

## Jodulas Jodelkurs

Zum Einstimmen ist es wichtig den Ton erstmal in sich hineinzuholen. Mit einem lockeren Unterkiefer beginnt man zu **Summen** und stellt sich vor, wie die Töne den „hohlen“ Körper mit Klangwellen ausfüllen. Auch im Übergang zu einem offenen A versucht man trotzdem den Ton in sich mit nach Innen zu nehmen. Dabei kommt es mehr darauf an, wie sich der Klang anfühlt, als darauf, wie er sich anhört.

Richtiges Jodeln passiert dann, wenn man **isolierte Bruststimmtöne** und **isolierte Kopfstimmtöne** erzeugen kann. Wenn nun zwischen diesen beiden Stimmen nahtlos hin und her gewechselt wird, entsteht der fürs Jodeln typische **Kehlkopfschlag**.

Die **Bruststimme** ist für Männer meist gewöhnlich, für Frauen eher schwieriger zu finden. Diese Töne stehen für die **Yang Energie** – für das Männliche, das Kraftvolle, das Archaische. Man findet sie, indem man – zunächst laut – anfängt zu rufen und weniger an Singen, mehr an Schreien denkt. Übung: typischer Kuhlockruf: hohohoh.... Je höher das hohoho angestimmt wird, desto intensiver und markanter wird die Bruststimme. Diese Stimmqualität muss dann in die gesungenen Bruststimmtöne übertragen werden. Als Einstieg kann auch ein Singen auf „heyhey“ hilfreich sein. Ein lautes Umgebungsgeräusch (Staubsauger, Wasserfall, Autobahn, lautes Radio) ist dabei erstmal unterstützend.

Die **Kopfstimme** ist den Frauen meist vertraut und für Männer oft schwieriger zu finden. Diese Töne stehen für die weibliche **Yin Energie** – das Zerbrechliche, das Dünne, Klare, Kalte. Um diese Stimmqualität zu finden, kann man sich den Kopf als Kamin vorstellen, durch den sich der Wind - in Form von Tönen - nach oben schraubt. Die Töne werden zunächst ohne Druck mit viel „H“ und ohne bestimmte Intonationsansprüche in die Höhe „geheult“. Diese Leichtigkeit sollte dann im Übertrag zu den gesungenen Tönen beibehalten werden.

Die **Silben**, die beim Jodeln verwendet werden, sind von Region zu Region sehr unterschiedlich und machen den Hauptunterschied der verschiedenen Jodelarten aus. Während im oberbayrischen und österreichischen Stil viele Konsonanten benutzt werden und auch der Vokal „i“ vorkommt (z.B. hollarö idi, drilei hodaro), klingt das schweizerische Jodeln häufig nur auf Vokalen „o“ und „u“ („o“ für Bruststimme und „u“ für Kopfstimme). Konsonanten werden eher vermieden oder nur sehr kurz gesprochen (z.B. jo- u -o-u). Dies ist aber nur eine grobe Einteilung, da sich die Silbengebung in erster Linie frei gestaltet und diese nach individuellem Geschmack eingesetzt wird. Auch innerhalb der Schweiz gibt es unterschiedlich Arten zu Jodeln (z.B. das Appenzeller Zäuerli im Gegensatz zum Chorähnlichen Jodelgesang der Zentralschweiz).

Damit der **Kehlkopfschlag** gelingt muss man sich vor allem trauen sich auf den Registerwechsel einzulassen. Zwischen Brust- und Kopfstimmwechsel sollte keine Pause sein und bei richtigem Wechsel geht oft erstmal die Intonation verloren, was dann jedoch mit ein bisschen Training wieder gelingt.

Die richtige **Atemtechnik** hilft, lange und stehende Jodelphrasen durchzusingen. Dabei ist es wichtig, bei der Einatmung den Bauch ganz loszulassen, damit die Luft bis in den Bauch „fallen“ kann. Beim Ausatmen, bzw. beim Singen zieht sich der Bauchnabel Richtung Wirbelsäule und fungiert als Blasebalg und als Stütze der gesungenen Töne (Atemstütze). Beim Zwischenatmen gilt es, alle Muskeln komplett loszulassen (so, als würde man die Organe fallen lassen, oder als würde man sich erschrecken) damit die Luft schnell und effektiv „aufgefüllt“ wird.

Nicht zuletzt braucht es eine Portion **Mut**, den Klängen freien Lauf zu lassen, die kraftvolle Bruststimme und die zerbrechliche Kopfstimme ertönen zu lassen, sich auf den Wechsel einzulassen und den ganzen Raum mit dem eigenen Ton zu füllen.

Sei dein Ton! glg Hedwig