

DER KLEINE ..HEY..



DIE KUNST DER SPRACHE

Praktisches Lehrbuch für
Schauspieler, Redner und Sänger

Nach der sprachlichen Lehre von Julius Hey

Bearbeitet und herausgegeben von
Fritz Vollbach

 **NIKOL**
VERLAG

Inhalt

Aus dem Vorwort zur ersten Auflage	7
Zweck und Aufgabe der Stimmbildung	9
I Der Stimmapparat	10
Atmungsorgane und Atmung	11
Gesundheit und Gesunderhaltung der Atmungsorgane	15
Der Kehlkopf und die Tonbildung	18
Resonatoren	21
Der Toneinsatz	28
Der Tonansatz	28
Das Weiterspinnen des Tones	31
Übungen für die sprachliche Tonbildung (Fehlerkorrekturen)	34
Übungen zur Kräftigung und Erweiterung des Umfanges der Stimme	42
II Die Laut- und Sprachbildung	47
Allgemeines	47
Der Vokalzylinder	49
A. Die Vokale	51
Die hellen Vokale	56
Die dunklen Vokale	69
Die Diphthonge	79
Sprachliche Neutralisierung des Vokalgebietes	83

B. Die reinen Stimmlaute L, M, N, Ng und R.	90
C. Geräuschlaute	99
Konsonanten-Diphthonge	121
III Die Grundzüge der Rhetorik	125
Akzent und Sprachmelodie	125
Der Satz	132
Steigerung des Klangvolumens	137
Der Rhythmus der Rede	145
Die Klangfarben der Sprache	159

Aus dem Vorwort zur ersten Auflage

Den gewaltigen Stoff, den Jul. Hey in seinem genialen Werk: »Deutscher Gesangsunterricht« zusammengetragen, in einem kurzen, systematischen Handbuch zusammenzufassen, konnte nur dann von wirklichem Wert sein, wenn diese Neufassung sich zugleich die vielen Errungenschaften der neuesten wissenschaftlichen Forschung zunutze machte.

J. Hey fußt in seiner Darstellung auf den physiologischen Anschauungen seiner Zeit – vor allem Merckels. Aber gerade unsere Zeit hat auf dem Gebiet von »Stimme und Sprache« eine Fülle neuer und grundlegender Erkenntnisse gewonnen.

Da nun aber jede Stimmbildung auf dieser wissenschaftlichen Basis ruht und ruhen muss, so war eine – an vielen Stellen durchgreifende Umarbeitung des Hey'schen Werkes, besonders nach dieser Seite hin, eine Notwendigkeit.

Der zweite Teil, die eigentliche Lautlehre, zeigt neben einer, dem heutigen Brauch entsprechenden neuen Einteilung der Laute, eine für den praktischen Zweck dieses Buches notwendige Zusammendrängung des Stoffes.

Der dritte Teil erlitt besonders in seiner Lehre von den Akzenten und dem Rhythmus wohl die durchgreifendste Neugestaltung. Es war nötig, die einzelnen Begriffe der rhetorischen Disziplin einmal klar in ihrer Anwendung auf die deutsche Sprache zu fixieren und ihren Stand-

punkt im Gegensatz zur klassischen Metrik zu betonen. Nur zu häufig begegnet man hier einer Vermengung antiker Grundsätze mit denen unserer Sprache – besonders betreffend der Quantität – und auch Hey ist nicht frei davon.

Tübingen, den 15. Januar 1912

Fritz Volbach

Zweck und Aufgabe der Stimmbildung

Jede Stimmbildung wird es als ihr Ziel ansehen, den Ton und seine Anwendung in Sprache und Gesang so zu bilden, dass er den ästhetischen Anforderungen, die wir an ihn als Ausdrucksmittel künstlerischer Gestaltung machen, genügt. Rein physiologisch gesprochen, wird die Schönheit des Tones und der Stimme davon abhängen, dass wir den stimmbildenden Organen, den Stimmwerkzeugen, ihre für die Tonerzeugung günstigste Stellung geben, um dadurch ihr Arbeiten und Ineinandergreifen am vorteilhaftesten zu gestalten.

Vom Gegebenen – dem **Naturton** – ausgehend, wird der Stimmbildner darauf hinarbeiten, die günstigste Stellung in jedem Fall zu erreichen. Der so gewonnene Ton wird ihm als der normale erscheinen. Der Schüler ist vom Naturton zum **Normalton** fortgeschritten.

Aber auch mit diesem gibt sich der Bildner nicht zufrieden. Der Normalton gleicht dem fertig behauenen, polierten, edlen Marmorstein, der dem Bauwerk noch nicht eingefügt ist. Seine Seele ist noch nicht erwacht. Erst an der Stelle eingefügt, für die der Meister ihn bestimmt, vermag er zu uns zu reden, uns seine Seele zu offenbaren. – Den Ton nun so zu gestalten, dass er unter seiner Form und durch diese zugleich seine Seele enthüllt, das ist die höchste Aufgabe des Stimmbildners, sein Ideal. Indem er es tut, gelangt er vom Normalton zum **Idealton**, und erreicht damit den letzten Zweck der Stimmbildung.

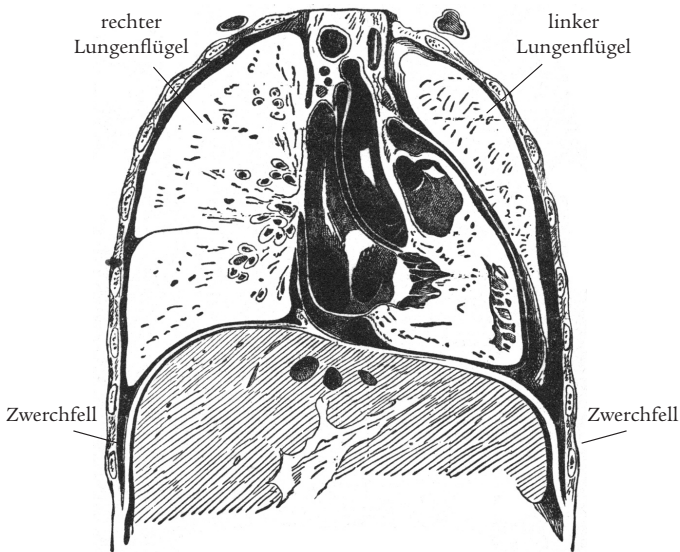
I Der Stimmapparat

Zur Erzeugung der Stimme und Sprache dienen vor allem drei primäre Organgruppen:

1. Atmungsorgane: Lunge, Zwerchfell und die übrige Atmungsmuskulatur.
2. Der Kehlkopf, als der eigentliche Stimmapparat mit den Stimmlippen (Stimmbändern), dem Kehldeckel und der Muskulatur. Die Verbindung zwischen Kehlkopf und Lungen bildet die Luftröhre.
3. Die Sprachbildungs- und Artikulationsorgane: Mundhöhle, Zunge, Zähne, Lippen, Gaumensegel.

Zu diesen treten als sekundäre Tonbildner die Resonatoren: der Brustraum und die Kopfhöhlen (Mund-, Nasen-, Rachen- und Stirnbeinhöhle).

Atmungsorgane und Atmung



Frontalschnitt der Brust
Durchschnitt des Zwerchfells und Lage
der Brusteingeweide (J. Henle)

Das Zusammenwirken der Atmungsorgane geschieht folgender Art:

a) Einatmung: Das Zwerchfell wird durch Kontraktion abwärts, der Brustkorb durch die Brustmuskulatur aufwärts bewegt, wodurch der Brustraum nach allen drei Dimensionen vergrößert und sein Binnendruck verkleinert wird. In diesen Raum ist die Lunge als elastischer, nachgiebiger Sack luftdicht eingefügt und wird bei der Vergrößerung des Luftraumes durch den von außen her

wirkenden und überwiegenden Luftdruck, unter gleichzeitiger Füllung mit Luft gezwungen, die Vergrößerung mitzumachen.

b) Ausatmung: Das Zwerchfell wird durch die vorher abwärts verdrängten Eingeweide, die jetzt den Druck wieder zurück geben, aufwärts geschoben; der gehobene und erweiterte Brustkorb folgt der Schwere und kehrt in seine ursprüngliche Lage zurück, wodurch der Brustkorb verkleinert, und zugleich die Lunge ausgepresst wird.

Je nachdem, ob die Vergrößerung des Brustraumes mehr durch das Zwerchfell oder die Brustmuskulatur herbeigeführt wird, spricht man von Zwerchfell- oder Brustatmung. Die Zwerchfell- oder Tiefatmung wird angewandt, wo eine größere Satzpause die nötige Zeit dazu gibt, besonders also nach Abschluss eines Satzes; die Brustatmung oder halbe Atmung (*mezzo sospiro*) dagegen bei allen kürzeren Spracheinschnitten.

Der Zutritt der Luft erfolgt entweder durch die Nase oder den Mund – nasale und orale Atmung. Die Nasenräume haben dabei den Zweck, die Luft vor ihrem Eintritt in die Lunge vorzuwärmen. Die Art der Atmung – ob nasal oder oral – ist auf die Tonbildung ohne besonderen Einfluss; es kommt nur darauf an, dass der stimmbildende Apparat durch einen Luftstrom angeblasen wird. Der Redner, der eine längere Periode spricht, atmet stets durch den Mund. Wenn trotzdem fast alle Lehrer der nasalen Atmung den Vorzug geben, so scheint mir der Grund der zu sein, dass diese auf die Ruhe in der Tonbildung fördernd wirkt. Besonders aber im Sprachunterricht wird man gut tun, neben der nasalen auch die orale Atmung zu üben, indem man z.B. zu Anfang oder bei längerer Pause

zwischen zwei Sätzen die *nasale*, während des Satzes aber die *orale* Atmung bewusst üben lässt.

Für die Erlangung einer ruhigen Atmung für Rede und Gesang gilt folgende Regel:

1. Tiefatmung. In langsamen, tiefen Zügen zieht man die atmosphärische Luft (entgegen unserer obigen Regel) anfangs durch den offenen Mundhöhlenraum ein, wobei die Mundöffnung (beim Beginnen der Atmung eine Spalte bildend) sich nun, mit der Einatmung korrespondierend, weiter und immer weiter öffnet, und die vollzogene Lungenfüllung mit dem größten Kiefernstand und dem höchsten Gehobensein des Gaumensegels und Zäpfchens zusammenfällt; die Senkung des Zwerchfells wird durch ein Gefühl höchsten Behagens markiert; man wähnt, der Brustraum sei völlig luftfrei und man könne fliegen. Nach kurzer Pause bringt man das Ansatzrohr in eine Vokalstellung, und es beginnt eine möglichst langsame, aber tönende Ausatmung: am besten zuerst mit dunklen Vokalen: U, Ü, Ö, O, A⁰ usw. Nachher übe man dasselbe auch mit tiefer Einatmung durch die Nase.

Die nächste Übung besteht darin, den expirativen Luftstrom in die tönenden Laute L, M, N usw. zu überführen, um sodann den tönenden Luftstrom in den zarten Vokalansatz einmünden zu lassen. Dauer der Ausatmung: bei Beginn zehn Sekunden; dann von fünf zu fünf verlängern, bis die zeitliche Dauer eines gesungenen Tones auf 30 Sekunden gebracht ist.

2. Auch die Brustatmung muss ruhig und vor allem geräuschlos geschehen. Jedes stoß- oder ruckweise Atmen ist streng zu vermeiden.

Eine Hauptsache ist es, dass der Schüler sich stets der Art der Atmung bewusst ist, sie nicht dem Zufall überlässt.

»Wollen wir«, sagt Spiess, »einen Ton schön und voll lang ertönen lassen, dann müssen wir aus dem Vollen schöpfen können, wir müssen tief eingeatmet haben.« Um diese volle Tiefatmungsfähigkeit zu steigern, empfiehlt er, die Lunge durch Fußtouren und Bergsteigen zu üben und regelmäßige Atemgymnastik zu betreiben.

»Die Atemgymnastik besteht in langsamen, gleichmäßigen, kräftigen, ausgiebigen Ein- und Ausatmungen. Beim Einatmen muss der Schultergürtel unter Streckung des Oberkörpers kräftig rückwärts geführt werden, wobei ein Hochziehen der Schulter unbedingt vermieden werden muss. Die Bauchdecken sollen bei beginnender Einatmung noch straff zusammengezogen sein und dann erst im Verlaufe der Einatmung ausgiebig sich wölben. Dann beim Ausatmen wird die Bauchmuskulatur sehr kräftig eingezogen. Die übende Betätigung der Bauchmuskeln dient zugleich dem wichtigen Zweck, vorbeugend gegen Blut- und Säftestauung in den Organen der Bauchhöhle zu wirken.« (Engelen)

Von Vorteil kann hier auch die Verbindung von Atmen mit Freiübungen sein; etwa in folgender Weise: bei ruhiger, ungezwungener Körper- und Kopfhaltung (ohne alle Muskelspannung).

1. a) Tiefes Einatmen verbunden mit seitlichem Armheben,
b) Langsames Ausatmen mit Armsenken.
2. Die Übung umgekehrt.
3. In derselben Weise Atmen verbinden mit Schulterheben bzw. -senken, bei lose herabhängenden Armen und

4. verbunden mit Rumpfbewegungen (vorwärts, rückwärts und seitliche Drehung).

Diese tonlosen Übungen kann man noch erweitern, indem man sie abwechselnd mit Nasen- und Mundatmung verbindet.

Hier anschließend studiere der Schüler den wichtigen Abschnitt über die Hygiene des Atmens, Gesundheit und Gesunderhaltung der Atmungsorgane.

Gesundheit und Gesunderhaltung der Atmungsorgane

Die erste und wichtigste Bedingung für den Sprecher ist die Gesundheit und Gesunderhaltung seiner Atmungsorgane. »Gesunde obere Luftwege, Pflege derselben, rechtzeitige Erkennung und Heilung ihrer Fehler oder Erkrankungen sind unerlässliche Voraussetzung für jeden, der von Berufs wegen seine Atmungswerkzeuge stark in Anspruch zu nehmen gezwungen ist«, sagt Brunslow in seiner lehrreichen Arbeit über die »Hygiene der Atmungswege«.

Besonders chronische Katarrhe des Rachens, des Kehlkopfes, der Nasenstirnbeinhöhle oder organische Leiden, vor allem Nasenwucherungen u.ä., hindern die Atmung und lähmen die Sprache. Das Sprechen kostet immer größere Anstrengung, und will man es erzwingen, so steigert sich das Übel. Die Stimme selbst wird heiser und rau oder klingt stets stockschnupfig. In solchen Fällen ist das einzige Mittel absolute Ruhe der Organe und genaue Befolgung der ärztlichen Vorschriften. Aber auch kleinere, akute Schäden, ja jeder Schnupfen kann

üble Folgen haben, indem er vor allem die Empfindlichkeit der Atmungswerkzeuge von Fall zu Fall steigert. Gerade für den Redner wie den Sänger gilt das alte Sprichwort: *Principiis obsta, sero medicina paratur*. Wir müssen durch eine richtige Hygiene den Schäden der Organe vorbeugen, dafür sorgen, dass der gute Zustand dauernd erhalten bleibt. Dass dies so oft nicht geschieht, liegt nach Brunslow »einerseits an den Schädlichkeiten, denen gerade diese Organe dauernd ausgesetzt sind, andererseits daran, dass diesen Schädlichkeiten und ihrer Fernhaltung oder der Beseitigung eingetretener Schädigungen in den Anfängen im Allgemeinen zu wenig Aufmerksamkeit gewidmet wird. Ein Schnupfen«, fährt er fort, »ist nur ein Schnupfen, ein energischer junger Mann gibt nichts darauf und der Arzt auch nicht, bis ein eingewurzeltes Übel entstanden ist.« Wir nehmen täglich Staub und mit dem Staub mechanisch, chemisch oder bakteriell schädigende Stoffe auf. Die Nasenschleimhaut des Gesunden besitzt hiergegen ein nicht geringes Maß von Widerstandskraft. Staub wird vom Schleim eingehüllt und dann mit ihm entweder mechanisch entleert oder durch das Flimmerepithel nach außen befördert.

Die Aufgabe der Gesundheitspflege ist, diese natürlichen Abwehrkräfte zu erhalten. Hierzu gehört zweierlei.

Einmal muss der Atmungsweg frei sein. Eine gut durchlüftete Nase hat auch eine gut durchblutete Schleimhaut. Wo aber Stenosen (Verengung) bestehen oder entstehen, wo sich hinter ihnen das Sekret staut und sich zersetzt und wo sich hinter ihnen das Blut staut, gibt es Hyperämien, Stasen (Stauung), Entzündungen.

Über die Rolle dessen, was man vulgo Erkältungen

nennt, ist viel gestritten worden. Wer die Entstehung von frischen katarrhalischen Erkrankungen der oberen Luftwege zu beobachten gelernt hat, wird darüber nicht im Zweifel sein, dass Abkühlungen des ganzen Körpers oder einzelner Teile, z.B. der Füße, Unregelmäßigkeiten der Blutverteilung nach sich ziehen, und dass namentlich die Schleimhäute der Nase darauf sehr fein reagieren. Ein plötzlicher Nießreiz, eine plötzliche Verstopfung der Nase beruht auf reflektorischer Blutüberfüllung, und weil damit stets eine Stase in den Kapillaren einhergeht, wird der geschilderte Mechanismus der Abwehrkräfte gestört. Zu solchen reflektorischen Schwankungen der Blutverteilung sind manche Menschen besonders geneigt. Widerstandskraft gegen Abkühlungen stellt das dar, was man Abgehärtetsein nennt. So gehört also regelmäßige Hautpflege durch kühle Waschungen, Bäder, auch Luftbäder usw. zur vorbeugenden Gesundheitspflege der oberen Luftwege.

Aber kein Mensch ist gegen akute Katarrhe ganz gefeit, denn die Widerstandskraft eines jeden Körpers unterliegt Schwankungen, und es gibt zu Zeiten von Epidemien Bakterien von einer Virulenz, der wenige Menschen gewachsen sind. Hier heißt es aufmerken, und wenn auch keiner Gesundheitshypochondrie das Wort geredet werden soll, so sollte doch jeder Mensch darauf Bedacht nehmen, dass ein Schnupfen in ein bis zwei Wochen entweder spontan zur Heilung kommen oder dass dem nachgeholfen werden muss. Gerade hier ist ein leichtfertiges »laissez aller« oft vom Übel.

Neben der Vernachlässigung der Hygiene der Atmungs-
werkzeuge ist es vor allem der Missbrauch und die falsche
Behandlung der eigentlichen Sprachwerkzeuge, wel-

che zu Stimmerkrankungen führen. Überanstrengung der Organe erzeugt Kehlkopf- und Rachenentzündungen oder es stellen sich die so gefürchteten Stimmbandknoten ein, ja selbst vollständige Stimmlosigkeit. Ebenso schädlich wirkt gaumiger Ansatz, besonders bei fortwährendem Druck der Zungenwurzel auf dem Kehlkopf. Alle diese Übel sind zu vermeiden, durch genaue Beobachtung der Gesetze, die wir S. 13 ff. gegeben haben.

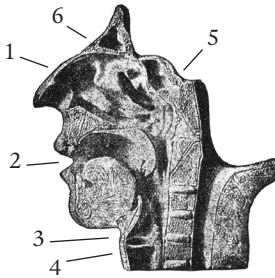
Der Kehlkopf und die Tonbildung

Der für unseren Zweck wichtigste Teil des Kehlkopfes sind die Stimmlippen (oder Stimmbänder) (s. Abb. S. 20). Sie liegen nicht in einer Ebene, sondern sind in einem Winkel dachförmig gegeneinandergestellt. Durch eine Reihe von Muskeln können sie gespannt und in ihrer Spannung verändert werden. Zwischen den beiden Stimmlippen befindet sich ein Spalt, die Stimmritze oder Glottis. In der Ruhelage ist sie ein wenig geöffnet. Sobald ich einen Ton erzeugen will, legen sich die Ränder der Stimmlippen gegeneinander und bilden so einen Verschluss der Glottis. Der von unten unter starkem Druck wirkende Luftstrom sprengt diesen Verschluss. Nun ziehen ihn die Muskeln von neuem zusammen und so fort. Die so erzeugte Bewegung der Stimmlippen ist eine seitliche, die Lippen machen hauptsächlich Transversal-, nicht Longitudinalbewegungen.

Durch das abwechselnde Schließen und Öffnen der Stimmlippen wird der konstante Luftstrom in eine Reihe einzelner Stöße zerlegt, die Grützner treffend mit dem

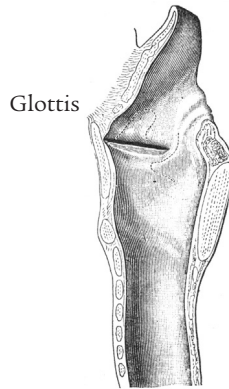
Auspuffen einer Lokomotive vergleicht. Von der Anzahl dieser Luftstöße hängt die Tonhöhe ab.

Ein so erzeugter Ton würde aber, wenn ihm nicht andere Mittel zu Hilfe kämen, nur schwach hörbar sein; die Intensität der so erzeugten Schallwellen wäre zu gering, die äußere Luft – die Vermittlerin des Tones von Ohr zu Ohr – wirksam zu erregen. Der Vorgang würde dem einer frei in der Luft gespannten Geigensaite gleichen. Die Angriffsfläche einer solchen ist zu gering, um intensivere Luftwellen zu erzeugen. Man spannt sie deshalb über einen Kasten, dessen eingeschlossene Luftmenge – durch eine geeignete Verbindung der Saite mit ihm – durch die Saitenschwingungen in analoge Schwingungen versetzt wird. Die so erzeugten Schwingungen dieser gespannten Luftmasse des Geigenkörpers besitzen eine größere Angriffsfläche (als die dünne Saite), durch die sie auf die äußere Luft intensiver zu wirken vermögen. Man nennt solche den Schall verstärkenden Räume.

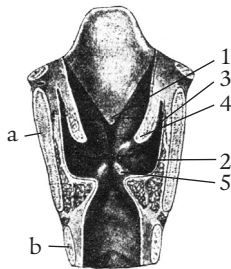


Mediandurchschnitt durch den Kopf bei herabhängendem Gaumensegel (J. Henle)

1 Nasenhöhlenraum; 2 Mundhöhlenraum, hinten abgeschlossen durch das Gaumensegel; 3 Kehldeckel; 4 Kehlkopf; 5 Kehlbeinhöhle; 6 Stirnbeinhöhle

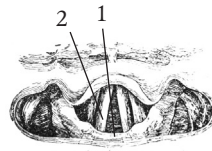


Mediandurchschnitt des Kehlkopfes (J. Henle)



Frontaldurchschnitt durch den Kehlkopf; die vordere Hälfte von hinten gesehen (J. Henle)

a Schildknorpel; b Ringknorpel; 1 Kehldeckelwulst; 2, 3 Morgagnische Tasche; 4 falsches Stimmband; 5 wahres Stimmband



Mit dem Kehlkopfspiegel aufgenommenes Bild des Kehlkopfeinganges (J. Henle)

1 hintere Wand des Pharynx; 2 Stimmband