

---

# Das *APCS* Bulletin

Avis officiel de l'Association des Professeurs de Chant de Suisse

---

Juni 1998

Nr. 39

## Die alternde Stimme aus gesangspädagogischer Sicht

*Von Prof Horst Günter, Ehrenmitglied der APCS*

Die Beschäftigung mit der alternden Stimme ist bis heute im wesentlichen eine Angelegenheit der Medizin, insbesondere der Phoniatrie geblieben. Informationen über diesen Prozess, dem auch alle Sängerinnen und Sänger ausgesetzt sind, kamen bisher nur von den Phoniatern. Nach meiner Kenntnis ist auch in neueren Publikationen über den Gesang nahezu nichts über unser Problem zu finden und selbst in dem hervorragenden Gesangslexikon von Franziska Martienssen-Lohmann kommt der Begriff "altern" oder "alternde Stimme" nicht vor. Ich meine, dass sich auch die Gesangspädagogik endlich mit dem Phänomen der alternden Stimme beschäftigen sollte.

Es ist ja bei unserem Thema eine interessante Frage, ob vielleicht der Alterungsprozess der Sängerstimme beim Vorhandensein einer hervorragenden Technik anders verlaufen kann als bei der Anwendung einer die Gesangsorgane belastenden oder gar schädigenden Technik. Jedenfalls gab es offenbar früher mehr Sänger und Sängerinnen als heute, die bis ins 6., ja 7. Lebensjahrzehnt beruflich tätig sein konnten. Ich werde freilich die oben gestellte Frage hier nicht umfassend beantworten können, da auch meine Beschäftigung mit ihr erst jüngeren Datums ist und hier auch nicht der Platz zu einer gründlichen Darlegung aller Faktoren zur Verfügung steht. Ich würde

mich aber freuen, wenn ich einen Stein ins Rollen brächte zu Gunsten eines Problems, von dem jeder Sänger und jede Sängerin früher oder später betroffen wird.

Wenn wir uns nun unserem Thema "die alternde Stimme in gesangspädagogischer Sicht" zuwenden, möchte ich zunächst sagen, dass ich mich hier in erster Linie mit der alternden Stimme bei professionellen Sängern und Sängerinnen beschäftigen werde, da ich nur auf diesem Gebiet die entsprechenden Erfahrungen habe. Doch möchte ich bemerken, dass jeder, der sich bewusst mit seiner Stimme singend oder sprechend beschäftigt, sich angesprochen fühlen sollte und Nutzen aus den folgenden Betrachtungen ziehen kann.

Zunächst erlauben Sie mir einige Bemerkungen, die mit dem Altern allgemein und mit dem Altern der Stimme zu tun haben.

Junge Sänger und Sängerinnen beginnen heute erfahrungsgemäss ihre berufliche Karriere zwischen dem 23. und 30. Lebensjahr. Für das Altern der Stimme und damit auch für das mögliche Aufhören beruflicher sängerischer Tätigkeiten lässt sich kein solches spezifisches Datum finden. Es gibt kein herausragendes Ereignis in unserem Leben, an dem das Altern für jeden Menschen unausweichlich beginnt, jeder Mensch altert anders. Das Gleiche gilt auch für die Stimme im allgemeinen und für die Sängerinnen und Sänger im besonderen. Es

---

muss bei unseren Betrachtungen mit Nachdruck gesagt werden, dass es Ausnahmen und Abweichungen zu allen Feststellungen gibt, die hier getroffen werden, da eben der Alterungsprozess in jedem Individuum völlig verschieden abläuft. Dieser Prozess ist zunächst abhängig vom allgemeinen Gesundheitszustand der Person. Dieser wiederum ist das Ergebnis von erbten Faktoren und persönlicher Gesundheitspflege und Fürsorge für den Körper im weitesten Sinne des Wortes. Die Gerontologie bestätigt, dass das kalendarische und das biologische Alter keineswegs zusammenfallen und dies kann auch für das Altern der Sängerstimme gesagt werden. Es kann Sängerinnen und Sänger in den besten Jahren geben, die eine alternde oder bereits verbrauchte Stimme haben und umgekehrt kann es ältere Sängerinnen und Sänger geben, die noch mit einer relativ jugendlichen Stimme ihren Sängerberuf ausüben. Dafür könnte man viele Namen anführen. So wie unbiologisches Verhalten im Leben den allgemeinen Alterungsprozess beschleunigen kann, so kann auch unphysiologischer Umgang mit der Stimme ihre Langlebigkeit negativ beeinträchtigen. Jede Sängerin und jeder Sänger – und nicht nur die professionellen – hat es also in der Hand, Langlebigkeit und Gesundheit der Stimme und der stimmlichen Fähigkeiten positiv als auch negativ zu beeinflussen.

Ein Weiteres: das Alter ist nicht ein Lebensabschnitt, den man isoliert vom früheren Leben betrachten könnte. Das Leben ist eine Ganzheit und spätere Zeiten bauen – im Guten wie im Schlechten – auf dem vorangegangenen Verhalten, den Beeinträchtigungen und Erlebnissen auf. Der Satz, den man öfter von älteren Personen hört, die sich in gesundheitlichen Schwierigkeiten befinden: “ach, hätte ich doch früher besser dieses oder jenes getan oder hätte ich doch besser dies oder jenes unterlassen“ macht den Zusammenhang der Le-

bensabschnitte deutlich. Dieser Satz könnte aber auch ebenso von einem älteren Sänger oder einer Sängerin im Hinblick auf das eigene Singen gesprochen worden sein. Man weiss längst, dass man in der Jugend mit seinem Körper nicht leichtfertig umgehen sollte, weil alle Organe gewissermassen ein Gedächtnis haben und erst in späterer Zeit des Lebens sich die Folgen bemerkbar machen. Dies betrifft auch das Organ Stimme und ihre Fähigkeiten. Es ist daher sinnvoll, Gesangseleven und Gesangselvinnen rechtzeitig darauf aufmerksam zu machen, dass bestimmte Fehler, die sie jetzt in ihrer Technik machen, vielleicht in späteren Jahren zu unangenehmen Konsequenzen in ihrem Singen führen können.

Mit anderen Worten: die Fürsorge für eine lange Gesangskarriere, für die Langlebigkeit der Stimme beginnt bereits in der Ausbildungszeit. Junge Sänger sollten daher im Unterricht auch eine hinreichende Information über die physiologische Natur der am Gesang beteiligten Organe und Muskeln bekommen, denn nur mit solchen Kenntnissen kann man ein Gefühl dafür entwickeln, wie weit man die entsprechenden Organe und Muskeln beim Singen belasten darf, was man ihnen zumuten kann, ohne sie zu schädigen. Das Sich-gut-fühlen ist sicherlich ein wichtiger Gradmesser für die Qualität der Gesangstechnik.

Man spricht heute bei der Ausbildung der Stimme oft von einer “athletischen Handlung“, wobei der Gesangsapparat mit viel muskulärer Kraft in Funktion zu setzen sei. Dies kann zu einer riskanten Überbelastung der beteiligten Muskulatur, insbesondere der Stimmrippen führen. Auch bleibt dabei jede Sensibilität für den Klang auf der Strecke. Dem gegenüber gibt es schon im Studium angehende Sängerinnen und Sänger, die ein richtiges Singegefühl instinktiv besitzen und die sich jeder Gewaltmethode widersetzen. Doch der Instinkt für den Kunstgesang ist leider bei uns heute nur selten vorhanden und so ergibt sich oft

schon frühzeitig das traurige Ergebnis, dass sich Sängerinnen und Sänger in den besten Jahren mit Stimmschädigungen von der beruflichen Tätigkeit zurückziehen müssen.

Nach solchen allgemeinen Feststellungen möchte ich nun einige Verhaltensweisen aufzeigen, von denen ich glaube, dass sie im fortschreitenden Alter dem Erhalt der Stimme und der Bewahrung professioneller stimmlicher Fähigkeiten sehr förderlich sein können und vielleicht durch ihre Anwendung eine allzu frühe Aufgabe des Sängerberufes verhindern.

Es ist zweifellos ein Schock für jeden Sänger/in, wenn einem eines Tages gesagt wird, dass die Intonation nicht mehr in Ordnung sei; auch ist man oft selbst entsetzt, dass man häufiger als zuvor atmen muss; plötzlich macht auch die Höhe Schwierigkeiten – und Koloraturen wollen nicht mehr laufen. Auch entdeckt man ein stärkeres Vibrato. Es liessen sich noch andere beunruhigende Erscheinungen aufzählen wie zum Beispiel ein Nachlassen der Hörqualität, die sich meist ab dem 45./50./55. Lebensjahr bemerkbar macht. Man fragt sich, was ist da los? Man hatte doch eine solide Technik, auf die man sich verlassen konnte. Die Erklärung für diese Situation lautet: **Die alternde Stimme** meldet sich!

Das Wichtigste bei der nun eintretenden Auseinandersetzung mit den Schwierigkeiten der alternden Stimme ist, sich die Veränderungen einzugestehen, sie zu analysieren und als Antwort die richtigen und notwendigen Dinge zu tun. Es wäre falsch, die Situation zu verdrängen, in Panik auszubrechen oder so zu tun, als sei alles wie früher. Es sollte auch nicht abwegig sein, die Probleme mit einem Kollegen, zu dem man Vertrauen hat, oder mit einem Stimm-Sachverständigen durchzusprechen und vielleicht sogar wieder ein paar Gesangstunden zu nehmen. Es ist ja doch weitgehend bekannt, dass auch Stars ihren Gesanglehrer haben – Pavarotti jedenfalls macht keinen Hehl daraus. Ein fremdes Ohr hört nun mal

objektiver, auf jeden Fall anders, als der Sänger sich hört. In USA ist es keine Besonderheit, dass auch erfahrene und bekannte Lehrer und Sänger sich von Zeit zu Zeit einem Kollegen stellen, um sich helfen zu lassen. Das ist umso wichtiger als ein möglicherweise jüngerer Kollege dank seiner besseren Hörqualität die ihm vorgeführte Stimme ganz anders beurteilt und zu Ergebnissen kommt, die einem selbst verborgen geblieben sind. Bedauerlicherweise wird heute in der Gesangspädagogik die Rolle des Ohres infolge der seit etwa 150 Jahren neu gewonnenen physiologischen Erkenntnisse stark verdrängt. Das Ohr hatte in früheren Zeiten beim Aufbau der Stimme eine viel wesentlichere Rolle gespielt, denn Singen wie Sprechen sind abhängig vom Hören.

Nach einer umfassenden Analyse der Stimmsituation sind möglicherweise Veränderungen auch im Lebensbereich notwendig, wenn man das Singen nicht aufgeben möchte. Es wird vielleicht nötig sein, einen neuen, dem Alter angepassten Lebensstil zu entwickeln, der durch vernünftige Ernährung und viel Bewegung den Körper im besten Sinne funktionstüchtig hält. Über dieses Thema gibt es viel Literatur, so dass ich hier nichts weiter dazu sagen möchte. Vor allem vermeide man Übergewicht! Sinnvoll ist es, dem altersmässigen Abbau der Muskulatur mit gezielten Übungen entgegen zu arbeiten, insbesondere mit betontem Weiten des Brustkorbes. Unerlässlich sind Dehn- und Streckübungen, wobei man allem Zug nach unten, der im Alter zunimmt, entgegenwirken muss und sich dabei "gross" fühlen soll. Hierbei spielen Vorstellungen, wie z.B. die, dass man sich wieder in der körperlichen Balance jüngerer Jahre befände oder dass man den Glanz und die Fülle der jugendlichen Stimme von einst sich wieder vorstellt und mit seinem inneren Ohr hört, eine ganz wichtige Rolle. Denn man muss sich den Ton, den man singen möchte, erst vorstellen, innerlich hören, be-

vor man ihn wirklich singt. Ohne eine bewusste und positive mentale Einstellung zum eigenen Tun wird Vieles erfolglos bleiben.

Eine weitere wichtige Veränderung betrifft die Literatur: man wird von einigen Lieblingsstücken Abschied nehmen müssen – seien sie lyrisch oder dramatisch. Liebeslieder und dramatische Arien sollte man besser meiden. Durch intelligente Anpassung und Auswahl – auch hinsichtlich des Tonumfangs der zu singenden Literatur – wird man die Schwierigkeiten am besten meistern und weiter den Beruf ausführen können.

Mancher Sänger/in stellt sich in einer solchen Situation auch die Frage: warum trifft mich das alles, während mein 2 Jahre älterer Kollege noch im Vollbesitz seiner stimmlichen Mittel ist. Vielleicht muss man sich hier einmal ganz ehrlich mit seiner Gesangstechnik auseinandersetzen, um nicht für eine Altersschwierigkeit zu halten, was einfach Unzulänglichkeit in der technischen Bewältigung oder gar Missbrauch des Stimmorgans war oder ist. Es gibt ja ohne Zweifel und bis heute Gesangsmethoden, die die Funktion des Stimmorgans von Anfang an negativ beeinflussen und damit eine Langlebigkeit der Stimme von vorn herein ausschliessen. Auch bei jungen Spitzensportlern kommt es durch überzogene Belastungen und unphysiologischen Umgang mit der Muskulatur und mit den Gelenken zu frühen Schädigungen der entsprechenden Organe und damit zum Abbruch der sportlichen Karriere. Hier gibt es zweifellos Parallelen. Angesichts solcher Schicksale im Sport ist es für den jungen Sänger und die junge Sängerin sehr wichtig, sich im Interesse der Langlebigkeit der Stimme bereits während des Studiums eine solide Technik anzueignen. Denn die Schwierigkeiten in der alternden Stimme sind im allgemeinen bei denjenigen am grössten, die schon immer Schwierigkeiten mit ihrer Technik hatten. Wer eine einigermaßen

gute Technik besitzt, die auf den physiologischen und akustischen Prinzipien des Gesangs aufbaut, der sollte eine über Jahrzehnte währende Effektivität in seiner Stimmäusserung erreichen können. Natürlich können auch ein schlechter Allgemeinzustand des Körpers, Krankheiten und psychische Schwierigkeiten den Gesangsvorgang behindern, aber das ist ein anderes Thema, das hier nicht behandelt werden soll...

Nach meiner Erfahrung kommt es bei einer alternden Stimme in erster Linie darauf an, die Stimme leicht und beweglich zu halten, da durch die eintretende Verknöcherung gerade im Kehlkopfbereich und durch das Schwinden der Muskulatur – der Mensch verliert in der zweiten Hälfte seines Lebens etwa ein Drittel seiner Muskelkraft – der physiologische Ablauf im Gesangsorgan wie auch im Körper allgemein schwerfälliger wird. Entsprechend dem Charakter der Stimme fällt dies bei jedem Sänger, bei jeder Sängerin anders aus.

Ohne tägliches Üben bzw. Singen geht es nicht, verändern wir nichts. Zwei Bedingungen sind entscheidend für das Gelingen:

1) Man sollte sich an den Singe-Enthusiasmus der Jugendzeit erinnern und freudig und musikantisch die Übungen ausführen, die ja schliesslich auch Musik sind.

2) Man sollte mit dem inneren Ohr den Klang der eigenen jugendlichen Stimme wieder hören, ihn sich vorstellen und ihn nachahmen.

Ein physiologischer Grundsatz sollte für Sänger aller Altersstufen gelten: die Balance zwischen Aktivität und bewusster Entspannung. Ein Organ, ein Muskel in unserem Körper entwickelt sich nur dann optimal, wenn eine Balance zwischen intensiver Aktivität und selbst verordneter Ruhe und Entspannung eingehalten wird.

Für die alternde Stimme jedoch ist es unabdingbar, ausreichende Ruhe und Entspannung zwischen körperliche und geistige Aktivitäten einzufügen. Nur dann ist eine Fortsetzung erfolgreicher sänge-

rischer Tätigkeit zu erwarten – mit der man ja auch sein Selbstgefühl stärkt, was sich wiederum positiv im neuromuskulären Bereich auswirkt – und nur dann lassen sich mit Gelassenheit die Kriterien des Alterungsprozesses der Stimme verlangsamen.

Man sollte meines Erachtens in späteren Jahren nicht unbedingt immer die klassischen Übungen in trockener akademischer Manier singen. Die Stimmuskeln, der ganze Gesangsapparat hat ja während der Ausbildung und während der beruflichen Tätigkeit das Erforderliche gelernt – und nun soll man “SINGEN“! Oft findet man den Zugang zu einer guten stimmlichen Verfassung leichter mit einem Lied oder auch einer Arie, die früher Glanzstücke waren. Der Gesangsapparat wird sich daran erinnern. Man soll nicht mit Verbissenheit an die Technik denken, sondern sich auf das einstellen, was das Gesangsstück vermitteln möchte, also auf die Worte, auf den geistigen und emotionalen Gehalt des Stückes. Dabei spielt eine ausdrucksstarke Artikulation eine besondere Rolle, wie es schon Adam Hiller 1778 ausgedrückt hat: “gut gesprochen ist halb gesungen“. In einer Kritik über Luciano Pavarotti las ich jüngst, dass “seine Aussprache immer wieder bewundernswert“ sei. Wenn man mit solchen oder ähnlichen Gedanken seine alternde Stimme zum Klingen bringt, d.h. singt, kann es zu ganz erstaunlichen Ergebnissen kommen.

Es ist sinnvoll, bei der Literatur häufiger freudige Inhalte zu wählen, die den Sänger selbst in eine freudige Stimmung versetzen. Erstaunlich, was Hieronymus de Moravia in seinem *Tractatus De Musica* am Ende des 13. Jahrhunderts von der Freude beim Singen sagte: “Das Haupthindernis für einen schönen Gesang ist aber die Traurigkeit des Herzens (cordis tristitia). Denn der Gesang, der etwas wert sein soll, muss aus einem fröhlichen Herzen. (ex cordis hilaritate) kommen. Darum können Melancholiker wohl schöne Stimmen haben, aber schön

singen können sie nicht (puichre vero cantare non possunt).“ In diesem Sinne wird oft der gesangspädagogisch gute Rat gegeben: “Behandle die Stimmung, nicht die Stimme“! Wenn der Sänger in guter Stimmung ist, funktioniert alles besser und die Koordination der einzelnen Teile des Gesangsapparats ergibt sich nahezu von selbst. Versuchen Sie es einmal in den nächsten Ferien.

Die Arbeit an der Kopffresonanz soll in jedem Falle im Vordergrund stehen, d.h. es sind Übungen zu bevorzugen, die klingende Konsonanten haben. Denken Sie an den Ausspruch von Lilly Lehmann: “die Kopfstimme ist die Lebensversicherung der Stimme überhaupt.“ Sie hatte mit 55 Jahren öffentlicher Gesangstätigkeit eine der längsten Sängerkarrieren. Der Kopfklang, wie wir richtiger sagen sollten, muss sich in seiner Funktion am ganzen Stimmumfang beteiligen. Dazu verhelfen uns Übungen etwa auf folgende Silben: *Mniom–Mniam*; ebenso *Nyong–Nyang*, (das ist eine der wenigen Einsingebungen eines weltbekannten Sängers). Auch *Honga–Hanga* und *Gonga–Ganga* sind hilfreich. Das “ng“ wird besonders intensiv im Nasenrachenraum empfunden, dem vielleicht wichtigsten Resonanzraum für die Qualität des sängerischen Klanges.

Übungen sollten im mezzoforte, wenn es geht auch im piano gesungen werden und nicht in dem heute so üblichen forte, welches ja möglicherweise mit verantwortlich ist für die Stimmschwierigkeiten, die sich schon in frühen Jahren bei Sängerinnen und Sängern bemerkbar machen können. Nicht Lautstärke ist gefragt, sondern die Resonanzfähigkeit der Stimme soll wieder entwickelt werden. Es gibt Kolleginnen und Kollegen, die befürchten, dass bei den oben angewandten nasalen Konsonanten eine zu starke Nasalität entstehen könnte. Das wäre dann eine schlechte Übertreibung, die man leicht vermeidet, indem man die Kehle offen hält – *gola aperta*. Falsche Nasalität ist immer mit Engigkeit der Kehle verbunden.

Bei den Übungen – man könnte auch sagen bei der “Heilgymnastik für die Stimme“ – muss man sich immer fragen, zu welchem Zwecke man eine Übung singt. Es ist wie mit einem Medikament, welches man ja auch nur für einen spezifischen Zweck nehmen soll. Während des Singens muss man mit dem Ohr und mit den Empfindungen, die man im Gesangsapparat verspürt, prüfen, ob die beabsichtigte Wirkung eintritt. Man muss mit grosser Konzentration und Vorstellungskraft arbeiten und nicht die Dinge mechanisch heruntersingen. Wenn auch eine klug gewählte Übung oft viel vermag, so ist es doch immer die Art und Weise der Ausführung, die den Erfolg bringt. Und geduldig muss man schon sein, wenn man seine Stimme wieder in Ordnung bringen möchte.

Bei einem sängerischen Rehabilitationsprogramm sollten in den Übungen besonders die Konsonanten sinnvoll genutzt werden, sie können sehr hilfreich für den sogenannten Sitz der Stimme sein. Das erkannte im letzten Jahrhundert auch der bedeutende italienische Gesanglehrer Francesco Lamperti (1813-1892), der die Übungen nicht mehr wie bisher nur auf “a“ sondern auf “la“ singen liess und alle anderen Vokale in dieser Weise in die Übungen einbezog: *la-le-li-lo-lu*. Je nach dem Zweck lassen sich andere Konsonanten einsetzen z.B. *r, d, bi*, oder man kann die italienischen Tonsilben benutzen. Oft macht es auch Spass, selbst kleine Sätze möglichst freudigen Inhalts zu erfinden, denen man eigene Melodien gibt. Man ist dann abgelenkt und denkt weniger an Gesangstechnik, was ja oft ein Vorteil ist. Der Freudenruf *Alleluja* eignet sich vortrefflich für eine Vielzahl von musikalischen Übungen und man sollte es auch nicht verschmähen, einmal einfach auf *tralala* oder *dommdala* ganz lustig und natürlich zu singen, doch bitte nicht à la Kammersänger. Leichtigkeit und Brillanz, eine gute Kontrolle des Atems durch Weithalten des Brustkorbes und die

Vorstellung des erwünschten Klanges werden Wunder vollbringen. Das vielfach zitierte Wort: “Keiner kann einen besseren Klang singen als den, der er sich vorstellen, innerlich hören kann“ kann ein Zauberstab bei der Suche nach der scheinbar verlorenen Stimme sein.

Bei älteren Sängern und Sängerinnen wird der Stimmklang oft zu breit, zu diffus. Dem sollte man entgegensteuern und versuchen, schlank zu singen. Es ist sinnvoll, sich im Körper den Klang vertikal vorzustellen, wie eine Säule. Das in den USA sehr häufig gebrauchte Prinzip “focus“, das in der deutschen Gesangspädagogik leider viel zu wenig angewendet wird, kann ebenfalls eine wertvolle Hilfe sein, wenn der Stimmklang seinen “Kern“ verliert und zu breit wird. Zugleich wird mit dem “focus“ auch der sogenannte Sängersformant motiviert, der die Tragfähigkeit der Stimme garantiert. Dabei ist der Vokal *i* hilfreich. Wenn man in Übungen vor den übrigen Vokalen ein *i* anschlägt, also *ja, io, iu*, so kann man die Vokale, die zu tief in den Hals geraten sind damit nach vorne und nach oben bringen – und das ist bei der alternden Stimme oft notwendig. Freilich sollte das *i* nicht mit einem breit gezogenem Munde gesungen werden, was leider oft der Fall ist.

Bei allen Übungen sollen Dramatik, Impongerhabe und Alterswürde ausscheiden, auch ein in späteren Jahren oft geübter Manierismus, Schwulst und Pathos sind unangebracht. Man sollte in diesem Zustand der alternden Stimme begreifen lernen, dass Singen ein ganz natürlicher Prozess ist, der durch Einfachheit die grössten Erfolge bringt. Hören Sie sich die wirklich grossen Sänger und Sängerinnen an: ihre Grösse ist ihre Einfachheit. Leider glauben viele Sänger und auch Sängerinnen, dass sie es der Würde ihres Alters schuldig seien, den Stimmklang zu überdunkeln, in dem sieden ohnehin im Alter tiefer stehenden Kehlkopf noch nach unten drücken und so Kopfresonanz und hohe Partialtöne samt dem Sän-

performanten unterdrücken. Die Stimme klingt dann nicht nur dunkler, sondern auch alt. Ein Tremolo ist weitere unwillkommene Zugabe. Oft verführt die Betreffenden auch der Wahn, die Stimmen älterer Sänger müssten dunkel klingen, aber das Gegenteil ist richtig: die grossen Sänger hatten auch in ihrem Alter den Glanz und die Brillanz einer jugendlichen Stimme. Die Namen von Matia Battistini, Heinrich Schlusnus, Benjamino Gigli, Alfredo Kraus, Marilyn Horne, Erna Berger, Hans Hotter mögen für viele andere stehen. Diese Sängerinnen und Sänger konnten wie so viele andere auch ihre alternden Stimmen noch weit über das 60ste Lebensjahr hinaus beruflich nutzen und ihre Hörer begeistern. Eine Garantie zur vollständigen Wiederherstellung der stimmlichen Fähigkeiten gibt es freilich in der Phase des Alterns nicht, besonders dann

nicht, wenn bereits irreparable Schädigungen oder Veränderungen der Stimmorgane eingetreten sind.

Soll man dann ganz aufhören, zu singen? Diese Frage muss jeder für sich entscheiden. Da ich noch viel unterrichte habe ich mich für SINGEN entschieden: einmal, weil ich im Unterricht noch immer sehr viel durch Vorsingen eines technisch einwandfreien Tones erreiche, was viel Zeit erspart und effektiver ist, als lange Reden; zum anderen, weil es mir Freude macht, noch zu singen und weil ich an den Ausspruch der grossen Koloratursängerin dieses Jahrhunderts, Luisa Tetrazzini, glaube: "Wenn des Sängers Gesundheit gut ist, sollte der Gebrauch und die Qualität der Stimme erst mit dem Tode aufhören, vorausgesetzt, sie ist mit Kunstverstand genutzt worden". 