

Was ist eine schöne Stimme?

Anthropologisch-rhetorische Dimensionen für die Lehre

| ALBERTO GIL | Die Stimme bildet den ersten Zugang zur Rede: sie ist gleichsam Tür und das Fenster des Sprechenden. Sie kann nicht isoliert betrachtet werden, der ganze Mensch ist am Sprechen beteiligt, weil die Stimme nicht nur mit dem Körper, sondern auch mit dem Geist eng verbunden ist. Wie kann eine „gute“ Stimme eingeübt werden und welche Voraussetzungen müssen dafür gegeben sein?

Die Vorlesung beginnt, die Studierenden kommen langsam, allzu langsam zur Ruhe. Ein Professor bemüht sich vergeblich, mit den ersten Sätzen seiner Rede den Lärm im Saal zu über-tönen. Der Hals tut weh, die Stimme wird immer belegter, der Professor ist frustriert, denn er weiß: Es wird nicht besser. Ärgerlich ist es dabei, dass ein anderer Kollege nur den Mund aufzu-machen braucht, und im Saal herrscht gespannte Aufmerksamkeit und vor allem Ruhe. Wie macht er das bloß?

AUTOR



Alberto Gil ist Senior-professor für Romani-sche Übersetzungs-wissenschaft an der Universität des Saar-landes und Dozent für Rhetorik im Doktoran-denprogramm der sel-bigen Universität

(Gradus) sowie Visiting Professor für Lin-guistik und Transkulturalität an der Univer-sität Pontificia della Santa Croce in Rom.

Den Mund aufzumachen bringt mit sich, die Stimme erschallen zu lassen. Und diese ist der erste Berührungspunkt mit den Zuhörern. Der Stimme schenkt man viel Aufmerksamkeit im Gesang, beim Schauspiel bzw. bei der Vorlese-kunst und natürlich in der Rhetorik. Und von allem ein bisschen braucht man in der Lehre. Es seien daher hierzu einige Gedanken zusammenge-stellt, mit dem Ziel, sich für dieses The-ma stärker zu sensibilisieren und evtl. professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Bekannt ist, dass die Stimme nicht isoliert betrachtet werden kann. Sie ist nicht nur mit dem Körper, sondern auch mit dem Geist eng verbunden. Wir können sie sowohl mit der Tür als auch mit dem Fenster des Sprechenden vergleichen: Sie ist die Tür, weil sie den ersten Zugang zur Rede bildet. Der Klang der Stimme kann einladend, aber auch abstoßend wirken. Sie ist Fenster, durch das die Zuhörer in das Innere des Sprechenden hineinschauen.

Philosophisch gesagt: Die Stimme drückt das Unsagbare aus, äußert, was die Rede verschweigt (Sybille Krämer). Im Deutschen stammen nämlich manche Begriffe nicht zufällig vom Wort *Stimme* ab: etwas *stimmt* (oder nicht), *Stimmung*, ein Instrument *stimmen*.

Aristoteles bringt in seiner Rhetorik die Stimmlage in Zusammenhang mit den Emotionen und Gefühlen. Entspre-chend sei die Stimme stark, schwach, hoch, tief. Um dies zu verdeutlichen, rekurrten die Rhetoriklehrer auf die sog. *Physiognomika*, welche in Analogie zur Tierwelt eingeteilt waren: Eine hohe Stimme sei ein Zeichen der Feig-heit, wie es bei ‚feigen‘ Tieren der Fall sei, etwa Hirsch und Hase. Eine tiefe Stimme jedoch symbolisiere Tapferkeit, wie sie bei tapferen Tiere zu erkennen sei, z. B. Löwen, Stieren oder bellenden Hunden. Als guter Rhetoriker empfiehlt Aristoteles für eine gute Stimme die Be-achtung des *prepon*, das in Rom *aptum* bzw. *decorum* heißen wird. Es handelt sich um die Angemessenheit bzw. Aus-gewogenheit, die es nicht nur zu trainieren gilt, sondern auch aus einer aus-geglichenen Persönlichkeit hervorgeht. Deswegen setzt Cicero das *decorum* in Beziehung zur Kardinaltugend des Ma-ßes.

Diese Leib-Seele-Relation als Grundlage einer guten Stimme bildet die Basis für die bekannten Prinzipien der modernen Sprecherziehung: Der ganze Mensch ist am Sprechen beteiligt. Zu vermeiden sei also Mehr- oder auch Überspannung. Empfohlen wird hinge-gen eine natürliche Körperhaltung, um ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Gespannt- und Entspanntheit zu erlan-gen. Auf dieser Basis funktionieren dann die Techniken der Atmung, der Lockerung und der Verbesserung der Resonanzräume. Besonders hilfreich für unsere Zwecke sind die komple-mentären Thesen Hartwig Eckerts, wo-nach die Stimme Ausdruck der Persön-lichkeit sei, und der stimmliche Aus-druck die Persönlichkeit präge. Man kann also sagen, dass die Stimme für die Persönlichkeitsbildung seismogra-phisch und therapeutisch zugleich sei. Im Folgenden seien einige für unsere Zwecke ausgewählte Gedanken Eckerts zusammengestellt und weitergeführt. Vielsagend ist seine Empfehlung zur Findung der mittleren Sprechstimmlage, die bekanntlich am angenehmsten klingt. Man stelle sich eine schöne ent-spannte Situation vor, man schließe die Augen und sage genüsslich: *Hmmmmmm*,



Foto: mauritius-images

das war gut! Diese Stimmlage gilt es, im Gedächtnis zu speichern und immer wieder darauf zurückzukommen. Will man also eine schöne Stimme haben, suche man zunächst die innere Ausgeglichenheit.

In seiner These, die ich das „Tugendprinzip“ nennen würde, betrachtet Eckert unser Verhalten als Ausdruck unserer Persönlichkeit, und diese entwickle sich mit dem entsprechenden Verhalten. Schon seit Aristoteles wissen wir, dass die Bemühung zur Erlangung einer Tugend nicht nur ihre Ausübung immer leichter macht, sondern sie verändert auch unsere Natur, d.h. z.B., häufig die Wahrheit zu sagen macht ihre Verrichtung immer leichter, man wird aber dadurch auch ein ehrlicher Mensch. Funktioniert es auch so mit der Stimme? Wenn ich mich um Entspannungsübungen bemühe, werde ich auch entspann-

ter? Wenn ich mich in Lächeln übe, werde ich auch fröhlicher? So einfach ist das sicherlich nicht, und so auch nicht von Eckert intendiert, aber einiges stimmt schon. „Übung macht den Meister“ sagt der Spruch. Wissen, Reflexion und die Arbeit an einer positiven Einstellung sind aber für eine erfolgreiche, vor allem mündlichen Kommunikation in jedem Fall erforderlich.

Wenn aber schon Übungen, welche? Eckert legt auf das *Zuhören* großen

Wert. Wenn man diese Fähigkeit mit der von Walter Jens als die rhetorische Tugend *par excellence* empfohlenen Empathie verbindet, haben wir die Basis für jene Einstellung, auf deren Boden die Stimmübungen gedeihen können. In der Hochschuldidaktik sähe es so aus: Eine hohe, unangenehme Stimme im Unterricht entsteht durch innere Spannung, d.h., man hat Angst, kritisiert zu werden, nicht anzukommen. Oder man will unbedingt die Zuhörer in eine konkrete Richtung lenken. Raue Stimme entsteht auch, wenn wir uns ärgern, wozu die Studierenden hin und wieder einen dezidierten Beitrag leisten. Zuhören hieße hier, zunächst die Studierenden anzuschauen, suchen zu erkennen, was in ihnen vorgeht, d.h. sind sie sehr passiv, uninteressiert oder eher hyperaktiv, fühlen sie sich im Raum wohl oder ist Stress in der Luft. Diese von Eckert genannten „Zuhör-rituale“ bewirken außerdem, dass die Ich-Zentriertheit des Lehrenden in eine Servicehaltung umschlägt, in der das Wichtigste in der Didaktik erreicht werden kann, nämlich, die Studierenden zu motivieren. In dieser Lenkung der Aufmerksamkeit des Sprechers auf die Sache bzw. auf die Zuhörer kann die Atmosphäre für eine stressfreie, ja ruhige, mittlere Stimme entstehen, die angenehm klingt, weil sie als Lautsprecher eine ruhige und wohlwollende Haltung zum Ausdruck bringt.

Auf dieser Basis sind bestimmte Sprechübungen empfehlenswert. Allen voran die Atemübungen, die erlauben, dass man längere Passagen sprechen kann, ohne dauernd Luft zu holen. Dazu kommen viele Entspannungsübungen im Kehlkopfbereich, Schultermuskulatur und Mundbereich. Schließlich bilden die Resonanzübungen im Mund die Vollendung der Erzeugung einer schönen angenehmen Stimme. Hierfür ist professionelle Hilfe empfehlenswert, bis eines Tages das Erlebnis wahr wird: In meiner Lehrveranstaltung ist Ruhe und interessiertes Mitarbeiten kein utopischer Traum.

LITERATUR-TIPPS

Eckert, Hartwig (2012), Sprechen Sie noch oder werden Sie schon verstanden? Persönlichkeitsentwicklung durch Kommunikation. München-Basel: Ernst Reinhardt Verlag

Gil, Alberto (2013), Wie man wirklich überzeugt. Einführung in eine werteorientierte Rhetorik. St. Ingbert: Röhrig Universitätsverlag