



*Elisabeth Meyer-Topsøe*

**”STØTTE GI’R GLØD  
- STØTTE GI’R BRØD!”**

Om operadivaen Birgit Nilssons sangteknik

**PUFF** - en skriftserie om **pædagogisk udvikling, forskning og formidling.**

# PUFF

Skriftserie fra Vestjysk Musikkonservatorium  
om pædagogisk udvikling, forskning og formidling.

Elisabeth Meyer-Topsøe  
**Støtte gi'r glød, støtte gi'r brød!**  
Om operadivaen Birgit Nilssons sangteknik

PUFF nr. 6-08

Maj 2008

VMK Forlag  
Vestjysk Musikkonservatorium  
Kirkegade 61, 6700 Esbjerg.  
Tlf: +45 76104300 · Fax: 76104310 · e-mail: info@vmk.dk  
www.vmk.dk

Ansvarshavende redaktør:  
Carl Erik Kühl  
E-mail: cek@vmknet.dk

Tryk: Fællestrykkeriet - SUN  
Aarhus Universitet  
Universitetsparken, bygn. 1163  
8000 Århus C.

ISBN 978-87-89919-09-6

# PUFF

## fra Vestjysk Musikkonservatorium

PUFF kan afhentes eller rekvireres gratis på Vestjysk Musikkonservatorium, så længe oplaget rækker.

PUFF bringer primært artikler fra skribenter med tilknytning til Vestjysk Musikkonservatorium, men alle interesserede er velkomne til at indsende bidrag til redaktionen med henblik på trykning

Elektroniske udgaver af PUFF fås på adressen:  
[www.vmk.dk](http://www.vmk.dk)

*I øjeblikket kan følgende skrifter rekvireres:*

- |      |  |
|------|--|
| 1-07 | Mogens Christensen:<br>Ugler i musen. Om viden, tænkning og refleksion på musikkonservatoriet.             |
| 2-07 | Fredrik Søegaard:<br>Lyden af Viking.<br>Et musikformidlingsprojekt i en virksomhed.                       |
| 3-07 | Carl Erik Kühl:<br>Auditiv analyse.<br>Helhed og del. Lighed og forskel. Stabilitet og forandring          |
| 4-07 | Hans Sydow:<br>Tonespace – et musikalsk eksperimentarium   |
| 5-08 | Charles Morrow<br>Lydkunst i det offentlige rum  |
| 6-08 | Elisabeth Meyer-Topsøe<br>Støtte gi'r glød, støtte gi'r brød!<br>Om operadivaen Birgit Nilssons sangteknik |
| 7-08 | Niels la Cour<br>Om Bachpolyfoniens rødder i Palestrinastilen<br>- og lidt om Palestrinas almene betydning |
| 8-08 | Orla Vinther<br>At skabe en interesse<br>Fra et liv i musikformidlingens tjeneste                          |

## *Elisabeth Meyer-Topsøe*

# **”STÖD GER GLÖD, STÖD GER BRÖD!”**

### *Om operadivaen Birgit Nilssons sangteknik*

”Støtte gi’r glöd, støtte gi’r bröd”. Sådan lød i al sin enkelhed operalegenden Birgit Nilssons første og sidste regel, hvis man skal synge rigtigt - og kunne leve af det! Men før jeg fortæller om Birgit Nilsson, som den 17. maj ville være fyldt 90 år, vil jeg skrive lidt om støtten i almindelighed.

Først det, jeg tror, alle sangere og sanglærere er enige om: Alle sangere ”skal være på støtten” - og det skal være den rigtige form for støtte, ikke den, der udbetales af arbejdsløsheds-kassen! Sangpædagogen Anders Brems udtrykte det omtrent således: ”Tonerne skal balancere på luftsøjlen, sådan som de gyldne æbler springer på springvandet på Gammel Torv”. Hvis æblerne skal balancere smukt i samme højde på alle vandstrålerne, så må trykket på vandet afstemmes nøje!

Alle sangere og sanglærere er vel også enige om, at det er støtten, der hjælper (støtter!) luften fra lungerne op gennem stemmebåndene, som derved suges sammen, sættes i svingninger og udløser lyden.

Men hvilke faktorer medvirker dertil? Og hvordan afstemmes de, så de placerer tonerne optimalt på den støttede luftstrøm? Hvad er den rigtige form for støtte overhovedet? Er det diafragma, vores største indåndingsmuskel, vi skal koncentrere os om? Skal vi holde brystbenet ude? Er det de dybe bugmuskler, er det ribbenene og ribbensmusklerne? Er bækkenbunden mon med – eller er det kun, når vi synger de højeste toner?

Er ryggen også med i billedet, og har holdningen betydning for, hvordan støtten fungerer? Skal vi så stå som en opblæst hane på møddingen, som en

rank soldat i ”rør” eller som én, der bærer en krukke på hovedet? Eller skal vi tænke os ophængt i nakken i en slagtekrog?

Måske er det bedst at øve stående på et vippebræt? Måske skal vi udnytte svajet i lænden - eller skal vi hellere rette svajet ud op ad en dør? Måske skal vi stå let foroverbøjede som Rigoletto? Skal vi trække meget luft ind, inden vi synger, eller snarere forestille os, at vi kun liiige lugter til en dejlig rose og så bryder ud i sang? Og skal luften så trækkes ind gennem munden eller næsen, eller måske skal det afstemmes efter situationen?

Måske er det en kombination af flere elementer, men hvilke? Og skal de forskellige elementer kombineres forskelligt i forskellige sanglige sammenhænge?

Spørgsmålene er mange, og svarene og skolerne endnu flere – enten nedskrevet i sangermemoirer og lærebøger eller mundtligt overleveret gennem mange hundrede år – alt efter mode, land, skik og brug - og i dag kan man næsten sige: alt efter lærer.

Selv er jeg uddannet hos tre lærere, hvoraf de to, nemlig Vagn Thordal og Sten Høgel, ikke alene var sangpædagoger, men også talepædagoger.

Sten Høgel, som jeg har konsulteret hele mit sangerliv, kom jeg til første gang i 1978 som musikstuderende på Musikvidenskabeligt Institut København, fordi jeg næsten havde tabt stemmen ved at synge Donna Elvira på Studenteroperaen trods en kraftig indisposition. Hos ham lærte jeg gennem kombinerede tale- og sangøvelser den fysiske sammenhæng mellem indånding, udånding og lyddannelse i en helt harmonisk følge: Det naturlige *flow*, grundstenen i almindelig tale og sang.

Hos Vagn Thordal, hvor jeg begyndte i 1987 efter operaskolen i Stockholm og blev til hans død i 1995, lærte jeg betydningen af at holde udåndingsluften tilbage ”med kroppen”, ikke ”med halsen”. Iflg. Vagn Thordal bør sangeren kunne synge med et tændt lys foran munden – uden at blæse det ud! (”Brems!” står der i mange af mine noder.) Luften skal ud, samtidig med at man skal økonomisere med den for at nå frem til den fraseafslutning, komponisten har tænkt sig. Dét er de tilsyneladende modstridende forudsætninger for at kunne

synges ”kunstsang” med lange, bårne fraser. Blæserne oplever det på samme måde, selv om det altid understreges, at vi sangere skal sammenligne os med strygerne, ikke med blæserne.

Min tredje lærer var Birgit Nilsson, hvis tanker om støtten og placeringen af tonerne i masken, jeg her skal koncentrere mig om.

Det kgl. danske Musikkonservatorium åbnede i 2003 en ny uddannelse, som de kaldte ”Master i elitesangpædagogik”, og til denne uddannelse hører, at man skriver et speciale om et emne, som ”har elevens særlige interesse”. Jeg havde kendt Birgit Nilsson fra jeg var ung student og fået undervisning af hende i mere end tolv år. Al min undervisning hos Birgit Nilsson ligger dokumenteret på 53 kassettebånd, som indeholder mere end 75 timers undervisning. Det faldt mig naturligt i valget af speciale at nedskrive og med hendes egen godkendelse fastholde, hvad hun som en af operaverdens største stjerner, ikke kun som udøvende operasanger på højeste plan, men også som lærer på mesterklasser i mere end 10 år, var kommet frem til som en fundamental og bæredygtig sangteknik for professionelle klassiske sangere. Derfor formulerede jeg i oktober 2004 en liste med tretten punkter, som jeg mente Birgit Nilsson ville opfatte som ”gyldne regler” for al klassisk sang. Jeg faxede listen over til hende, hun skrev sine kommentarer på den og faxede den tilbage til mig. Det er de tre første punkter, jeg her vil belyse.

(1) *Alfa og omega er den dybe støtte. Så dyb som muligt, luften går fra den dybe støtte og [bærer tonen] op i masken.* (Det var Birgit Nilsson, der indføjede ’bærer tonen’.)

(2) *Det kan være godt og nyttigt også at arbejde med ryggen, men ”centralen” sidder i den dybe støtte.* (Birgit Nilsson tilføjer: ”Har ikke arbejdet med ryggen. Sidder støtten rigtigt, arbejder ryggen automatisk”.)

Birgit Nilsson beskriver dog i sin selvbiografi ”La Nilsson ” (Fischer & Co 1995, side 108), hvordan rollen som *Salome* fik betydning for hende: ”...på grund af rollens bløde og smidige plastik var kroppen blevet mere afspændt,

hvilket også afspejlede sig i stemmen, som havde fundet en vis forankring i den dybe støtte.” Om *Elektra* fortalte Birgit Nilsson mig, at hun dagen efter en forestilling kunne have ondt i ryggen, fordi støtten, og dermed ryggen, havde været brugt 1½ time uden pause aftenen inden.

(3) *Alle toner skal ramme den hårde gane*. Birgit Nilsson tilføjer: ”RIGTIGT (undtagen de allerhøjeste B-H-C, som må gå længere bagud.” Dette punkt falder således sammen med (1), hvor Birgit Nilsson netop har tilføjet: ”... og bærer tonen op i masken”. Altså: alle de støttede toner skal ramme den hårde gane, derved klinge fremme i masken og således klinge optimalt.

Hvad er da ”den dybe støtte”, som var den vigtigste del af Birgit Nilssons ”credo”?

Hun forklarede mig, at hun mente, at det er de dybe bugmuskler, man skal have fat i, dem man bruger, når man ler og hoster. Det er dem, der skal styre luftstrømmen, det er dér centralen sidder.

Her kom Birgit Nilssons anatomi hende selv til gode: Der var kort afstand fra den dybe støtte, der styrede alle toner direkte op mod den hårde gane og ”på plads” i masken En tæt skikkelse uden meget talje, hvorved lændesvajet undgås. Kort hals og stort hoved.

Så sent som i et tv-interview i maj 2005, syv måneder før hun døde, forklarer Birgit Nilsson journalisten, at det ikke er så svært at synge. Med den ene pegefinger peger hun på den nederste del af sin mave, den dybe støtte, og med den anden på sin pande, næsten mellem øjenbrynene, masken, og siger. ”Det er disse to poler der gør det hele – gå så hjem og syng!”

Birgit Nilsson siger flere steder, både i ”La Nilsson” og på mine bånd, at den største synd hos sangpædagoger er, at de ikke lærer eleverne at støtte. Men hvorfor var Birgit Nilsson så optaget af støtten og placeringen af alle toner på rette plads – ja, optaget af sangteknik i det hele taget? Hun, naturtalentet med ”stemmebånd af stål”, som længere end nogen anden sang de tungeste Wagner-, Strauss- og Puccinipartier og alligevel bevarede sin stemme intakt, uden ”hul” i

mellemløbet, uden vibrato, og med stemmens fulde kraft og styrke? Det var hun, netop fordi hun - sine enestående vokale ressourcer, musikalitet, robusthed og intelligens til trods - flere gange var ved at kuldsejle på grund af dårlige lærere og manglende vejledning!

Om sin første sanglærer på Musikaliska Akademien i Stockholm, tenoren Joseph Hislop, skriver Birgit Nilsson i sin bog bl.a., at han sagde, at hun "tude" og ved hver anden tone vendte han sig mod vinduet ned mod Nybrokajen og råbte: "Nu går færgen!"

Dette havde en pædagogisk effekt, skriver hun, idet det ganske vist fik hende til at holde op med at "tude" - men hvad skulle hun gøre i stedet for, det var jo spørgsmålet?

Hislop sammenlignede ofte menneskestemmen med violinens toner; slanke, ensartede, intensive og alligevel bløde og klingende. Det er naturligvis idealet, og det vil alle sangere sikkert gerne opnå, som Birgit Nilsson skriver, men hun skriver også, at hverken Hislop eller hun selv vidste, hvordan de skulle nå dette mål.

Birgit Nilsson fortæller videre, at Hislop lagde alt arbejdet på stemmebåndene, hvilket gav hende enorme spændinger i halsen, samtidig med, at tonen på denne måde ganske vist blev intensiv, men fejlplaceret og helt "barberet" for overtoner, som hun kalder det.

Hislop vidste ingenting om den dybe støttes alfa og omega, hvor tonen skal hvile blødt på luftsøjlen, så den kommer "på plads" og stemmebåndene aflastes fra deres enorme arbejde, skriver Birgit Nilsson.

Endvidere står der, at hun selvfølgelig blev træt af at synge på denne pressede måde, og da sommerferien nærmede sig, var hun helt udmattet og kunne f.eks. ikke synge på vokalen "i" uden at stemmen begyndte at dirre, og hun sang også ofte for lavt. Den dybe vejrtrækning, støtten, eksisterede ikke hos hende.

Det er jo det samme, skriver hun, som at tage jorden væk under et hus, så begynder det at ryste, og ender med at falde sammen.



Det var jo beklageligt, at Hislop ikke vidste disse enkle og indlysende ting. Han var imidlertid bare en af disse alt for mange sanglærere, som ikke beherskede de elementære grundregler, og endnu i dag syndes der meget på det punkt, som Birgit Nilsson skriver.

Selv sang Hislop med et "pneumatisk" tryk på stemmebåndene, som Birgit Nilsson mente havde bidraget til hans korte karriere!

Sammen med sin anden sanglærer på Akademiet, Arne Sunnegård, arbejdede hun på at få sin hovedklang tilbage, men desværre var det ved at formørke alle vokaler over alle registre. Samtidig ville han udvikle hendes højde, men da stemmen dengang var mørkere, næsten mezzo-farvet, skulle hun ustandselig synge mange og hyppige øvelser på det høje C - så længe, at hun ofte blev så hæs, at hun ikke kunne tale.

Birgit Nilssons allerførste sanglærer var sangpædagog og kantor i Hälsingborg Ragnar Blennow, og ham regnede hun for den, der havde "opdaget" hende. I et brev til ham i maj 1945, hvor hun fylder 27 og er færdig med sit fjerde år i Stockholm, skriver hun:

"... Jag är snart skeptisk på allt vad sångpädagoger heter. Vem man än sjunger för, så heter det ju alltid, att man har så mycket fel. Det är underligt att den ena pedagogen aldrig kan tolerera den andra. Jag vet precis själv vad jag kan, och vad jag behöver lära mig, men det är inte utan att man får komplex, när man får börja om från början igen.

[....] Nu måste Du lova en sak, jag kan väl få sjunga för Dig i sommar? Och så måste Du vara kolossalt sträng mot mig, om det skall bli något av mig."

Men Birgit Nilsson overlevede, trods sine sanglærere, men som hun engang sagde til mig: Enten dør man, eller også overlever man og er blevet meget stærk!

Placeringen af tonerne i masken var, som nævnt, også en vigtig del af hendes "credo". Kun de allerhøjeste toner (hos sopran/tenor B-H-C, lidt dybere for mezzo/baryton etc.) får lov til "gå bagud", som hun tilføjer til punkt (3). Resten skal frem i masken. Hvordan det?

Alle vokaler i mellemelejet synges lyst og uden kunstig mørkfarvning, og på passaggioen, "broen" (hos sopran/tenor Es-E-F-Fis-G, noget dybere hos mezzo/baryton etc.) farves de lidt mørkere, så de bliver fremme i masken. Det vil sige, at hvis vi f.eks. synger vokalen "a", så er den lys, langt fremme og venlig i mellemelejet, som a'et i "aaah, nu skal vi ha' en is!". ("Open forward and bright!", som englænderne siger.) Når vi så nærmer os passaggioen, synges vokalerne lidt mørkere. Og ved at synge lyse, klare vokaler i mellemelejet og "indfarve" passaggioen – alt naturligvis forankret i den dybe støtte – kommer man også lettere i højden. Birgit Nilsson sagde, at passaggioen skulle være vores "hållhake", en "holde-knage" direkte oversat. Ofte bruges "hållhake" i betydningen "at have en klemme på nogen", og hun mente, at hvis passaggioen sidder rigtigt, så har man et godt tag i sin højde, man har kontrol over den, og den kommer næsten af sig selv.

Et eksempel: Skal man som sopran synge "Pace, pace, mio Dio" fra Verdis *La forza del destino*, kan det ikke nytte, at man begynder på tonen f" på ordet 'pace' med et a, der er så lyst som i "aaah". Det skal snarere være lidt hen imod "påce" for at klinge bedst i resonansen - "midt i nyset", som Sten Høgel plejer at sige. Er vokalerne for lyse på passaggioen, sætter de sig "på tværs" og spærrer for højden. Et supereksempel hos herrerne er den ægte italienske skole hos Pavarotti, der om nogen holdt på sine lyse, solfyldte vokaler i mellemelejet, "indfarvede" passaggioen og lagde verden for sine fødder med sine toptoner. Alt sættes lige i resonansen, direkte fra støtten – skønt!

Om vigtigheden af at placere tonerne i masken og give støtten det maksimale arbejde og stemmebåndene det minimale arbejde, skriver Birgit Nilsson i "La Nilsson" s.120:

"Allerede ved ankomsten blev jeg meget forkølet og var bange for at måtte aflyse koncerterne. I desperation låste jeg mig inde i et øverum.

Jeg øvede, tænkte og mærkede efter. Nu gjaldt det først og fremmest om at skåne stemmebåndene, at udnytte hovedklangen maksimalt og slappe af i hals og underkæbe ( jeg havde stadig spændinger fra min studietid ) og koordinere forbindelsen mellem den dybe støtte og vejrtrækningen. Der skal hele tiden være en luftstrøm som tonen kan hvile på oppe i ”masken”, næsten som når en bordtennisbold hopper på et springvands vandstråler.

Gud ske lov lykkedes det for mig at gennemføre begge koncerter uden problemer. Forandringen udadtil var måske ikke en metamorfose, kun en ekspert ville opdage, at jeg indtil da havde slidt for meget på mit materiale og sunget på min naturstemme. Nu var jeg med ét blevet bevidst om, hvad jeg gjorde, og kunne kontrollere mig selv på en helt anden måde. Ingen, jeg siger *ingen* af mine lærere havde nogensinde talt med mig om støtte- og vejrtrækningsteknik!” (”La Nilsson”, s. 120)

På lignende måde lykkes det faktisk Birgit Nilsson flere år senere at gennemføre en Lohengrin-generalprøve i Bayreuth. Hun vågner en morgen, tre dage før generalprøven, og stemmen er væk. Hun prøver at få en tone frem, men enten slår stemmen over, som når man jodler, eller der kommer ikke en lyd. Halslægen mener, hun er overanstrengt efter at have repeteret, mens hun var forkølet, og at hun ikke vil blive rask til generalprøven.

Men heldet vil, at Birgit Nilsson har fri de tre følgende dage, og her prøver hun, langsomt og yderst forsigtigt, skiftevis at lave nynnøvelser, og at hvile sig:

”Generalprøven begyndte klokken 11 om formiddagen, som altid med et fyldt tilskuerrum. [...] Jeg tog en dyb vejrtrækning, satte en fin næsten Mozartsk tone an, lod den klinge mod pandebenet, eller masken som vi siger i sangsprog, og frigjorde derved stemmebåndene for overflødig tryk. Den ene tone fulgte den anden under sikker kontrol (her gjaldt det om at holde hovedet koldt).

[...] Det gik over al forventning. Jeg gennemførte hele rollen og følte efter fire timer intet spor af træthed. Jeg havde sunget mig rask!”  
("La Nilsson", s. 120)

Disse "lærepenge" betød, at Birgit Nilsson blev meget glad for at "summe" - med lukket mund og masser af støtte, så man rigtig fornemmer alle hulrummene i masken, gerne som forberedelse til den egentlige opsyngning. (Birgit Nilsson kunne faktisk nynne eller summe med lukket mund op til det høje C!)

Nu er jeg selv er begyndt at undervise, færdes på konservatorier og i det hele taget lytte til sangstuderende – og nu forstår jeg, at det ikke kun er mig, der var længe om at få krop og stemme til at hænge helt organisk sammen.

Desværre er det så uheldigt, at man faktisk kan synge en hel del uden en rigtig støtte, og man må sukke: Gid det var med stemmer som med huse, at det ikke er fysisk muligt at begynde med at bygge første sal! Men som sangpædagogen Susanna Eken engang sagde til mig: "I virkeligheden er det svært at komme videre med eleverne end til *Lille Peter Edderkop*, hvis alt skal være rigtigt!", og det er jo fuldstændig korrekt. På den anden side, hvis man kan man synge dén, med fuld støtte og alle vokaler og konsonanter klingende i masken, så æblerne balancerer perfekt på vandsøjlerne - ja, så ved man faktisk, hvordan man synger sundt, og hvad enten man skal synge selv eller skal undervise i at synge, så er dét jo et "MUST"!

[Oversættelsen af citaterne fra "La Nilsson" er af EMT.]



Birgit Nilsson

Tegningen er venligst stillet til rådighed af Jens Hage

Om forfatteren:

*Elisabeth Meyer-Topsøe er lyrisk-dramatisk sopran, uddannet i Stockholm. Har sunget hovedpartierne hos især Wagner og Rich. Strauss i bl..a. København, Wien, Berlin, Rom, Paris, Madrid, Stockholm, Festival d'Aix-en-Provence, Savonlinna. Master i elitesangpædagogik fra DKDM 2006, mesterklasser i Reykjavik, Odsherred og Trondheim. Siden 2007 tilknyttet som timelærer i sang ved Vestjysk Musikkonservatorium og Det Fynske Musikkonservatorium.*

[www.elisabethmeyer-topsoe.dk](http://www.elisabethmeyer-topsoe.dk)

Vestjysk Musikkonservatorium, Kirkegade 61, DK-6700 Esbjerg.  
Tlf. +45 76104300 · Fax +45 76104310 · e-mail: [info@vmk.dk](mailto:info@vmk.dk)