

## Das Geheimnis der Stimmbänder.

Von Dr. Anna Forkel.

Neuerdings hat die medizinische Wissenschaft sich auch an die bisher so sorgsam gehüteten menschlichen Stimmbänder gewagt. Es sind verschiedene glückliche Operationen gelungen und sogar bei großen Sängern und Sängerinnen hat die ärztliche Kunst nachzuhelfen verstanden. Dennoch werden die menschlichen Stimmbänder ein Geheimnis bleiben, werden sie — niemand kann es ergründen — einen zum gottbegnadeten Sänger, den anderen zum heiseren Kräcker machen. Mir liegt nun ein Beitrag der unvergeßlichen Elli Lehmann vor, der das Geheimnis der Stimmbänder behandelt und so interessant ist, weil er heute aktueller ist als damals, da er vor mehr als 20 Jahren geschrieben wurde:

Seit ich denken kann, hörte ich von großen und kleinen Sängern erzählen, wie sie zeitlebens nach dem richtigen Ansatz gesucht, die verrücktesten Experimente gemacht haben, um das Phänomen des Singens zu ergründen. Das hatte das Gute für sich, daß ich seit meiner Jugend stets dem Gedanken nachhing, Stimmempfindungen an mir zu erproben und sie für andere in Wort und Bild zu präzisieren. Da man Schülern das Hinaufziehen des weichen Gaumens und das Blähen des Gaumensegels, d. h. dessen volle Tätigkeit, nicht genügend veranschaulichen kann, weil sie sich meist der Bewegungen ihrer Sprech- und Singorgane nicht bewußt sind, kam ich zuerst auf die Idee, sie die Nase hoch mit gespannten Nasenflügeln nach hinten atmen zu lassen. Das begreifen sie offenbar leichter.

Der anzusehende Ton muß, wie alles, was wir tun wollen, zuerst sehr scharf gedacht sein. Je ungewohnter, desto schärfer. Das Vordringen der höchsten Tonhöhe eines jeden Tones bedingt die Bewegung des mehr oder minder zurückgezogenen und hochgeschobenen Gaumens (Nase) genau so, wie sie die lächelnde Mundstellung oder auch das Gähnen bedingen.

An und unter der so empfundenen Tonhöhle, dort also, wo der Gaumen bzw. die Nase am höchsten oder am weitesten nach hinten gehoben wird, vollzieht sich der Tonansatz. Und nicht nur dort allein, sondern gleichzeitig mit und in der Brust.

Denken wir uns die Ansatzstelle in der Brust auf dem Zwerchfell als die Saitenschraube auf dem unteren Resonanzboden einer Harfe, die hinauf und nach hinten gezogene Gaumenstelle (Nase) als die entgegengesetzte Saitenschraube des oberen Resonanzbodens, an denen, einer Saite gleich, unsere Ansatzempfindung mit Festigkeit gespannt ist, die von der bloßen Vorbereitung an bis zum Verklingen des letzten Tonhauchs nicht erschlaffen darf, so haben wir das Allerwichtigste für den Ton, d. i. die jedesmalige Vorbereitung, die unaufhörlich elastisch sämtliche Organstellungen und Muskelspannungen reguliert. Wie die Saiten eines Instruments nicht überspannt werden dürfen, darf auch die Stimmempfindung das Maß von Höhe und Tiefe des anzusehenden Tons nicht überschreiten. Doch sollen alle Anfänger die Vorbereitung für die Tonhöhe eher übertreiben, weil sie niemals scharf genug vorzudenken imstande sind. Der auf scharfer Gaumen- bzw. Nasenspannung beruhenden Kontreffsicherheit muß selbstredend angeboren scharfes Tongehör vorangehen. Der Schüler hat erst sehr langsam vorzubereiten, um sich der unbedingt notwendigen Form bewußt zu werden, die sich später, durch die Macht der Gewohnheit, mit dem augenblicklichen Einatz des Tongehörs ganz von selbst einstellt.

Aber auch weiterhin hat das Gehör nach beendetem Tonansatz, sobald Stimmband und Atemregulierung durch korrekte Spannung des Gaumens und durch die wohl zu kontrollierende Tiefstellung des Kehlkopfes gefestigt sind, die Aufsicht über die Elastizität der gesamten Muskelkontraktion zu führen, die es ermöglicht, Töne und Buchstaben weich mit- und untereinander zu verbinden, ohne Klang und Tonhöhe zu verletzen.

Wollen wir z. B. den Ton höher treiben, ihn, beispielsweise den Vokal, heller, klangvoller oder weittragender machen, haben wir das am weitesten zurückliegende Gaumensegel mit der Nase zugleich mehr nach a, e, i, also weicher und platter zu spannen. Wollen wir ihn hingegen tiefer, dunkler, voller gestalten, müssen wir den stark zurück-

gespannten Gaumen (Nase) auch noch hoch hinauf unter die Augen ziehen.

So bildet er dann eine Schallwand, gegen die man mit Hilfe des Vokals u, also tiefgestelltem Kehlkopf, singend sich lehnen kann. Das fortwährende Öffnen und Schließen der Nasenflügel begleitet sichtlich die inneren Funktionen. Das Blähen der Nasenflügel ist gleichbedeutend mit dem Blähen des Gaumensegels. Beides muß mit Bewußtsein zur Gewohnheit werden. An dieser für jede Tonhöhe besonders gespannten Saite fügt sich nun der in fühlbar sehr schmaler, langer Form laufende Atem ein und an und macht die Saite von der Brust, resp. dem Bauch bis zum Kopf, bzw. dem Gaumen schwingen und klingen. Vergessen wir aber nicht, daß das Gehör der aufsichtführende Wächter ist und bleibt, die Tat der Formeinrichtung erst nach und nach zur mechanischen Gewohnheit wird, die dem Denken nachfolgt.

Die Tonschwingungen müssen nunmehr in vollendeter Ruhe erhalten bleiben. Dazu bedarf es der Kontrolle der Stimmbänder, die der Atem durchströmt. Die Stimmbänder regulieren die Quantität des Atems, der, vom Zwerchfell getragen, den oberen Hals- und Kopfpartien zudrängen und dem Mund entfließen muß.

Die Stimmbandkontrolle ist aber wieder einem überaus feingeübten Tongehör unterworfen, das die Regulierung übernimmt. Durch persönliche Beobachtungen und solchen an meinen Schülern kam ich zu folgender Feststellung, die für mich als Sängerin und Lehrerin zum musikalischen Ereignis wurde.

Bei flackernden Tönen brauche ich meine Schüler nur darauf aufmerksam zu machen, den Gaumen beziehungsweise die Nase höher und weiter nach hinten zu spannen, wonach der Ton jedesmal ruhig wird. An mir selbst habe ich's dann ausprobiert — mich geniert jede zu lose gehaltene Schwingung an mir selbst sowie an anderen — und dabei ist mir klar geworden, daß die Stimmbandspannung — sobald der Kehlkopf tief genug, d. h. also auf u steht — nur durch die erweiterte und erhöhte Gaumenspannung einzig und allein zu regulieren ist. Das entspricht der schmalen, langen Form für den Atem bei allen höheren Lagen aller Stimmen.

Das Regulieren der Stimmbänder kann entweder durch höheres Hinaufziehen oder innere Abplattung bzw. des Gaumens (Nase) geschehen. Sollte der Gaumen nicht mehr höhergezogen werden können und der Ton dennoch flackern, steht der Kehlkopf jedenfalls zu hoch, und es muß dieser dann außerdem noch reguliert werden. Je tiefer der Ton, desto weiter nach rückwärts, so daß man die Nase fast bis zur Ansatzstelle in der Brust in weitem, flachem Bogen bis hinunter gespannt glaubt. Je höher der Ton, desto höher zieht man die Nase gegen oder hinter die Augen hinauf, ohne die Spannung nach hinten zu verringern. Sobald die Spannung nach Länge und Breite genügt, darf sie dem bereits als Ton erklingenden Atem nur soviel Raum gewähren, als er benötigt, die für ihn geschaffene Form ganz schmalspurig auszufüllen und zu durchlaufen oder anzulaufen. Hiermit wird der Atem, das ist der Ton, zur klingenden Saite selbst, aus der wir nach automatischer Vorbereitung vermöge unseres Gehörs alle erwünschten Töne, die in den Grenzen unserer Stimme liegen, anschlagen und je nach Geschicklichkeit lebendig machen können. Man kann sich die Spannung bei stets tiefgestelltem Kehlkopf, vom hochgehobenen Gaumen (Nase) bis zur Brust, ja bis zum Bauch, als ein langgezogenes, schmales U vorstellen, in das sich alle anderen Vokale und Buchstaben einfügen. Das Aussprechen von Worten hat an und hinter der hoch- und zurückgebogenen Nase durch die außerordentlich schmieglame Zunge zu geschehen. Alle Organe müssen weich allen Buchstaben- und Tonhöhenveränderungen zugänglich erhalten bleiben, trotz aller Energie, die die Vorbereitung, das Zurückziehen der Nase, auch erfordern mag.

Die ganze Kontrast beruht auf der elastisch festgehaltenen schmalen Form, in der der Atem, von den Stimmbändern gespannt, klingt, die Stetigkeit des Tons auf den gedachten vorerwähnten Saitenschrauben, die die Saiten auseinanderdehnen (Stimmbandspannung). Dadurch werden alle in Anspruch genommenen Muskeln von Kehlkopf, Brust, Hals und Kopf auf ihre natürlichen Funktionen beschränkt und jede Gefahr für die Stimme sowie ihre Erzeugungorgane ist ausgeschlossen.