

## Über Shinui

Meine Erfahrung mit der Shinui-Arbeit von Mike.

Vorweg – was passiert da?

Also das was Mike macht ist eigentlich kein musikalischer Ansatz - nur es ist eine Art Körpererfahrung, die sich stark für alle jene Musiker eignet, die danach streben aus dem Kopf raus, in die eigene Lebendigkeit und in den kompetenten und freudigen Umgang des MITEINANDER (wieder) zu finden.

Diese Arbeit kann als sehr erfüllend und beglückend erlebt werden, wenn man durch feinstes Spüren und Auffinden des eigenen Körperschwerpunktes (Hara) lernt, sich SELBST zu sein, sein zu dürfen, sein zu müssen, auch während man mit anderen in Kommunikation ist.

Das ist auch eine extrem gute Möglichkeit für die Kompetenzen bezüglich Improvisation in Beruf und in Alltag:

Achtsamkeit – den inneren Körper spüren - Schwerpunkt spüren - Führen & Folgen mit Spielregeln, um frei zu sein, gleichzeitig Tun und Fühlen, Tun und Hören....

## Shinui & Musikalisches Coaching

Mike hat während meines musikalischen Coachingangebotes mit Studenten jeweils morgens eine gute Stunde SHINUI gemacht und ich habe danach im musikalischen Prozess erfahren und erlebt, wie stark sich die Musiker auf die Erfahrungen mit Shinui während der musikalischen Arbeit beziehen konnten - Querverbindungen und Parallellitäten dazu gesehen haben.

Das hat die Arbeit rund und ganzheitlich gemacht und nachhaltige Wirkung erzielt. Die Musiker sind zu Menschen geworden, haben raus aus dem Mechanischen gefunden, haben ihre Authentizität und ihr Selbst-Bewusstsein gestärkt.

## Der Nutzen

Musiker können kontinuierlich Kompetenzen in „Shinui“ - einem Führen&Folgen, gut gebrauchen und einsetzen. Innerhalb der eigenen Musik – wenn sich die einzelnen Themen aufeinander beziehen und in Schichten jeweils hervortreten oder zurücktreten, immer in einem stetigen Miteinander aber auch bei Akkordinstrumenten besteht ständig diese Qualität, allein durch die Mehrstimmigkeit und das notwendige Zusammenwirken von Links und Rechts.

Flexibilität und die Kunst der Improvisation werden ganz von alleine und mühelos trainiert. Die Schritte, die man über SHINUI weitergehen kann, sind unendlich.