

INTERVIEW

Nora Fischer was een gevierd zangeres met een wereldwijde carrière. Klassiek geschoold bestreek ze alle genres. Totdat de podiumangst haar leven insloep. Ze vond zichzelf opnieuw uit als schrijver en theatermaker. 'Hoe succesvoller ik werd, hoe groter het gevoel dat ik een bedrieger was.'

Nora Fischer
hoefde nooit
hard te werken
voor het zingen.
Tot ze aan
zichzelf begon
te twijfelen.

Door Sanne Kloosterboer • Fotografie: Eric van den Elsen

**'Er is niets
waarmee ik
door de
mand kan
vallen'**



Ze was een internationale ster, Nora Fischer. Als zangeres slechtte ze in de jaren tien de barrières tussen klassieke muziek en jazz en pop. Bekende componisten als Louis Andriessen en Michel van der Aa schreven werk voor haar. Ze werkte met het Silkroad Ensemble, van de beroemde cellist annex componist Yo-Yo Ma, en samen met popgitarist Marnix Dorrestein maakte ze moderne arrangementen van oude muziek. Luister naar haar versie van 'The Cold Song', van Purcell, en je begrijpt de aantrekkingskracht van haar stem. Krachtig, bijna grommend in de laagte, lieflijk en zilverachtig in de hoogte, met een klein heesje, soms bijna fluisterend. Een stem als een Ferrari.

Tot haar instrument, die mooie, veelzijdige mezzosopraan, het niet meer zo makkelijk deed. Haar roem werd groter, evenals de namen die haar benaderden; de vanzelfsprekendheid en het plezier waarmee ze altijd gezongen had namen omgekeerd evenredig af. Van een charismatisch podiumbeest veranderde Fischer in een bang diertje, dat optredens en opnames doorstond met bètablokkers. Het spookte in haar hoofd: al die grote musici met wie ze werkte kwamen haar 's nachts, als ze rechtop in bed zat, vertellen dat ze een *imposter* was, een bedrieger, dat ze er niets van bakte, en dat ze alles te danken had aan haar geslaagde uiterlijk en haar beroemde vader, de Hongaarse dirigent Iván Fischer.

Rond de coronacrisis stopte Fischer met zingen. Tegenwoordig zingt ze alleen nog af en toe voor zichzelf. Over haar podiumangst en de achtergronden ervan schreef ze een boek, *Hoogspanning*, en maakte ze een theatervoorstelling, *De Sprong*, waarmee ze komend voorjaar opnieuw rondtoert. Ook maakte regisseur Lieza Röben een documentaire over haar, *Nora*



'Podiumangst heb ik nauwelijks. Ik voel me nu zoals ik me ooit voelde tijdens het zingen'



'In mij groeide de overtuiging dat ik blufte. Dat was niet zo, ik was gewoon heel getalenteerd'

Fischer had alles te danken aan haar beroemde vader en haar uiterlijk, dacht ze op slechte momenten.

speelt *Nora*, die te zien is bij *Het Uur van de Wolf*.

Hebt u ook podiumvrees voor die theatertour? 'Nauwelijks. In elk geval niet op dezelfde manier. De podiumangst die ik had, kwam voort uit het idee dat ik een geheim had en dat mensen dat niet mochten ontdekken. Dat is een heel angstig gevoel. Als ik nu een voorstelling speel, is er niets wat door de mand kan vallen. Ik voel me zoals ik me ooit voelde bij het zingen.'

Is dat impostersyndroom, dat gevoel dat u de boel belazert, altijd sluimerend aanwezig geweest? 'Ik denk dat ieder mens het in zekere mate heeft. Ik heb het ook altijd wel op een minimaal niveau, zoals iedereen, maar hoe succesvoller ik werd, hoe groter het gevoel dat ik een bedrieger was. Want hoe succesvol je ook bent, je bent vanbinnen ook maar een mensje dat maar wat doet. Dus dat spanningsveld werd steeds groter.'

Kan het ook te maken hebben met talent? Het zingen ging u aanvankelijk heel makkelijk af, schrijft u. 'Juist omdat het me zo makkelijk afging, groeide in mij de overtuiging dat ik deed alsof. Andere mensen waren hard aan het werk, ik niet. Dus ik blufte me er blijkbaar doorheen. Dat was niet zo, ik was gewoon heel getalenteerd.'

De podiumvrees sloop langzaam Fischers leven binnen. Ze ging zichzelf meer en meer bekijken door de ogen van anderen, hoorde in gedachten hun veroordelende stemmen, vooral 's nachts, als ze niet kon slapen. In haar boek staat een aangrijpende passage over alles wat haar gevormd heeft, van transgeneratieel trauma tot de maatschappij waarin ze leeft en, binnen die maatschappij, de 'meedogenloze scene' waarin ze zat.

U beschrijft dat u langzaam in gevecht raakte met de muziek. Noten

te laag intoneerde, eerst alleen de E, toen de D, toen alle noten. Wat gebeurde er precies? 'Natuurlijk intoneerde ik voor de podium-angst toesloeg wel vaker een noot te laag, maar de druk nam toe. De podia werden groter, er zaten journalisten van grotere kranten, de verwachtingen werden hoger, dus de consequenties van falen waren ook groter. Mensen zijn meedogenloos, kijk alleen al hoe er gereageerd werd op Madonna op het Songfestival.'

'Ik had een paar keer opnamesessies met mensen tegen wie ik opkeek, onder wie mijn vader. Als je dan een fout maakt, denk je: die persoon gaat me afwijzen. Ik ben fouten maken toen gaan koppelen aan afwijzing, dus ik wilde absoluut voorkomen dat ik fouten maakte. Maar fouten maak je vaak vanuit stress. En dat versterkte zichzelf.'

De reacties die Fischer aan de mensen toeschreef lijken heel echt in het boek, maar ze bestonden vooral in haar hoofd. 'Als wij zo sterk geloven dat mensen bepaalde dingen denken, wordt dat onze werkelijkheid. Het is zo mens-eigen om de afwijzing al te voelen voor die bevestigd is.'

Werden de recensies kritischer toen uw stem moeilijk ging doen? 'Nee, helemaal niet.'

Kunt u het zelf horen op opnames? 'Ja, ik kan het horen, maar zeker de eerste jaren hoorde het publiek het niet. Ik hoorde de spanning op mijn stem en dat bepaalde noten nét een beetje te laag waren. Op een gegeven moment, na een aantal jaren, werd het wel hoorbaar.'

Fischer had een atypische jeugd, als dochter van een beroemde di-

rigent en een bekende blokfluitist: Anneke Boeke. Ze ging mee naar repetities en concerten en alles wat ze zelf met muziek deed, werd met grote instemming begroet. Wilde ze klarinet spelen, dan kreeg ze de duurste klarinet en werd de beste leraar gezocht. Wilde ze zingen, dan stelden haar ouders het prestigieuzeste kinderkoor voor en kreeg ze ook weer de beste docent. Als kind vond ze dat allemaal normaal. 'Pas later in mijn leven realiseerde ik me dat mijn familie niet standaard was.'

Wat deed het met u dat de inzet altijd zo hoog was? 'Het effect was denk ik dubbel. Aan de ene kant zie ik het als een enorm geschenk dat ik ben opgegroeid met zoveel creativiteit, in zo'n artistieke familie, met al die vrijdenkers die me zo'n grote wereld voorspiegelden. Tegelijkertijd lag de lat hoog. Ik werd niet gepusht, maar de boodschap was wel: als je het doet, doe het dan goed. Ik ben er dankbaar voor dat ik ben opgegroeid in die rijke grond van kunstenaarschap, maar die grond was ook een vruchtbare bodem voor faalangst.'

Voelden de schoenen groot? 'Ik denk het wel. Daarom schrijf ik in het boek veel dingen met hoofdletters en druk ik me uit in superlatieven. Er waren zo veel goden om me heen, iedereen had zoveel status.'

U bent al jong gestopt met piano spelen en later met klarinet. Hebt u spijt van die niet-geleefde levens? 'Als ik nu weer 18 zou zijn, zou ik geen klassieke zang gaan studeren. Dan zou ik denk ik liever het theater in gaan, om de maker in mezelf te ontwikkelen. Het zat me altijd dwars dat ik geen echte kunstenaar was, geen maker.'

Fischer raakte ook 'een beetje verslaafd' aan alle bevestiging die kwam met haar roem.



'Ik ben fouten maken gaan koppelen aan afwijzing, dus ik mocht geen fouten maken'

Maar in vertolkingen van klassieke muziek schuilt toch juist kunstenaarschap? 'Zeker, dat ben ik me later gaan realiseren, maar ik heb lang een hiërarchie in mijn hoofd gehad van de scheppende kunstenaar en de uitvoerende kunstenaar. Ik heb altijd een minderwaardigheidscomplex gehad tegenover de scheppende kunstenaar en heb daardoor een beetje weggeschoven dat in de uitvoerende kunstenaar ook veel creativiteit zit. Maar de drang om zelf iets te maken was zo groot, dat ik die weg toch heb gevonden. Er zit in mij iets wat zo sterk weet wat het wil, dat het zich niet laat tegenhouden.'

In uw boek paart u een grote zekerheid, over uw stem, over uw talent, aan een grote onzekerheid. 'Je hebt een talent, maar om het met dat talent te maken heb je ook een bepaald narcisme nodig. Dat heerlijke narcisme en dat belachelijke uit zijn voegen gebarsten zelfvertrouwen dat een jonge twintiger kan hebben, die had ik heel sterk. Ik had overal de antwoorden op. Hoe ouder ik word, hoe minder ik van alles begrijp, en dat vind ik bevrijdend.'

'Maar die narcistische kant, die nodig is om zo hoog te klimmen, en dat grote zelfvertrouwen zijn er ook om iets daaronder, iets wat doodsbang is voor afwijzing, te overschaduwen, zodat je die angst niet hoeft te voelen.'

Hoe is het nu met dat gevoel? 'Ik sta nog steeds voor wat ik doe, maar op een andere manier. Als jonge muzikant was ik niet zo bezig met wat mijn kunst bijdroeg aan de wereld. Ik zat meer in een moden van meer succes willen, willen klimmen, nog meer bevestiging krijgen. Ik had wel een visie, maar

ik raakte ook een beetje verslaafd aan al die bevestiging. Dat heb ik van me af gegooit. Nu ben ik meer bezig met de vraag: hoe kan ik de talenten die ik heb meegekregen inzetten om iets bij te dragen aan de wereld. Dit boek heb ik niet geschreven omdat ik bevestiging wil, maar omdat ik hoop dat het iets voor anderen betekent. Het gaat meer over geven.'

U bent heel eerlijk in uw boek. Zo vertelt u dat u zich in uw zangensemble als een soort tiran gedroeg. 'Ik heb geprobeerd alles wat er in mij gaande was, zo rauw mogelijk te laten zien, ook mijn minder fraaie kanten, ook dingen waar ik niet trots op ben. Hoe meer ik het aandurf ongefilterd mijn binnenwereld te laten zien, hoe meer mensen zich daarin herkennen en voelen dat ze niet alleen zijn. Iedereen heeft een heks in zich, iedereen een egoïstische elleboogduwer. Het is schadelijk als we doen alsof we dat niet hebben.'

In het begin verpakte Fischer haar boodschappen in 'iets moois met een strikje eromheen'. 'Ik ben gecoacht in het schrijven door acteur en regisseur Titus Muizelaar. Hij heeft me laten zien dat hoe persoonlijker ik word, hoe universeler het verhaal uitpakt. Hij heeft me gepusht eerlijker te zijn over mijn lelijke kanten.'

Zingen op hoog niveau heeft, net als topsport, iets paradoxaals, stelt Fischer: 'Je moet onder maximale druk iets doen waarvoor je lichaam ontspannen moet zijn. Bij sporters zijn we ons ervan bewust dat ze voor zo'n grote psychische uitdaging staan, maar bij muzikanten is dat veel minder belicht. Het moet allemaal lijken of het makkelijk en vanzelf gaat.'

'Dat heerlijke narcisme van twintigers had ik heel sterk'

Die spanning moet je niet bestrijden met meer techniek, maar met psychologie, stelt ze. 'Ik wil er een lans voor breken dat dat gebeurt op muziekopleidingen. Ik had geen technische problemen, mijn stem was technisch prima, maar ik wist niet hoe ik mentaal moest omgaan met die steeds hogere druk. Ik moest leren mijn lichaam terug te brengen tot die vrije staat die ik had toen ik met zingen begon. Dat is ook een techniek, maar een mentale techniek. Vrijheid en angst zijn tegenpolen. Als je bang bent kun je niet meer vrij zijn, en al helemaal niet meer speels.'

Terwijl Fischers podiumvrees toenam, ging het slechter met haar oudere zus. Paula worstelde met psychische problemen, met depressies. Aan het begin van de coronapandemie maakte ze een einde aan haar leven.

Nora Fischer had, bij alle andere kritische stemmen, ook die van Paula in haar hoofd: als haar strengste recensent. De Paula in haar hoofd verdeelde de frivole Nora, het aandachtszuchtige, oppervlakkige podiumdier, dat zich graag mooi maakte. En Paula op haar beurt leek van Nora ook een criticus te maken die ze niet was.

Hebt u dat weleens met haar besproken? 'Nee, eigenlijk niet. Misschien doordat ik me pas na haar dood realiseerde hoe sterk dat was. Toen merkte ik pas hoe haar stem in mij echode. Dat is een van de redenen dat ik haar niet wilde idealiseren. Ik wilde op bijna brute wijze de demonen laten zien die haar hadden overgenomen.'

'Daar heb ik enorm mee geworsteld, want je spreekt geen kwaad van de doden. Ik wilde ook niet slecht over haar spreken, maar éérlijk over haar spreken. Ik dichtte haar zo veel ideeën toe die ze helemaal niet had. Daar doe je mensen vreselijk tekort mee. En jezelf ook.'



Nora Fischer dichtte haar zus allerlei oordelen toe die er helemaal niet waren.

De dreiging van Paula's zelfdoding, of *Freitod*, zoals Fischer het liever noemt, was er altijd, een dreiging die samenhang met 'de wanhoop over haar uitzichtloze psychische staat'. 'Dus er was een element van bevrijding, maar daarover was er ook een schuldgevoel. Ik voelde dat van me verwacht werd dat mijn hele wereld donker en verdrietig was, maar zo heb ik haar dood niet ervaren. Zelfmoord is geen keuze voor de dood, het is soms de enige manier om de pijn te stoppen. Ik kon voelen dat haar pijn er niet meer was. Daarom vind ik dat woord "Freitod" zo mooi. Daar zit het element van bevrijding in. Dat woord heeft me geholpen.'

Wierp Paula's dood een ander licht op uw worstelingen? 'Ja! Al die irrelevanten dingen waren weg. In die tijd ben ik sterk veranderd. We waren twee meisjes die zo vol humor, creativiteit en levensenergie aan het leven begonnen waren. Wat was er met die meisjes gebeurd? Ik wilde in elk geval mezelf bevrijden van dat wat haar kapotgemaakt had.'

Ervoeren uw ouders ook die mengeling van bevrijding en verdriet? 'Voor hen was de klap veel groter, doordat ze niet, zoals ik, heel dicht bij haar stonden. Paula hield hen al jarenlang op afstand. Ik heb het geluk gehad dat ik toegang tot haar had, dat ik van dichtbij haar pijn mocht voelen en beleven. Dus ik kon ook, deels, voelen: het is beter zo, ik zag de uitzichtloosheid. Daardoor kon ik me er makkelijker bij neerleggen. Mijn ouders hadden veel meer een proces van: had ik niet dit of dat moeten doen, het had niet mogen gebeuren. Ik kan me niet voorstellen hoe moeilijk het voor hen is geweest.'

CV NORA FISCHER

Geboren
5 augustus 1987,
Londen

Opleiding
2005–2006
Conservatorium
Amsterdam, niet
afgerond
2005–2009 Bachelors
Filosofie en
Musicologie, UvA
2009 Complete
Vocal Institute,
Kopenhagen
2010–2012 Master-
opleiding New
Audiences and
Innovative Prac-
tices, Koninklijk
Conservatorium,
Den Haag

Loopbaan
2012–2020 Wereld-
wijd optredens
op klassieke en
poppodia
2018 Debuut-cd
'Hush', met
Marnix Dorrestein
2019 Cd 'Folk'
2024 Begin thea-
tertour 'De Sprong'
2025 Boek 'Hoog-
spanning', docu-
mentaire 'Nora
speelt Nora'

*Fischer woont in
Amsterdam en
heeft een lange-
afstandsrelatie.*

Het leek erop dat u moest excelleren omdat Paula dat niet deed. 'Ja, maar dat is toch universeel? In elk familiesysteem zitten mensen vast in rollen. Na haar dood konden die ineens herverdeeld worden, want haar plek was een open veld, waardoor ik ook een beetje uit mijn hoekje kon stappen.'

'Na haar dood ervoer ik heel sterk dat ik leefde. Het was alsof alle niet-essentiële dingen ineens van tafel waren geveegd. Daar stond ik, oog in oog met het feit dat ik leefde. Alles had ineens meer kleur, zowel mooi als vreselijk lelijk. Het leven stond voor me en zei: dit is leven en jij leeft. Je gaat anders leven als je je realiseert dat het enige wat ertoe doet het leven zelf is.'

Fischer gaf, met vallen en opstaan, gestalte aan haar nieuwe leven. Een 'vrijer en speelser' leven, maar ze vindt dat onze maatschappij daar niet bepaald toe uitnodigt. 'In de westerse psychologie worden problemen vrijwel altijd individueel bekeken. Ik wilde laten zien hoe systemisch de worstelingen van Paula en mij waren. We leven niet in een vacuüm. De wereld zoals ze is, dwingt af dat we ons pijnlijker bewust worden van onszelf. Ik leef nog steeds in die wereld, maar slaag er wel beter in een muur tussen mij en alle oordelen, ook die in mijn hoofd, te zetten.' Liefde is er ook in haar leven: sinds een jaar is ze samen met een acteur uit New York, een langeafstandsrelatie.

'Ik voelde dat in Paula's dood misschien wel een les voor mij zat die groter is dan zij en ik, en ik wilde daarnaar kijken, bijna om haar te eren. Ik wilde niet gewoon maar doorleven, ik wilde in elk geval kunnen zeggen: ik heb geluisterd.' **D**

'Ik kon voelen dat haar pijn er niet meer was. Daarom vind ik dat woord "Freitod" zo mooi'

Nora Fischer: “There is nothing that can expose me”

By: Sanne Kloosterboer
11 dec 2025

Nora Fischer was a celebrated singer with an international career. Classically trained, she covered all genres. Until stage fright crept into her life. She reinvented herself as a writer and theater maker. “The more successful I became, the greater the feeling that I was a fraud.”

Nora Fischer was an international star. As a singer, she broke down the barriers between classical music and jazz and pop in the 2010s. Well-known composers such as Louis Andriessen and Michel van der Aa wrote works for her. She worked with the Silkroad Ensemble, led by the famous cellist and composer Yo-Yo Ma, and together with pop guitarist Marnix Dorrestein, she created modern arrangements of old music. Listen to her version of Purcell's *The Cold Song*, and you will understand the appeal of her voice. Powerful, almost growling in the lower register, sweet and silvery in the upper register, with a slight hoarseness, sometimes almost whispering. A voice like a Ferrari.

Until her instrument – that beautiful, versatile mezzo-soprano – no longer performed as easily. Her fame grew, as did the names that approached her; the naturalness and pleasure with which she had always sung diminished inversely. From a charismatic stage animal, Fischer turned into a frightened little creature, enduring performances and recordings with beta blockers. It haunted her mind: all those great musicians she worked with came to her at night, when she sat upright in bed, telling her she was an impostor, a fraud, that she was a failure, and that she owed everything to her good looks and her famous father, the Hungarian conductor Iván Fischer.

Around the time of the coronavirus crisis, Fischer stopped singing. Nowadays, she only sings occasionally for herself. She wrote a book about her stage fright and its background, *Hoogspanning* (Tightrope), and created a theater performance, *De Sprong* (The Leap), with which she will tour again next spring. Director Lieza Röben also made a documentary about her, *Nora plays Nora*, which can be seen at *Het Uur van de Wolf*.

Do you also suffer from stage fright for that theater tour?

“Hardly. At least not in the same way. The stage fright I had stemmed from the idea that I had a secret and that people weren't allowed to find out about it. That's a very scary feeling. Now, when I perform, there's nothing that can be exposed. I feel the way I used to feel when singing.”

Has that imposter syndrome, that feeling that you're cheating everyone, always been there?

“I think everyone has it to some extent. I've always had it to a minimal degree, like everyone else, but the more successful I became, the greater the feeling that I was a fraud. Because no matter how successful you are, inside you're just a little human who doesn't really have a clue. So that tension grew and grew.”

Could it also have something to do with talent? You write that singing came very easily to you at first.

“Precisely because it came so easily to me, I became convinced that I was pretending. Other people were working hard, but I wasn't. So I was apparently bluffing my way through. That wasn't the case, I was just very talented.”

Stage fright slowly crept into Fischer's life. She began to see herself more and more through the eyes of others, hearing their judgmental voices in her mind, especially at night, when she couldn't sleep. Her book contains a poignant passage about everything that shaped her, from transgenerational trauma to the society in which she lives and, within that society, the “ruthless

scene” she found herself in.

You describe how you slowly began to struggle with the music. You sang notes too low, first only the E, then the D, then all the notes. What exactly happened?

“Of course, before stage fright set in, I occasionally sang a note too low as well, but the pressure increased. The stages got bigger, there were journalists from bigger newspapers, expectations got higher, so the consequences of failure were also greater. People are ruthless, just look at how they reacted to Madonna at the Eurovision Song Contest.”

“I had a few recording sessions with people I looked up to, including my father. When you make a mistake, you think: that person is going to reject me. I started to associate making mistakes with rejection, so I wanted to avoid making mistakes at all costs. But mistakes are often made because of stress. And that reinforced itself.”

The reactions that you attributed to people seem very real in the book, but they mainly existed in your head.

“If we believe so strongly that people think certain things, it becomes our reality. It is so human to feel rejection before it is confirmed.”

Did the reviews become more critical when your voice started to act up?

“No, not at all.”

Can you hear it yourself on recordings?

“Yes, I can hear it, but especially in the early years, the audience didn't hear it. I heard the tension in my voice and that certain notes were *just* a little too low. At some point, after a few years, it did become audible.”

Fischer had an atypical childhood as the daughter of a famous conductor and a well-known recorder player: Anneke Boeke. She went to rehearsals and concerts, and everything she did with music was greeted with great approval. If she wanted to play the clarinet, she was given the most expensive clarinet and the best teacher was sought out. If she wanted to sing, her parents suggested the most prestigious children's choir and she was again given the best teacher. As a child, she thought all this was normal. “It was only later in life that I realized my family was not standard.”

How did it affect you that the stakes were always so high?

“I think the effect was twofold. On the one hand, I see it as an enormous gift that I grew up with so much creativity, in such an artistic family, with all those free thinkers who showed me such a big world. At the same time, the bar was set high. I wasn't pushed, but the message was: if you do it, do it well. I am grateful that I grew up in that rich soil of artistry, but that soil was also fertile ground for fear of failure.”

Did the shoes feel big?

“I think so. That's why I write a lot of things in capital letters in the book and express myself in superlatives. There were so many gods around me, everyone had so much status.”

You stopped playing the piano at a young age and later the clarinet. Do you regret those unlived lives?

“If I were 18 again, I wouldn't study classical singing. I think I'd rather go into theater to develop the creator in myself. It always bothered me that I wasn't a real artist, a creator.”

But isn't it precisely in the interpretation of classical music that artistry lies?

“Certainly, I came to realize that later, but for a long time I had a hierarchy in my head between the

creative artist and the performing artist. I always had an inferiority complex towards the creative artist and as a result, I kind of pushed aside the fact that there is also a lot of creativity in the performing artist. But the urge to create something myself was so strong that I found that path anyway. There is something in me that knows so strongly what it wants that it cannot be stopped.”

In your book, you combine great certainty about your voice and your talent with great uncertainty.

“You have talent, but to make it with that talent, you also need a certain narcissism. That wonderful narcissism and that ridiculous, bursting-at-the-seams self-confidence that a young twenty-something can have, I had that very strongly. I had all the answers. The older I get, the less I understand about everything, and I find that liberating.”

“But that narcissistic side, which is necessary to climb so high, and that great self-confidence are also there to overshadow something underneath, something that is terrified of rejection, so that you don't have to feel that fear.”

How do you feel about that now?

“I still stand for what I do, but in a different way. As a young musician, I wasn't so concerned with what my art contributed to the world. I was more caught up in a cycle of wanting more success, wanting to climb the ladder, wanting even more validation. I did have a vision, but I also became a bit addicted to all that affirmation. I've thrown that off. Now I'm more concerned with the question: how can I use the talents I've been given to contribute something to the world? I didn't write this book because I want affirmation, but because I hope it means something to others. It's more about giving.”

You are very honest in your book. For example, you say that you behaved like a kind of tyrant in your singing ensemble.

“I tried to show everything that was going on inside me as raw as possible, including my less attractive sides, including things I'm not proud of. The more I dare to show my inner world unfiltered, the more people recognize themselves in it and feel that they are not alone. Everyone has a witch inside them, or a selfish elbow pusher. It's harmful to pretend we don't.”

In the beginning, Fischer packaged her messages in ‘something pretty with a bow around it’. “I was coached in writing by actor and director Titus Muizelaar. He showed me that the more personal I become, the more universal the story turns out to be. He pushed me to be more honest about my ugly sides.”

Singing at a high level, like top-level sports, has something paradoxical about it, says Fischer: “You have to do something under maximum pressure that requires your body to be relaxed. With athletes, we are aware that they face such a great psychological challenge, but with musicians, this is much less highlighted. It all has to look like it's easy and comes naturally.”

You shouldn't combat that tension with more technique, but with psychology, she says. “I want to make a case for that happening in music education. I didn't have any technical problems, my voice was technically fine, but I didn't know how to deal mentally with the ever-increasing pressure. I had to learn to bring my body back to that free state I had when I started singing. That's also a technique, but a mental one. Freedom and fear are opposites. When you're afraid, you can no longer be free, and certainly not playful.”

While Fischer's stage fright increased, her older sister's condition worsened. Paula struggled with mental health issues and depression. At the beginning of the coronavirus pandemic, she took her own life.

Nora Fischer had, among all the other critical voices, Paula's in her head: as her strictest reviewer. The Paula in her head condemned the frivolous Nora, the attention-seeking, superficial stage animal

who liked to make herself look beautiful. And Paula, in turn, seemed to turn Nora into a critic, which she was not.

Did you ever discuss that with her?

“No, not really. Perhaps because I only realized how strong that was after her death. That's when I noticed how her voice echoed within me. That's one of the reasons I didn't want to idealize her. I wanted to show, in an almost brutal way, the demons that had taken over her.”

“I struggled with that enormously, because you don't speak ill of the dead. I didn't want to speak badly about her, but *honestly* about her. I attributed so many ideas to her that she didn't have at all. That's a terrible disservice to people. And to yourself.”

The threat of Paula's suicide, or the German 'Freitod' (free death), as Fischer prefers to call it, was always there, a threat linked to 'the despair of her hopeless mental state'. “So there was an element of liberation, but there was also a feeling of guilt about it. I felt that it was expected from me that my whole world would now be dark and sad, but that's not how I experienced her death. Suicide isn't a choice to die; sometimes it's the only way to stop the pain. I could feel that her pain was no longer there. That's why I find the word 'Freitod' so beautiful. It contains the element of liberation. That word helped me.”

Did Paula's death shed a different light on your struggles?

“Yes! All those irrelevant things were suddenly gone. I changed a lot during that time. We were two girls who had started life full of humor, creativity, and energy. What had happened to those girls? In any case, I wanted to free myself from what had destroyed her.”

Did your parents also experience that mixture of liberation and sadness?

“For them, the blow was much greater because, unlike me, they weren't so close to her. Paula had kept them at a distance for years. I was lucky to have access to her, to be able to feel and experience her pain up close. So I could also feel, in part, that it was better this way; I saw the hopelessness. That made it easier for me to accept. My parents had much more of a process of: shouldn't I have done this or that, it shouldn't have happened. I can't imagine how difficult it must have been for them.”

It seemed as if you had to excel because Paula didn't.

“Yes, but isn't that universal? In every family system, people are stuck in roles. After her death, those roles could suddenly be redistributed, because her place was an open field, which allowed me to step out of my corner a little bit.”

“After her death, I felt very strongly that I was alive. It was as if all the non-essential things had suddenly been swept off the table. There I was, face to face with the fact that I was alive. Everything suddenly had more color, both beautiful and terribly ugly. Life stood before me and said: this is life and you are living it. You start living differently when you realize that the only thing that matters is life itself.”

Fischer shaped her new life through trial and error. A “freer and more playful” life, but she feels that our society does not exactly encourage that. “In Western psychology, problems are almost always viewed individually. I wanted to show how systemic Paula's and my struggles were. We don't live in a vacuum. The world as it is forces us to become painfully aware of ourselves. I still live in that world, but I am better at putting up a wall between myself and all judgments, including those in my head.” Love is also present in her life: for the past year, she has been in a long-distance relationship with an actor from New York.

“I felt that Paula's death might hold a lesson for me that is bigger than her and me, and I wanted to look into that, almost to honor her. I didn't want to just go on living, I wanted to be able to say in any case: I listened.”