

**Mitteilungen
für die Freunde der Schule
Schlaffhorst-Andersen**



Aus unserer Arbeit

Heft 11

April 1939

Herausgegeben vom Vorstand der Gesellschaft

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 des Volkes fruchtbar wird.

Die Gesellschaft der Freunde ist bestrebt, die Arbeit der Schule zu fördern und ihren Gedanken in weiteren Volkskreisen Eingang zu verschaffen.

Ein Urphänomen ist nicht einem Grundsatz gleichzuachten, aus dem sich mannigfaltige Folgen ergeben, sondern anzusehen als eine Grundercheinung, innerhalb deren das Mannigfaltige anzuschauen ist.

Goethe

Stimmorgan-Stimmphänomen

Auf vielfachen Wunsch unserer Mitglieder bringen wir die beiden Aufsätze von Clara Schläpfer aus Nr. 8 (vergriffen) und Nr. 9 in diesem Heft noch einmal. Der erste ist vollständig ungearbeitet und auch der zweite hat kleine Änderungen erfahren.

Seiner Urbestimmung nach hat das Stimmorgan lediglich die Aufgabe, als Tor für die ein- und ausströmende Atemluft zu dienen. Sieht man unter diesem Gesichtspunkt die Selbst- und damit die Arterhaltung der Geschöpfe an, so ist für die am besten gesorgt, die sich in frischer Luft bewegen können, da hierbei die Verbindung mit dem Kosmos nicht gehemmt ist. Das sind die in Freiheit lebenden Tiere. Anders ist es beim Menschen trotz derselben organischen Einrichtung. Bei ihm gefehlt sich zu dieser instinktiven Tätigkeit der Stimme als reines Atmungsorgan schon bei der Geburt im Schrei das Stimmphänomen hinzu. Beides bleibt auf dieser Stufe in dieser Form solange bestehen, bis der Mensch aus einer solchen Nur-Daseinsstufe durch Bewußtsein zum Wachsein und zum Selbst gelangt. Es treten für ihn Aufgaben ein, die für das Tier nicht vorhanden sind. Der Mensch ist geradezu bestimmt, bewußt für Aufnahme des Sauerstoffs, wie auch für Abgabe der verbrauchten kohlenstoffhaltigen Luft willkürlich zu sorgen; anders kann beides nicht in genügendem Maße vor sich gehen. Der Mensch befindet sich weder wie die ihm untergeordneten Lebewesen: Stein, Pflanze und Tier, dauernd in frischer Luft, noch hat er sich die Elastizität seiner inneren Bewegungsorgane so erhalten, daß der Stoffwechselvorgang der Atmung sich selbstverständlich und richtig abspielen könnte. Leider wird dieser Vorgang vom Menschen allgemein als ein viel zu selbstverständlicher, zu alltäglicher hingenommen, und wenn er nicht zur bewußten Erkenntnis des Wertes dieses Himmelsgeschenkes gelangt, dann geht er an den Folgen der Nichtbeachtung leiblich oder seelisch zu Grunde.

Das Organ, welches zum Mittler dieses Lebensvorganges und zugleich zum Träger des Stimmphänomens bestimmt ist, hat die Form eines Bandes, das in wagerechter Richtung im Kehlkopf liegt und in der Mitte der Länge nach gespalten ist.

Dieser Spalt ist die Stimmritze, die jedes Mal beim Verlangen des Blutes nach Sauerstoff durch den Atmungsmuskel des Kehlkopfes geöffnet wird. Genau gesagt ist also die Stimmritze das Tor für die einströmende Außenluft, wie auch bei der Ausatmung für die Abgabe der verbrauchten Innenluft. Während der darauf folgenden Pause schließt sich die Stimmritze bis zu einem gewissen Grade und solange, bis der neue Atemimpuls sie wieder zu einem dreieckigen Spalt öffnet.

Daß aber diese Bedeutung des Stimmorgans zur Erhaltung des Lebens nicht ausreichend ist, beweist der Eintritt des Stimmphänomens als Schrei schon bei der Geburt. Die Unkenntnis über die biologischen Vorgänge und über die Lebensfähigkeit des Stimmorgans in Verbindung mit dem Stimmphänomen ist leider noch sehr allgemein. Es ist ein Naturwunder, noch von niemand erforscht, dessen aus Gedankenlosigkeit entstehenden Nichtbeachtung eine der wesentlichsten Ursachen der heute allgemein beobachteten Rückentwicklung der menschlichen Lebens- und Leistungskraft ist. Das Kind im Säuglingsalter verschafft sich instinktiv sein Recht auf Betätigung. Bei der durch öfteres anhaltendes Schreien, woran es durch seine besorgte Umgebung auch noch oft genug gehindert wird. Welche Kraft dem ersten Schrei innewohnt, kann man daran ermessen, daß alle 1700 Millionen Lungenbläschen mit Sauerstoff gefüllt und in Tätigkeit versetzt werden. Auch später, solange das Kind seine eigenen Sprachlaute hervorbringt, die man mit dem Wort Lallen bezeichnet, ist die Gefahr nicht groß. Sobald es jedoch die Sprache der Umgebung nachmacht, verliert es seine eigene Tonerzeugung und ahmt die falschen Gewohnheiten der Andern nach. Vor allem ist es die falsche Einatmung, d. h. die beim Sprechen allgemein gebräuchte Hochatmung, die ihren Weg durch den Mund, statt durch die Nase nimmt. Damit setzt die Abspaltung zwischen Mensch und Natur schon hier ein. Das eigentliche Organ, vornehmlich das Band tritt mehr und mehr in den Hintergrund, und es wird beim Sprechen, die das ganze Innere, einschließlich des Kehlkopfes überziehende Schleimhaut in Tätigkeit versetzt. Die Schleimhaut aber hat, da sie von Natur nicht zu dieser Verwendung eingesetzt ist, nicht im Entferntesten die Widerstandskraft wie das von Natur dazu geschaffene Band - die Urform - und wird durch das Sprechen zu falschen Leistungen benutzt, denen sie nicht gewachsen ist.

Von nun an tritt die psychische Entwicklung immer stärker in den Vordergrund, während die Schleimhaut durch die unzweckmäßige Inanspruchnahme so überanstrengt wird, daß hier bereits der Keim zu Katarthen-, Infektionen- und Sprachfehlern gelegt wird. Durch diesen falschen Gebrauch des Stimmorgans, verliert auch das Stimmphänomen seine ursprüngliche Klangfarbe und Kraft. In der Mutation geht ohnehin den Meisten, besonders männlichen Organen, die vorher nicht geschulte Fähigkeit des guten Gebrauches des Stimmbandes beim Atmen, Sprechen und Singen ganz verloren. Bei langen Unterhaltungen der Menschen, Predigten, Vorträgen hört ein geschultes Ohr kaum noch einen natürlichen Stimmtönen, und die ursprüngliche Schönheit des Stimmphänomens ist für immer dahin. Allgemein ist heute die Klage der Chorführer über den Mangel an guten Stimmen. Dabei ist zu bemerken, daß

von Natur jede Stimme schön ist. Beweis dafür ist, daß verdorbene Stimmen durch richtige Behandlung noch im Alter diese natürliche Schönheit wiederfinden können. Nur wenige feinnerbige Naturen, vor allem Künstler, die sich durch bewußtes Erleben des göttlichen Odems in Verein mit ihrer Begabung bis ins hohe Alter lebens- und schaffensfreudig zu erhalten wußten, zeigen uns, daß es möglich ist, sich Organ und Phänomen in natürlicher Reinheit und Schönheit zu bewahren. Ihre Werke zeugen davon. Aber es blieb ihnen allen Einzelerlebnis, das nicht für die Allgemeinheit verwertet werden konnte. Und doch hängt von dem Erleben des Göttlichen Odems das Wachsein über die sich stetig erneuernde Lebenskraft ab, die zum Wesen des Menschen gehört. Wird es dem Bewußtsein der Allgemeinheit nicht zugänglich gemacht, so ist ein Aufwärts in der Menschheitsentwicklung nicht mehr möglich, weil die Verbindung zwischen dem Menschen und der Natur in ihm von Generation zu Generation mehr abnimmt. Die natürlichen Impulse werden gehemmt und durch Reizmittel ersetzt, die, weil sie zunehmend größere Mengen erfordern, verderblich wirken. In unserer langen Arbeit als Forscherinnen und Lehrerinnen fanden wir unter den unzähligen Schülern, die in ihrer Lebens- und Stimmnot unsere Hilfe suchten nicht einen, bei dem sich der oben beschriebene Vorgang in der gesetzmäßigen Art, wie wir ihn hier besprechen, erhalten hätte.

Und warum nicht? Weil diese innige Verbindung zwischen Luft, Stimme und Naturlaut dem Zufall überlassen bleibt. Und doch ist das Stimmorgan von Natur geschaffen, ein Bindeglied zwischen Leib und Seele zu sein, und durch das Stimmphänomen ist der Mensch dazu bestimmt, sich diese Verbindung zu erhalten. Es mehren sich die Fälle von Jahr zu Jahr, daß schon bei Kindern die erbliche Stimmchwäche als Stammeln - Stottern oder Hörschwäche auftritt. So traurig diese Entartungserscheinungen sind, so ist doch in diesen Fällen Abhilfe noch leichter möglich, als im späteren Alter. Es gehört viel moralische Kraft dazu, um als Erwachsener noch falsche Gewohnheiten im Atmen, Sprechen und Singen abzulegen. Auch ist in manchen Fällen das Wesen im Menschen Belehrungen nicht mehr zugänglich - die Entartung ist zu weit vorgeschritten, sodas vom Strebenden die Belehrung über die biologischen Gesetze zur Hebung der Art nicht mehr aufgenommen werden kann.

Unsere langjährigen Erfahrungen haben uns gezeigt, daß die Erhaltung der rhythmischen Gesetzmäßigkeiten in den Funktionen der Atmungs-, Artikulations- und Stimmorgane zur Erhaltung und Hebung der Volkskraft beiträgt. Denn sie bewirkt durch Belebung der Innervationen und des Stoffwechsels die Kräftigung aller Lebensvorgänge und dadurch wieder Steigerung der Energie geistig-seelischer Impulse. Hier ist eine große Lücke bei der Erziehung.

Es fehlt an Belehrung der Eltern und Lehrer, deren Händen die Gestaltung der nächsten Generation anvertraut ist. Hier steht auch für die ärztliche Kunst ein großes Gebiet offen, dem sie ihre Aufmerksamkeit zuwenden müßte.

Denn wie der nationalsozialistische Staat die Leistungsfähigkeit des Menschen als wertvollsten Besitz der Nation zu erhalten und zu steigern trachtet, so und noch mehr, weil seit Jahrhunderten verödet, braucht die Natur im Menschen ärztliche und erzieherische Hilfe, um sich und ihrer Art treu bleiben zu können. Unendlich viele Verstümmungen, Zustände, Krankheiten in Nerven und Blut, die aus Vernachlässigung des Lebensgesetzes meistens unmerklich heranreifen, um dann zum Entsetzen des ahnungslosen Menschen plötzlich als körperliches oder seelisches Leiden hervorzubrechen, wären gar nicht vorhanden, wenn früh eine Schulung für die Erhaltung der Lebensart nach ewigen biologischen Gesetzen einsetzte. Die einseitige Erforschung der Ernährungsverhältnisse, wie sie heute üblich ist, ohne Beachtung und Lehre des gesetzmäßigen Vorganges der Luftnahrung und ihrer kunstgemäßen Verwendung für die Muttersprache und den deutschen Volksgefang vermittelt der Stimme als Organ und Urphänomen, bleibt zu sehr im Einzelnen stecken und erfährt nicht genug die Einheit von Körper, Seele und Geist. Das, was dem Körper als Nahrung für sein äußeres Wachstum gegeben wird, fördert in dem besten Fall sein Wohlfühlen. Aber damit ist eine Entfaltung seines Innenlebens und seine Entwicklung zu geistiger Größe, mit einem Wort zu höherem Menschentum, noch nicht angebahnt. Das deutsche Volk braucht neue Richtlinien für die Schulung der inneren und äußeren Kraft, um harmonische Persönlichkeiten aus seiner Mitte hervorzubringen, die ihm Impulse geben, die großen Kunstwerke unserer Dichter, Denker und Musiker aus dem Herzen heraus lebendig werden zu lassen. Der Deutsche kommt nur durch das Gesetz zur Freiheit.

Die Stimme des Menschen

Habe ich im ersten Aufsatz über das Stimmorgan als Lebensweckerin und -Erhalterin geschrieben, so möchte ich es jetzt dem menschlichen Geiste notwendig für Sprache und Gesang, Rede und Vortragskunst betrachten.

Den Forschern aller Zeiten, in erster Linie den Gesangslehrern, scheint die Schwierigkeit, die sich durch das Doppelwesen der Stimme erhebt, bis auf den heutigen Tag schier unüberwindlich. Man kann diesem Problem auch nur dadurch näher kommen, daß man es vom allgemeinen menschlichen Standpunkt aus betrachtet und Beispiele vergleichend heranzieht. Wir finden bei näherer

Beobachtung diese scheinbare Spaltung auch in der menschlichen Wesenheit. Natur und Kultur sind Gegensätze, die nicht nur im äußeren Leben sich bekämpfend auswirken, sondern im Innern jedes einzelnen Menschen von Geburt an bis zum Tod in immerwährendem Kampf gegeneinander sich zu behaupten suchen. - Wer sich mit den Mythen der germanischen Vorzeit beschäftigt, weiß, daß die aufsteigende Linie / Werden, die absteigende \ Vergehen, die senkrechte Linie | Sein bedeutet. Das Werden geht aus Notwendigkeit vor sich, das Vergehen braucht die Mitarbeit des Menschen, um das Sein zu finden, das ein neues Werden zur Auferstehung in sich trägt. „Wir sind es noch nicht, wir werden es“, und zwar in dem Grade, als wir die Kulturstufe erreicht haben, das Streb durch unsere Stimme so zu gestalten, daß es die Vorstufe zum bewußten Sein bedeutet. Des Deutschen Schicksal verlangt von ihm die Erkenntnis, daß er dazu berufen ist, den rhythmischen Ablauf dieser Bewegung in sich zu verkörpern, und zu ergründen, wie er ihm sein ganzes Leben hindurch treu bleiben kann, d. h. wie er sich die Harmonie, die ihm in dieser rhythmisch gegliederten Stufen bei der Geburt gegeben wurde, täglich neu erarbeiten kann. - Die Natur im Menschen, die sich nach dem Leben der Stimme und ihrem Gesetz sehnt, kann jedem Menschen bewußt und dadurch zum unverlierbaren Besitz werden.

Natürlich gehört dazu, daß man an der Einwirkung von Natur und Kultur, Mensch und Gesetz, Streb und Werde, Ein- und Ausatmung, Form und Bewegung, Stimme und Sprache, Ton und Wort arbeitet. Überall findet man heute Ansätze zu dieser Arbeit; aber weil sie fern von dem zu liegen scheint, was das tägliche Leben von außen her fordert, so glaubt man, weder Zeit noch Kraft auch noch dafür zu haben. Und doch verlangt gerade das Leben heutzutage eine so starke Ausnutzung von Kraft und Zeit, daß der Organismus eine Ausgleichung aller widerstreitenden Pole nicht entbehren kann. Es sind dem Wissenden nur wenige Augenblicke am Tage dafür nötig, wenn ihm, der Sehnsucht nach einem vollen Lebensgefühl hat, der einfache, ganz unkomplizierte Weg dahin gezeigt wird. -

Die Vereinigung der genannten, verschiedenen Pole unserer Wesenheit ist entwicklungs geschichtlich der heutigen Zeit vorbehalten, in der ein gewisses neues Schöpferisches zu keimen beginnt. Es fehlt bei uns Deutschen weder an Hinweisung durch Staatsmänner und Gelehrte in Schrift und Rede auf unsere wichtigste Kulturaufgabe, den Wert des Menschen durch die Kunst zu heben, durch Volks- und Chorgesang, durch Pflege des Laienspiels und damit der Sprach- und Bewegungskunst, - noch an Künstlern, besonders Musikern, die uns Beispiel sein können.

Sei es, indem man vorhandene Anlage stärkt, sei es, indem man weckt, was noch schläft, sei es, indem man pflanzt, wo bisher Obde war, - immer muß alles Organische, Innere, Daseiende in Bewegung und Form gebracht werden, um zur Kultur und damit zum höheren Menschstum heranzureifen. Das Schönste ist, daß dieser Kampf heutzutage Allgemeingut geworden ist, daß sich jeder aus dem Volk heraus zur vollen Persönlichkeit entwickeln kann, denn seiner natürlichen Begabung sind von außen her alle Hindernisse fortgeräumt. Man sucht heutzutage noch den Kampf um die innere Harmonie der Gegensätze auf zwei Wegen auszufechten: durch körperliche Leistungen im Turnen, Spiel und Sport, und durch Wettbewerb und Auslese auf geistigem Gebiet. Zum vereinigenden Glied zwischen den weit auseinanderliegenden Polen scheint uns unsere Erfahrung nach unsere Arbeit an Atmung, Stimme, Sprache und Bewegung berufen zu sein. Diese Erfahrungen werden uns von vielen bedeutenden Männern: Ärzten, Schulräten, Psychologen, Physiologen und Theologen bestätigt.

Unser Schülerekreis setzt sich aus den verschiedensten Berufen und Ständen zusammen und bringt hinreichend viele der vorgenannten Gegensätze mit. Als erstens muß man jedem Schüler Aufschluß geben über seine innere Beschaffenheit, von der er meist keine Ahnung, höchstens falsche Vorstellungen hat. Was man an Lebensäußerungen vorfindet, ist alles zusammenhanglos, ohne innere Verbindungen. In einigen, immerhin seltenen Fällen tritt die Natur aus verborgenem Urquell frei hervor und erfreut Herz und Sinne. In solchen Fällen, wo Einsamkeit und Naturnähe am Menschen bilden, - wo schwere Arbeit geleistet werden muß, oder auch bei Selbstarbeitern, insbesondere bei Künstlern aller Kunstgattungen geht die Verstäubung leichter vonstatten, weil hier die Sehnsucht nach Verbindung mit der Gott-Natur vorhanden und zum Teil auch erfüllt ist. Erfreut war ich, in diesen Tagen von einem Schüler, der als Leiter einer Maschinenfabrik seine Arbeiter selbst aussucht, zu hören: „Nur der versteht seinen Hammer zu schwingen, der ein kraftvolles Stimmmaterial hat.“ Er, der ohne jede musikalische Vorbildung als Geistesarbeiter mit großer Geduld erst sehr allmählich durch unsere Arbeit den Weg zur Stimme fand, kann nun nicht nur seine eigene Arbeit besser und leichter leisten, sondern auch seine Arbeiter und deren Leistungsfähigkeit aus der Stimme beurteilen. Er betonte noch, daß er seitdem keine Enttäuschung nach dieser Richtung erlebt hätte.

„Was hat der Mensch Köstlicheres als die Stimme?“ Ihr Lob wird viel besungen und besonders dann, wenn ihr Klang die Ohren und Herzen der Menschen erfreut. Leider wird sie da noch nicht zur Mitarbeit herangezogen, wo die Natur noch nicht auf der Stufe höchster Kultur steht, sondern nur als

unbewußt schaffende Kraft tätig ist. Schon allein der volle Atem mit allen vereinten Atemmuskeln, wie ihn Leo Kofler*) beschreiben, kann beim besten Willen und bei der größten Anstrengung nicht ohne ihre Mitarbeit erreicht werden. Hier bei dem Studium „Der Bestimmung durch den Schrei“ haben unsere Forschungen eingeseht, denn es schien uns wertvoll, das Luftgeheimnis zu ergründen, welches den Säugling befähigt, ohne Erneuerung des Atems minutenlang zu schreien. Er sorgt durch das Schreien für seine Stoffwechselarbeit, ohne dies je gelernt zu haben. In dieser Hinsicht ist der unwillkürlich, dem Säugling ganz unbewußte Naturvorgang vorbildlich für jedes spätere Stimstudium sowohl für die Sprache als auch für den Gesang. Dies bewußt zu üben, ist der erste Schritt zur Verschmelzung von Natur und Kultur.

Wir können nicht eine Kultur anstreben und es dabei bewenden lassen, daß deutsche Jungen und Mädchen, deren übrige Erziehung vorbildlich für spätere Generationen sein wird, bei ihren Chorgesängen über ihren Stimmgebrauch gar nicht oder falsch unterrichtet werden, und ihr Gesang deshalb heute noch ein Speckchen auf Tonhöhen ist, statt einer tönenden Sprache mit Stimmreinheit. Was wir zu hören bekommen, ist weder Natur noch Kultur, wir haben aber der Jugend gegenüber die Verpflichtung, nach den Gründen zu forschen, die bei uns Deutschen ein naturgewolltes Singen verhindern. So wie es bei uns üblich ist, ist es ein menschengewolltes, unartikuliertes Sprechen mit Brust- oder Kopfstimme. Beide Arten ergeben keine Verbindung mit der Urforn, dem eigentlichen Stimmband, das allein befähigt ist, durch seine rhythmische Bewegung die für die musikalische Höhe und Tiefe nötigen Grade von Kraft, Stärke und Macht, Spannung, Abspannung und Lockerheit zu geben. Aus der Verpflichtung, dem heranwachsenden Geschlecht, - das neuen Zielen zustrebt - auch den neu erkannten Weg zur Erziehung des menschlichsten Organs, der Stimme, zu zeigen, darf der nicht länger schweigen, der sein Leben diesem Aufbau gewidmet hat. Und so sagen wir es und mit uns alle, die uns bei dieser Arbeit zu helfen bereit sind: Der Weg der Erziehung durch Atmung, Sprache und Stimme mußte den staatlichen Schulen zu Grunde gelegt werden. Zu guten Ergebnissen führt er im Kinderheim und im Seminar für Kindergärtnerinnen in Weimar, und in der Arbeit verschiedener Berufslehrerinnen. In der Hauptsache standen und stehen uns bis jetzt leider nur die Ferien für die Arbeit an Schulkindern und Lehrern zur Verfügung; sie könnte aber, von Klasse zu Klasse dem übrigen Unterricht angeschlossen, ein wertvolles Hilfsmittel der Schulungs- und Erziehungsarbeit werden. Denn gerade die Kinder sind die eifrig-

*) Leo Kofler: Die Kunst des Atmens. Verlag Breitkopf & Härtel.

sten Förderer des ihnen vom Schöpfer verliehenen Lebensgefühls. Und wenn das Wecken und Heben dieses Lebensgefühls bei schwachen und kranken Geschöpfen so gute Ergebnisse zeitigt, wie sehr Not täte es dann, auch gesunde, durch Vererbung gut beanlagte Wesen vor ansteckenden Krankheiten zu schützen. Die Möglichkeit, den Organismus widerstandsfähig und arbeitstüchtig zu machen, noch dazu auf so einfache Weise, bedeutet doch wohl die Grundlage für alle ferneren Lebensziele. Erst wenn dieses Ziel erreicht ist, kann man zum nächsten übergehen, - nämlich zur Dauer dieses Zustandes durch die Gewöhnung an eine diesem Grundstock gemäße Sprechweise. Diese Richtschnur wird hier selbst bei denen eingehalten, die erst im späteren Alter von 20, 30 und 40 Jahren, meist nach einem körperlichen oder seelischen Zusammenbruch, zu uns fanden. Eine richtige Artikulation, wie sie Hedwig Andersen in Heft 7 angibt, und eine gute, vom Stimmband geregelte Luftfunktion führen uns in die heiligen Gründe unserer deutschen Muttersprache, erschließen uns ihren Geist und machen uns aufnahmefähig für unsere herrlichen Meisterwerke. Auf diesem Wege wäre es möglich, das Gedankengut unserer großen Dichter und Denker dem ganzen deutschen Volk zugänglich zu machen und ihm damit die geistige Nahrung zu geben, nach der es hungert. Keine „Sprecherziehungsmethode“ und sei es die beste in Hinsicht auf Ausdruck und Gestaltungskraft, kann eine Gefundung im Volk anbahnen. Denn was in der Erzeugung unnatürlich, d. h. krank oder fehlerhaft ist, kann nur von innen her aus sich selbst, und zwar vom Naturell aus „neu“ erschaffen werden. Kein Glied des Körpers läßt sich so umformen wie die Stimme und von ihr geht die Umformung in Leib, Seele und Geist vor sich, ja sogar auch noch im Körper. Es ist also hier ebenso eine Einkehr und danach Umkehr notwendig, wie auf jedem anderen Gebiet des Lebens. Alle so an Leib und Seele Genesenen, stellen ohne Unterschied dieselbe Frage an uns: Warum lernt man das nicht schon von Jugend auf in der Schule, wo alles noch elastisch und bereit zum Lernen ist, wenn doch jetzt noch in unserem Alter Hilfe möglich ist? - Unsere Antwort war schon vor Jahren nach der erstmaligen Frage da: Weil die Not bei uns Deutschen immer noch größer werden muß, ehe man zu der Erkenntnis durchdringt, daß im Keim etwas nicht stimmt.

Und was ist es, was veräümt wird? Die Reinhaltung des Blutes in jedem Einzelnen durch die Arbeit an Atmung und Stimme, die gleichzeitig Charakter und Geist formt und die Instinkticherheit für die Reinheit der Rasse, der Muttersprache und der deutschen Kunst weckt und erhält. Hier müssen alle, die sich dazu berufen fühlen, zusammenstehen, um von allen Seiten Ordnung zu schaffen, Richtung zu geben, Kräfte aufzubauen und diese in rhythmische

Bewegung zu bringen.

So arbeiten wir denn unermüßlich bei jedem neuen Schüler, der aus brennender Sehnsucht diesen hohen, edlen Zielen zustrebt - in dem guten Glauben daran, daß er sie erreichen kann, auch wenn er erst in späteren Jahren mit der Arbeit begonnen hat. Auch heute meldet sich meistens nur derjenige bei uns an, der sich nicht mehr selbst und dem sonst kein anderer helfen kann, denn er ist nicht krank, aber auch nicht gesund, d. h. leistungsfähig; er braucht eben Hilfe und sucht sie vergebens. Das ist günstig, denn das Leid ist stets der beste Helfer in der Not des Lebens. Es stellt sich dann auch sehr bald ein anderer Zustand ein, wenn der Betreffende die Ursache seiner Störungen erfährt. Beweis dafür, daß ihm geholfen wird, ist die freudige Bejahung der Hilfe von der Naturseele aus, die dann sofort die Weiterarbeit übernimmt. - Einen ganz anderen Weg schlägt die Natur da ein, wo ein guter Wille sich bemüht, von Verkrampfungen loszukommen. Hier wandelt sich auf dem Wege über die Schwingkraft der Krampf in Spannungen um; aus ihnen läßt sich die Abspannung entwickeln - niemals Entspannung - und diese geht zur Lösung über, aus der ein Neues hervorbricht. Da fehlte nur die ungehemmte Bewegung, nur der rhythmische Ablauf. An ihn schließt sich für den Schüler, der nach höheren Zielen strebt, leicht und fließend auch der Rhythmus der Skelettbewegung im Stimmband an, ebenso die rhythmische Betätigung des Ansatz- und Winddrohes - und der Betreffende ist im Besitz einer fließenden Rede. Kommt hier noch der Sinn und die Anlage für Musik hinzu, so erschließt sich ihm der ganze Reichtum, der in der Gottnatur jedes echt deutschen Menschen liegt. Und wenn es auch der Mensch selbst nicht fassen kann, wie die Natur in ihm auf die geringste Änderung seines bisherigen Lebens in Form, Inhalt oder Bewegung eingeht, indem sie sich freudig und voll Kraft fühlt, so ist es für den Lehrer ein Antrieb, auszuharren in Geduld und Glauben, daß Gott, bei dem kein Ding unmöglich ist, auch diese Arbeit segnen wird. Und niemals wurden wir durch die Natur enttäuscht; sie ist für alles dankbar: für die Wichtigstellung von Ansatz- und Winddroh, für die unwillkürliche Einatmung, die sie solange die Welt steht, für jeden bereit hält, der sie schätzt und sich nach ihr sehnt; für die schwingende Stimme, die ohne Geräusche das Ohr ergötzt; und für die ideale Behandlung der deutschen Muttersprache, die das Herz bewegt.

Es war selbstverständlich notwendig, ein Heim zu suchen, das den Lernenden die für ihr Studium nötige Stille und Ruhe, fern dem Geräusch der Außenwelt, bieten konnte. Und wir haben es in der Einsamkeit der Heide gefunden.

Unsere Arbeit an Atmung, Bewegung, Stimme und Sprache ist nicht nur

zur Gewinnung einer besonderen Richtung wichtig, sondern zur Menschwerdung überhaupt. Es liegt der Arbeit keine „Methode“ zu Grunde; für den Forschenden gibt es das nicht; er sieht den Weg in vollkommener Klarheit schon in der Wurzel der Lebenskraft, vom Schöpfer herrlich angelegt, in ganzer Vollenendung vor sich. Nur der bekundet sich als Mensch, der bereit ist, so zu leben, wie er angelegt ist und den Weg zu gehen, auf den ihn seine innere Anlage weist. Unsere vorzügliche Reichsleitung besteht mit Recht der Wirtschaft, alles vor Verderb zu hüten. Wieviel mehr müssen wir für Reinhaltung, Ordnung und Zielrichtung in unserem Innern Sorge tragen und dort den Verderb vermeiden! Diese Vorsorge würde zu einer ungeahnten Hebung der Masse führen.

Die heutige Zeit verlangt von Jedem vollen Einsatz. Mit gutem Willen allein können wir die Arbeitsjahre, die uns das Leben steckt, nicht bestehen, es muß ausdauerndes Können hinzutreten. Daher müssen wir Deutsche außer dem Tat- und Bewegungsnaturell, das dem gesunden Menschen eingeboren ist, nach einem durch Wissen und Erkenntnis zu erreichenden Empfindungs-naturell streben, aus dem, als Drittes, das Ruhe- und Ernährungsnaturell geboren wird, das uns aus dem Kampf zum innern Frieden führt.

Dem wir sollen Vorbilder einer neuen Geistigkeit werden und durch sie die Welt zur Lebenseinheit, zur Lebensgemeinschaft erziehen. Das Leben des Einzelnen wird nicht mehr wie beim Schaffenden in Einsamkeit gelebt, sondern verläuft in den Bindungen der Gemeinschaft. Die Erziehung des Einzelnen geht heute durch die Erziehung zur Gemeinschaft, also als Gegenpol zum Schaffenden; neue Ziele brauchen neue Wege. Forschen gründet sich auf Nachdenken, dem Ursprung nachzuspüren, aus dem das Schaffen notwendig quillt. Das Genie ist ein Zeitgeborenes, nur einmal Daseiendes, ungewollt und unbewußt Lebendiges. Heutzutage tritt ein unerforschliches Schicksal, das die Wiedergeburt des Deutschen im Sinn hat, mit unerbittlichen Forderungen an jeden Einzelnen heran und zwingt ihn zu der oben geschilderten Entwicklung. Je früher dies vom Einzelnen wahrgenommen wird, desto mehr entwickelt er sich zu der Kraft des Nachschaffenden, biegt also in die Pfade ein, die ihn befähigen, den Schaffenden zu verstehen. Er ist ein Mensch der Tat, - der Forscher und der Künstler ein Mensch der Empfindung. Aus der Verbindung von beiden geht durch schöpferischen Impuls das menschliche Wesen hervor, das ein Doppeltes in sich trägt: ein Wachgewordenes mit der Fülle des nur Daseienden.

So umschließt sich Leistungskraft mit Schaffensfreude zu einer Einheit des neuen deutschen Menschentums.

Clara Schlaffhorst

Bericht über Chortätigkeit

Der Chor arbeitete im Januar und Oktober 1938 und erneut im Januar 1939 in Hustedt. Unter Herrn Prof. Friedrich Högner und unter Mitwirkung der Leipziger Vereinigung für alte Kammermusik (Högner-Bartuzat-Klug) fanden im Anschluß an die letzte Arbeitszeit 3 Konzerte statt: Dessau am 12. Januar, Leipzig am 14. Januar, Weimar am 16. Januar. Wir bringen zunächst Auszüge aus den Kritiken:

Von den zahlreichen Vereinigungen, die aus einem Ideal ganzheitlicher Musikerziehung heraus zu der wiedergewonnenen Form des gemeinschaftsgebundenen Musizierens und zu einer Einbettung der Musik in die Gesamtheit des Lebens kommen, hat sich der Frauenchor Schlaffhorst-Andersen in Dessau schon einen festen Hörerkreis geschaffen. Auf jeden Fall wies das Konzert, das der Chor unter dem Motto „Musik im Jahreskreis“ . . . veranstaltete, einen so starken Besuch auf, wie wir ihn bei andern kulturellen Veranstaltungen in unserer Stadt bisher vergeblich erwarteten. Die in diesem starken Interesse zum Ausdruck kommenden Hoffnungen auf ein besonderes Musikerlebnis dürften nirgends enttäuscht worden sein. So und nicht anders wie dieser Frauenchor soll man madrigaliter singen, mit dieser schlichten Selbstverständlichkeit des Gemeinschaftsgefühls, dem klaren stilistischen Empfinden, der Wärme des Herzens.

Dr. Hans Georg Bonte, Anhalter Anzeiger, 13. 1. 39.

*

Unter den Vereinigungen, die sich der Pflege alter Musik verschrieben haben, steht der Frauenchor der Schule Schlaffhorst-Andersen in Hustedt an führender Stelle. Wie ein Abend im Landeskonservatorium aufs neue zeigte, werden hier unter der Leitung von Professor Friedrich Högner wertvolle alte Sätze in einer Stille geboten, die erkennen läßt, daß den Mitgliedern des Chors diese Kunst über das musikalische Erlebnis hinaus zum Ausgangspunkt eines eigenen Lebensstils, ja, zum Lebensinhalt geworden ist. Die Erziehung in der Schule gibt den 16 schönen Frauenstimmen eine ausgeglichene Einheitslichkeit des Klangs, die in ihrer edlen, sammetweichen Fülle einzigartig ist. Die Kultur der Aussprache läßt auch im polyphonen Satz kaum ein Wort verlorengehen, und die musikalische Überlegenheit dieses Singens erweist sich daraus, daß auch die schwierigsten Sätze mühelos ohne Notenblatt beherrscht werden. So durchschreitet in still leuchtender Schönheit die Liederfolge einen ganzen Jahreskreis, und zwischen die Sätze der alten Meister fügen sich dabei auch Gesänge zeitgenössischer Komponisten ohne Zwang ein, die, wie Armin Knab oder Walter Klein, auf den Stil längst vergangener Zeiten zurückgehen.

In schönem Gleichklang des künstlerischen Wollens gaben Vorträge der „Leipziger Vereinigung für alte Kammermusik“ dem Programm das instrumenten-

talie Verluft. In der G-dur-Sonate für Flöte und bezifferten Bass beherrschte der wunderbar entrückte Flötenton Carl Bartuzats, im Vortrag fein und geistig eingesetzt, das Feld. In einer Gamben-Sonate von Karl Friedrich Abel, dem „letzten Gambisten“, der noch unter Bach dem Thomanerchor angehört hat, ließ Christian Klug sein herrliches Instrument in schlackenfreiem, adeligem Schönklang erstrahlen. Wie hier, so führte auch in dem G-dur-Konzert von Telemann mit seinen köstlich musifizierten Sätzen und einem kühn geformten, inhaltreichen Zwiesgespräch der Instrumente im Mittelteil Friedrich Högner den Cembalopart mit einer Meisterschaft durch, die Stilvollen und Erlebnis kraft im gleichen Maße auszeichnen.

Dr. Waldemar Rosen

Gastspiele von Chorvereinigungen gehören zu den selteneren musikalischen Ereignissen in unserer Stadt. Mit umso größerer Erwartung sieht man ihnen entgegen. Wenn nun auf einer Gastspielreise der Frauenchor Schlaffhorst-Andersen aus Hustedt bei Celle in Weimar Einkehr hielt, dann darf man diese Tatsache mit Worten herzlicher Freude und innigen Dankes quittieren. Der Saal der Musikhochschule war erfreulicherweise fast bis auf den letzten Platz besetzt. In diesem hingebungsvollen, werktreuen Dienst an der Kunst spürte man kaum die Unsumme künstlerischer Arbeit, die er bedingt, um in solcher Eindringlichkeit zu überzeugen. Nicht virtuose Eitelkeit und Effekthascherei bestimmte dieses selbstlose Musizieren, sondern der Erlebnisgehalt der Chöre, . . . ein Chor, der in der der Wahrung des Stilgefühls, in der Deutlichkeit der Aussprache und in der Bereitschaft des Singens als ideal bezeichnet werden muß. Schöne ausgeglichene Stimmen sind zur Einheit verschmolzen.

F. D. Eckardt, Thüringer Gauzeitung, 18. 1. 39.

Gestern abend veranstaltete der Frauenchor Schlaffhorst-Andersen (Hustedt bei Celle) in der Musikhochschule ein gutbesuchtes Konzert, das zu einem glänzenden Erfolg führte. Der Chor geht aus einer Schule für Atem-, Sprech- und Gesangskunst hervor, die den Grundsatz vertritt, daß die Atem- und Stimm-tätigkeit die lebenswichtigsten Funktionen des Menschen sind. Als haupt-sächlichster Erzieher zur Kunst gilt in Hustedt der Chor, der als Vertreter und Vermittler der gesamten, in aller Stille geleisteten Arbeit zu betrachten ist.

Die Leistungen des Frauenchors waren ganz überragend. Im allgemeinen besucht man mit gewissen Bangnissen Frauenchorkonzerte. Wenn sie nicht ganz kultiviert aufgezogen sind, ist der Schritt vom Erhabenen zum Lächerlichen leicht getan. Gestern aber ging man ganz beglückt nach Hause. Die 16 „konzertierenden“ Damen boten schon rein visuell ein äußerst vornehmes Ensemble, das, ganz der Kunst hingegeben, in seiner Aufgabe restlos aufging. Sie sangen die vielen Lieder an sive und ig, und das allein bedeutete schon eine ungewöhnliche Leistung.

Freilich steht dem Chor in dem Dirigenten Prof. Friedrich Högner (München) eine überragende Persönlichkeit vor, auf die er stolz sein kann. Wir kennen den 1897 geborenen Prof. Högner als hervorragenden Orgelvirtuosen und Wissenschaftler, dem offenbar die Chorarbeit in Hustedt viel Freude bereitet. Die Mühe wird ihm hier insofern erleichtert, als alle über ganz Deutschland verbreitete Mitglie der, die sich nur zweimal im Jahr zu kurzen Chorübungs-zwecken in Hustedt treffen, die gleiche stimmliche Ausbildung haben. Und die muß - wie man gestern hörte - vorbildlich sein. Die Güte der Darbietungen steigerte sich von Nummer zu Nummer und nahm geradezu ideale Formen an. Bei allen Mitgliedern schwebt der Ton absolut frei und gelockert wie auf einem gleichschwingenden Resonanzboden, man hört kein Pressen und Unrein-singen; die Vokalisation ist einwandfrei, die klingenden Konsonanten erhöhen die gelöste Klangwirkung. Deshalb ist die Aussprache tadellos, der Chorklang erhebt sich meist in ätherische Schönheit.

Für die künstlerische Werthhaftigkeit sorgte natürlich Prof. Högner, der dem Chor nicht mehr zumutet, als er leisten kann. Er schöpft den Stimmungsgehalt der Gesänge restlos aus und stellt eine Vortragsfolge auf, die hohes Interesse erweckt; sie trägt das Motto: „Musik im Jahreskreis“ und durchläuft den Frühling, Sommer, Herbst und Winter, in dem sie zum „Eingang“ und „Beschluß“ noch einige Lieder dazu nimmt. Zum größten Teil werden alte, aus der Vor-Bach-Zeit stammende polyphone, herrliche Madrigalstücke gesungen; von neueren Komponisten sei nur Armin Knab genannt, dessen „Drei Laub auf einer Linden“ wiederholt werden mußte. Wie überhaupt der Beifall immer stürmischer wurde und zu einem wahren Orkan an-schwoll.

Er galt auch der vorzüglichen „Leipziger Vereinigung für alte Kammermusik“: Prof. Friedrich Högner (Cembalo), Konzertmeister Christian Klug (Viola da Gamba) und Kammervirtuos Karl Bartuzat (Flöte), die mit Werken von J. S. Bach, K. Fr. Abel und C. Th. Telemann mit Recht begeisterte Zustimmung fanden. Wie lernten in Christian Klug einen vollendeten Meister der Viola da Gamba kennen, wie wir ihn in der Leichtigkeit, Schönheit und Reinheit der Tongebung noch nicht erlebten. Der freischwingende Flötenton Karl Bartuzats ging den Ohren angenehm ein; die erlebte Cembalokunst Högners braucht nicht in nähere Beleuchtung gesetzt zu werden.

Dr. Otto Reuter

Köstlichen musikalischen Gewinn brachte ein Abend des Frauenchors Schlaffhorst-Andersen aus Hustedt bei Celle. . . Die Erziehung der Schule Schlaffhorst-Andersen gewährleistet eine vollendete Ausgeglichenheit des Stimmmaterials, wie man sie anderwärts selten finden wird. Desgleichen sind die Aussprache und die Sicherheit der Gestaltung in Stil und Ausdruck wie im Klein-Musikalischen - alle Chöre werden auswendig gesungen - über jedes Lob erhaben.

Allgem. Musikztg. Dr. Waldemar Rosen, 21. 1. 39.

Außer den drei Chorkonzerten fand am Sonntag, 15. Januar in Leipzig, Wohlifer Schöpfchen, eine solistische Veranstaltung statt, die in gewisser Hinsicht der Höhepunkt der Reise war. Acht Vertreterinnen der Schule, zum größten Teil dem Chor angehörig, boten Einzelleistungen im Singen und Sprechen. Jede Leistung war in sich geschlossen und dabei trat die Einheitlichkeit der Schule und der alle verbindende Dienst am Werk deutlich und überzeugend hervor. Die Verbindung mit der Zuhörerschaft war besonders innig, wozu auch der schöne, festliche Raum beitrug. Hier wie in Leipzig und Dessau, war es der Schülerkreis von Fräulein Idler, der von vornherein einen aufnahmebereiten Boden schuf, in Weimar der Kreis, der sich im Anschluß an das dortige Kinderhaus der Schule Schlaffhorst-Andersen gebildet hat. Allen, die zum Gelingen beitrugen, sei hiermit nochmals von Herzen gedankt. Die nächste Chorreise ist für Januar 1940 vorgesehen.

Die Atmung als biologischer Heilfaktor

Wenn über biologische Heilweisen gesprochen werden soll, so befällt den Durchschnittsarzt meistens die Empfindung einer überflüssigen Angelegenheit. Er drückt dies etwa so aus, daß er sagt, wozu über Dinge sprechen, die wir doch alle täglich treiben. Er muß zwar zugeben, daß er hierüber eine meist unzureichende Vorbildung erfahren hat. Aber er hat vielfach ohne wesentliche Mühe sogenannte naturheilerische Anwendungen gelernt, mit denen er auskommt. Wozu also hiermit wichtig tun? hierzu ist folgendes zu sagen: die Möglichkeit natürliche Heilweisen anzuwenden, ist größer als es zunächst scheint. Die richtige Anwendung aber dieser Heilweisen geschieht oft ohne Klarheit der Kenntnis ihrer Grundlagen. Daher sollte man immer wieder die Genugtuung darüber betonen, daß auf Veranlassung der ärztlichen Führung Stätten geschaffen worden sind, in denen ernsthaft und planmäßig und an zahlreicheren Kranken als früher bewiesen wird, daß diese Heilweisen berechtigt und ausbaufähig sind. In einzelnen Arztkreisen herrscht leider noch die Gewohnheit, diese Dinge mit wiselnden Bemerkungen abzutun und diejenige Einstellung zu zeigen, die wir mit Überheblichkeit bezeichnen.

Die vielfachen Aussichten, die eine naturgemäße Heilweise durch Anwendung von Licht, Luft, Wasser, Bewegung und Ernährung bieten, werden immermehr bekannt und geschätzt. Die natürliche Entwicklung aller Dinge wird es ja gestalten, daß auch diese Heilweisen nicht in den bekannten Himmel wachsen, sondern durch die gewollte Synthese mit allen sonst irdischen Heilwegen imstande sind, das Leiden der Menschen zu lindern.

Es wurde gewünscht, heute über einen weiteren Zweig natürlicher Heilbehandlung zu sprechen, über die Atmung als Heilfaktor.

Wenn ich zunächst begründen darf, warum ich dieses Unterfangen begonnen habe, so sind es nicht mehr und nicht weniger Beobachtungen als solche, zu denen jeder Arzt der sogenannten allgemeinen Praxis Gelegenheit hat. Mir ging es so, daß ich an Kranken mit Schlaflosigkeit die heilsame Wirkung einer richtig gesteuerten Atmung erkennen konnte. Hierdurch angeregt, fand ich den Weg zu diesem Fragenkreis und damit zu einem Menschenkreis, der durch zwei Namen gekennzeichnet ist: Schlaffhorst-Andersen.

Hierzu einige erläuternde Bemerkungen:

Das Ergebnis dieser Beschäftigung bildete die Erkenntnis von zwei Grundtatsachen, die zunächst selbstverständlich erscheinen.

1. Der Atmungsvorgang in der Einatmungssphase ist kein willkürlicher Vorgang. In der Ausatmung ist eine Willensäußerung in Form geringer Muskelstätigkeit naturgesetzlich. Die Einatmung unterliegt nur der Steuerung vom Blut her.

2. Der wesentliche Teil, der die Hauptarbeit der Ein-Atmung leistet, ist das Zwerchfell.

Die Lunge ist hierbei im Wesentlichen passiv beteiligt, sie unterliegt dem Antrieb des Zwerchfells. Dieses wiederum erhält den Antrieb aus der Übermittlung eines Reizes, der sich einstellt, je nach Sauerstoff- und Kohlenäurespannung im Blut.

Demnach ist letzten Endes das Blut der entscheidende Faktor der die Einatmung steuert. Die Hauptgrundlage für die Behauptung, das Zwerchfell sei der Atmungsmuskel, entnehme ich der Tatsache der Anlage und des Baues des Zwerchfells, das ein wie auf mächtigen Pfeilern ruhendes, und seitlich festgehaltenes Gewölbe darstellt.

Die Folge aus diesen Tatsachen ist praktisch daran zu sehen, daß eine Atmung richtig und naturgesetzlich dann ist, wenn dieser Mechanismus der Steuerung vom Blut nicht mit Gewalt oder Kunst gestört wird. Wie komme ich nun dazu, dies richtig zu erkennen?

Ich lasse den Körper durch primitive Schwingungsübungen so tätig sein, daß

- a) willkürliche Muskelspannungen ausgeschaltet werden,
- b) durch die Art der Übungen dafür gesorgt wird, daß der Atmende durch diese Ausschaltung nicht zu einem schlaffen leblosen Etwas wird, sondern daß die innere Muskelstätigkeit einsetzt, die dem Einfluß der vom Blut her kommenden Notwendigkeiten Rechnung trägt.

Zum Erreichen dieses schwierigen Ziels ist es nicht möglich, ohne Anleitung durch den Arzt oder einen entsprechenden Lehrer zu verfahren. Denn es erhellt aus dem bisherigen, daß die Brücken zwischen diesen Vorgängen - Muskelinnervation, also Willensvorgang, Willensauslösung, Freiwerden innerer Kräfte - nicht ohne weiteres gefunden werden. Die Körperschwingungen geschehen nicht sogleich mit dem Gesamtkörper, sondern nur zunächst mit einzelnen Teilen, z. B. den Armen. Der erfahrene Lehrer hat so zu verfahren, daß er dem Atmenden durch Einsetzen eines eigenen Muskelwiderstandes während der Übungen einen inneren Antrieb gibt selbst etwas zu tun. Hierbei ist er in der Lage festzustellen, wie weit dieses Selbsttun des Lernenden willkürlichen Innervationen entspricht oder nicht. Die Erfahrung zeigt, daß bei dieser Art des Vorgehens in Wirklichkeit erreicht werden kann, daß eine Abspannung von Körperteilen eintritt, die vorher übermäßig gespannt, ja vielfach zu Unrecht überspannt waren und damit einen Krankheitsherd bilden konnten. Ja es zeigt sich, daß nicht nur Spannungen im gewöhnlichen Sinne des Wortes, also z. B. krankhafte Muskelspannungen auf diese Weise sich lösen können, sondern daß innere Kräfte merkwürdig frei werden, die vorher verschüttet waren. Der Grund hierfür liegt in der Wirkung, die eine richtige Atmung bis in die letzten Kapillargefäße haben kann. Es ist hierbei wichtig zu betonen, daß bei diesen Übungen der Rhythmus innegehalten wird, der bei jedem Lebensvorgang eine grundlegende Rolle spielt, und der mit folgenden Worten gekennzeichnet wird: Spannung, Abspannung, Lockerheit. Die Nichtbeachtung dieser Grundtatsache würde dem gesamten Atemmechanismus nicht gerecht werden.

Erläuterung: Sauerstoffmangel - Reiz für das Atemzentrum - Innervation durch den n. phrenicus für das Zwerchfell sich zu kontrahieren - diese Kontraktion erfolgt in Form der Abflachung der Zwerchfellkuppen - dadurch Ausdehnung der Lunge - Einatmung. Dies ist der Spannungsmodus. Die nun folgende Abspannungsphase ist die Ausatmung. Die nächste Phase - Lockerheit (Pause) - ist bei jedem richtig Atmenden deutlich, denn er schöpft erst wieder Luft, wenn der Sauerstoffhunger sich zeigt.

Bei jeder Atmungsübung muß hierauf wesentlich geachtet werden.

Wenn ich von inneren Kräften gesprochen habe, so könnte dies manchem als Gefühlsduselei vorkommen, das soll es nicht sein. Ich bekenne aber, daß es nicht leicht ist, diese inneren Kräfte handgreiflich und einfach zu benennen. Ich könnte sie mir z. B. denken, als das, was wir eine größere Innerlichkeit nennen, nämlich eine größere Fähigkeit, diese Innerlichkeit durch einen gemäßen sprachlichen Ausdruck zu entladen.

Wenn aus den bisherigen Ausführungen vielleicht ein klarer Einblick noch nicht gewonnen werden konnte, in das was ich darstellen will, so liegt das z. T. an der Schwierigkeit, ohne unmittelbare praktische Vorführung dergleichen zu erläutern. Es wird aber dann einfacher werden, wenn ich diejenigen Indikationsgebiete nenne, die für Heilung von Krankheitszuständen gelten können. In erster Reihe sind die Krankheiten der Atmungsorgane zu nennen, die auf falscher Innervation oder auf Krampfzuständen beruhen, dem Asthma mit all seinen Begleiterscheinungen. Beim Asthmatiker ist nicht ohne weiteres anzunehmen, daß eine Atmungsübung sogleich die Zauberformel ist, die alle Not beseitigt. Vielfach wird man durch vorbereitende leichte Klopfmassage des Brustkorbes eine Vorbehandlung auszuüben haben, die die geblähten Alveolen durch die geringen Erschütterungen aus ihrer Starre, zu einer zunächst noch geringen Eigenbewegung befähigt. Daß eine große Reihe von Herzkrankheiten durchaus erfolgreich durch Atmung behandelt werden sollten, kann nicht bezweifelt werden. Es dürfte einleuchten, daß selbst bei organischen Herzleiden eine richtig gesteuerte Atmung erreichen kann, daß gestaute Gebiete frei werden und daß die Herzarbeit eine bedeutende Entlastung erfährt, daß man also von einer Wirkung sprechen kann, wie sie klassische Digitaliswirkung darstellt.

Als weiteres Anwendungsgebiet für Atemübungen nenne ich diejenigen nervlichen Störungen, die auf Übererregungen, entstanden aus den verschiedenartigsten Ursachen, zurückzuführen sind. Ich habe mit diesen Indikationen nur die wesentlichsten genannt. Es ist bekannt, daß auch die Kreislaufstörungen, die im Bereich der Atherosclerose liegen, daß ferner eine große Zahl klimakterischer Störungen genannt werden müssen, wenn man von Atemübungen spricht. Ich erwähnte am Anfang die Schlaflosigkeit. Es ist ferner zweckmäßig die Atemübungen mit manchen Teilmassagenanwendungen zu kombinieren.

Die Ordnung der Atmungsübungen wird dann eintreten wenn an sie die Übung durch Sprache und Stämme angeschlossen wird. Hierüber zu sprechen würde zu weit führen. Es sollte durch die gemachten Ausführungen auch nur eine Anregung gegeben werden. Dr. med. B o t t g e r, Dessau, Albrechtstr. 9

Singwoche auf der Wernfels vom 24.-31. August 1938

Die Wernfels ist ein hochgelegener alter Bischofslandhof im Frankenland, inmitten der reichsten Hopfenegend, nah der Strecke Augsburg-Nürnberg. Vornehmlich Tagungen und Arbeitswochen werden dort abgehalten, wozu sich Räume und Umgegend ausgezeichnet eignen. Die Wirtschaftsführung liegt in guter Hand, man fühlt sich wohl.

Unsere Singwoche war eingerichtet vom bayerischen Landesverband für evangelische Kirchenchöre und vom Bund für Hausmusik in Kassel. Landeskirchenmusikdirektor Professor Högner und Professor Hopfmüller aus München hatten die Leitung. Ich sollte die Arbeit der Schule Schläffhorst-Andersen vertreten und hatte für Morgenübungen und Stimmbildung zu sorgen. Wir waren 50 Menschen, Chorleiter, Pfarrer, Organisten, Diakone, Lehrer, Jugendpfleger, Laien, Männer und Frauen meistens aus Bayern.

Es wurde ein wunderschönes Arbeiten. Das Tagespensum . . . ein vollgerüttelt Maß! Aber die Einteilung so abwechslungsreich und dennoch ineinandergreifend und die Teilnehmer so aufnahmebereit, daß man stets mit frohem Eifer dabei war. Außerordentlich günstig wirkte die Zusammenarbeit der beiden Leiter, die sich in ihrer Verschiedenheit prächtig ergänzten und in einem, für die Gemeinsamkeit und mich, sehr wesentlichen Punkte ganz und gar übereinstimmten, nämlich, in der Anerkennung unserer Schule, der sie beide als Schüler nahesteht.

Für unsere Arbeit war nicht viel Raum im Tagesplan, wußte man doch noch nicht, wie sich die Teilnehmer dazu stellen würden, die alle keine Ahnung hatten von unserer Richtung. Der Hauptzweck der Woche war vor allem, diejenigen zu sammeln und zu einer einheitlichen Richtung zu führen, denen geistliche Musikpflege und kirchliche Fei ergestaltung Anliegen und Beruf ist. Den Wert unserer Arbeit für sich und ihre Tätigkeit sollten sie kennen lernen. Das war nicht ganz einfach - und um so beglückender war es zu spüren, wie das Wenige, was getan werden konnte, all unser Tun durchwirkte. Es war nur möglich, weil beide Leiter durch ihr Wissen um das Wesen der Sache in ihrer Tätigkeit immer wieder darauf hinwiesen und ich dann die Punkte die sie gestreift hatten von unserer Seite eindringlicher behandeln konnte.

Mehrere Aufgaben waren gleichzeitig zu lösen: einmal die Arbeit der Singwoche zu unterstützen, zum anderen den Menschen die Hilfe zu zeigen, die ihnen für ihr eigenes Leben und Tun nützlich sein konnten, und darüber hinaus ihnen einen Begriff von der umfassenden Wichtigkeit unserer Arbeit zu vermitteln. Dieser Kreis hatte vor allem das Sprechen sehr nötig. Oh . . . diese fränkischen Zungen!

Um 1/2 Uhr begann der offizielle Tag. Wir wurden mit Musik geweckt. 10 Minuten später standen wir auf der weiten Burgfreiheit, hoch über den Tälern, bereit zu allgemeinen Übungen. Einmal mußten Alt und Bass zuerst antreten, das andere Mal Sopran und Tenor! Gerechtigkeit muß sein! Der dreiteilige Rhythmus und das Schwingen fiel den meisten am schwersten . . . aber es machte Freude, wie es täglich besser ging und einheitlicher wurde, und

wie jeder allmählich den Unterschied zur reinen Gymnastikbewegung merkte und die Beziehung von Bewegung zu Sprache und Ton erfuhr.

Um 8 Uhr gab es Frühstück nach einer kurzen Morgenandacht. 8,35 Uhr (auf Pünktlichkeit wurde scharf gesehen und jede Verspätung kostete unerbittlich Strafe) fingen wir mit einer halben Stunde Stimmbildung an. Stimme . . . Luft . . . Laut . . . die Lage und Tätigkeit der Stimm-Sprech- und Atemwerkzeuge und Organe, der Rhythmus . . . waren Ausgangspunkt. Wir haben versucht uns eine Empfindung für den Einfluß der Lautkraft zu erarbeiten, und, daß wir nicht nach Luft zu schnappen brauchen, daß die Stimme schwingen kann und daß die Zunge nicht zu drücken braucht, wir erfuhren, daß die Töne vor- und zurückschwingen am Stimmband und nicht auf und ab. Heys Sprüche machten viel Freude und erwiesen sich sehr nützlich. Auch davon haben wir gesprochen, was die Stimme eigentlich für uns bedeutet, daß sie unbedingt notwendig ist für unsere Entwicklung.

Nach diesen Übungen wurde Chor gesungen. 3 und 4 stimmige geistliche Musik, Morgen- und Abendlieder, Lieder, die wichtig sind im Laufe des Kirchenjahres, zu denen Hinweise gegeben wurden über ihre Schwierigkeiten für Leiter und Chor.

Danach sprach Professor Ebert aus München über die Probleme der Intonation beim Chor-singen vom akustischen Standpunkt aus über natürliches und pythagoreisches Ton-system und über die Bedeutung der richtigen Erfassung der verschiedenen Sekundabstände, die durch die Überschneidung verschiedener Harmonien oder der beiden Ton-systeme innerhalb des Musikstüdes die Einhaltung der Tonhöhe erschweren, ganz unabhängig von der musikalischen Fähigkeit des Chores. Es zeigten sich hier manche, von den Chor-dirigenten bisher wenig beachtete Hilfen. Er wies darauf hin, daß nur ein fröhlich naturverbunden übender Chor über die musikalisch nicht erkannten Schwierigkeiten hinwegkommen würde, daß es doch aber sehr erstrebenswert sei von der andern Seite die Dinge auch zu meistern!

Um 12 Uhr gab es Mittagbrot und bis 1/4 Uhr war dann Ruhezeit. Nachher fingen wir mit Stimmbildung wieder an. Diesmal ausgehend von Text und Melodie der am Morgen erlernten Lieder. Das erwies sich als besonders fruchtbar für die Zusammenarbeit mit den musikalischen Leitern. Chorklang und Ausdruck wurden von Mal zu Mal innerlicher und freier. Anschließend war wieder Chor-singen, das die beiden Herrn in den Tagen abwechselnd übernahmen. Vor dem Abendbrot war meistens eine allgemeine Aussprache über die Dinge, mit denen wir uns am Tage befaßt.

Für die Organisten hielt Professor Högner nachmittags öfter sehr beliebt

Orgel Improvisationsübungen ab an einer kleinen Dorforgel in der Nähe. Wir andern sangen währenddem Volkslieder unter Professor Hopfmüllers Leitung, der für die Art des volkstümlichen Musizierens eine ganz besondere Begabung hat. Nach dem Nachessen gab es große Aussprachen über wichtige Fragen aus dem Arbeitsgebiet der Einzelnen und über gemeinsame Aufgaben, von Pfarrer und Kantor, Lehrer und Eltern, Jugend und Gemeinde. Högner hielt uns 2 Vorträge über das Gemeindelied und seine Formen und über die Erziehung zum Verständnis für das echte Kirchenlied.

Ein reiches Programm in einer Woche! Freude und Scherz kam nicht zu kurz in diesen Tagen! Einen herrlichen Ausflug haben wir auch gemacht. An einem Abend wurde uns von einigen Teilnehmern schöne alte Instrumentalmusik geboten und Professor Högner spielte hinreißend auf einem winzigen Spinnettchen und brachte uns ganz aus dem Häuschen vor Begeisterung! Ehe es aber ganz schlimm wurde, schlug es 1/10 Uhr und wir mußten ins Bett! Ab 10 Uhr hatte absolute Ruhe zu herrschen!

Als Abschluß der Woche sangen wir am Sonntag im Hauptgottesdienst der Kirche zu Windbach und umrahmten die Handlung mit unseren für diesen Sonntag gewählten Liedern, die Hopfmüller leitete, während Högner den Orgeldienst versah. Es war eine Feierstunde, die der Gemeinde und uns wohl immer im Gedächtnis bleiben wird.

Danach fuhren wir in alle Richtungen auseinander und sagten beim Abschied: hoffentlich bald aufwiedersehen!

Margarete Dimer

Das Kinderhaus in Weimar

meldet, daß dies letzte Jahr ein gutes Vorwärts bedentet hat.

Es freut uns besonders, daß uns die Eltern in den meisten Fällen die Kinder in kürzeren und längeren Zeitabständen wieder schicken, weil ihnen die Fortführung dieser Entwicklungsarbeit wertvoll erscheint, und weil sich die Kinder selber beweiskräftig für sie zeigten.

Wir müssen so oft gegen die Einstellung kämpfen, daß ein Aufenthalt an der See oder im Hochgebirge noch förderlicher sein könnte und alle erhofften Wunder zeitigen müßte. Wir können auch nicht damit rechnen, daß diese seit Generationen eingefahrene Ansicht so schnell der Erkenntnis Platz machen kann, daß es hier garnicht um einen Vergleich geht.

Ich möchte auf diesen Punkt etwas ausführlicher eingehen, auf die Gefahr hin, daß es pro domo gesprochen erscheint, doch weiß ich, daß alle mit der Arbeit

länger Vertrauten eigene Erfahrung bestätigt finden werden. Auch wird mir mitunter gesagt, daß es leichter sei, unserer Arbeit noch fernstehende Eltern zu interessieren, wenn das Haus eine landschaftlich besonders hervorragende Lage besäße. Der Name Weimar erwecke leicht die Vorstellung städtischer Umgebung, auch wenn dies, wie in unserem Fall, in keiner Weise zutrifft. Allerdings bezeichnete nun jeder eine andere Gegend als die allein mögliche, sodaß es für uns einigermaßen schwierig gewesen wäre, alle Wünsche zu befriedigen.

Die starken klimatischen Anreize von See und Hochgebirge, durch deren äußere Einwirkung eine vorübergehende Hochsteigerung der Organtätigkeit erzielt wird, konnten bei der Wahl des Hauses nicht der ausschlaggebende Gesichtspunkt sein. Wir beobachteten gerade bei jüngeren und nervlich zarten Kindern häufig, daß sie dadurch eine gewisse Überforderung erfahren. Spätere Rückfälle und den Eltern oft unerklärliche Reaktionen beweisen, daß sie einem solchen Ansturm auf das eigene organische Leben noch nicht gewachsen waren.

Damit soll natürlich der Wert eines solchen Aufenthalts für alle, welche die nötigen Voraussetzungen mitbringen, in keiner Weise geschmälert werden.

Wir sehen unsere Aufgabe nur anders: wir möchten die uns anvertrauten Kinder für die klimatischen Bedingungen, in denen sie aufwachsen, widerstandsfähig machen. Die Arbeit soll ihnen dazu verhelfen, die in der Luft enthaltenen aufbauenden Kräfte wirklich aufzunehmen, wo immer sie leben müssen, und ihnen von innen heraus zu einer lebensvollen, konzentrationsfähigen und geordneten Gestaltung ihrer Gesamtentwicklung verhelfen. Das kann keine schnellwirkende „Kur“ sein, es ist eine eingreifende Erziehungsarbeit, die über das Gesundheitliche hinaus Forderungen stellt.

Deswegen haben wir dem freien Land in keiner Weise abgeschworen. Im Gegenteil, das Kinderhaus mit seinem großen Garten und guten Luftverhältnissen liegt in einer ganz ländlichen und auch landschaftlich sehr ansprechenden Umgebung am Rande der Stadt, die erst in 20 Minuten zu erreichen ist. Die Erfahrungen, die wir in den 4 Herchener Jahren machten, haben zu dem Entschluß geführt, für unsere Dauerkinder die Nähe der Stadt mit allen ihren Möglichkeiten zu suchen. Es hätte sonst auch einen Verzicht auf die Zusammenarbeit mit dem Weimarer Seminar für Kindergärtnerinnen und Hortnerinnen bedeutet. Das Hineintragen unserer Arbeit in einen dauernd weitergeführten Kreis junger Menschen, die erzieherische Berufe erfüllen, ist sehr wesentlich und nur durch eine stetige Durchführung zu erreichen.

Unser kleiner Kindergarten ist sehr angewachsen und kann immer mehr als Versuchsfeld angesehen werden, wie die Arbeit an solche Kleinkindergruppen in Spiel und Bewegung herangebracht werden kann. Es hat noch jedem „Hilf-

ter", der bei uns praktizierte, besondere Freude gemacht, an diesem kleinen Ge-
krabbel zu lernen, das soviel ursprüngliches und unmittelbares Leben mitbringt.

Durch die Einstellung einer Haushaltspflegerin hoffen wir, ab Ostern einen
Vehrhauhalt aufzubauen, der uns zur Ausbildung junger Mädchen auf haus-
wirtschaftlichem Gebiet berechtigt. Als Heim dürfen wir sogenannte Pflicht-
jahrmädel nicht aufnehmen, dafür aber Haushaltslehrlinge, die eine planmäßige
Schulung erhalten.

Ein Höhepunkt war Mitte Januar das Chor-singen in Weimar. Wir lebten
schon seit Wochen in einer Art Dauervorfreude. Fast alle Chornitzglieder woh-
ten im Kinderhaus, dazu noch ein Teil auswärtiger Freunde, es war ein freudig
bewegter Strudel, zugleich Ausklang der Chorfahrt. Unseren Kindern wird das
ihnen ganz allein vom Chor gesungene „Guten Abend, gut Nacht“ unvergesslich
bleiben. Jetzt freuen wir uns aufs nächste Mal.

H u s t e d t, 23. März 1939.

I l s e Krüger

Haus Anka Schulze, Rotenburg (Fulda)

Seit Anfang März ist mein Haus wieder geöffnet. Die Gepflogenheit, es
im Winter längere Zeit zu schließen, soll in diesem Jahre gebrochen werden.
Es besteht die bestimmte Absicht, es wenigstens bis über Weihnachten offen
zu halten.

Im Januar, Februar - arbeitete ich in Stuttgart. Herr Dr. Seifert
hatte mir durch die MS.-Gemeinschaft „Kraft durch Freude“ einen Ar-
beitskreis vermittelt. Wie schon einmal vor 5 Jahren machte die Aufge-
schlossenheit der Schüler, ein natürlich-nunmittelbares Aufnehmen des Arbeitens
leicht und zerstreut von neuem die Bedenken, die man gegen so kurze Arbeits-
wochen in der Stadt haben kann. Wenn es nur gelingt der fast überall noch
herrschenden Meinung über die „Atemtypen“ (Bauch-, Flanken- und Hoch-
atmung) ins Wanken zu bringen, und den Menschen den natürlichen Lebens-
rhythmus zu vermitteln, so ist damit der erste Anfang auf dem erwünschten
Wege gemacht. Er verhilft vielen schon zu neuen und beglückenden Erkennt-
nissen und regt sie an, in der einmal eingeschlagenen Richtung weiter zu gehen.
„Das hätten wir in unserer Ausbildung haben sollen!“ sagen die hier am
Unterricht teilnehmenden Lehrer, Musiker, Heilgymnastinnen usw., hoffentlich
kann sich diese Einsicht mehr und mehr durchsetzen und macht nicht beim bloßen
Wünschen halt.

S i n g w o c h e: 16.-23. Juli in Kummelsberg, Post Döhenbruck bei Nürnberg.
Leitung: Friedrich Högner und Wilhelm Hopfmüller, Mitarbeit der Schule
Schlaffhorst-Anderfen vertreten durch Margarete Dittmer.

Anmeldung: Geschäftsstelle des Evang. Kirchenchorverbandes Bayern,
Nürnberg S. Hummelsteinerweg 100.

H i d d e n s e e: zwischen 26. Juli und 10. August Arbeitsmöglichkeit auf Hid-
densee, Erkundigung bei Marg. Dittmer, München 13, Friedrichstr. 15/2.
Anmeldung bis 15. Juni fest.

Etwa vom 10. Juli - 10. August werde ich auf Spiekersog arbeiten.
Martha Luise Merckens, Bonn/Rh., Beethovenstr. 32.

Wir beabsichtigen, Juli und August in Osternach bei Prien am Chiemsee mit
Erwachsenen und Kindern zu arbeiten.

Hanna Siem und Ursula von Kalben
Ev. Anfragen sind zu richten an Hanna Siem, Essen-Bredeney, Nebenlaube 9.

Haupthaus: Hustedt bei Telle

Frl. Clara Schlaffhorst, Frl. Hedwig Anderfen,
Frl. Irmgard von Harling, Frl. Anita Graubing.

Anschriften

der zum Unterrichten berechtigten Häuser und Lehrkräfte

Frl. Ilse Krüger, (das Kinderhaus der Schule Schlaffhorst-Anderfen),
Weimar (Thür.), Arnold Böcklinstr. 2.

Frl. Anka Schulze, Rotenburg a. d. Fulda.

Frau M. Selbmann-Schlaffhorst, Rotenburg a. d. Fulda

Frl. Ilse Loepfer, Berlin-Dikloassee, Lückhoffstr. 35, Fernruf 805-166.

Berlin: Frau Irma von Arnim, Steglitz, Königin-Luise-Str. 14,
Fernruf 76 34 20.

Frau Liese Fütterer, geb. Bollmer, Schöneberg, Innsbruckerstr. 6.

Frl. Frieda Herholz, Wilmersdorf, Tübinger Str. 3.
 Frl. Lonny von Wegsch, W 15, Bregenzer Str. 11, Fernruf 92 16 11.
 Frl. Erna Nissen, Schöneberg, Wartburgstr. 9, Fernruf 77 21 61.
 Prinzessin Elisabeth zu Solms-Lich, Wilmersdorf, Trautenaufstr. 12,
 bei Klucken.
 Frau Gertr. Thymian, Halensee, Georg Wilhelmstr. 2, Gartenhaus II I.
 Bonn: Frl. Marthalise Merckens, Beethovenstr. 32, Fernruf 47 24.
 Breslau: Frau Lotte Viel, Dranienstr. 4, (im Sommer: Nieder-
 schreiberhan), Fernruf 8 61 05.
 Danzig: Frl. M. Engler, Brotbäufengasse 13.
 Dessau: Siehe Leipzig.
 Essen-Dredeney: Frl. Hanna Siem, Nebenlaube 9.
 Bad Freienwalde/Oder: Frl. Dorothea Kalk, Frankfurter Str. 52.
 Hamburg: Frl. Gertrude Schümann, Hamburg 13, Innocentiastr. 31,
 Fernruf 55 24 89.
 Hannover: Frl. A. Branding, Holsteistr. 6, Fernruf 3 98 04.
 Hirschberg: Frau Kläre Menzel, geb. Heuer, Pirolweg 21.
 Kiel: Frl. Helene Gerk, Beseler-Allee 31a, Fernruf 830.
 Köln: Siehe Bonn.
 Leipzig: Frl. D. Idler, Beethovenstr. 14, Fernruf 20 361.
 München: Frl. Grete Dttner, München 13, Friedrichstr. 15,
 Fernruf 36 02 60.
 Saarbrücken: Frl. Irma Ziegler, Schafbrücke 5, Stahlhammer 7.
 Schwerin/Meckl.: (ab Oktober) Frl. Ursula von Kalben,
 Schleifmühlenweg 4.
 Weimar: Frl. Johanna Wiesike, Böcklinstr. 2.

Helferinnen:

Frl. Elisabeth Goebel
 Frl. Inge Kühl
 Frl. Ilse Lowes
 Frl. Lilli Schönborffer
 Frl. Waltraut Seyd
 Frl. Ingeborg Stampa.

Anfragen, Mitteilungen und Anmeldungen sind zu richten an die Schrift-
 führerin Anita Branding, Hufstedt-Jägerei über Celle.

Wir machen unsere Freunde und Mitglieder darauf aufmerksam, daß der
 Name „Notenburger Schule“ in „Schule Schläffhorst-Andersen“ umgewandelt
 ist. Selbstverständlich fallen damit auch die Bezeichnungen: „Notenburger Ar-
 beit“, „Notenburger Lehrerin“ und dergl.

Neue Mitglieder

Fräulein Ingebg. Kühl, Lehrerin, Marburg (Lahn), Moltkestr. 31/II.
 Fräulein Elif. Scabell, Oberschullehrerin, Berlin-Nikolassee, v. Luckstr. 30 / I.
 Frau Prof. Hilb. Kloernicke, Bonn, Zülpicherstr. 13.
 Frau Marg. v. Kalben, Wienau / Drunau.
 Frau Elif. Viel, Dessau-Ziebigk, Felsstr. 2.
 Frau Martha Kirschmann, Wolfen, Krö. Bitterfeld.
 Herr Herm. Bauernmeister, Kauerbe / Alfeld a. d. Leine.
 Fräulein Irngb. Kählerwein, Stud.-Ass., Hamburg 13, Innocentia 60.
 Frau Ellinor Thorer, Leipzig C. 1, Beethovenstr. 35.
 Frau Johanna v. Kalben, Stendal, Hospitalstr. 1.
 Fräulein Wera Steiner, Musiklehrerin, Köln, Germonshof 7.
 Herr Karl Hummel, Berlin-Charlottenburg 9, Reichstr. 84a.
 Fräulein Günhild Nordahl, Stettin, Steinstr. 6.
 Fräulein Erna Kinkelin, Musiklehrerin, Stuttgart W., Senefelderstr. 56 III.
 Fräulein Bertel Wagner, Lehrerin, Schafbrücke (Saar), Stahlhammer 7.
 Fräulein Marg. Wedemeyer, Dr. rer. pol., Kiel, Düppelstr. 54.
 Fräulein Ilse Lowes, Nordhausen (Harz), Contagstr. 11.
 Frau Meta Rau, Hannover, Ellernstr. 16a.
 Herr Forstmeister Johannes Herrmann, Laim (Bayer. Wald).
 Herr Dr. Rudolf Lentiger, Friedrichsbrunn (Ostharz).
 Frau Liselotte Lentiger, Friedrichsbrunn (Ostharz).
 Herr Fris Hagemann, Berlin-Virchowwerder, Ebelallee 19.
 Frau Ilse Hagemann, Berlin-Virchowwerder, Ebelallee 19.
 Frau Anna Marie Nissen, Stöyen, (Norwegen), Harbitzallee 11.
 Frau Ruth Nestler, Betriebsführerin, Lahr (Baden), Postfach 6.
 Frau Martha Fleck, Niederschreiberhan (Hgb.), Haus Stille Höhe.
 Fräulein Gerda Sieber, Klavierlehrerin, Göttingen, Prinzenstr. 14.