"In alten Stimmen spiegelt sich die Lebenserfahrung"

Autor(en): **Scholl, Brigitte**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung**

Band (Jahr): **86 (2008)**

Heft 3

PDF erstellt am: **01.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-722797

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

«In alten Stimmen spiegelt sich die Lebenserfahrung»

Für Brigitte Scholl gibt es für das Singen keine Altersgrenze. Die Gesangslehrerin und Stimmbildnerin achtet aber auf einen besonders sorgfältigen Umgang mit älteren Stimmen.

Bild: Peter Mosimann

Brigitte Scholl
ist Gesangslehrerin, Stimmbildnerin und freischaffende klassische Konzertsängerin und wohnt in Bern. Zum Repertoire der Sopranistin gehören Kirchenmusik und Oratorien vom 18. bis ins 20. Jahrhundert. Die gebürtige Bielerin leitet in Bern ein in französischer Sprache probendes Ensemble, in dem Frauen zwischen 42 und 80 Jahren mitsingen.

«Dr Schacherseppli» wurde letztes Jahr zum «Grössten Schweizer Hit» gewählt. Warum? Es ist die Wahrhaftigkeit des Sängers Ruedi Rymann, die so berührt. Das Lied ist mit seiner Person völlig im Einklang, es kommt aus der Tiefe.

Ruedi Rymann ist 75 Jahre alt und singt immer noch. Wo liegt beim Singen die Altersgrenze? Es gibt keine. Singen kann man, bis organisch die Stimmfunktion versagt. Natürlich gibt es mit den Jahren Einbussen: Im Alter lässt die Spannkraft der Muskeln nach. Die Brustkorbmuskulatur wird schwächer, das Zwerchfell ist weniger flexibel. Das wirkt sich auf den Stimmumfang und das Stimmvolumen aus.

Was kann man dagegen tun? Regelmässig singen. Mit gezielter Stimmbildung erreichen ältere Stimmen teils gar höhere und tiefere Tonlagen als mit vierzig oder fünfzig Jahren. Es ist wie im Sport: Mit dem Training kann man in jedem Alter anfangen. Im Alter dauert es höchstens länger, bis sich der Erfolg einstellt.

Welche besonderen Probleme haben ältere Stimmen? Die Regenerationszeit dauert bei älteren Stimmen länger. Junge Menschen können eine Nacht lang schreien und singen und reden – ihre Stimmen überstehen das in der Regel unbeschadet. Wenn Ältere mit der Stimme Raubbau betreiben, hört man das viel schneller.

Wie kann ein Chorleiter bei älteren Sängerinnen und Sängern Raubbau verhindern? Dafür braucht er Hintergrundwissen über die Stimmentwicklung im Alter. Ein guter Chorleiter nimmt bei der Auswahl der Lieder auf den Stimmumfang der Sängerinnen und Sänger Rücksicht. Auch da ist es wie beim Sport: Vor der Leistung müssen die Muskeln gedehnt und aufgewärmt werden. Nur mit gutem und gezieltem Einsingen können die höheren Tonlagen erreicht werden.

Was zeichnet eine ältere Stimme gegenüber einer jungen aus? Eine alte Stimme ist wie ein altes Gesicht: In ihr spiegelt sich die ganze Lebenserfahrung. Mögen alte Stimmen nicht mehr so geschmeidig sein, gewinnen sie doch an Tiefe. Es gibt wunderschöne Beispiele von Sängerinnen wie Hildegard Knef oder Juliette Gréco: Ihre Chansons, im Alter gesungen, haben nichts von ihrer Ausdruckskraft eingebüsst.

Welche Tipps geben Sie Menschen, die erst im Alter wieder mit Singen anfangen wollen? Es gibt viele Möglichkeiten. Ich rate, bei verschiedenen Chören einen Probebesuch zu machen – um zu schauen, auf welchem Niveau man auf die Rechnung kommt. Manchmal lohnt es sich, mit Chorleitern zu sprechen und gezielt Fragen zu stellen. Man kann aber auch bei einem Gesangslehrer eine Stimmexpertise machen oder ein paar Schnupperstunden nehmen.

Wie findet man den Chor, der zu einem passt? Es ist wie in einer Beziehung: Die Chemie muss stimmen, der Funke springen. Chöre haben eine Seele – es gilt, die Seelenverwandtschaft zu spüren und dorthin zu gehen, wo einen das Herz hinzieht. Auch bei einem Chor auf hohem Niveau sollte man es wenigstens versuchen.

Mit dem Risiko, dass man aus Altersgründen nicht aufgenommen wird? Es gibt Chöre, in denen schlecht ausgebildete Stimmen nicht mitsingen können. Aber Alter allein darf kein Hinderungsgrund sein. Es gibt zwar Chöre mit Alterslimite. Dann empfiehlt sich ebenfalls eine Stimmexpertise bei einem Gesangslehrer, der sich für einen beim Dirigenten einsetzen kann. Man darf sich nicht so schnell entmutigen lassen.

Welche positiven Auswirkungen hat das Singen in einem Chor auf den Alltag? Singen ist mit Disziplin verbunden: der Disziplin, sich mit sich selber, seiner Stimme und seinem Körper auseinanderzusetzen. Disziplin braucht es auch für den regelmässigen Chorbesuch. Dieser wiederum gibt dem Alltag Struktur, und Struktur ist im Alter wichtig. Und eine starke Chorgemeinschaft kann schwächere Mitglieder auch durch schwere Zeiten hindurchtragen.