

Schule **Schlaffhorst-Andersen**

FÜR ATMUNG UND STIMME
JUGENDDORF ELDINGEN
im Christlichen Jugenddorfwerk Deutschlands
Bergfelderstraße, Schloß
3101 ELDINGEN/Kreis Celle
Telefon 05140/311

Ferienlehrgänge 1984

Die Ferienlehrgänge finden an folgenden Terminen statt:

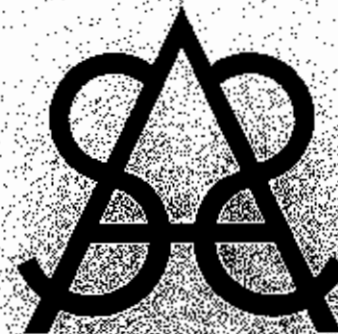
8. bis 18. August
24. bis 31. Oktober

(Angesgeben sind An- und Abreiselage)

Bitte Prospekte anfordern in der Schule Schlaffhorst-Andersen, Eldingen.

MITTEILUNGEN

für den Freundeskreis der
Schule Schlaffhorst-Andersen



Heft 8 (3/83)

Gesellschaft der Freunde der
Schule Schlaffhorst-Andersen e.V.

Inhalt	Seite
„Liebe Freunde“	1
Chronik der Schule Schlaffhorst-Andersen	
Beginn der gemeinsamen Forschungsarbeit (1895-1916)	2
Werk und Unterricht	
(Teil 1: Aufzeichnungen Hedwig Andersen)	7
Neues aus Eldingen	
Umzug der Schule nach Bad Nenndorf	16
Besuch aus Hamburg	19
Vor 120 Jahren	20
AFA-Tagung	21
Examensarbeit Renata Ullmann (4. und letzter Teil)	23
Ferienlehrgänge	Umschlagseite

Die Schule Schlaffhorst-Andersen macht sich die Erziehung des Menschen in seiner Gesamtheit durch die Arbeit an Atmung und Stimme zur Aufgabe. Hier liegt der Zugang zu den schöpferischen Kräften der Natur im Menschen, durch deren Verwirklichung und Formung das Eigenleben des Einzelnen für eine lebendige Gemeinschaft fruchtbar wird.

Die Gesellschaft der Freunde ist bestrebt, die Lehre der Gründerinnen, Clara Schlaffhorst und Hedwig Andersen, zu fördern.

Liebe Freunde der Schule Schlaffhorst-Andersen!

Das 3. Heft dieses Jahres kommt wieder zu Weihnachten zu Ihnen. Wir meinen, Ihnen diesmal im Rahmen der „Chronik“ einen wirklichen „Leckerbissen“ bieten zu können in Gestalt der Aufzeichnungen, die sich Hedwig Andersen in den Jahren 1902 bis 1907 vom Unterricht an ihren Patienten machte. Zu verdanken haben wir diese Dokumente Irmgard Kreitz: sie half 1942 beim Umzug der Schule von Hustedt nach Seefeld in Pommern. In Hedwig Andersens Zimmer stand nach dem Ausräumen schließlich nur noch der große Flügel, bedeckt mit allerlei Schriftsachen. Und als Hedwig Andersen auf Befragen antwortete, das könne alles weg, es sei doch nur alter Papierkram, da nahm Irmgard Kreitz ein Bündel lose herumliegender Blätter an sich – und da sind sie also! Und lassen uns heute einen Blick tun in eine Zeit, für die es sonst keine Zeugen mehr gibt. Herzlichen Dank für diese Umsicht!

Wir danken auch wiederum allen jenen, die an dem Kapitel „Neues aus Eldingen“ mitwirkten, und wir wünschen der Schule und allen, die an und in ihr arbeiten, einen guten Weg auch im Jahre 1984 und auch unter veränderten äußeren Bedingungen!

Wir können diesmal eine besonders große Anzahl neuer Mitglieder in unserer Gesellschaft begrüßen:

Christa Angenete, Prof. Walter Bätzing, Wolfgang Finke, Oberstlt. a.D. Otto Haas, Matthias Heitmann, Ilse Mühle, Prof. Claus Ocker, Doris Peper-Göddertz, Sigrid Schlothte, Ursula Seyd, Claus Jürgen Wanner, Claudius Wenzel.

Die Vorsitzende unserer Gesellschaft, **Frau Anna-Paula Kruse**, hat neben ihren verantwortungsvollen beruflichen und ehrenamtlichen Tätigkeiten eine Dissertation über „**Die Entwicklung der Krankenpflegeausbildung seit der Mitte des 19. Jahrhunderts**“ geschrieben und wurde am 21.10. d.J. von der Philosophischen Fakultät der Universität Osnabrück - Fachbereich Sozialwissenschaften - zum **Dr. phil.** promoviert.

Wir gratulieren Frau Dr. Kruse aufs herzlichste!

Wie versprochen, geben wir hier die z.Z. geltenden Beitragshöhen bekannt:

Mindestbeitragshöhe	60,— DM
für Mitglieder der Lehrervereinigung	30,— DM
für Studierende in Eldingen (ohne Stimmrecht)	15,— DM

Ermäßigungen sind auf Antrag jederzeit möglich. Spenden über die Beiträge hinaus sind immer willkommen und notwendig!

Jahresabonnement der „Mitteilungen“ für Nichtmitglieder	15,— DM
---	---------

Das Konto der Gesellschaft bei der Raiffeisenbank Bargtheide wurde gelöscht! Bitte umschreiben auf Postscheckkonto!

Beigefügt sind diesem Heft das Protokoll der Mitgliederversammlung vom Herbst 1983 und die in ihr neu beschlossene Satzung; dazu, wie immer, ein Formular für die Beitrittserklärung, das Sie bitte weitergeben wollen an mögliche Interessenten.

Der Vorstand und die Schriftleitung wünschen Ihnen ein gesegnetes Weihnachtsfest und ein glückliches, gesundes Jahr 1984!

gez. Heidi Noodt

Achtung!

Für Pfingsten 1984 wird in Anlehnung an die alte Tradition und als Abschied von Eldingen ein „Pfingsttreffen“ geplant, das von Lehrern und Schülern der Schule gestaltet werden soll.

Anreise wäre Pfingstsamstagvormittag (Mittagessen 13 Uhr) und Abreise Dienstagmorgen nach dem Frühstück (das wären 3 Tage Pension à DM 40,-). Das genaue Programm erscheint in den nächsten „Mitteilungen“ um Ostern, gedacht ist an Lehrer- und Schüler-Vortragstunden, an Einzelschwingen Sonntag- und Montagmorgen, an Hospitationsmöglichkeiten bei Bewegungs- und Gesangsunterricht, an Gesprächsrunden und evtl. eine Mitgliederversammlung. Merken Sie sich diesen Termin vor!

Chronik der Schule Schlaffhorst-Andersen



1916

Beginn der gemeinsamen Forschungs- arbeit 1895 - 1916

Aus Ilse Krüger
„Clara Schlaffhorst,
zum 16. Oktober 1963“.

„Wir haben in unserem Leben nie etwas gewollt und durchgesetzt, sondern haben hingenommen, was das Schicksal uns entgegenbrachte. Es ergab sich immer eins aus dem anderen, und dann wurde es eben getan.“

(Hedwig Andersen)

Es ergab sich als nächstes, daß beide Freundinnen Dr. Kafemann in Königsberg aufsuchten. Clara Schlaffhorst suchte Rat für ihre erkrankte Stimme, Hedwig Andersen für ihr Lungenleiden. Dr. Kafemann sagte ihnen zu ihrem nicht geringen Erstaunen: „Meine Damen, sie atmen falsch“, und riet ihnen, das Buch Leo Koflers „THE ART of BREATHING“ zu lesen. Er hat es vielen seiner Patienten geraten, aber keiner machte sich die Mühe mit den dickleibigen, fremdsprachigen Schwarten. Wieder geschah nun etwas Grundlegendes. Wir wollen sie selber erzählen lassen: (Hedwig Andersen) „Meine Freundin hatte sich durch eine Berliner Buchhandlung aus England den Kofler besorgen lassen, den es in Deutschland nicht gab, und hatte versucht, die Übungen zu machen, kam aber nicht damit zurecht. Wir waren dann in Schwarzort zusammen in den Ferien, und sie hatte den Kofler mitgenommen, wollte, daß wir zusammen die Übungen machten. Ich besah mir das Buch und sagte ihr: 'Du, das wird hier nichts, das machen wir im Winter zusammen, wenn wir Zeit haben und Ruhe. Wir müssen das Buch von vorne an, beim Vorwort beginnend, übersetzen, anders wird es nichts.' Meine Freundin war entsetzt und fand das unmöglich in dieser Gründlichkeit. Aber dann im Winter haben wir uns drangemacht. Immer abwechselnd, den einen Abend kam sie zu mir, den nächsten ich zu ihr, und sie brachte von Schlaffhorsts ein großes engl. Lexikon mit, wir hatten keins. So haben wir jeden Abend an der Übersetzung gearbeitet. Ostern waren wir fertig. Wir kauften uns ein dickes Heft mit weißem Papier und schrieben es voll, und dann noch ein ebenso dickes, das wurde auch noch voll. Es war ja eine ganze Gesangschule dabei. Das jetzige Buch 'Die Kunst des Atmens' ist nur fast ein Drittel des gesamten Buches.“

„Als wir mit der Übersetzung fertig waren, sagte meine Mutter: 'So, jetzt müßt ihr das Buch veröffentlichen!' Wir haben sie ausgelacht. Wir unbedarften Mädels aus der Provinz ein Buch veröffentlichen? Nein, das war unmöglich, aber meine Mutter ließ nicht locker. Da habe ich gesagt: 'Dann müssen wir erst die Erlaubnis von Kofler



Leo Kofler

DIE KUNST DES ATMENS

ALS GRUNDLAGE DER TONERZEUGUNG FÜR
SÄNGER, SCHAUSPIELER, REDNER, LEHRER,
PREDIGER USW., SOWIE ZUR VERHÜTUNG UND
BEKÄMPFUNG ALLER DURCH MANGELHAFT
ATMUNG ENTSTANDENEN KRANKHEITEN

VON

LEO KOFLER

GESANGELEHRER UND ORGANIST AN ST. PAUL'S CHAPEL-TRINITY PARISH
IN NEW-YORK

AUS DEM ENGLISCHEN ÜBERSETZT VON

CLARA SCHLAFFHORST

UND

HEDWIG ANDERSEN

BEIDE IN ROTENBURG A/WULDA

ELFTE, DURCHGESEHENE AUFLAGE



LEIPZIG

DRUCK UND VERLAG VON BREITKOPF & HÄRTEL

1919

einholen.' Und ich schrieb ein Kapitel sauber ab auf große Bogen und richtete einen Brief an ihn mit der Anfrage, ob er Veröffentlichung gestattete. Und dann kam ein reizender Brief von Kofler, glücklich, daß sein Buch in seiner Sprache und in seiner Heimat gedruckt und veröffentlicht werden sollte. Kofler stammte aus Tirol und war Organist in New York. Er schenkte uns die ganze Sache, wollte nichts dafür vergütet haben, stellte nur die Bedingung, daß wir das Buch bei Breitkopf und Härtel, also in der besten Druckerei, verlegen sollten.

Wir verpackten dann alles schön und schickten es mit einem Begleitschreiben nach Leipzig. Nach vielen Wochen endlich kam es zurück: Nein, das sei unmöglich. Es gäbe schon genug Gesangschulen. — Na, da wurde die Sache ad acta gelegt. —

In den Jahren gab ich in Memel Klavierstunden, und meine Freundin hatte Gesangstunden bei Julius Hey in Berlin. Dort besuchte ich sie und hörte in ihren Stunden zu. Hey mochte mich sehr gern leiden und ich ihn auch. Wir sprachen mit ihm über den Kofler, und er sagte: 'Das haben Sie falsch angefangen. Sie müssen nur den Teil über die Kunst des Atmens einsenden in deutscher Übersetzung. Das gibt es noch nicht, und das tut uns allen not. Das wird ein Erfolg werden und sich einführen. Gesangschulen haben wir schon genug.' — Also ließen wir diesen Teil der Übersetzung sauber mit Schreibmaschine abschreiben. Das war eine große Sache damals — Ende des 19. Jahrhunderts! Und schickten es wiederum an Breitkopf und Härtel. Hey schrieb selbst eine Empfehlung an den Verlag. Darauf, es war im Sommer 1897, ging meine Freundin mit Julius Hey nach Erling in Bayern in seinen Sommeraufenthalt, wo er seine Schüler unterrichtete und meine Freundin ihnen Atem-Unterricht gab. Sie hatte auf Heys Bitte damit bereits in Berlin angefangen. Es war der erste Versuch. Ich ging zurück nach Memel und gab meinen Unterricht. Da bekam ich eines Tages eine Depesche von meiner Freundin: Breitkopf und Härtel haben angenommen! Wir verabredeten nun, uns in Berlin zu treffen, um zusammen nach Leipzig zu fahren, und da umarmten wir uns auf dem Bahnsteig und feierten erst mal das große Ereignis. Wir fuhren dann nach Leipzig und machten alles flott und in Ordnung mit dem Verlag.

Im Herbst 1897, als ich wieder nach Memel zurückgefahren war und sie in Berlin blieb, schrieb sie mir: 'Du fehlst mir hier sehr, das Beste wäre, du kämest mit nach Berlin zu mir, damit wir gemeinsam weiterarbeiten können.' Ich zeigte meiner Mutter den Brief, und sie sagte sofort: 'Jawohl, das mußt du tun!' Da mußte ich sehr schweren Herzens innerhalb weniger Wochen meine Klavierschüler alle entlassen und bin zu meiner Freundin nach Berlin gezogen.

Zwischen Professor Hey und Clara Schlaaffhorst bestand ein herzliches Verhältnis. Er sah sich zwar kopfschüttelnd ihr Arbeiten mit seinen Schülern an. 'Etwas verrückt ist jeder, Schlaaffittchen, aber so wie Sie keiner', doch die Erfolge sprachen für sie."

„Einmal habe ich mir Mut gefaßt und eine Menge Fragen von der Seele gerissen, aufgeschrieben und Prof. Hey überreicht. Der legte sich aufs Canapee

und lachte, daß sein dicker Bauch wackelte: 'Schlaffittchen, die Fragen kann kein Gott Ihnen beantworten.' Aber er hat sich doch sehr gefreut, daß ich so nachgedacht habe.

Einmal in Erling gingen wir allesamt in eine Wirtschaft auf einen Berg, und ich hatte auch so meine zwei bis drei Maß getrunken und nahm mir vor — wenn ich heute daran denke, was für ein Unsinn! — wenn ich den Berg heil hinunterkomme, dann wird es was (mit dem Atmen). Die anderen gingen brav den Fahrweg, und ich kletterte steil hinab und landete heil unten. Es war ein Wunder! Da sagte ich dem Professor: 'Sehen Sie, da bin ich gradeswegs hinunter geklettert, ich habe mir gesagt, wenn das geht, dann geht das andere auch.'

Es gibt einen ganzen Anekdotenkranz um diese Zeit. Prof. Hey neckte nur zu gerne. Einmal erzählte er behaglich, wie er in Erling am Morgen nach einem abendlichen Vortrag, den Clara Schlaffhorst gehalten hatte, die ganze Dorfstraße entlang über die weggeworfenen Korsetts der Dorfbewohnerinnen gestolpert ist. Ein andermal behauptete er, die Freundinnen hätten in ihrem damals neuaufkommenden 'Reformkleidern' unter polizeilichem Schutz den Konzertsaal verlassen müssen.

Die Gesangstunden bei Julius Hey neben der eigenen Unterrichtsarbeit strengten Clara Schlaffhorst so an, daß die Freundin ihr ein Ultimatum stellte: 'Er oder ich. Denk an dein Werk!' und da blieb ich bei Hedwig. "Der Freundschaft mit Hey tat es keinen Abbruch.

Das Berlin der Jahrhundertwende bis zum 1. Weltkrieg brodelte von geistigem und künstlerischem Leben. Für die unverbrauchte Aufnahmefähigkeit der zwei Freundinnen bedeutete es eine fast überwältigende Fülle der Anregung und Auseinandersetzung. Ob es Rudolf Steiner, Weingartner, Isadora Duncan, Marcella Sembrich waren, um nur wenige Namen herauszugreifen, überall fanden sich Berührungspunkte mit ihrer eigenen Arbeit. Bald war es ein Gedanke, der wie ein Blitz einschlug oder ein Gesangston, der ihrem Ideal von der „wahren Stimme“ entsprach, dann wieder eine von ihnen beseelte Körperbewegung, die sie begeisterte

Der wachsende Schülerkreis brachte sie mit bedeutenden und wertvollen Menschen zusammen. Den durch falsche Methoden geschädigten Sängern galt natürlich ihr besonderes Mitgefühl, und doch waren ihr die Unmusikalischen oft lieber, weil sie nicht so viel „machen“ konnten. Sie waren auf die physiologisch richtigen Funktionen angewiesen und bestätigten ihr den dafür gefundenen Weg. Es verging kaum ein Tag, der sie nicht zu neuen Entdeckungen führte. „Es ist ein Zauberland voller Wunder und Erlebnisse, die von keinem Menschenverstand begriffen werden können. Und das eben ist ihr Leben, ihr Geheimnis, dies nicht begriffen werden können.“

Eine ihrer treuesten Schülerinnen, Fürstin Emma zu Solms-Lich, hat uns eine Schilderung ihrer damaligen Eindrücke hinterlassen: „Ende des Jahres 1909 entschloß ich mich auf Anraten meiner Cousine, Fürstin Irmgard Stolberg-Stolberg, Fräulein Schlaffhorst und Andersen aufzusuchen, um sie zu fragen, ob sie mir helfen könnten, mein langjähriges Asthmaleiden zu überwinden.

Nachdem ich die Adresse in Berlin-Friedenau erhalten hatte, fuhr ich mit meinem Mann dorthin. Ich sehe das Zimmer noch vor mir, in das wir geführt wurden und in dem wir die beiden Damen kennenlernten. Es wurde mir im Laufe des Gesprächs immer klarer, daß hinter dem, was sie mir vermittelten, etwas ganz Umwälzendes steckte, und ich entschloß mich gleich, sobald als möglich einen Versuch zu machen. — Schon Anfang des Jahres 1910 verwirklichte sich mein Plan. Fräulein Andersen schrieb mir, daß sie sich entschlossen hätten, in Neubabelsberg ein Haus zu mieten, in dem sie Schüler auch zum Wohnen aufnehmen könnten, was bisher nicht der Fall gewesen war. Sobald ich konnte, fand ich mich in Neubabelsberg in der Kaiserstraße ein und verlebte dort Wochen, die für mein Leben bestimmend wurden und mir immer unvergeßlich bleiben werden. Es wurde mir mehr und mehr klar, daß der Weg, den ich nun geführt wurde, nicht nur dazu diente, das Atmen zu bessern, sondern mir überhaupt eine ganz andere Lebensrichtung zu geben. Die Singstunden von Fräulein Schlaffhorst ließen mich Blicke tun in eine Welt, von der ich bisher nichts geahnt hatte, und sie gehören zu meinen schönsten Erlebnissen. Es war mir etwas vollkommen Neues, daß die uns gegebene Stimme dazu dient, um die Naturkräfte im Menschen zu entwickeln und zu erziehen und dadurch die Lebensfähigkeiten zu steigern. Beide Damen begegneten mir mit größter Freundlichkeit und kümmerten sich bis ins Kleinste um uns Schüler. Fräulein Schlaffhorst und Andersen erschienen mir in ihrer tatkräftigen Menschentiefe als die Verkörperung des sozialen Gedankens. So haben diese beiden Damen schon von Anfang ihrer Wirksamkeit an in die Tat umgesetzt, was ein echter Sozialismus anstrebt . . .“

Werk und Unterricht (Teil 1)

Aus den Jahren 1902 bis 1907 sind durch Zufall einige aus einem Schreibheft herausgerissene Seiten mit Aufzeichnungen erhalten geblieben, die Hedwig Andersen sich über den Unterricht an ihren Patienten gemacht hat. Sie mögen dieses Kapitel einleiten; denn es dürfte kein eindrücklicheres Zeugnis als diese Stunden-Notizen für die ersten Arbeitsjahre geben: was für Menschen mit welchen Beschwerden suchten die Hilfe der beiden Frauen; mit welchen Mitteln arbeiteten sie damals; und was war ihnen wichtig. Hedwig Andersen wurde auf der Basis der Koflerschen Atemübungen zur Atemtherapeutin (in Zusammenarbeit mit Ärzten) und später zur Sprechlehrerin, während Clara Schlaffhorst immer Gesangslehrerin war und blieb (das hier wiedergegebene Plakat der ersten Berliner Jahre weist beide in ihren spezifischen Arbeitsrichtungen aus).

Das Wenige und die Einfachheit des Angebotenen in den Aufzeichnungen und die dennoch so großen Wirkungen, die davon ausgingen, mag manchen erstaunen. Wir Heutigen sollten uns bei der Mannigfaltigkeit des Überkommenen immer wieder auf die einfachsten Grundgedanken besinnen, die vor 80 Jahren schon notiert wurden: daß es auf die sanfte Beeinflussung der Ausatmung ankommt; daß die Einatmung ohne Willkür mit der vereinten Kraft der Atemmuskulatur zu geschehen habe; und daß das Atemgeschehen und alle unsere Bewegungen zum dreiteiligen Rhythmus zurückzuführen seien.

Hedwig Andersen

Unterricht in Atem-Gymnastik

nach Leo Koflers „Kunst des Atmens“.

Clara Schlaffhorst

Gesang-Unterricht

Berlin W. 50, Luitpoldstraße 19, 4-5.

Erlernung der natürlichen, auf vereinter Thätigkeit aller Atmungsmuskeln beruhenden **Einatmung**.

Atemübungen zur Stärkung der Lungen und zur Erweiterung des Brustumfanges. Ätzlich verordnet gegen Bleichsucht, allgemeine Nervenlähmung, speziell nervöse Herz- und Magenleiden, Lungenleiden, Asthma, Verdauungs-Störungen.

Übertragung der richtigen Atmungsthätigkeit auf **Sprache und Gesang**.

Kunstgemäße Beherrschung der **Ausatmung** als Basis der Consonanzguttur. Wiederherstellung tranker, durch Überanstrengung und unnatürliche Atmung verdorbener Stimmen. Behandlung von Sprachfehlern, Stottern etc.



Druck von Carl Scherzer & Co., Berlin SW, Lithographie 11.

Eine Eldinger Schülerin bestätigte dies 1961 nach ihren ersten Unterrichtsversuchen, indem sie schrieb: „Es ist erstaunlich, wie wenig nötig ist, daß ein Mensch anfängt zu strahlen und sein verbissenes Gesicht plötzlich losläßt. Unsere Arbeit ist so unendlich wertvoll . . .“

Aufzeichnungen von Hedwig Andersen (Fragmente auf 17 losen Blättern, 1902-1907)

Frl. M. H. . . aus Braunschweig, 26 Jahre alt. Durch falsches Singen sehr nervös und unglücklich geworden.

d. 27. Jan. 1902 - 1. Stunde nur untersucht und erklärt. Atmung für gewöhnlich anscheinend ziemlich natürlich. Scheint Verständnis und Interesse zu haben und logisch denken zu können.

d. 29. Jan. - 2. Stund. Mit Übungen im Liegen angefangen, war ziemlich natürlich in der Einatmung, zog sich aber bei der Ausatmung zu sehr zusammen, besonders Flanken und Magengegend. Klagte, daß sie sich immer hat bemühen müssen, die Luft zu halten beim Singen, es ihr aber nie gelungen ist. Daß sie das Gefühl von Beengung und Belastung stets und besonders beim Singen hätte. Wie ein Brett vorm Magen und auf der Brust. Hat nach dem Singen nie was essen können. Ist in letzter Zeit sehr abgemagert und blaß geworden. Begriff nun sehr schnell die Ausatmung ohne mitzuhelfen, fand sich viel wohler und glücklicher dabei. Ich übte Komprimieren an den Lippen mit ihr, es gelang etwas. Gemessen Hals oben 33 1/2, unten 38. Brust oben 82-85, Mitte 81-85 (hier am meisten abgemagert), Taille 68-70. Arm rechts 25, links 24 1/2 cm.

d. 1. Febr. - 3. Stunde. Kam sehr vergnügt, die „Bretter“ wären fort. Empfindet den Druck des Leibchens schon sehr unangenehm. Atmung viel besser, auch mehr Ausdehnung. Ließ noch Übung I und Übung III (nach Kofler, Anmerkung der Redaktion) machen. Heute gar keine Hindernisse.

d. 5. Febr. - 4. Stunde und **d. 8. Febr. - 5. Stunde** geht gut vorwärts, freut sich über jedes bißchen Loslassen, dehnt sich mächtig aus, hat sich bereits Brustgürtel gekauft.

d. 19. Febr. - 6. Stunde. Im Stehen. Sehr krampfhaft im Leib, zieht ihn mit Gewalt ein beim Ausatmen. Hat es bei ihrer Lehrerin so machen müssen, obgleich es ihr stets namenlos schwer war. Ist glücklich, daß alle diese Anstrengungen fortfallen.

d. 22. Febr. - 7. Stunde. Kann nun den Druck des Kleidpasses nicht aushalten, wird sich gleich Reformkleid anschaffen, sieht schon munter in den Augen aus, fühlt sich wohl, kann tüchtig essen, geht gut vorwärts.

d. 26. Febr. - 8. Stunde. Kann immer noch nicht fassen, daß sie sich so wenig anstrengen soll, fällt natürlich noch oft in die alte Gewohnheit des Pressens. Ausatmen auf f, s, sch.

d. 1. März - 9. Stunde. Preßt wieder zu sehr auf f, s, atmet noch zu heftig ein. Wurde wieder loser, lachte viel, was aber noch krampfhaft bei ihr ist. Sollte Flüsterübung auf e machen, konnte nicht. Hat nie flüstern können.

d. 5. März - 10. Stunde. Sprachübungen gemacht wieder mit zu viel Druck von der Brust aus gegen den Kehlkopf. Ich ließ sie viel loser und leiser sprechen,

was ihr viel bequemer war. Sagte, sie hätte stets beim Sprechen Druck und Schmerzen im Halse gefühlt.

d. 8. März - 11. Stunde. Fühlt noch Ohnmacht in der Magengegend, kann aber nicht mehr drücken. Übt sehr gut und gewissenhaft, kann bereits flüstern, wird immer loser, ist auch im Kreuz wieder loser geworden, Sprachübungen sehr gut, Farbe viel besser.

d. 12. März - 12. Stunde. Versuchte heute tönend auszuatmen auf n. War sehr erstaunt, daß sie nicht mit der Zunge drücken sollte. Ebenso beim l, fand es viel bequemer so mit schlaffer Zunge, hat den Kiefer schon bedeutend loser, freut sich, daß wieder eine Anstrengung weniger nötig wäre.

d. 15. März - 13. Stunde. Fühlt selbst, daß der Leib ganz unten noch nicht los ist. Übt aber immer fleißig und mit ganz guter Idee. R, W durchgenommen.

d. 22. März 1902 gemessen: Hals oben 34, unten 39 cm. Brust oben 83-87 1/2, Mitte 83 1/2-88, Taille 69-74 1/2 cm. Arm rechts 25, links 24 1/2 cm.

d. 15. Juli 1902 wieder gemessen: Hals oben 34, unten 38 cm, Brust oben 84-88 1/2, Mitte 84-87, Taille 71-76 cm, Arm rechts 25, links 24 1/2. Fing an zu singen, hat nur noch immer eine Stunde bei mir nebenbei gehabt. Hat noch viel durchgemacht; sah lange sehr elend aus. Im März 1903 großes Geschwür im Munde am Gaumen. Fuhr nach Hause, kurierte es aus. Hat sehr viel mit Nervenzuständen zu tun. Alles krampfhaft veranlagt, und bei jedem Loswerden stellen sich heftige Krisen ein. Im März 1904 ist ihr wieder alles zu eng von ihren Kleidern, besonders im Schultergürtel und Oberarmen.

... versuchte mit ihr Ausatemübung f, s, dann tönend n und w, erklärte ihr die Stimmbandtätigkeit und die Notwendigkeit, beim Sprechen gut auszuatmen. Sie sagte, daß sie sehr viel hätte niesen müssen.

d. 12., vierte Stunde. Erzählte heute, daß sie gestern abend, wahrscheinlich infolge von lebhaftem Sprechen, Asthma bekommen, sogleich Übungen gemacht hätte, worauf das Asthma sofort weggewesen. Später noch einmal Asthma und wieder durch Übungen beseitigt. Trotzdem hat sie dummerweise zur Nacht noch „Rauch gemacht“, um ganz sicher zu sein, daß sie heute wohl ist, weil sie allerlei vorhat zu heute. In der Stunde alle Konsonanten ausgeatmet, Flüsterübng. auf a und e, tönend werden Kieferbewegungen geübt, „Anna nahm Ananas“. Kiefer beim Sprechen sehr fest zu, Stimmbänder wahrscheinlich auch.

d. 14., fünfte Stunde. Viel sprechen lassen, wenig Resonanz vorhanden. Asthma wieder besser.

d. 17., sechste Stunde. Klagte wieder über Asthmabeschwerden, atmete auch sehr schwer und mit großer Gewalt in den Flanken ein. Arbeitete sehr viel mit Atem-, Körper- und Sprechübungen, wobei die Stimme oft verschleimt klang. Es löste sich also Schleim aus den Bronchien, der aber sehr schwer herauszubringen ist. Geh-Übungen, Treppensteigen geübt. Der ganze Körper ist steif, und krampfhaft beanlagt. In den sechs Wochen wird nichts zu erreichen sein.

d. 21., siebente Stunde. Erzählte heut, daß das Asthma neulich immer schlimmer geworden sei, bis sie es nicht mehr aushalten konnte und Rauch gemacht, nachmittags um 3 Uhr. Hat aber nicht viel geholfen. Abends zum

Schlafen nochmal Rauch gemacht, worauf am anderen Tag soviel Schleim sich gelöst hat wie noch nie, und das Asthmagefühl vollkommen fort. Glaubte, sich erkältet zu haben, weil auch „Schnupfen“ vorhanden war, alles dieses aber ganz schnell wieder vorübergegangen, so daß es ganz anders wie sonst und auch kein Bronchialkatarrh daraus geworden, wie sie schon fürchtete. Ich überzeugte sie endlich, daß es keine Erkältung wäre, sondern Folge unseres Arbeitens, worüber sie sehr erstaunt war.

d. 24., achte Stunde. Viel ruhiger in den Flanken, der ganze Körper fühlt sich weicher und gelöster an. Wir machten viel Stimmübungen, wobei sich immer etwas Schleim löst. Sie sagte, daß sich jetzt des Morgens immer viel Schleim löste, was sonst nie der Fall gewesen wäre.

d. 28., neunte Stunde. Asthma ganz weg, dagegen sagte sie, sie wäre des Nachts aufgewacht über Hustenkitzel und hätte wohl zwei Stunden husten müssen, wobei viel Schleim herausgekommen wäre. Ist doch sehr erstaunt, wo der viele Schleim herkommt, da sie doch erst ganz fest überzeugt war, daß bei ihr kein Schleim vorhanden sei. Machen jetzt fortwährend Sprechübungen.

d. 3. März, zehnte Stunde. Fühlt sich trotz ungünstigen Wetters immer frisch und wohl. Ist unwohl gewesen, wobei, entgegen der sonstigen Gewohnheit, gar keine Asthmabeschwerden eingetreten.

d. 5. März, elfte Stunde. Hat manchmal scheinbaren Schnupfen gehabt, der aber sofort wieder weg war. Ist jetzt aber schon eher zu überzeugen, daß dies keine Erkältung, sondern Folge des Arbeitens ist, und sicher nur von den Sprechübungen herrührt. Sagt ja nicht viel von sich, fragt aber immer mehr voll Interesse nach allem, wundert sich, daß die Sache nicht mehr bekannt ist und daß die Ärzte sich so wenig darum kümmern. Meint, wir müßten ein großes Sanatorium haben, die Asthmatischen würden uns zuströmen von allen Seiten. Muß sich doch also sehr gebessert fühlen. Spricht auch immer von einer Dame in Germersheim, die auch gerne kommen möchte, ob ich glaube, daß ich der helfen könnte. Ich kann natürlich nichts versprechen, sondern sage, daß es auf einen Versuch ankommt. Sie scheint also auch nach Hause geschrieben zu haben, daß es ihr zu helfen scheint.

d. 7. März, zwölfte Stunde

d. 10. März, dreizehnte Stunde. Brachte wieder Blumen, fühlt sich immer wohler. Wollte übrigens schon diese Woche abfahren statt in der nächsten, worüber ich sehr entsetzt, sagte nun aber, es wäre nur so ein aufsteigender Gedanke gewesen, weil sie keine Nachricht von zu Hause gehabt und sich auch mit ihrer Schwester, bei der sie wohnt, etwas erzürnt hätte. Bleibt nun aber doch bis zum Schluß. Machen hauptsächlich Sprechübungen.

d. 12. März, vierzehnte Stunde. Sagte, sie hätte sich wieder mal so eng gefühlt und Rauch gemacht, aber nur ganz wenig, und da wäre es auch sofort besser geworden. Wenn ich sie bloß überzeugen könnte, daß die Rauchmacherei nicht nötig ist, sondern daß es jetzt ihr viel mehr nützen würde, wenn sie sich durch Übungen frei machen würde.

d. 14. März, letzte Stunde. Beim Arzt gewesen und nochmal messen lassen und untersuchen. Hals oben 31, unten 36,6. Brust oben 80,3-77,5, mitte 81,2-78,6. Taille 71,5-68. Tasterzirkel 18-16 Mitte, links 12-11 1/4, rechts 11,8-11,2.

Lungenspitze rechts 7 1/2, links 7. Bronchialkatarrh fast fort, nur an einigen Stellen und ganz wenig piepsen zu hören. Lungen

Frl. H.... R...., war mehrere Wochen in der Privatklinik v. Eulenburg, kam dann zurück in ihre Wohnung Augsburgs Straße, wo sie sich weiter erholen soll. Hat längst große Sehnsucht nach Atemgymnastik, weil sie fühlt, daß dies das einzige ist, was ihr immer Kraft und Widerstandsfähigkeit gibt. Fühlt sich matter und elender, je länger sie daliegt, ohne daß eigentlich etwas für ihr Vorwärtskommen gethan wird. Da die Mutter bei ihr ist, die sehr ängstlich ist, wird mit den Atemübungen immer noch nicht begonnen, trotzdem ich auch finde, daß es höchste Zeit ist, um ihr vorwärts zu helfen. d. 20. Jan. kam ihre Schwester Else zu mir, um mich zu bitten, mit ihr zu Eul. zu gehen, um mit ihm Rücksprache zu nehmen wegen des Beginns der Atemübungen.

d. 23. Jan. gingen wir zu Eul., der erklärte, daß er sie erst noch mal untersuchen müsse, um zu sehen, ob es an der Zeit wäre zu atmen.

d. 25. Besuch bei R. gemacht, Eulenburg hat nichts dagegen, die Mutter aber hat Angst, da H. am Tage vorher wieder einen Herzanfall gehabt hat. Ich werde noch ein paar Tage vergehen lassen, dann frage ich nichts mehr nach der unvernünftigen Frau, sondern fange an. Kann das Kind nicht so hindämmern lassen, bis es zu spät ist.

d. 28. Jan. Heute die ersten Atemübungen mit H. gemacht. Sie wurde nach 5 Minuten müde, worauf wir aufhörten. Nur Ausatmung auf f, s, einmal tönend auf n gemacht. Ganz kraftlos. Muß viel Widerstandsübungen machen.

d. 29. Jan. Fühlte sich recht wohl, konnte schon ein paar Minuten länger aushalten.

d. 30. Jan. H. heute etwas deprimiert, hat in der Nacht Herzzustände gehabt, aber diesmal nervöse, wie sie sie gar nicht kennt.

d. 31. Jan. Heute war ich mit Clärchen dort, H. hat heftige Ohrenscherzen gehabt des Nachts und jetzt etwas Ausfluß aus einem Ohr. Die Mutter meint, Influenza mit Ohrkatarrh! Clärchen hat Gehübungen und Aufstehen mit ihr gemacht, und ihr An- und Abspannung erklärt. Es wird jetzt wohl noch mehreres Kranke bei H. zum Ausbruch kommen!

d. 2. Febr. H. heute sehr frisch und wohl aussehend, was aber vor Aufregung zu sein schien, da sie eben vorher Besuch gehabt hatte. Beim Atmen wurde sie bald müde, ging dann ein bißchen auf und ab; ich ließ sie ein wenig die Arme heben, wobei ihr gleich schlecht wurde, sie legte sich hin und bekam etwas Zittern, zum Unglück kam die Mutter herein, wobei sie sich sofort beherrschte. Als ich wegging, war ihr wohler.

d. 5. Febr. H. gestern ausgefahren; ist ihr gut bekommen. Schief etwas, als ich kam. War in vorzüglicher Verfassung, folgte ausgezeichnet. Hatte heftige Thätigkeit in Leib und Zwerchfellgegend. Ich machte ihr klar, daß beim Einatmen Anspannung nur im Zwerchfell, daher nicht fühlbar, alles andere abgespannt. Darauf viel natürlichere Einatmung. Arbeitet 1/4 Stunde sehr gut. Sah frisch und natürlich aus.

d. 7. Febr. Kam gegen Abend hin und massierte leicht ihren Nacken, über den sie sehr klagt. Alles steinhart. Nach der Massage einige Widerstandsbebewegungen mit dem Kopf, wonach sie den Kopf leichter bewegen und drehen konnte. Dann noch ein paar Atemübungen. Fühlte sich wohl.

d. 9. Febr. Bekam ich Absage, da H. unwohl. Darauf nicht mehr angefangen, weil die Alte doch zu verrückt ist.

F.... Spandau, ? Jahre alt, Gewicht d. 30.11.04 118 Pfd. Lungenkrank. Hat mehrmals Blutung, auch einmal Blutsturz gehabt, rechter Lungenflügel obere Lappen z.T. zerstört. Sieht sehr elend und besonders deprimiert aus, ist sich über seinen Zustand ganz klar und daher sehr verzagt.

d. 30. November bei Dr. Frenzel gemessen: Lungenspitze rechts 4 cm, l. 6 1/2, Hals oben 32 1/2 unten 33 1/2, Brust oben 80-83 1/2 cm, unten 74 1/2-77. Mit dem Tasterzirkel l. 13 rechts 12 mitte 16. Kehlkopfbreite 5,2, Oberarm r. 23 l. 22 1/2, Körpergröße 165 cm. Danach erste Stunde bei mir. Atmung natürlich jammervoll. Überall steif, Leib unbeweglich, nur obere Brust keuchend und ganz kurzatmig in schnellen kleinen Stößen. Bei tieferer At. zieht er den ganzen Brustkorb krampfhaft in die Höhe. Ausatmen fast unmöglich. Alle Gelenke steif. Körper hundemager, Appetit unregelmäßig. Brachte ihm zu nächst die Idee bei, daß der Leib sich auch ausdehnen müßte bei der Einatmung. Probierte das gleich im Sitzen, sagte ganz erstaunt, dann fühle ich aber nichts hier, wobei er auf die kranke Lunge zeigte. Im Liegen probiert, aber nur seitwärts nach links gedreht, da er auf dem Rücken liegend husten muß. Den rechten Arm über den Kopf gelegt. Im Liegen war eine Spur Leibtätigkeit vorhanden. Animierte ihn, mehr Thätigkeit da zu haben, erklärte ihm den Atemprozeß. Ist nervös, ohne es zu wissen. Kann kaum 2 Worte in einem Atem sprechen, so steif sind Lungen. Dann bleibt die Atmung förmlich stekken.

d. 3. Dez., zweite Stunde. Hat sich sehr bemüht, an Leibtätigkeit zu denken, kann aber natürlich noch nicht durchführen. Atmete entschieden etwas mehr aus und hatte auch kleinen Ruhemoment nach der Ausatmung. Leibtätigkeit zwar größer, aber noch äußerlich. Schadet aber nicht, wenn er nur erst von der Hochatmung abkommt. Fühlt bei dieser Atmung keinerlei Beschwerden oder Schmerzen. Hat besser geschlafen, d.h. ohne zu husten. Probierte Üb. I und II, beide mit sehr vorsichtiger Einatmung, i ging leichter. Kam allmählich immer etwas mehr Luft heraus. Machte ihm klar, daß Ausatmen die Hauptsache wäre, schien sehr erstaunt darüber. Ließ ihn im Stehen Üb. VIII, Armheben nach oben und nach den Seiten machen, was er ohne Husten oder sonstige Unbequemlichkeiten konnte. Dabei kam schon ein ganz Teil Atmung heraus. Verreist für 14 Tage.

d. 14.5.07. Soll vor einiger Zeit gestorben sein, kam zu spät zu mir.

Frau E. K. aus Germersheim in Bayern kommt am 1. Februar 1908 nach Berlin, um ihres Asthmaleidens wegen Atemgymnastik zu lernen. Hat am 3. Febr. erster Stunde. Kann eigentlich nicht schlecht atmen, d.h. atmet ziemlich tief aus und ein, aber mit Gewalt, und zieht beim Sprechen die Luft mit großer Kraft durch den Mund. Erklärte ihr die Atemthätigkeit und versuchte ihr deutlich zu machen, daß man dabei keine Anstrengung fühlen dürfe. Im Liegen Üb. III gemacht und ihr aufgetragen, auf die Nasenatmung zu achten beim Sprechen.

d. 7. Febr., zweite Stunde. Im Stehen geatmet, Üb. VIII. Es wurde ihr etwas klar, daß weder beim Ein- noch Ausatmen eine Anstrengung fühlbar sein müßte. Zieht sich beim Ausatmen furchtbar in den Flanken zusammen. Hat schon von anderen Menschen allerlei vom Atmen gehört und verschiedene Übungen mit großer Anstrengung gemacht. Auch den Leib zu sehr herausgestoßen beim Einatmen. Nachmittag zu Dr. Frentzel, gemessen und untersucht. Hals oben 31,4, unten 32,2, Brust oben 78-80,2, mitte 77-80, Taille 69,4-70,1. Tasterzirkel mitte 17 1/4-19 1/2, rechts 11 1/2-12, links 11 1/2-12. Lungenspitze r. 7 | 7 1/2. Arm r. 24 l. 22 1/2. Kehlkopf-Zungenbein 0,7. Kehlkopf-Brustbein 4,5, Kehlkopfbreite 5,6. Hat auf der linken Seite des Kehlkopfs kleine Drüse sitzen, wodurch der Kehlkopf schief aussieht. Ursache des Asthmas ist chronischer Bronchialkatarrh, der noch vorhanden. Ziemlich starkes Emphysem, Lungengrenze 8. Rippe.

d. 10. Febr., dritte Stunde. Erklärte, daß sie heut in der Bahn zum ersten Mal wieder Asthma hatte. Übt gleich mit ihr im Stehen, Klopfübungen und Üb. 7, die ihr wohlthat. Wunderte sich, daß sie so gut atmen könne, da sie vorher doch so arg Asthma gehabt hatte. Ich

..... grenze rechts unten nur noch 7. Rippe. Emphysem hat sich also vom obern Rand der 8. Rippe bis zum untern Rand der 7. Rippe zurückgebildet. Für 6 Wochen immerhin eine beträchtliche Besserung. Sie selbst war sehr froh über den Erfolg, da ihr doch bisher noch nie etwas geholfen hat von all den Kuren, die sie schon probiert. Doktor Frentzel war auch erstaunt, sagte auch, daß er eine ganz bedeutende Besserung fände. Zugleich war auch Miss K. da, deren Bronchitis auch innerhalb **4 Wochen bedeutend** gebessert ist. Nachm. nun noch mit Frau K. die Hauptübungen durch und zeigte ihr auch noch Einatmungsbewegungen mit Ausatmungstätigkeit und umgekehrt. Sie bedankte sich herzlich und tausendmal, als sie ging.

d. 14.5.07 hat mir geschrieben, daß ihr Asthma stetig besser geworden und daß sie im Juni 1906 (zum ersten Mal seit 12 Jahren) **keinen Heuschnupfen** gehabt.

Fräulein H.K. aus Danzig, 28 Jahre alt.

d. 8. Jan. 1902, erste Stunde. Wiegt 87 Pfund. Hals oben am Kinn 29 cm, unten 36. Brust oben (über Hemd und Wollhemd gemessen): 72-74 1/2, mitte 71-74, Taille 59-63, Arme 21 cm. Sehr nervenkrank, Mutter an Schwindsucht gestorben. Hat selbst Spitzkatarrh und zweimal Lungenentzündung gehabt, doch sollen Lungen im Moment ganz gesund sein. Total blutarm. Hat alle Nervenzustände, die es gibt, Gedanken vergehen ihr, vergißt alles, bekommt plötzlich steifes Bein, oder Arm. Magen ist gesenkt, hat so weiche Wände, daß sie nichts Hartes essen darf, um nicht die Magenwand zu durchstoßen. Ließ sie nur im Liegen auf f, s. sch ausatmen, was die Einatmung sehr anregte und sie nicht anstregte. Zuletzt ließ ich bei tiefer Einatmung einen Moment anhalten, was sie so müde machte, daß sie glaubte, schlafen zu können. Ich ließ sie liegen, sie schlief aber nicht ganz fest ein.

d. 11., zweite Stunde. Da sie so mager ist, daß sie vom Liegen Schmerzen bekommt, ließ ich sie im Sitzen atmen. Ihre Atmung ist nicht gerade unnatürlich

(trägt schon lange kein Korset), aber sehr schwach und unzulänglich. Schläft nachts fast garnicht, habe ihr gesagt, sie soll sich durch Atemübungen einschläfern.

d. 14. Jan., 3. Stunde. Befindet sich ganz munter. Machte Geh- und Stehübungen und Widerstandsübungen mit ihr, die ihre Atmung sehr anregten. Bekam durch Heben auf den Fußspitzen warme Füße. Klagte sehr über kalte Füße und Frieren.

d. 17. Jan. Klagt über Schmerzen im Gesicht und Kopf linksseitig, wo sie früher Eiterungen und Operation in Kieferhöhle gehabt. Massierte sie ganz leicht, war ihr angenehm.

d. 21. Jan. Erzählte, daß Kopf- und Gesichtsschmerzen ganz fortgeblieben; versuchte Armbewegungen mit ihr, bekam aber gleich Schmerzen in den Oberarmen. Atmen im Stehen versucht, sehr schwach, ließ sie vorbeugen und langsam aufrichten, was sehr anregte.

d. 22. Jan. War aufgereggt, sprach nur von der Katastrophe in Lüneburg, wobei sie teils vor Aufregung, teils vom schlechten Einatmen durch den Mund ganz stockheiser wurde.

d. 24. Jan. War sehr mobil, sagte, sie könne essen, ohne zu würgen, und wäre gestern im Theater gewesen, ohne Kopfschmerzen zu bekommen.

d. 27. Jan. Klagte über Frost, weil draußen ziemlich kühl, ich ließ sie Hebung auf Fußspitzen und Kniebeugung machen, worauf Füße wärmer wurden. Dann Körperbewegungen, Armheben, dann Widerstandsübungen mit den Händen und Massage und Reiben der Finger, worauf diese auch warm wurden. Dann Hinlegen, kleine Atemzüge, und Behandlung der Zwerchfellgegend, aber nur über der Unterkleidung. Sagte, daß sie in letzter Zeit öfter in der Gegend geschwollen wäre und Schmerzen hätte, auch schlecht geschlafen. Die Behandlung that ihr sehr wohl, sie wurde warm und behaglich. Sagte auch, daß ihre Verdauung in letzter Zeit nicht sehr gut wäre, Appetit aber gut, sie ißt soviel, wie seit langem nicht. Stand aber nach 15 Minuten auf und mußte aufs Kloset. Ihr Leibchen ist ihr bereits um 3 cm zu eng geworden; hat sich wiegen lassen, wiegt jetzt 96 1/2 Pfd., rechnet aber auf Kleider circa 6 Pfd., also ungefähr 5 Pfd. Gewichtszunahme.

d. 30. Jan. Kam trotz scharfen kalten Ostwindes sehr frisch und ohne zu frieren, mit warmen Füßen an. War sehr vergnügt, hat die letzten Nächte prachtvoll geschlafen, stets gut gegessen, alles bei sich behalten, keine Schmerzen gehabt, fühlt sich ausgezeichnet momentan. Hat auch schon etwas mehr Kraft. Und das Leibchen ganz ausgezogen, weil es zu eng wird. Sprachübungen gemacht, die sie sehr zum Atmen anregten.

d. 3. Febr. 1902. Andauernd besser, Schwäche in den Knien. Massierte dieselben. Ich legte sie zu Bett und gab ihr noch eine Tasse Griessuppe zu trinken, die sie auch bei sich behielt. Lag ganz ruhig und schlief auch ein Weilchen. Stand dann auf, trank noch eine Tasse Griessuppe und ging nach Hause. Hatte großen Hunger, aß gleich Mittag, das sie auch bei sich behielt. Von jetzt ab Magen vorläufig wieder in Ordnung, kann alles essen und muß nicht würgen. Kopfschmerzen sind auch wieder besser, nur ab und zu heftige Stiche.

d. 17. Febr. Ziemlich mobil, etwas steifen Hals, links vom Hinterkopf abwärts

viel Nervenknotten, massierte sie etwas. Hat oft Hunger. Fühlt sich viel müde, wenig Lust zum Gehen, möchte viel schlafen. Endlich scheint der Krampf los zu werden.

d. 20. Febr. Hat schlecht geschlafen, daher ziemlich matt. Massierte sie am Halse und ließ sie dann liegen. Sah etwas verstört aus.

d. 1. März. Ist bei Eulenburg gewesen, der ihr zunächst Mastkur im Liegen verordnet hat, muß nun vorläufig aufhören, mit ihr zu arbeiten.

Hat mit Fr. Parmentor weiter geatmet, ist dann später abgereist, hat sich ihren Wohltätern gegenüber ziemlich dumm betragen, ist jetzt verheiratet! mit Herrn v.T., ihrem früheren Principal!!

Fr. K. R., 16 Jahre alt.

d. 6. März 07 von Dr. Frenzel gemessen. Hals oben 32, unten (schwer zu messen, weil zu kurz) 34,2. Brust oben 85-88,2, mitte 89,5-94, unten 77,5-82. Arm links 29, rechts 29,2. Tasterzirkel mitte 15 3/4-18, l. 11-12, r. 11-12. Kehlkopfzungenbein zu kurz, läßt sich nicht messen, Kehlkopf-Brustbein 6,1, Lungenspitze r. 6,6, l. 6,5. Lunge gesund. Stimmbänder schließen, sind aber etwas gerötet. Neigt zu Erkältungen, hat alle Augenblick Lufröhrenkatarrh. Ist entschieden blutarm mit Neigung zur Verfettung. Bekam bereits nach 14-tägigem Arbeiten sehr heftigen Schnupfen, der aber anders als sonst auftrat und verlief. Reiste Ostern nach Berlin.

[Im nächsten Heft: Werk und Unterricht (Teil 2); Die „Rotenburger Schule“ (Teil 1)]

Neues aus Eldingen

Umzug der Schule nach Bad Nenndorf.

Mit der Übernahme der Schule Schlaffhorst-Andersen durch das CJD war von Beginn an die Überlegung verknüpft, ob die Schule in Eldingen verbleiben solle oder nicht. Die Argumente dafür und dagegen waren in der dem Anschluß an das CJD vorangegangenen Mitgliederversammlung der Gesellschaft der Freunde der Schule ausführlich erörtert worden. Die inhaltlich gleiche Diskussion wurde im Vorstand und im Kuratorium fortgesetzt.

Das Schloß Eldingen ist ein schöner Ort, ein ruhiger Ort. Eldingen bietet wenig akzeptable Wohnungen für Schüler und Lehrer. Eldingen ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln schwer zu erreichen, schwer zu verlassen.

Die Schule Schlaffhorst-Andersen leidet an einem Mangel hauptberuflicher Lehrer, an Lehrern, die Ihre ganze Arbeitszeit und Arbeitskraft der Schularbeit widmen. Einen Schulbetrieb mit einer großen Zahl nebenberuflicher Lehrer, sprich „Reiselehrer“ zu planen und zu organisieren, verlangt viel Zeit, erfordert durch die Reisekosten zusätzliche Gelder und bürdet den wenigen hauptberuflichen Lehrern all das auf, was neben der unterrichtlichen Arbeit

Ich lagte sie zu Bett, und
gab ihr noch eine Tasse Gries,
süß zu trinken, die sie
mir bei sich befiel. Long ganz
selbst und pflichtig rief sie
Weilchen. Hand dreier auf
trank noch eine Tasse Gries.
süß in. ganz nach Gries.
Gibt große Lungen, auf
gleich Mittag, hat sie
mir bei sich befiel. Von
stelt ab Wagner vorläufig
wieder im Ordnung, kein
alles offen und mich nicht
würgen. Doppelformen
sind auf wieder besser,
mir aber zu festigen
Hilfe. d. 17. Febr. ziemlich mobil,
stark faul, leicht vom
Hinterkopf abwärts sind Ker-
nknotten, massierte sie
stark. gut off. Lungen. Stille
sich viel mehr, wenig tief
zum Gehen wußte sich pfli-
gen. endlich pflicht der Tracht
lob zu verdienen.

in einer Schule geleistet werden muß. Ein durch Konferenzen und gegenseitige Absprachen abgestimmtes Lehrkonzept läßt sich so kaum verwirklichen.

Die Zielsetzung, mehr Studienplätze zu schaffen und dafür auch Studienanfänger zu gewinnen, läßt sich nur realisieren, wenn mehr Schlaffhorst-Andersen-Lehrer hauptberuflich in der Schule mitarbeiten und wenn Wohnungen vorhanden sind, für Lehrer wie für Schüler.

Dem CJD ist in Bad Nenndorf, am Rande der Ortschaft ein großes, parkähnliches Grundstück mit mehreren Gebäuden, die reichlich Platz zu vielseitiger Verwendung haben, angeboten worden. Das CJD ist bereit, die Räume so gestalten zu lassen, daß sie den verschiedenen Anforderungen entsprechen, die vom Unterricht her an die Räume gestellt werden.

Die Umbaumaßnahmen sollen mit dem Schulleiter und dem Studienleiter abgesprochen werden. Der Umzug wird erst erfolgen, wenn die Handwerker ihre Arbeit getan haben. Es steht fest, daß das jetzige 5. Semester seine Ausbildung ungestört in Eldingen abschließen kann.

Der Beschluß, die Schule nach Bad Nenndorf zu verlegen, wurde auf der Kuratoriumssitzung vom 4.11.1983 getroffen. Auf der vorangegangenen Kuratoriumssitzung nahm die Diskussion über eine mögliche Standortverlagerung der Schule einen weiten Raum ein.

Für Bad Nenndorf spricht u.a., daß es in einem Kurort mit großer Wahrscheinlichkeit Ärzte, Patienten und Rekonvaleszenten gibt, die für die Schlaffhorst-Andersen-Arbeit aufgeschlossen sind. Erweiterte Lern- und Wirkungsmöglichkeiten könnten sich ergeben. Im leicht erreichbaren Hannover kann man zusätzlich Bildungsangebote jeder Art nutzen.

Ein Beschluß wurde damals noch nicht angestrebt. Herr Prof. Dannemann wollte zuvor mit den Lehrern und Schülern in Eldingen die Planung des CJD besprechen und die Auffassung der Betroffenen hören.

Dieses Gespräch hat am 3.11.1983 stattgefunden.

Wer das Schloß Eldingen kennt, seine Atmosphäre, seine Räume, seine Umgebung, wird verstehen, daß ein Weggang von dort nicht zu vergleichen ist mit einem Umzug von einer Stadtwohnung in die andere.

Manche Lehrer wollen und können die Ortsveränderung nicht mitmachen. Aber die sachlichen Argumente für die Verlegung nach Bad Nenndorf erschienen den stimmberechtigten Kuratoriumsmitgliedern von der Gesellschaft der Freunde doch so schwergewichtig, daß sie trotz der Liebe zu Eldingen der geplanten Verlegung zugestimmt haben. Auch die Vertreterinnen der Lehrervereinigung stimmten zu.

Sie hoffen, damit eine Entscheidung mitgetragen zu haben, die dem Wohl der Schule Schlaffhorst-Andersen dient.

Über die weitere Nutzung des Schlosses ist noch nicht entschieden. Herr Prof. Dannemann wünscht, es auch in Zukunft halten und nutzen zu können. Über eine genaue Zweckbestimmung konnte er noch nichts sagen. Es besteht Hoffnung, daß auch in kommenden Jahren das Schloß Eldingen für die Lehrer, Studierenden und Freunde der Schule Schlaffhorst-Andersen ein Ort des Treffens sein kann.

gez. Dr. Anna-Paula Kruse, 1. Vorsitzende

Liebe Freunde der Schule Schlaffhorst-Andersen!

In der Kuratoriumssitzung vom 4.11.1983 wurde einstimmig die Verlegung der Schule Schlaffhorst-Andersen nach Bad Nenndorf beschlossen.

Dieser Beschluß wird vom gesamten derzeitigen Lehrerkollegium sehr bedauert, das sich geschlossen gegen eine Verlegung der Schule ausgesprochen hatte. Auch die Schüler hatten sich mit großem Einsatz bemüht, eine Verlegung der Schule zu verhindern.

Mit dieser Entscheidung hat das Kuratorium seinen bei der Übernahme der Schule durch das CJD erhaltenen Auftrag, den endgültigen Standort der Schule festzulegen, erfüllt.

Unsere große Betroffenheit begründet sich in der Tatsache, daß wir Lehrer und Schüler trotz unserer eindeutigen Stellungnahme für den Verbleib der Schule in Eldingen keinen Einfluß auf diese Entscheidung nehmen konnten. Dennoch möchte ich versuchen, alle zur Verfügung stehenden Kräfte für eine positive Weiterführung der Schule in Bad Nenndorf zu mobilisieren und hoffe, daß sich genügend Lehrkräfte zur Mitarbeit bereitfinden werden.

Hubert Krizan

(Studienleiter der Schule)

Besuch aus Hamburg

Wie letztes Jahr im Herbst vereinbart, fand am 4./5. September das Wochenendseminar für die phoniatische Abteilung der Uni-Klinik Hamburg statt. Prof. Pascher kam mit seiner Frau und 10 Mitarbeitern. Von uns arbeiteten Käte Maas, Annekathi Pfendsack, Irmgard Pfander, Hubert Krizan, Antje Werner, Hildegard Herrmanns und ich mit. Zwei Wochen vorher bereiteten wir uns gemeinsam auf das Seminar vor, überlegten eine äußere Struktur und wer was unterrichten soll. Es ging recht schnell, und wir machten einen guten Plan. Wir wollten Angebote für die Großgruppe (Bewegung und chorische Stimmbildung), für 2 Sechsergruppen (Atmung und Bewegung — Atmung und Stimme) und Einzelunterweisungen geben. Der Einstieg am Freitagabend war nach dem Abendbrot eine Bewegungsstunde mit allen — auch allen von uns — zum Kennenlernen. Samstag- und Sonntagvormittag fanden je eine Sechserstunde in Atmung und Bewegung und eine in Atmung und Stimme statt, anschließend wieder Bewegung in Großgruppe. Samstagnachmittag war dann Einzelstunden gewidmet, wobei alle Teilnehmer auch eine Klavierstunde bei Annekathi Pfendsack erhielten. Samstagabend Chorstunde nach dem Abendbrot. Vor dem Mittagessen am Sonntag ein abschließendes Gespräch mit Benennen der erlebten Eindrücke, Fragen und etwas Diskussion.

Es war sehr rund und gelungen. Von allen Seiten kam positives feedback, menschlich ein starkes Wohlfühlen, ein liebevolles Betreutwerden, ein reichhaltiges, offenes Angebot.

Wir gingen offensiv an diese Sache, waren uns unserer wunderbaren Arbeit bewußt und konnten entsprechend unseren Ansatz vertreten.

Ulrike Koelling-Abrams

Vor 120 Jahren

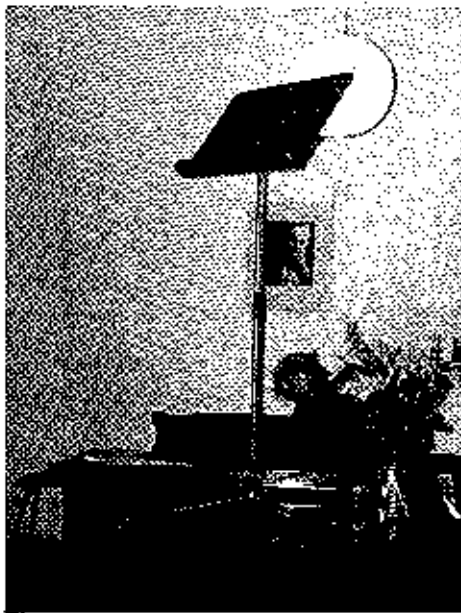
... wurde Clara Schläffhorst geboren. An dieses Geschehen erinnerten sich einige, die mit ihr noch zusammengelebt hatten. Auf deren Anregung hin veranstalteten die Lehrer der Schule Schläffhorst-Andersen in Eldingen am 26. Oktober dieses Jahres eine interne Feier mit Erzählungen aus „alten Zeiten“ und Vorträgen.

Frau Schümann begann zu berichten, wie sie 1924 erstmalig den beiden Gründerinnen der Schule gegenüberstand, wie sie vorsang, vom ersten Lob — ja, sie stimmte auch sofort das Lied von damals an — dann, wie sie zum Weitersingen ermuntert wurde und voll Inbrunst dramatisch losschmetterte — und wie daraufhin Clara Schläffhorst zum letzten Vortrag nachdenklich meinte, daß das doch überhaupt nicht ihrem Alter und ihren Anlagen entsprechen würde.

Frau Schümann und Frau Seyd erzählten von den Sitten und Gebräuchen im damaligen Haus, wobei uns heute manches etwas eigenwillig und streng anmutet. Frau Seyd fuhr dann fort, über die damalige Ausbildung zu berichten, die sich über viele Jahre erstreckte, indem man immer wieder wochenlang zum Unterricht dort weilte. Zwischenzeitlich wurde alleine weitergeübt, und da sich die „Schüler“ oft in Familien aufhielten, gaben sie dort als Praktikanten meist den Kindern oder Bekannten Unterricht. Der Einstieg ins Berufsleben ging in vielen Fällen über Familien oder oft auch über Kinderheime. Frau Seyd erzählte, daß sie mit einer im Bekanntenkreis zustandekommenen Kindergruppe angefangen hatte.

Aber was die Berichte so lebendig gestaltete, waren die Lieder. Fiel einer der drei Damen ein, was damals gesungen worden war, gab es gleich eine Kostprobe davon. Frau Goebel rundete das Erzählte mit einigen liebevollen Details ab, wie z.B. die Geschichte, daß Frau Schläffhorst bei Vorträgen oft mit einer Rose das Dargebotene würdigte — eine Knospe, wenn die Leistung im Werden war, eine aufgeblühte Rose, wenn sie mit dem Vortrag zufrieden war.

Anschließend folgten weitere Vorträge von anwesenden Lehrern: viel Gesang — altbekannte Kunstlieder, neuere, auch englische Stücke — alleine und zu zweit; dazwischen Gedichte — spritzig, messerscharf: Goethes Prolog im Himmel wurde mit viel Darstellungs-



Die Geburtstagsgabel

kunst dargeboten. Es war viel, so daß man manchmal dem einzelnen Beitrag nur wenig nachsinnen konnte.

Als Abschluß wurde dann das Geschenk von Frau Wiesike ausgepackt, das sie aus Dankbarkeit und Ausdruck ihrer Lebenserfüllung durch die Schläffhorst-Arbeit anlässlich ihres 50jährigen Berufsjubiläums der Schule schenkte. Das leidvolle Zusammenbrechen unserer Notenständer kennt jeder hier. Und deshalb freuen wir uns über einen jetzt sehr stabilen Orchesternotenständer. Mit spannender Erwartung wurde das Geschenk ausgepackt und auf den Flügel gehoben und mit einer originellen „Goebel-Begleitung“ begrüßt.

Wer anschließend noch munter und unternehmungslustig war, konnte sich im Volkstanz in der Schloßhalle austoben.

Die Zeit verging zu schnell über den gelungenen Abend. Er gab uns Aufschwung für den folgenden Semesteralltag.

G. H. / G. L.

„Selbstwahrnehmung und Kommunikation“ (AFA-Tagung in Hamburg)

Unter dieser Überschrift stand die Herbsttagung 1983 vom Verband der Pneopäden (AFA) mit der Deutschen Psychopädisch-Psychotherapeutischen und Sozialmedizinischen Gesellschaft e.V. (PSG) vom 28. - 30. Oktober in Hamburg. Sie war die vierte gemeinsame Arbeitstagung, war sehr gut besucht und bot Vorträge und Vorführungen einer Vielzahl von Kapazitäten.

Zur Selbsterkenntnis kommen wir über Selbstwahrnehmung, die immer weniger im „normalen Alltag“ gepflegt wird und aus diesem Grunde zum Thema dieser Tagung gewählt worden war. Ein möglicher Zugang ist das Atemgeschehen — aber ebenso auch das Selbstgespräch und das Rollenspiel. Hierzu gab es sehr verschiedene Beiträge.

Herr Kükelhaus (Architekt) sprach sehr lebendig über „Organ-Erfahrung und Sinnesentfaltung als Quelle des Weltverhaltens“. Er sagte: Leben will erzeugt werden. Wir sind Anlage, die erworben werden will. Ebenso betonte er, daß kein Organ zum Zwecke einer Funktion entsteht. Sehen ist hormonelles Geschehen — der Mensch sieht. Wie auch das Gehör ein Organ des Herzens ist.

Der Film von Frau Lehnert-Schroth gab Einblicke in die speziellen Atembehandlungen bei schweren körperlichen Schäden. Eine harte Arbeit, aber die Erfolge — als Beispiel seien schwerwiegende Skoliosen genannt — sind sehr gut.

Frau Prof. Middendorfs Film zeigt das Geschehen in ihrem Institut, wie mit dem erfahrbaren Atem umgegangen wird. Sie und ihre Schüler versuchen, die unbewußte Atemfunktion durch Sammeln und Empfinden kennenzulernen und deren Kräfte zuzulassen. Am Leitseil des Atems werden bewußte und unbewußte Kräfte tragend für das wachsende Bewußtsein des Zustandes einer atmenden, schwingenden Mitte.

Herr Dr. Glaser berichtete über seine Art der Atemmassage. Er erläuterte die verschiedenen Atemarten - wie die der Ruhe, des Verhaltens und des gespannten Atems - und stellte diese mit dem „normalen Atem“ in Kurven dar. Er beendete seinen Vortrag mit dem Satz: Atem ist in der Verhaltensweise des Menschen Spiegel seines In-Der-Weltseins.

Sehr erfrischend sprach Herr Prof. Coblenzer über „Zur Praxis von Selbstwahrnehmung und Kommunikation in Stimmpädagogik und -therapie“. Stimmbetätigung ist quasi eine Rückkoppelung, die Funktionslust der Stimme schafft Ausdruckskultur, und das Ausdrucksbewußtsein ist nicht nur Luxus für Schauspieler.

„Die Rolle des Selbstgesprächs bei der psychosozialen Rehabilitation“ war Thema von Herrn Dr. Udo Derbolowsky. Das Selbstgespräch ist Spielraum, um die Seele zu entfalten.

Frau Lessin-Zeitel berichtete über „Wahrnehmung und Kommunikation“ in dem Sinne von mit sich aufmerksam und selbstkritisch Umgehen - ohne Bewertungen.

Am Nachmittag des Sonnabends verteilten sich die Teilnehmer in verschiedene Arbeitsgruppen, wobei noch Herr Würtl, Frau Langguth, Frau Bollkämper, Frau Noodt, Herr J. Derbolowsky, Frau R. Derbolowsky, Herr Canacakis-Canás, Frau Glüer, Frau Scherf und Frau Karst weitere Seminare leiteten, in denen Einblicke in die jeweilige praktische Tätigkeit gegeben wurden. Meist waren Übungen damit verbunden, denn es sollte selbstverständlich auch selber wahrgenommen werden. Leider war die Zeit oft viel zu schnell vorbei, aber um einen groben Eindruck zu bekommen, dafür langte es - oder besser - um von einem anderen Ansatzpunkt her angeregt zu werden. Ich selber hatte den Eindruck, daß mir eine schillernde, volle Kugel gezeigt wurde, und je nachdem, wie diese gerade lag, so zeigte sich mir ein neues Bild, aber nicht nur zum Sehen - sondern auch zum Begreifen.

Der Sonntag begann wieder mit allgemeinen Vorträgen. Herr Dr. Jakob Derbolowsky sprach über Krebskrankheit. Herr Canacakis-Canás redete über Musiktherapeutische Interventionen in der somatopsychopädischen Arbeit mit Krebspatienten. Wieder zwei verschiedene Ansatzpunkte. Herr Canacakis-Canás sagte, daß Musik Ordnung in die verrücktgewordene Krebszelle bringt. Er betonte den Einklang mit sich selber.

Herr Würtl hatte über einige Wirklichkeiten in der Schule zu berichten. Er verglich einen Lehrer mit einem neurotischen Koch, der jemanden gegen dessen Willen immer neu vollstopfen möchte.

Frau Bollkämper sprach über eine Psychodrama-Gruppe. Das Märchen vom König Drosselbart diente zum Rollenspiel und somit zur Lösung der Konflikte.

Frau Scherf sprang dann mit „Theater - Platz des Sehens“ förmlich auf das Podium. Sie hat beste Erfolge besonders bei Jugendlichen mit ihrem Stegreiftheater. Gerade auf der Bühne - im Spiel - kommen sehr schnell die Fragen auf: Wie bekomme ich Abstand zu mir selber? Wie werde ich identisch mit mir? - Der Wille wird hier zum Regisseur im Theaterstück.

Frau Alexander berichtete über „Die Bedeutung der reflektorischen Aufrichtung für Haltung, Bewegung, Atem und Stimme“. Ihre ersten Anregungen überhaupt für diese Arbeit hatte sie einst in der Schule Schlaffhorst-Andersen bei Frau Anka Schuitze bekommen - durch das Schwingen. Und sie überreichte zusammen mit ihrem Vortrag die wissenschaftliche Erklärung für den enormen Einfluß dieser speziellen Übungen. Selbstverständlich sprach gerade sie viel vom Tonus und über die nonverbale Kommunikation, die über den Tonus geht.

Den Nachmittag verbrachten die Teilnehmer wieder in Arbeitsgruppen, und in der anschließenden Abschlusdiskussion wurden nicht nur aufkommende Fragen beantwortet - sondern es wurde gegenseitig viel Dank für die inhaltsreiche, gelungene Tagung ausgesprochen. Das Thema der Selbstwahrnehmung und Kommunikation hatte sich lebendig verwirklicht.

Gundula Heintze, 3. Semester

Mögliche Einflüsse aus der Gesangspädagogik und angrenzenden Gebieten auf Clara Schlaffhorsts Arbeit an der Singstimme

Examensarbeit von Renata Ullmann, 1976 (4. Teil)

II. Einflüsse aus der Gesangspädagogik und anderen Gebieten

B. Erkennliche Einflüsse in Arbeitsprinzipien Schlaffhorsts

1. Urformen

Für Clara Schlaffhorst gehören zum „Gesetz der Stimme“, zu ihrem Gebrauch, wie er von der Natur vorgezeichnet ist, die „Ur-“ oder „Naturformen“. Jaques Dacqués (?) nennt 7 Formen, die der Natur eigen sind: Band, Spirale, Fläche, Stab, Kegel, Kugel, Kristall. Schlaffhorst entdeckt Entsprechungen im Organismus und ordnet zu: Band-Stimme, Spirale-Luftfunktion, Fläche-Zwerchfell, Stab-Wirbelsäule oder Klangsäule, Kegel-Lunge, Kugel-Blut, Kristall-Gehirn. Beim Singen weckt - über nacheinander einsetzende Funktionen - erlebnismäßig eine Naturform die nächste in der angegebenen Reihenfolge. „Meine Arbeit besteht darin, diese „Urformen“ in ihren Funktionen zu erreichen oder wiederherzustellen“!). Begriffe wie „Flächenatem“ und „Band“ (= Stimme) haben hier ihren Ursprung.

2. Oktave

Bevor Clara Schlaffhorst die Septime zum Mittelpunkt ihrer Stimmbildung macht, wird viel mit der „Oktave“, mit einzelnen Intervallen der Tonleiter, gearbeitet. Begriffe aus der Lehre Rudolf Steiners stellt Schlaffhorst als Entsprechungen aus seelisch-geistigen Bereichen den Intervallen gegenüber:

Physischer Leib (Steinseele)	— Prime
Ätherleib (Pflanze)	— Sekunde
Astralleib (Tier)	— große Terz
Empfindungsseele	— kleine Terz
Verstandesseele	— Quarte
Bewußtseinsseele	— Quinte
Geistseele	— Sexte
Lebensgeist	— Septime
Geistmensch	— Oktave

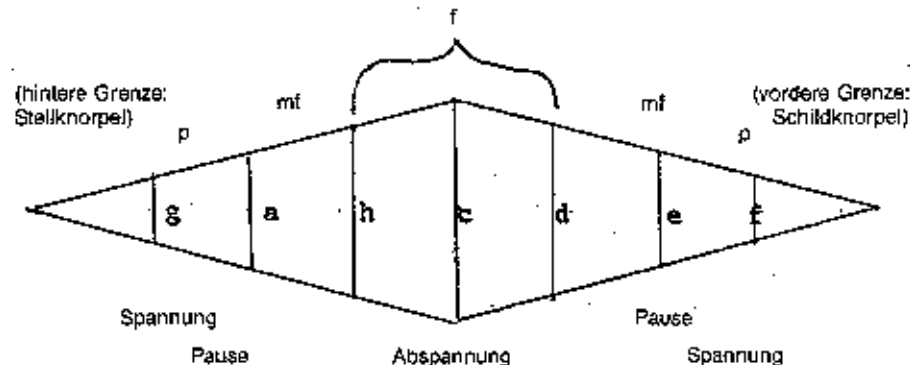
Was es mit solchen Entsprechungen auf sich hat, geht aus der Beschreibung der Septime hervor.

3. Septime

Eine Idee, der Einflüsse aus vielerlei Richtungen zugrunde liegen, ist die Septime. (Unter „Septime“ ist hier die Abfolge der sieben Töne — im Raum des Septimintervalls — zwischen g und f zu verstehen.) Diese Idee, die sich über längere Zeit hinweg entwickelt, bildet schließlich das Zentrum ihrer Stimmarbeit. Die Septime steht als horizontal gelagertes Element der Stimm- bildung der vertikalen Raumdimension des Heyschen Klangzylinders ergänzend gegenüber. — Daß Schläffhorst sie zur Grundlage ihrer Stimmarbeit macht, hat sicher nicht zuletzt seinen Grund im Spannungsgehalt, der von dem Intervall der Septime ausgeht, das im seelischen Erleben Zusammenziehung, Schmerz erzeugt und dadurch auch die Möglichkeit der Lösung, Befreiung, des Aufatmens gibt, musikalisch mit der Lösung im c, das der Ton der Mitte ist sowohl bei der Septime als auch im abendländischen Tonempfinden überhaupt. So entspricht die Septime schon in ihrem musikalischen Gefüge Schläffhorsts Suche nach Bewegung im Leben. — Die Entwicklung der Septime wird hier nur insoweit dargestellt, als nötig ist, die Einflüsse aus den verschiedenen Richtungen sowie Gesamtzusammenhang und Zweck zu erkennen.

Schläffhorst sucht, wie wohl alle Stimmbildner, nach einer einheitlichen Stimme. Sie lernt aus Büchern den Stimmphysiologen Sir Morell Mackenzie und Dr. med. C. L. Merkel, Professor für Antropophonik sowie seinerzeit Dirigent der Poliklinik für Halskranke an der Universität Leipzig, kennen. Sowohl Mackenzie als auch Merkel wissen etwas über die Stimmfähigkeit, bei der der Großteil der Stimmritze fest geschlossen ist und eine kleine Öffnung bleibt, in der der freie Rand der Stimm lippen schwingt. Mackenzie hat diese Stimm bandbewegung nur bei geschulten Stimmen gefunden. Das besagte kleine Loch fand sich meist beim Bilden des oberen Teils der Tonreihe, teilweise jedoch durch die ganze verfügbare Tonreihe hindurch. Bei manchen Stimmen wurde es im vorderen, bei manchen im mittleren Drittel der Bänder glottis beobachtet. — Als Clara Schläffhorst einmal mit zwei taubstummen Kindern arbeitet, entdeckt sie aufgrund ihres feinen Empfindungs sinnes für Vorgänge an der Stimme, daß die zwei Töne, die allein zu bilden die Kinder in der Lage sind, am hinteren Stimm bandende anschwingen. Der Tonumfang der Kinder erweitert sich in die „Höhe“ hin, als Schläffhorst sie aus dem dunklen in den hellen Zimmerteil gehen läßt, ihnen so über das Auge die Vorstellung dunkel-hell und hinten-vorn vermittelt und mit dieser Vorstellung die Tongebung verbinden läßt. Der Gedanke, daß die unterschiedlichen Helligkeitsgrade (Höhen) der Töne einen jeweils entsprechenden Sitz an den horizontal verlaufenden Stimm lippen haben könnten, scheint hier seinen Ursprung zu haben. — Weiterhin stellt Schläffhorst fest, daß es nach einer tiefen Einatmung, z.B. nach der Koflerübung 1 (Tiefatmen mit den vereinigten Atmungsmuskeln), sehr häufig geschieht, daß der betreffende Schüler, zu einem Ton aufgefordert, g singt. Da die Tiefatmung die Mitsenkung des Kehlkopfs und die Längen der Stimm lippen bedingt (die Stimmritze reicht dabei bis zu den Stellknorpeln), kommt Schläffhorst auf die Idee, das g könne seinen Sitz an den Stellknorpeln haben. Bei der Arbeit mit zwei Menschen, bei denen sie die „Kultur des Gehirns“ stärker entwickelt findet als die Kräfte der Natur, wie sie sich in einer Tiefatmung kundtun, kommt dagegen, wenn ein Ton gesungen werden soll, jedesmal das f. Sie stellt dem g als dem Ton, der aus der Atemkraft resultiert, das f als den Ton, der aus einer ausgeprägten geistigen Kultur hervorgeht, gegenüber und nimmt an, daß das f vorn am Stimm band liege. Die übrigen Töne lägen dann naturgemäß dazwischen verteilt. Ihre Erfahrungen bestätigen ihr diese Schau und verdichten sie ihr zur Tatsache. — Weiterhin erlebt sie, daß bei Altstimmen die Töne, die am hinteren Ende des Stimm bandes liegen, von Natur aus eine gute Spannkraft haben, beim Sopran die am vorderen Ende. Sie spricht von dunkler und heller Spannung. Zum jeweils entgegengesetzten Stimm bandende hin werden die Töne zunehmend verhaucht (wie im Zusammenhang mit Nehrlichs Registersicht bereits angeführt). Sie sieht die verhauchte Tongebung als Resultat eines verlorengegangenen Muskeletonus an der Stimme. Ihr Wunsch ist nun, in jeder Stimm gattung beide Spannungen zu erziehen und einen gesunden Tonus wiederherzustellen.

Der Umbildung der von Natur aus veranlagten Funktion legt sie das Bild einer Stimme zugrunde:

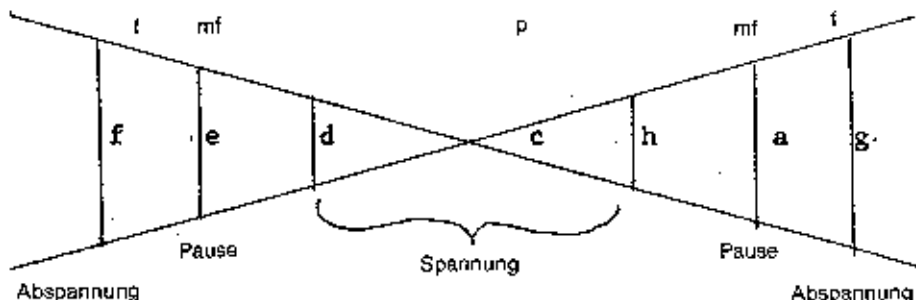


Das Bild kommt also zustande auf: und der Erfahrungen mit Atmung und Stimme: Die Lage der Töne bestimmt sich durch die Atmung, der Spannungsgrad durch die Stimme. — In dem Bild findet sich gleichzeitig die Dreiphasigkeit, die jeder Bewegung innewohnt, also auch der Stimm lippenbewegung, berücksichtigt. Schläffhorst überträgt also das Wissen um rhythmische Bewegungen auf die Stimm lippenbewegung, nachdem sie bei g und f die Veranlagung zur Spannkraft erkannt hat. h, c, d haben danach Streckung, a und e Lockerheit an den Stimm lippen. — Den einzelnen rhythmischen Phasen können der ihnen eigenen Dynamik entsprechend bestimmte dynamische Grade zugeordnet werden: Zusammenziehung — piano, Streckung — forte, Lockerheit — mezzo-forte. Vergleicht man dieses Bild mit der genannten Notierung Heys aus dem Gesangsteil, stellen sich Ähnlichkeiten dar:

„Vertheilung der stimm-physiologischen Widerstandskraft des Organs innerhalb der Hauptregistergebiete.



Die über den Noten stehenden Zeichen bedeuten, ihrem Breitendurchmesser entsprechend, größere und geringere Klangfülle, sowie dunklere und hellere Klangfarbe der Töne. „²) — Hey erfährt also gleichfalls (beim Sopran) um das f die geringste, um das c die größte Stimmkraft. Clara Schläffhorst weist im Zusammenhang mit der rhythmischen Gliederung der Töne und ihrer Dynamik auf diese Notierung Heys hin. Aufgrund ihrer Erfahrungen mißt sie dieser Sicht von der Stimme Gültigkeit für alle Stimm gattungen bei. — Weiterhin entdeckt Schläffhorst, daß im Zwerchfell die Töne ihre Stützpunkte gerade umgekehrt haben: g liegt vorn am Brustbein, f hinten an den Zwerchfellschenkeln. Auch am Zwerchfell erfahren die Töne eine rhythmische, dynamische Differenzierung. Dem Antagonismus zwischen Zwerchfell und Stimme entsprechend (die Stimm lippen werden gedehnt durch die Zusammenziehung des Zwerchfells und umgekehrt) findet sich im Zwerchfell die Zusammenziehung (p) bei h, c, d, die Streckung (f) bei g und f, die Lockerheit (mf) bei a und e. Als Gegenbild ergibt sich also:



Ihre Bilder benutzt Schläffhorst zu Funktionsvorstellungen und damit zu Ein-Bildungen bestimmter Funktionen. So erreicht sie z.B. durch die Vorstellung der Zusammenziehung des Zwerchfells bei der Tongebung von h, c, d eine Stütze, die von Natur aus nicht gegeben ist, erreicht durch die Vorstellung der Lage der Töne am Zwerchfell den Tiefgriff, der eine Voraussetzung zur Stütze bildet, durch die Vorstellung der Lage der Töne an den Stimmlippen Belebung und Beweglichkeit derselben. Die gefundenen „Tonrhythmen“, den der Stimme und den des Zwerchfells, verbindet Schläffhorst übungshalber mit dem Rhythmus der Naturlaute, wie er sich im Zwerchfell in der Abfolge U - I - A darstellt. Z.B. werden jeweils die Töne und Laute, denen im Zwerchfell gemeinsam rhythmische Phasen eigen sind, zusammen in rhythmischer Abfolge erübt. Laut- und Tongesetze arbeiten hierbei zusammen und fördern die Rhythmisierung des gesamten Organismus und damit die Harmonisierung der Person. — Weiterhin verbindet Schläffhorst die sieben Töne mit der Vokalreihe Heys: I-E-Ä-A-Ä-E-I unter der Vorstellung, daß Töne samt Lauten am Stimmband von vorn nach hinten und umgekehrt „schwingen“. Nimmt man die These an, daß der Vokal I Partialerschwingungen, dann ergibt sich auch hier eine Entsprechung der dynamischen Werte bei Lauten und Tönen, eine Übereinstimmung also zwischen Laut- und Tongesetz und somit eine Wiederherstellung oder Vertiefung naturgesetzlicher Funktionen. Eine Verbindung von den 7 Tönen zu Vokalen findet sich auch über die Helmholtz'sche Theorie der Eigentöne der Vokale. Nach ihm hat

der Vokal	den Eigentönen
U	f
OU	f'
O	b'
Ä	b''
Ä	d'', g'''
E	f', b''
I	f, d''
Ö	f', d'''
Ü	f, g'''

Es läßt sich ersehen, in welchen Punkten sich Übereinstimmungen oder Ähnlichkeiten zu Schläffhorsts Gedanken und Erfahrungen hinsichtlich der Verbindungen von Tönen und Vokalen und der Spannungen der Stimme finden.

Schläffhorst findet weitere Entsprechungen der sieben Töne in physischen Bereichen. So nennt sie Stützpunkte oder Schwingungszonen der Töne auch in den Muskeln und Organen des Leibraums, im Gehirn, im Nasen-Rachenraum, im Kehlkopf. Manche Erfahrungen mit der Siebentonreihe überträgt sie auf geistige Gebiete: Nach der Erkenntnis, daß ein mit Atemkraft besonders begabter Mensch spontan meist g singt, ein Mensch, bei dem geistige, evtl. künstlerische Veranlagung vorherrscht, meist f singt, sucht sie Entsprechungen zu den sieben Tönen in Entwicklungsstufen, wie Rudolf Steiner sie sieht. Demnach entsprechen einander:

Steinseele	—	Kraft	—	g
Pflanzenseele	—	Trieb	—	a
Tierseele	—	Instinkt	—	h, c, d
Menschenseele	—	Bewußtsein	—	e
Künstlerseele	—	Naivität	—	f

In der Zuordnung Steinseele — Kraft, Pflanzenseele — Trieb, Tierseele — Instinkt, Menschenseele — Bewußtsein (Verstand) folgt sie Nehrlich, wie schon erwähnt. Für Nehrlich sind Kraft, Trieb, Instinkt und Verstand im Willen vereint. Über den Willen nimmt er Einfluß auf die Form der Töne. Schläffhorst nimmt über die Töne der Septime Einfluß auf diese dem Menschen innewohnenden Komponenten: Sie sieht die unbewußt entstandenen Töne als Projektionen bestimmter Verhaltensweisen und Kräfte. Da für sie der Mensch nur hell ist, wo alle Kräfte im ausgewogenen Miteinander existieren, strebt sie über die Arbeit an der Septime in erster Linie dieses Gleichgewicht an, die Verschmelzung ur- und naturhafter Kräfte mit geistig-seelischen Kräften. (Die Vereinigung unterschiedlicher Elemente des Menschen ist auch Ziel der Arbeit mit der Oktave).

Schläffhorst zieht Verbindungen der sieben Töne zu 5 Übungen Koflers. Sie benutzt für die Tonerzeugungen, die aus den verschiedenen Luftfunktionen hervorgehen, den Registerbegriff. Auch hier entsprechen den unterschiedlichen Tonerzeugungen, die von g zu f entstehen, seelische Verhaltensweisen, die untereinander ausgeglichen werden sollen. Von g zum f sind für die Tonprodukte maßgebend Zwerchfell (g), Lunge (a), geschlossene Stimmlippen (h, c, d), geöffnete Stimmlippen (e), fast geschlossene Stimmlippen (f).

Septimetone	Luftfunktion	Register	Koflerübung
g	hauchen	Ausschlagregister	1
a	blasen	Durchschlagregister	2
h	stoßen	Gegenschlagregister	4
c	treiben		
d	drängen		
e	fließen	Oberzonenregister mit offener Glottis	11
f	saugen	Oberzonenregister mit geschlossener Glottis	12

Die Tonerzeugung im Ausschlagregister ist kräftig und erfolgt unmittelbar nach außen, sie erfolgt beim Durchschlagregister gegen einen Widerstand. Im Gegenschlagregister wird durch festen Stimmlippenschluß das Zwerchfell zur Umkehr gezwungen. Die Umkehr des Zwerchfells bedingt ein Loch an den Stimmlippen, durch das im ersten Oberzonenregister eine mittelbare Ausatmung (Tonerzeugung) erfolgt. Die stumme Ausatmung im zweiten Oberzonenregister bildet die Voraussetzung für die Funktion des Saugens bei der Phonation. Weiterhin verbindet Schläffhorst die sieben Töne mit den neun Sprachen, die sie in die Artikulatorische, die Stimm- und die Bronchialsprache zusammenfaßt. Die Artikulatorische Sprache steht auf g und a, die Stimm- und die Bronchialsprache auf h, c, d, die Bronchialsprache auf e und f. Für diese Art der Verknüpfung gilt sinngemäß das gleiche wie für die vorherigen.

Auch zum Denken, Fühlen und Wollen des Menschen, zu unterschiedlichen Temperamenten, zum Werden, Vergehen und Sein alles Kreatürlichen und zu weiteren Bereichen findet Schläffhorst Entsprechungen in den 7 Tönen. Sie ordnet der Septime auch die Sinne in ihrer Benennung nach Helen Keller zu:

Gefühl	=	tiefster und philosophischer Sinn	—	g
Geschmack	=	leichtfertiger, aber gläubischer Sinn	—	a
Geruch	=	wollüstiger Sinn	—	h, c, d
Gehör	=	stolzer Sinn	—	e
Gesicht	=	oberflächlicher Sinn	—	f

Auch Helen Kellers Stimmungsskala, in der Gegensätze gemeinsam auftauchen, zieht Schläffhorst in der Septimenarbeit heran:

jubilend	— f —	verzweifelt
begeistert	— e —	trostlos
freudig	— d —	klagend
heiter	— c —	verzagt
dankbar	— h —	gedrückt
getrost	— a —	veränderlich
zufrieden	— g —	gleichmütig.

Über den Wert der Septime schreibt Ilse Krüger: . . . Die Septime steht im Gesetz des natürlichen Lebensrhythmus. Nur durch sie kann die Stimme als alleinige Vermittlerin zwischen Mensch und Natur allen Organen den verloren gegangenen Rhythmus wieder bringen. Sie kennt keine Tonhöhe und Kopf-, Brust-, Falsettstimme, kein Hoch und Tief, denn sie verlangt ein physiologisches Arbeiten der Stimmbänder von vorn nach hinten und dadurch eine Stimmereinheit bei wechselnder Bewegung. Sie setzt uns Grenzen innerhalb der 7 Töne, die Erzeugung bleibt auf dem Stimmband die gleiche, nur Sitz, Spannungsverhältnis und Luftmenge sind in jeder Septime verschieden. Sie gibt uns die Möglichkeit, uns mit allen unseren unerlösten untermenschlichen Stufen zu verbinden, daß sie uns nicht vernichten, sondern Kraftquellen werden . . ." (1)

C. Zu Clara Schliaffhorst Klangidealen

Auch im Hinblick auf ihre Klangideale ist Clara Schliaffhorst beeinflusst vom zeitgenössischen Geschmack. Wie bei der Beschreibung der Septime ersichtlich wurde, strebt sie die Vereinheitlichung der unterschiedlichen Tonerzeugungen von der elementar-lauthaften bis zur gehauchten an. Die zwei Richtungen im Kunstgesang ihrer Zeit beschäftigen sie lebenslang und bestimmen ihre eigene Arbeitsweise.

Als Kind schon imponiert ihr eine natürlich-kraftige Stimmgebung. Dieser Vorstellung kommt Heys Klangenergie-Ideal entgegen. Atemkraft und geformte Lautgebung werden Mittel zur Verwirklichung der Vorstellung. Ihre differenzierte Empfindung verlangt jedoch zu den kraftkräftigen Elementen den Schwingungsreichtum der Stimme. Den Belcanto in seiner zeitgenössischen Ausprägung, gekennzeichnet unter anderem durch Kopfresonanzfülle, sieht sie allerdings als zu körperlos. (Es gibt jedoch auch Sänger, die vom Belcanto herkommen und deren Tonerzeugung sie durchgehend bejaht, so Battistini, der sich dank hoher Lungenelastizität bis ins Alter hinein eine sehr schöne Stimme erhält.) So strebt sie zunehmend an, durch die intensive lautkräftige Sprache und die dadurch gestalteten Töne hindurch die Schönheit des Melodieflusses, wie sie dem Belcanto eigen ist, zu erreichen. Sie versucht z.B. Resonanzbildung nicht über die Vorstellung, daß die Töne Anschlagpunkte haben (das empfindet sie als Vergewaltigung der Stimme), sondern sie erschließt die Räume unter Ausnutzung der Schwingungen der Stimme. — In den letzten Lebensjahren steht das Streben nach der „Freiheit der Räume“, wie sie es nennt, nach Resonanzreichtum, Schwingungsreichtum im Vordergrund ihrer stimmungsbildnerischen Arbeit. 1942 ist es das Belcanto-Ideal, das — wohl in einer ihrer Erfahrungen entsprechenden geläuterten Form (läutern kommt von Laut!) — ihren Vorstellungen von einer Stimme, wie sie klingen soll, entspricht.

III. „Vom Kopf auf die Füße“

Der Geschichte der Gesangspädagogik ist zu entnehmen, daß der Mensch die Dinge, die das Singen betreffen — wie alle Dinge — im Verlauf der Jahrhundertwende immer komplexer und differenzierter sieht. Zunehmendes Wissen ergänzt die Erfahrung. Erkenntnisse erweitern und vertiefen. So dringt auch Schliaffhorst, ausgehend vom Erfahrungsschatz ihrer Lehrer und unzähliger anderer Vorgänger, ein Stück tiefer in die Geheimnisse des Menschen ein. Daß sich ihr dabei Gesetzmäßigkeiten im organischen Leben erschließen und sie diese in erster Linie für ihre Arbeit nutzt, ist ungewöhnlich. Bei der Bearbeitung des Themas kam mir bisweilen der Gedanke, man könne auf Clara Schliaffhorst im Hinblick auf ihre Vorgänger den Satz anwenden, den man einst für Karl Marx in bezug auf Hegel prägte: Es heißt, Marx „stellte Hegel vom Kopf auf die Füße“. Schliaffhorst „stellt ihre Vorgänger vom Kopf auf die Füße“ würde zweierlei heißen: In weit umfassenderem Maße als ihre Vorgänger berücksichtigt Schliaffhorst erst einmal die Natur des Menschen, bevor sie an seiner Kultur arbeitet. Sie sieht sogar — anders oder extremer als jene — Geistiges, Künstlerisches als entwachsend aus der Arbeit an der menschlichen Natur. Bevor sie jedoch künstlerische Ziele ins Auge faßt, nimmt sie sich des Menschen in seiner Gesamtheit an. Hier liegt die andere Bedeutung des Satzes: Der Mensch rückt in den Mittelpunkt, wird Ziel auch der Arbeit an und mit der Stimme. Die Kunst kommt danach. „Meine Freundin und ich haben die Kunst erst mal oben beim lieben Gott auf den Nagel gehängt. Erst wenn wir herausgefunden haben, warum es dem Deutschen so schwer wird, von innen heraus-

zukommen, werden wir sie wieder herunterholen.“ Auf der Suche nach der Erschließung schwer zugänglicher Bereiche des Menschen bleibt die Ausbildung, wie die Gesangspädagogik sie betreibt, tatsächlich in manchem vernachlässigt. — Trotz der Erweiterung ihrer Arbeit auch in gesundheitliche und erzieherische Bereiche hinein bleibt es Clara Schliaffhorsts größter Wunsch, Sänger auszubilden, Atem, Laut und Stimme in den Dienst der Kunst zu stellen. Ihrer Erkenntnis gehorchend ordnet sie jedoch den Menschen in seiner Zerrissenheit den ausschließlichen Forderungen der Kunst vor. Die Stimme wird Vermittlerin zwischen Mensch und Natur, zwischen geistig-seelischen Möglichkeiten und Fähigkeiten des Menschen einerseits und seinen körperlichen, naturhaften Kräften andererseits. Sie dient damit seiner vollständigen Entfaltung. Mit der Vermittlung bereitet sie auch den Boden für künstlerisches Leben, das nur gedeihen kann, wenn Geistiges und Naturhaftes eine Synthese eingegangen sind — wie es Dürer in seinem Wort so gut ausdrückt.

Singen läßt Clara Schliaffhorst jeden Menschen. „Jeder kann singen“ sagt sie. Sie sucht jeweils die dem Menschen eigene Stimmgebung, da es bei jedem nur eine Tonerzeugung gibt, die echt ist und den Zuhörer berührt. Sie erschaut bei jedem Menschen die in ihm liegenden Möglichkeiten und setzt mit ihrer Arbeit da an, wo ihr die Hilfe am dringlichsten scheint. Sie nutzt die Stimme in ihren komplexen Zusammenhängen mit Atmung und Lautformung zur Wiederherstellung des gestörten Lebensrhythmus und zur Katharsis und setzt somit Heilungsprozesse in Gang. („Krankheit ist ein musikalisches Problem“ — diesen Ausspruch von Novalis zitiert sie gern.) Sie nutzt sie zur Erziehung und Umwertung chaotischer Kräfte im Menschen. Über Volkslied und Kunstgesang lockt und formt sie Gemütskräfte, fördert das Schöpferische im Menschen und gibt ihm damit Wegweisung zur Selbstverwirklichung.

Der singende Mensch, das erstrebt sie, soll alles Zwanghafte und Oberflächliche abstreifen. Sein Gesang soll tief in seinem Innern wurzeln. Er soll ihm eigen sein und ihn ganz erfüllen, soll seelisches Leben wachrufen und Wahrheit und Schönheit durchscheinen lassen.

1) Aus: Schümann: Begriffserklärungen

2) Julius Hey: Deutscher Gesangsunterricht II, S. 42

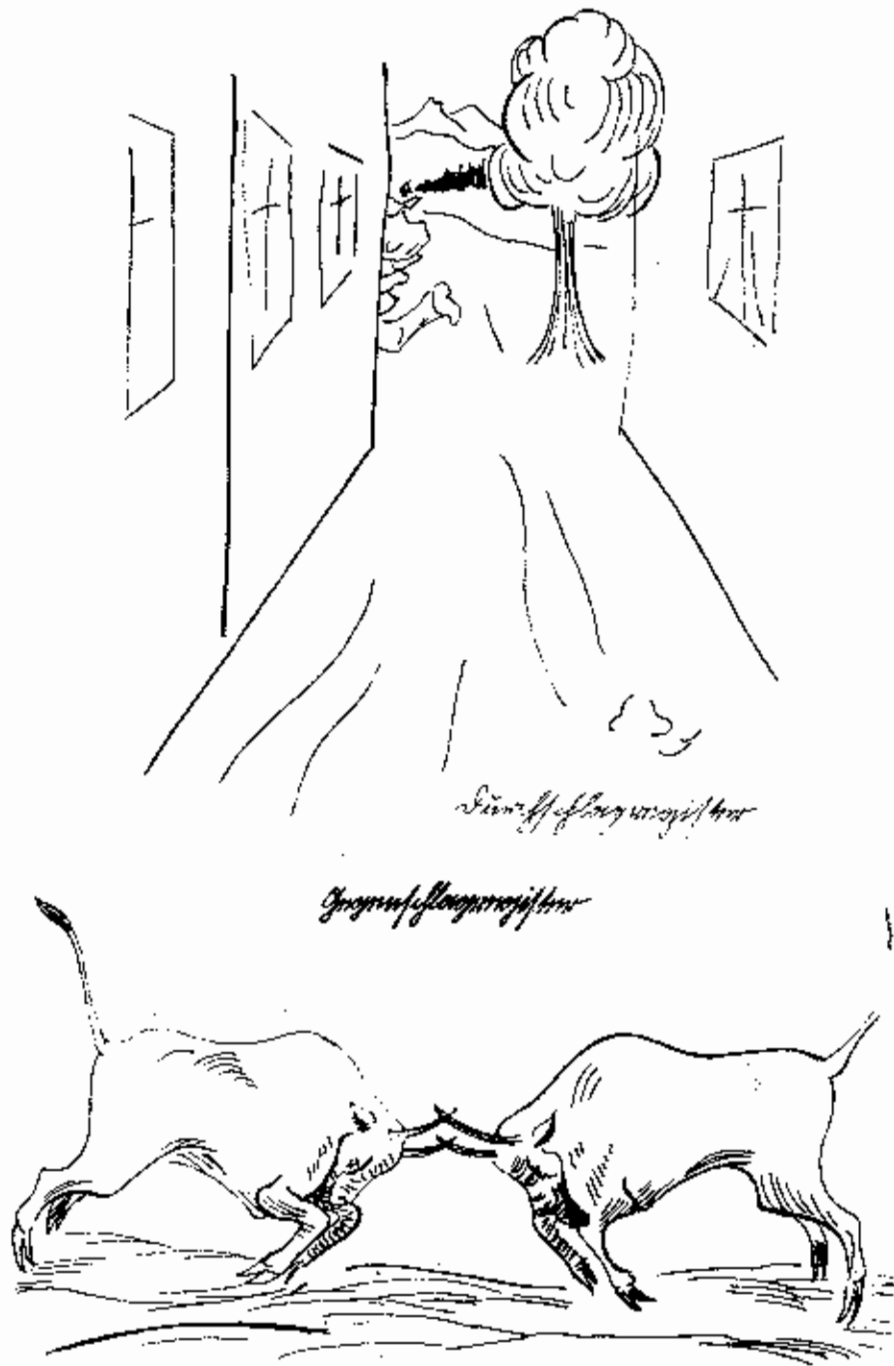
3) Krüger, Ilse: Der Wert der Septime

Literatur

- Adorno, Theodor, W.:** Versuch über Wagner; Suhrkamp TB Verlag Frankfurt am Main 1974
Die Rotenburger Woche: Friedrich Fleischer Verlag Leipzig 1928
Dietrich, W.: Zum 100. Geburtstag von Clara Schliaffhorst; Helfer Verlag E. Schwabe, Bad Homburg 1963
Grundriss der Geschichte Bd. II: Ernst Klett Verlag Stuttgart
Herzfeld, Friedrich: Lexikon der Musik; Ullstein Verlag Frankfurt 1973
Hey, Julius: Deutscher Gesangs-Unterricht I, II, III; Verlag B. Schott's Söhne, Mainz
Koller, Leo: Die Kunst des Atmens; Bärenreiter Verlag 1961
Krüger, Ilse: Clara Schliaffhorst - Eine biographische Skizze, 1963; Gutenberg-Druckerei Bad Godesberg
Krüger, Ilse: Der Wert der Septime, Notiz
Mackenzie, Sir Morell: Singen und Sprechen; Deutsche Ausgabe von Dr. J. Michael; Leopold Voß Verlag Hamburg und Leipzig, 1901
Merkel, Carl Ludwig: Der Kehlkopf; Verlagsbuchhandlung J.J.-Weber, Leipzig 1896
Musik in Geschichte und Gegenwart: Lexikon
Nehrlich, Christian Gottfried: Der Kunstgesang; Verlag Karl Lanz, Stuttgart 1859
Nehrlich, Christian Gottfried: Die Gesangskunst; Verlag B.G. Teubner, Leipzig 1841
Nehrlich, Christian Gottfried: Die Gesangskunst, 2., stark vermehrte, umgearbeitete Auflage; Verlag B.G. Teubner, Leipzig 1860
Palmer, Christa: Wechselbeziehungen zwischen künstlerischer Gestaltung und funktioneller Atem- und Stimmgebung in Gesang; Eldingen 1975

Reusch, Fritz: Die Kunst des Sprechens (Der Kleine Hey); Verlag B. Schott's Söhne Mainz 1956
Riemann, Ludwig: Akustik; Verlag Friedrich Vieweg und Sohn 1896
Schlaffhorst Clara und Andersen Hedwig: Atmung und Stimme; Georg Kallmeyer Verlag, Wolfenbüttel/Berlin 1928
Schlaffhorst, Clara und Andersen, Hedwig: Atmung und Stimme; Neu herausgegeben von Wilhelm Menzel, Mösseler Verlag Wolfenbüttel
Schlaffhorst, Clara: (Aus dem Arbeitsheft von Clara Schlaffhorst), Notizen
Schmitt, Friedrich: Große Gesangsschule für Deutschland; beim Verfasser München 1854
Schumann, Gertrud: (Begriffserklärungen); Titisee 1976
Schumann, Gertrud: Die Rhythmischen Tonübungen
Schumann, Gertrud: Die zwei Tonrhythmen; Titisee 1974
Schumann, Gertrud: Septime (Aufzeichnungen)
Stampa, Aribert: Atem, Sprache und Gesang; Bärenreiter Verlag Kassel 1956
Vogler, Paul: Clara Schlaffhorst - Gedenkrede zum 100. Geburtstag
Weber, Mathilde: Das Gesetz des Gesanges, Sylt 1968
 Zusammenstellung von Begriffs-Definitionen aus der Schlaffhorst-Andersen-Arbeit, Eldingen 1972

Illustrationen zu den
 5 Atem-„Registern“
 (siehe Renata Ullmann
 S. 27 Mitte)
 von Ilse Krüger (1926):



*Dienstleistungen
mit offenem Markt*



*Dienstleistungen
mit geschlossenem Markt*

Schriftleitung: Heidi Noodt

Zuschriften redaktioneller Art bitte nur richten an:

Frau Heidi Noodt

Dorfbergstraße 15

7611 Berghaupten - Tel. 07803 / 1882

Bei Anfragen bitten wir, Rückporto beizufügen.

Für unverlangt eingesandte Manuskripte übernehmen wir keine Gewähr.

Jahresabonnement für Nicht-Mitglieder DM 15,00

Schriftführerin der Gesellschaft:

Frau Waitraut Seyd

Wischenweg 6

3103 Bergen 2 - Sülze

1. Vorsitzende (zuständig für die Kasse):

Frau Dr. Anna-Paula Krüse

Klosterstraße 1

3050 Wunstorf 2

Konto der Gesellschaft:

Postscheckkonto: Postscheckamt Hannover

(BLZ 250 100 30) Konto-Nr. 368 10-308

Bitte machen Sie bei der Bezahlung Ihres Mitgliedsbeitrages vom Abbuchungsverfahren Gebrauch!

Gesellschaft der Freunde der Schule Schiaffhorst-Andersen e.V.

3101 Eldingen/Celle