer binnen om voor te spelen. De meesten zijn zo'n 13, 14 jaar, soms wat ouder. Ze willen iets met de fluit, misschien het vak in, misschien toch wat anders, maar in ieder geval fanatiek blijven spelen. En ze willen zich even laten horen. Leuke gemotiveerde meisjes, en soms een jongen. De tijd dat dwarsfluit een typisch mannen-instrument was is in Nederland natuurlijk al lang voorbij.

Het eerste wat bij deze musici in de dop opvalt is hun geluid. De toon van een fluitist is immers zijn visitekaartje. En 99 op de 100 keer betreft het weer een geval van 'fluitmeisje'. Een fluitmeisje is zo'n schattig lief meisje (of fluitjongetje...) met een lief klein dun geluidje. Zo'n toon die al na drie meter niet meer te horen is. Zo'n toon, nou ja, een toon die nog maar doet vermoeden hoe mooi een fluit kan klinken.

Ik kreeg laatst een boek onder ogen met de titel: 'Brave meisjes komen in de hemel, brutale meisjes overal'.

Zou het spelen met een goed geluid terug te voeren zijn op het al dan niet gelukken van de tweede emancipatiegolf? En is er dan weer een derde golf nodig om fluitisten te kweken die lekker pittig spelen? Geëmancipeerde, zelfverzekerde mensen die weten waar ze als musicus voor staan? Ja, dat zou in deze tijd van bezuinigingen een uitstekend idee zijn! Een emancipatiegolf voor kunstenaars! Maar toch geloof ik niet dat het 'fluitmeisjes-syndroom' hier zijn oorzaak kent.

Tijdens zo'n voorspeeluur probeer je natuurlijk er achter te komen waar deze bescheidenheid vandaan komt. Is het een kwestie van karakter? Of is het toch iets anders, is het misschien gewoon techniek. Hoe goed beheerst de jonge fluitist zijn of haar ambacht? "Oké", zeg je dan, "begin nog maar eens opnieuw en kijk eens of je met een iets voller geluid kunt spelen." En dan zie je het al: hup, daar gaat die borstkas omhoog, de schouders, en daar is 'ie dan: de beroemde 'hoge ademhaling'. "Hé!" roep ik dan, "dat heb jij toch niet zo geleerd!" En schuld bewust beamen ze dat. Ze hebben allemaal ooit geleerd dat je niet hoog zou ademhalen, het moest laag. Met de buik. Een bolle buik. En op commando kunnen ze dat dan best.

Hoe kan dat nou? Hele volksstammen fluitisten, klein en groot, weten best hoe het moet maar laten het na om te doen.

Het antwoord op deze vraag komt mijns inziens van fluitisten die de theorie van het fluitspel hebben bestudeerd. Sinds de uitvinding van de Böhmfluit zijn er altijd fantastische fluitisten geweest, maar hoe het nou precies zat met toon, akoestiek en adembeheersing bleef een raadsel. En geïnspireerd door Marcel Moyse en René le Roy was bijvoorbeeld Geoffrey

Gilbert een van de eersten die sprak over een lacune in het hele verhaal. We wisten met z'n allen wel hoe we moesten ademhalen, maar niet hoe we die lucht dan vervolgens weer in de fluit konden krijgen. Ademhalen heeft natuurlijk alles met dwarsfluitspelen te maken, maar zelfs zonder bewuste inademing kun je een goede toon uit je instrument halen. Het gaat er niet zozeer om dat je je lichaam weet te *vullen* met lucht, je moet vooral leren je lichaam te *legen*! En dan niet gewoon uitademen, want die luchtstroom is helaas niet bruikbaar. De naam zegt het al: we hebben het over 'blaas-instrumenten' en niet over 'adem-instrumenten'!

En wat is dan de link met de 'hoogademhalers'? Tot ongeveer hun zesde jaar halen de meeste kinderen prachtig 'laag' adem en blazen ze de lucht op commando perfect uit. Vraag maar eens een jong kind om een kaars uit te blazen. Je ziet de buik bol worden en vervolgens gaat de buik met kracht in. Hij gebruikt zijn 'uitblaas-spiere'. Een jaartje later is het helaas voorbij. Hetzelfde kind haalt dan 'hoog' adem en laat de lucht uit zijn lichaam stromen door de borstkas en de schouders te ontspannen. De borstkas en de schouders zakken terug op hun plek. Maar dat is geen blazen, dat is zuchten! Met een krachtig begin en een slap einde. Zucht maar eens een paar keer diep, dan merk je dat het geen gecontroleerde luchtstroom is. Als kinderen gaan dwarsfluitspelen gebruiken ze dit systeem, want dat kennen ze. Overgenomen van hun omgeving. Hun ouders doen het zo, de juf in de klas doet het zo, de kinderen om hen heen doen het ook zo. En ach, er komt best geluid uit de fluit.

Maar de uitblaas-spiere kennen kinderen ook! Kuch maar eens, of lach! Of zeg eens: "ksssst!" Of: "psssst!" Het lichaam gebruikt de uitblaas-spiere om geluid voort te brengen zoals bij lachen of 'auw!' roepen. En een snelle luchtstroom zoals bij kuchen of hoesten. Bij het fluiten doet ons lichaam dit nog niet vanzelf. Daarom moeten we onze leerlingen leren om hun lach- en kuch-buikspiere ook hier te gebruiken. Zodat niet de fluit ademloos klinkt, maar wij ademloos naar de fluitisten kunnen luisteren!

Wieke Karsten