

# Het hoofd volgt de ogen

Er kwam eens een student bij me die haar toon wilde verbeteren. Er zat niet genoeg kern in, en dynamisch waren de grenzen snel bereikt. Toen ze ging voorspelen bleek dat zij haar hoofd naar haar fluit bracht in plaats van andersom. Haar nek stak naar voren, en haar hoofd richtte zich vervolgens naar boven. Bij iedere begintoon die ze speelde keek ze naar boven. Om toch nog in het mondgat te kunnen blazen draaide ze de fluit naar binnen en bedekte ze een tamelijk groot deel van het mondgat.

Als docent kun je dan uitleggen dat je, als je focus in je toon wilt krijgen, het kopstuk niet te ver naar binnen moet draaien, want daarmee verklein je de afstand tussen je lippen en de achterrand of -wand van het mondgat. Door meer naar buiten te draaien maak je de blaasafstand groter, waardoor je meer gelegenheid krijgt te kiezen of je tegen de achterrand of dieper in de fluit, dus tegen de achterwand wilt blazen, waar het echte kernpunt zit.

Maar er was meer aan de hand. Deze student kon eigenlijk niet lager tegen de achterwand blazen, haar hoofd was te hoog gericht. Haar kin stak als het ware naar voren ten opzichte van haar voorhoofd. Dus liet ik haar voelen hoe haar hoofd over de bovenste nekwervel draaide – de ‘atlas’. Daarmee knik je ja en kun je deftig kijken en een onderkin maken.

Maar ook dat was niet genoeg, haar nek stak nog steeds naar voren. Nu is je nek samengesteld uit zeven wervels, die netjes op elkaar gestapeld in één lijn met de rugwervels kunnen staan. Als iemand zijn nek naar voren steekt gebruikt hij de onderste wervel en zakken de andere mee naar voren. Dus om bewust te leren voelen wat je met die wervels kunt doen, moet je vanaf de onderste wervel, die het dichtst bij de rugwervels zit, het trappetje gaan opbouwen. Het beeld dat je als het ware aan je kruin omhoog wordt getrokken is daarvoor dus niet zo geschikt; dat gaat uit van het hoofd, dat de nek rechttrekt. De beweging moet van onderen komen. Wervel voor wervel opstapelen.

Als de nek op die manier geleerd heeft mooi recht in balans te staan, kan het hoofd vrij over de atlas draaien. Probleem opgelost – dachten we.

Maar toen zag ik haar ogen, als ze in deze stand een toon wilde gaan blazen, nog steeds naar boven kijken. En een ‘wet’ zegt dat het hoofd de ogen volgt! Weg dus die mooie stand van het hoofd én de nek.

De oplossing bleek een gek speelgoedbeestje te zijn, dat we hebben neergezet op de lessenaar. Dat mocht ze nooit uit het oog verliezen. Vanaf dat moment bleef

haar nek recht, kon haar hoofd in de juiste stand staan en kon ze haar fluit meer naar buiten gaan draaien. Zij kreeg meer focus in haar toon en kon ruimte in haar blaasafstand vinden om de dynamiek te gaan vergroten.

Mia Dreese

*De bedoeling van deze rubriek is om hier leerzame verhalen te plaatsen die iedere docent waarschijnlijk wel eens meemaakt in de lespraktijk. Wie volgt?*