

Mit ATEM in der Tiefenmuskulatur führen

Info-Bulletin 2024 / für die Heuballenmitglieder der Esel-Ei

CARDELLINO DER SINGENDE PANTOMIME®

Liebe Heuballenmitglieder

Der Kulturfonds feiert das 30jährige Bestehen. Das Bulletin erscheint im neuen Gewand: Zeit, in die Zukunft zu blicken. Das Mitteilungsblatt kommt einfacher und in Papierform farbig daher. Es ist mit den Händen leicht zu entfalten. Und – da ist noch **etwas ganz Besonderes:**

Das neue Logo erscheint als registrierte Marke: **CARDELLINO – DER SINGENDE PANTOMIME®.**



Kurzer Rückblick und Ausblick: Vor 30 Jahren entstand der **Cardellino-Club**. Vor 10 Jahren wandelte er sich in den **Kulturfonds**. Neu lassen sich die allgemeinen Informationen wie AGB, Mitgliedschaft, aktuelle Veranstaltungen, Hintergründe, Jahresrechnung zur Esel-Ei etc. auf www.cardellino.ch finden. Neu ist aber auch **DER SINGENDE PANTOMIME CARDELLINO®** im Zusammenspiel mit Esel Nicki. Dieser Errungenschaft ist das Bulletin 2024 gewidmet. Ich erläutere, warum der **Pantomime singt**, und **Nicki spielt**.

Ein Novum in der Kulturgeschichte

Auf die Idee, dass der Pantomime singt, hat mich **Esel Benjamin** gebracht. Ich möchte vorwegnehmen, dass **DER SINGENDE PANTOMIME** kein Widerspruch in sich selbst ist. Ich wollte ohne weitere funktionale Hilfsmittel aus dem vergesellschafteten Arbeitsalltag wie Seile, Peitschen, Positionen, Stäbe, Worte, Befehle, Belohnungen, Drohungen etc. **allein als Pantomime** mit Esel Benjamin ins Gespräch kommen. Ich wollte mit ihm nonverbale Kommunikation üben und zeigen. Ich wollte einen Weg finden, wie Esel Benjamin mein Freund werden kann, und wie er diese Freundschaft anstelle der katatonischen Erstarrung als „Sturheit“ mit „Angst in der Muskulatur“ zum Ausdruck bringen kann. Und was ist neben der Freundschaft herausgekommen? Nichts. Das stimmt, natürlich nicht! Mimik und Gestik in der äusseren Muskulatur sind die Ausdrucksmittel eines Pantomimen. Alles, was sich im Inneren einer Pantomime abspielt, sieht und hört man nicht. Dasselbe gilt für den Esel. **Die Tiefenmuskulatur und der Atem sind unsichtbar.** Esel Benjamin lehrte mich im Verlauf der rund 30 Lebensjahre, Mimik und Gestik in der äusseren Muskulatur genauso als verbale Hilfsmittel zu erkennen und ebenfalls wegzulassen. Die Weichen wurden neu gestellt. Nicki und ich tauschen uns über den Atem aus. Der Atem baut in der Tiefe der Muskulatur die Anatomie des Körpers auf und führt von innen nach aussen zur **EINHEIT DER KOMMUNIKATION**. Wir erreichen uns als Wesen über die paraverbale Kommunikation. Jetzt stellt sich die Frage, wie diese unsichtbare Leistung zum Ausdruck kommt. **Wie komme ich biologisch und physikalisch mit dem Atem von Nicki ins Gespräch?** Was brauchen Lebewesen, um aus Selbstbewegung und Selbsterhalt in den Austausch zu kommen? Der Austausch ist das wichtigste Gut, um zwischen den Lebenswelten – und seien sie noch so verschieden – **eins zu werden**.

Mit ATEM in der Tiefenmuskulatur führen

Info-Bulletin 2024 / für die Heuballenmitglieder der Esel-Ei

Paraverbale Kommunikation braucht Luft und Raum

In den letzten Bulletins habe ich beschrieben, wie ich das Zungenbein anatomisch lösen und im Raum des Körpers über die Tiefenmuskulatur mit den Zwerchfellpfeilern verbinden kann. Es ist **CARDELLINOS ZIEL**, die Zungenbeine von Esel Nicki zum Schwingen zu bringen.

Zur Erläuterung: Das Zungenbein ist der einzige freischwebende Knochen in uns Säugetieren. Das zarte Stück ist mit dem Körper über die tiefen Muskeln, Sehnen, Bändern und Nerven verbunden. Bei uns Menschen befindet sich das Zungenbein im Halsansatz oberhalb der Kehle, bei den Pferden und Ziegen (den vierbeinigen Säugetieren) entlang der Wangen in den seitlich verlaufenden Kiefern. Vierbeiner verfügen also über zwei freischwebende Zungenbeine. Das Zungenbein wird über den Fluss des Atems durch den Kehlkopf zum Schwingen gebracht. Die Stimmlippen mit ihren Schleimhautdrüsen und dem Spalt zwischen den Stimmbändern spielen bei der unsichtbaren muskulären Atmung eine wichtige Rolle. Sie ermöglichen, eine Brücke zum Zwerchfell zu bilden. In der Lunge baut sich ein Unterdruck auf. Durch diesen Unterdruck heben sich die Zwerchfellpfeiler entlang des Rückens und geben dem Körper die **Phonationsstellung**. Die Zwerchfellpfeiler befinden sich beim Menschen am 12. und bei den Equiden am 19. Brustwirbel. Sie bilden den Übergang aus der Wirbelsäule zur Beinmuskulatur. Mit der Phonationsstellung erdet sich der Körper. Er wird im Bereich des Kehldeckels und des Gaumensegels entgegen der Gravitation leichter.



Der Atem wird sichtbar

In dieser Haltung bleibt dem Kehlkopf **eine sehr kleine Öffnung** erhalten, durch die sich der Körper mit Sauerstoff füllt. Sie liegt **hinter dem Ende der Stimmbänder**, beim Ansatz an den Stellknorpeln. Diese kleinste Öffnung nennen wir sowohl beim geräuschlosen Atmen wie bei der Tonerzeugung den **Spiralpunkt zur Rhetorik**. Wird dieser Spiralpunkt beim singenden Pantomimen und bei **Esel Nicki** erreicht, spielen die beiden allein über den Atem. Der Esel und der Pantomime werden in ihrem Zusammenspiel ohne weitere Hilfsmittel **eins**. Die Ursachen und die Wirkung des Atems werden im Raum der Manege zur gemeinsamen **Choreografie**. Bühne frei zu **INHALARE LA VOCE**. Zwei noch so verschiedene Säugetiere werden eins. Was bedeutet diese Erfolgsgeschichte nun für Esel Nero?

Esel Nero wächst bereits in einem sich entfaltenden Umfeld auf. Das nun zweijährige Tier kennt nichts anderes als die **Kommunikation in und aus der Tiefenmuskulatur**. Sein Training baut sich in der paraverbalen Sprache auf. Und was löst diese Tiefenkommunikation bei den **Ziegen** aus? Ganz einfach: Den Raum, den Nicki und ich in der Manege einnehmen, lädt sie zum Mitspielen ein – und sie tun es aus eigenem Antrieb und ohne Widerstand. Unser Atem nimmt derart viel Raum ein, dass selbst die Ziegen den **Spiralpunkt zur Rhetorik** öffnen und sich angesprochen fühlen. Das innere Bewegungsprinzip begeistert also nicht nur die Esel, sondern auch die Ziegen. Spüren, fühlen und atmen ermöglichen Empathie und Mitgefühl. Selbst Tiere beginnen zu denken, um miteinander und mit Menschen zu kommunizieren.



Mit ATEM in der Tiefenmuskulatur führen

Info-Bulletin 2024 / für die Heuballenmitglieder der Esel-Ei

Körperliche Genesung

Ich will **drei Beispiele** aus der Geschichte mit den Ziegen und mit Esel Benjamin nacherzählen, um aus anderer Perspektive meine Erläuterungen zur „Vitalität“, „Erdung“ und „Gegenbewegung zur Gravitation“ zu vertiefen. Es sind Erfahrungsberichte, die zeigen, welche Bedeutung **die Freistellung des Zungenbeins** auf die Regeneration und Gesundheit des Körpers hat.



Es war eine heisse Sommerwoche im Jahr 2020. Ich war drei Tage weg, und es wurde mir berichtet, dass **Ziege Tarzan** kein Heu mehr zu sich nehme. Bei meiner Rückkehr suchte ich Tarzan sofort auf. Ich sah, dass er dehydriert war und offensichtlich bereits länger kein Wasser mehr trank. Aufgrund meiner Beobachtung musste ich folgern, dass er nicht mehr wiederkäuen konnte. Also begann ich vorsichtig die beiden Zungenbeine links und rechts der Mundöffnung zuerst von aussen, dann von innen zu massieren und drang mit den Fingern immer mehr in den hinteren Kieferbereich ein, bis ich nach mehr als einer Stunde eine kleinste muskuläre Bewegung und ein leichtes Würgen im tiefliegenden Schlundbereich verspüren konnte. Nach einer weiteren halben Stunde trank er ein wenig Wasser. Am Abend frass er ein wenig Heu und begann tief durchzuatmen. Nach drei Tagen lenkte sich sein normales Fressverhalten wieder ein. Ganz offensichtlich konnte Tarzan die Nervenspannungen in der Tiefenmuskulatur der Kehle aus eigenem Antrieb wieder lösen. Ich habe über das befreite Zungenbein Tarzan das Leben retten können.

Ziege Grigio verschluckte sich an einer Nusschale, welche von einer Krähe im Gelände liegen gelassen wurde. Die Nusschale blieb ihm im Hals stecken. Sie lag bereits so tief in der Kehle, dass es nicht mehr möglich war, Grigio von diesem harten Stück zu befreien, ohne ihn zu verletzen. Also wiederholte ich das selbe Prinzip, wie ich Tarzan zuvor den Pansenmagen wieder in Aktivität bringen konnte. Währendem ich die Zungenbeine aus der Verkrampfung der Tiefenmuskulatur in die freie Schwingung bringen konnte, begann Grigio seinen Rücken zu heben, und er konnte über das Pressen und Loslassen des Zwerchfells sich vom beklemmenden Stück befreien. Allerdings verlor er dabei die Stimme. Regelmässig wiederhole ich die Massage und Grigio beginnt wieder, wenn auch noch leise zu meckern. Auffallend sind seit diesem Vorfall seine strahlenden Augen.



Esel Benjamin erlitt zwei Jahre vor seinem Tod einen herben und schmerzhaften Rückfall der Hufrehe. Er hing buchstäblich in seinen Knochen, und der Hufschmied weigerte sich, noch irgendetwas für seine Hufe zu tun. Sie fielen in sich zusammen. Normalerweise hätte man das Tier abgetan oder ins Tierspital überwiesen. Mit welchem Erfolg? Neben pflanzlichen Stärkungsmitteln für die Hufe massierte ich Benjamin täglich das Zungenbein, einmal links, einmal rechts. Sein Rücken begann sich in kurzer Zeit zu dehnen und er konnte schmerzfrei auf den Fesseln stehen. Sauerstoff durchdrang seinen Körper, und Benjamin wurde wieder gesund. Ein viertel Jahr vor seinem natürlichen Tod attestierte ihm der Tierzahnarzt beste Zähne, und der Hufschmied staunte über die fantastische Wiederherstellung und Durchblutung der Hufe. Der Sauerstoff im Körper hat Benjamin gerettet, und er starb den Alterstod bei bester Gesundheit.

Mit ATEM in der Tiefenmuskulatur führen

Info-Bulletin 2024 / für die Heuballenmitglieder der Esel-Ei

DER SINGENDE PANTOMIME®

Auch mein Körper hat sich in dieser Zeit regeneriert. Führen und geführt werden tauschen sich aus. Nun beginnen die Proben mit Nicki. Nach dem Vorbild von **Comedia del arte** werden wir die Manege mit Licht, Musik und Ton füllen – um uns darin zu bewegen. Als singender Pantomime wird mein Atem hörbar, aber auch geräuschlos sein. Je nach Figur und Szene lasse ich die Stimmbänder schwingen, immer aber wird der **Spiralpunkt zur Rhetorik** offen sein und seinen Ausdruck in der Pantomime finden. Ich werde ohne weitere Hilfsmittel der Spielpartner von Nicki, und er mein Kompagnon sein. Wir werden über die Website www.cardellino.ch laufend berichten, wie weit der Stand der Dinge liegt und dies auch fotografisch und mit Kurzvideos dokumentieren. Diese spezifische Website ist als Landingpage in der Website zur **Spiralrhetorik®** integriert. Der **Kulturfonds** wird dadurch als eigene Veranstaltungsreihe herausgehoben und in seiner Eigenständigkeit dokumentiert. Ebenfalls berichten wir über weitere kleinere Veranstaltungen und Anlässe, welche die Esel-Ei berühren, wie die Jahresveranstaltung für die Heuballenmitglieder. Das **Jahrestreffen** findet dieses Jahr am **Samstagsvormittag, 28. September 2024** wie üblich auf der **Esel-Ei-Alp** statt. Wir zeigen, wie der Atem mit **Luft und Raum in der Tiefenmuskulatur** das Spiel bewegt und als Einheit zusammenfügt. Die **Rhetorik** wird in unseren Körpern verankert sein.



Ein Wendepunkt mit Perspektiven

Nun – was bedeutet diese Entdeckung für die Zukunft? Mit den Erläuterungen zum Zusammenspiel haben wir kein Gesetz erklärt. Es wäre ein Zirkelschluss. Aber wir haben eine Systemstruktur zwischen Lebenswelten gefunden, die noch nirgends so zum Ausdruck gekommen ist. Die Fakten lassen sich zeigen und repetieren, sowohl in der Rhetorik wie in der Gesundheit. An dieser Stelle möchte ich der Sängerin Edit Siegfried-Szabò danken, die mir mit ihrer Supraleitungsmethode den Zugang zur Tiefenmuskulatur meines Körpers ermöglicht hat. Das Training auf die Tiere auszuweiten, war jedoch meine Idee. Bei freischwebenden Zungenbeinen braucht es, mit Ausnahme des eigenen Atems, keine Hilfsmittel mehr, um mit Tieren zu kommunizieren. In der Tierkommunikation und in der Kommunikation zwischen und unter Menschen könnten diese **Perspektiven aus dem Unsichtbaren** Türen öffnen. Wir könnten als eigene Wesen miteinander kommunizieren und könnten alte Probleme mit neuen Methoden lösen. Auch Gesundheit wird zu einem Thema werden, in dem ganz neue Aspekte der Heilungs-, Alterungs- und Genesungsprozesse artikuliert werden dürfen. Doch jetzt braucht es **die künstlerische Umsetzung mit Esel Nicki** und mit **Esel Nero** in der Manege. Es ist nicht selbstverständlich eine Arbeit zu unterstützen, welche in der Vorstellungskraft eines Menschen entstanden ist und nun sowohl als Bulletin wie auch in der Manege **im neuen Design** daherkommt. An dieser Stelle danken wir allen Heuballenmitgliedern für ihre Treue. *Heiner Dübi*

