

Druhý diel



*Hudobná a obrazotvorná
predstavivosť ako základ
tvorivej osobnosti speváka*

Perla Perpetua Uoberová

PRÍKLADY NA POMOCNÉ SILY PREDSTAVIVOSTI PRI VYUČOVANÍ SPEVU

Aby nastala ideálna koordinácia a aby fyzický organizmus nerobil prekážky prúdiacemu hlasu, je potrebné hľadať cestu opisovaním pocitov, predstáv a symbolov, pretože úplne vedome sa ovládať nedajú a ani mechanicky – predstavou a precitovaním je však možné podvedomú zložku spevu ovplyvňovať. Ďalšou dôležitou psychickou vlastnosťou je sústredenie pozornosti, sebaovládanie – sú to psychologické podmienky dobrého spievania až po výraz a uvedomé vyjadrovanie spievaného slova. Kvalita hlasu je teda aj závislá na schopnosti zvrchovanej koncentrácie, bdelej pozornosti a aj samostatnosti. Spievanie je proces, ktorý sa môže za pomoci vôle, energie, pamäte, sluchu, citu, sebapozorovania a správnych návykov i psychohygienických zdokonaľovať. Ideál krásneho tónu nie je nič iné, než schopnosť vlastnej predstavivosti – uchopenie duševne komplexnej kvality zvukovej predstavy.

1. Tón

Jiří Bar popredný český pedagóg spevu vyjadruje ideál spievaného tónu nasledovne: „Iba pravý tón umožňuje pravé piano a forte, pravú hĺbku a výšku, plastickú a výraznú hláskovú i hudobnú artikuláciu, a to ako na krátkych, tak i na dlhých tónoch, v ariách, parlandách i v recitatívoch. Nielen ich umožňuje: je tiež najvyššou normou umelecky jedine prípustného tónu, ak sa chceme pohybovať na úrovni vrcholných speváckych ideálov. Túto požiadavku nemôžu znížiť ani prípustné výnimky výrazových naturalizmov a karikatúr, ani okolnosť, že sa s pravým tónom u spevákov nestretávame pravidelne.“

„Najtrefnejšie možno obrazne vyjadriť každý jeden tón ako formu, ako obal, ktorá vedie relatívne samostatnú existenciu. Pritom táto forma či obal nemá sama zo seba žiaden vlastný obsah. Ona dáva zvukovej zložke, ktorá sa vlieva do tvaru tónu, charakteristicko-individuálne zafarbenie podmienené organizmom spievajúceho – podobne ako nádoba, do ktorej sme naliali vodu, túto neustále formuje a sfarbuje. Tón, resp. forma tónu sa, obrazne povedané, poddáva prúdu zvuku, aby sa ho ten zmocnil a vyplnil.“

Dobrý spevácky tón je uvoľnený v celom hlasovom rozsahu, nenapína krčné svalstvo a hlasivky zamestnáva len minimálnou činnosťou. Tón prechádza voľným hrdlom (fyzická zložka nerobí tónu prekážku). Dynamická tvárnosť, zosilňovanie a zoslabovanie sa javí ako pružnosť hladkého tónu. Sila a dôraz nesmú spôsobiť výkyvy v plynulom prúde tónu.

Spievaný tón, ktorý dobre rezonuje, je ľahký a nesie sa do diaľky, aj spievanie v „pp“ je dobre počuteľné.

Dobre postavený hlas znie v celom rozsahu jednotne.

Dôležité sú znaky ako voľnosť, šírka hlbokých tónov, ľahké a mäkké ozývanie výšok. Spievaný tón musí byť čistý, intonačne presný.

Prirodzenosť tónu

Nasadenie tónu musí obsahovať také bohaté možnosti rozvoja, že tón musí prúdiť volne a mohutne. Potiaľ je spevácke umenie neporovnateľné s ktorýmkoľvek druhom umenia, lebo v žiadnom inom umení nie je základný prvok, z ktorého sa všetko skladá, ktorý je v oddelenom stave estetickým objektom, sám o sebe už oduševnenou krásou, ako tomu je skutočne s ušľachtilým speváckym tónom.

Preto nevyžaduje žiadna metóda akéhokoľvek iného odboru takú silu a intenzitu živej predstavivosti ako spievaný tón. Pomáhajú i predstavy starotalianskej školy – ako obrazy vrelosti, plnosti, mäkkosti a sladkosti tónu.

„V skutočnosti zápasí spevák v každom okamihu umeleckej tvorivosti práve o naplnenie svojich tónov zvukom, t. j. o vyplnenie svojich tónových foriem substanciálnym obsahom. To čo laik označuje ako „hlas“, nie je v skutočnosti nič iné ako charakteristické, prírodno-osobné zafarbenie /zvuku/ tónom. Laik pociťuje práve túto charakteristicko-osobnú alebo prírodnú stránku hlasu ako peknú alebo nepeknú a podľa toho posudzuje „hodnotu hlasu“.

Do akej miery dovoľíme tónu presadiť sa svojou zvučnosťou, nasýtiť sa znením, do takej miery sa objektivizuje, činí sám seba stále viac oslobodeným od svojho osobnostno-charakteristického zafarbenia orgánmi hlasu, ktoré vnímame ako pekné alebo nepekné. Môžeme jednoznačne povedať: Tón je nezvučný z dôvodu jeho materiálnej viazanosti, materiálne odpútaný tón je naproti tomu zvučný, čiže materiálne uvoľnený, zvučný ako aj „objektívny“ tón sú synonymá. Objektívny tón sa vo všetkých prípadoch osvedčí svojim strieborným, vlastne nie ľudsky-organickým zvukom. Prijíma niečo „sférické“, je to ako keby znel nie spievajúci organizmus, teda nie jeden bod v priestore, ale priestor sám, zahŕňajúci aj zvučiace telo.“

Najpôsobivejšie obrazy popisujú tón nie ako niečí výtvor, ale ako dar prichádzajúci „zvonka“. Tak to označuje starý spevácky výraz. Pomáha tomu predstava, akoby sa na nás vysypalo množstvo drobných hviezd, ako taká mana, ako jemný a svätý prúd (počkať, kým kvapne ako kvapka).

Posadenie tónu

Aby sa zabránilo vyťahovanie tónov smerom nahor s nasadením nižších tónov akoby vyšrúbovaných sa používa predstava – každý tón posadiť na jeho stoličku – tým dostávajú tóny ľahké, uvoľnené nasadenie, tón má akoby „sediť, ale tak akoby našlo svoje najlepšie miesto, svoj správny priestor. Mal by akoby sedieť v hlave, vpredu a volne. To, že tón sedí príliš hlboko v krku, sedí vzadu, pevne sú opakom – to je označenie u začínajúceho speváka, ktoré mu ukazujú, že zaspievané bolo chybné. Predstava mäkkého nasadenia tónu na základe predstavy „na kvete perí“ – to znamená posadiť tón na prednej časti rezonátora, na perách. „Vždy pri nasadení treba cítiť na perách predovšetkým úplne jemný hladivý pocit vzduchu. Dobre pomáha aj predstava „pradenia, alebo hrania na hrebeni“ Pre nenásilnosť, prirodzenosť tónu a dosiahnutie mäkkého nasadenia tónu pomáha aj predstava, akoby sme vyfúkli v poslednom okamihu pred tónom dychový balónik, akoby sme vokál najprv nemo vyslovili a potom ho postupne rozoznali.

Týmto opatrným uchopením znejúceho tónu je opäť získané oboje – mäkké nasadenie a predstava stredného hlasu, ktorý sa s ním prirodzene spája. Pri správnom prevedení postrehneme za zubami jemne ľahkú vibráciu vzduchu, ktorá sa šíri smerom nahor.

„Je to akýsi éterický zvukový pocit, mäkký, vlahý, nehmatateľný.“ Ďalšie pomôcky, ktoré sa používajú – akoby sa dával bozk tomu tónu, ktorý príde. Tak sa dosahuje, že tón prichádza akoby z pier a tak sa nenamáha krk a ani hrtan. Vhodnejšia je predstava príjemného úsmevu, než vážnej úradníckej tváre. Spevák má mať predstavu, že mu znejú tóny v hlave – „ústa má medzi očami“ (profesor Masopust). Slovo „nasadenie“, tiež naznačuje, že sa jedná o nástup spievania na podklade určitých predstáv.

Jedna z pomôcok je sledovanie prirodzených prejavov – emocionálnych, dychových – smiech, plač, úsmev, kýchnutie, (nasadenie do horných rezonančných dutín), zľaknutie sa (aby vdych bol čo najrýchlejší a čo najplnší), smrkanie (aby tón rezonoval aj cez nosové dutiny).

2. Spievanie v maske

„Jedna z predstáv o rezonancii v hlave je: spievať vpredu. Je to požiadavka zvučnosti, lesku a neseného tónu do priestoru. Spievanie „dopredu“ bolo výstižne formulované v talianskych speváckych školách slovom „maska“ – tam kde sa dáva maska na zakrytie tváre na maškarnom plese. U speváka malo vzbudiť predstavu o pevnom mieste v prednej časti lebky, kde má dôjsť ku koncentrácii tónu.“ – ďalšie predstavy: – koncentrovať tón do jedného bodu tesne pred seba, do bodu mierne nad ústa, spievanie do jedného bodu pred sebou, do ďalekého miesta pred sebou – každý tón je v jednej línii ďalej a ďalej. „Spevák si má predstaviť na určitom bode cieľ, ku ktorému sa nesie prúd vzduchu, aby bol tón privedený. Toto miesto sa nachádza niekde „pri koreni nosa“, „medzi očami“. Speváci túto predstavu sami rozlične vyjadrujú. Jednému je blízka predstava spievania do obličaja, do čela, medzi očami, často sa používa aj do nosa, pred seba, nad hlavu, do hlavy, do podnebia atď.“ Napr. spevák a pedagóg Granforte používa k predstave „masky“ popis vedúci k tomu, aby sa každá samohláska a spoluhláska doslovne zavesila na klenbu podnebia. Hlas nemá znieť v ústach ale nad ústami.

Alebo Francizska Martinssenová používa predstavu „akoby chcel človek fúkať na trúbku zvnútra proti nosu“. Tiež pomáha aj predstava rozšírených nozdier, ako pri nejakom emotívnom vzrušení, alebo akoby niečo smrdelo.

Viedenská pedagogička Tóna Hermannová tiež využíva pomocné predstavy vo svojej metodike spevu na nasadenie tónu v maske – na začiatku nasadenie tónu treba začínať s najväčšou ľahkosťou, nesmie sa na začiatku zaťažiť. Tón by sa mal nasadzovať na správnom mieste. Napomáha i predstava, aby tón mal svoju špičku, jeden bod – a z tohoto bodu sa otvára ako vejár. Tento bod sa nazýva pocitom rovnováhy a bodom balansu. „Vnímame síce rôzne výšky tónov, ale tak, ako by pri nasadení vychádzali z jedného bodu, a tento bod, keď sa skonsolidoval, má svoje sídlo za nosovým uhlom /Nasenwinkel/, trochu hlbšie v hlave.“ Nasadenie tohoto „jedného bodu“ (rezonanciou sústredený zvuk na podnebnnej čiare) vyžaduje fantáziu a cit. Predstavy pocitov koncentrovania sú individuálne. Ďalším cvičením zistíme, že „tento bod nemá žiadnu stabilitu, že je pohyblivý. Totiž medzi týmto „predbežným“ bodom a pod ním ležiacim hrtanom, vznikne istý vzájomný vzťah podobný dráhe vibrácií, ktorý sa postupne dokonca roztiahne dole, približne do výšky srdca alebo ešte nižšie.

3. Spievanie hlavou

Spievať „hlavou“ (hlava plná zvuku) sa musí stať heslom, ktoré povedie spevácky prejav od prvých objavov až k najvyšším métam k virtuozite. Každý kultivovaný hlas musí mať v celom rozsahu hlavovú rezonanciu v momente nasadenia tónu. Hrudná rezonancia nesmie byť nikdy prvoradou činnosťou, ale len druhou doplňujúcou zložkou. Tento miešaný tón musí umožniť návrat tónu späť do hlavovej rezonancie. Hlavová rezonancia dáva tónu nosnosť, plynulosť, otvorenosť, guľatosť, mäkkosť, jadrnosť, svietivú kovovú farbu, jas a v piane jemnú priezračnosť, ale aj hlbokú temnú ozvenu. Hrudná rezonancia dáva tónu plnosť, tmavšiu farbu, vrúcnosť a v piane pokojnú a teplú líniu. Pre spievanie hlavou je dôležitá predstava jednoliatosti, akoby sa nad tónom klenula chvejúca sa kupola hlavy. Malo by ísť o takú zvukovú expanziu akoby sa guľovito zvuk šíril na všetky strany.

„V súvislosti s týmto rozťahnutím dráhy vibrácií nadol, nastúpi jej rozťahnutie aj smerom hore, takže pocítíme ten bod ležať oveľa vyššie. Práve tak si budeme musieť uvedomiť, že táto prúdiaca zvuková súcnosť je organizovaná predovšetkým smerom nahor, že kulminuje svojimi účinkami len v hlave človeka.

Avšak s týmto stúpaním nahor dostane prúd zvuku celkom novú, oveľa väčšiu silu vibrácie, tak že sa už viac nenechá zadržiavať v hraniciach fyzického organizmu hlavy, ale znenazdajky preprúdi cez zátylok. Vonku v priestore sa potom pomaly utíši a v doznievaní utvorí druh špirálovitého závitú.

Ak si hodláme stále viac prekliesňovať zvukové dráhy nahor, tak aby sme vedeli skutočne „spievať z hlavy“, musíme si privolať na pomoc sily myslenia a predstavy. Tam hore v prostredí hlavy, nám pri tvorení organizmu zvuku výborne pomôžu duševné zložky predstavy a pozorovania, akonáhle ich tam činným vedomím skoncentrujeme. Bod sa rozvíja, premieňa a stáva sa perifériou! Neskôr, keď sa zážitok začne diferencovať, je možné cítiť nad svojou hlavou isté centrum znenia a pociťovať tento znejúci priestor aj pod svojimi nohami.“

4. Správny spevácky postoj

Používa sa predstava, že máme – rovnako ako pružné napriamené orientálne dievčiny – na hlave džbán. Toto napriamenie dáva pocit prekonania vlastnej tiaže, umožňuje duševne získať sebavedomie, prehľad, istotu, sviežu pohodu a ideálnu pohotovosť vôle.

Spevná forma

Pre vytvorenie pravej spevnej formy (hmat, postoja) pomáha predstava tzv. homole (kuželovitý, hore zaoblený útvar) – je to vonkajší obal spevnej pohotovosti, ktorej základňou je bránica a jej špičkou je široko klenutá kupola. Čím je tón kvalitnejší, tým sa spevná forma viac rozťahuje, roztvára sa – ako „plachty pri náhlom náraze vetra“. „Je treba si predstaviť, že vnútorná línia prebieha počínajúc od bránice v krásnom, rovnomerne sa vznášajúcom oblúku dýchacími cestami do hlavy. Každé neprirodzené postavenie, každé zúženie, stuhnutie svalstva, každé chybné nesenie hlavy nalamuje oblúk, s jeho jednoliatou, pokojnou, nerozkúskovanou predstavou stojí a padá vnútorná priestorová forma nástroja, jeho držanie, pokoj a ovládanie.“ Iná veľmi zaujímavá používaná predstava: „Ak si predstavíme netopiera, ako sa pazúrom svojho krídla zachytí alebo zavesí vysoko položeného oporného bodu. Takýto spiaci alebo odpočívajúci netopier je svojimi krídlami zahalený ako plášťom, visí akosi volne vo vzduchu, úplne oddaný svojmu živlu, neopiera sa na zem, je akosi uvoľnený od zeme a jej tiaže.

Ak sa u niekoho dostaví naznačený zážitok, tak sa cíti akoby zahalený do plášt'a zvuku a tento „zvukový plášť“ má akési „pazúre“ alebo „prsty“. Ak sa spieva, tak to je, akoby sa človek zavesil alebo zadržal pri každom zaznení tónu týmto „prstom“ v onom bode nad hlavou, v tomto hornom póle, pri čom sa dole cíti človek úplne slobodne sa vznášať vo vzduchu, obklopený znejúcim vlnením zvuku.“

5. Predstava napätia a uvoľnenia

Plecia, celý krk a spodná čeľusť je potrebné cítiť úplne uvoľnene, akoby krk neexistoval, akoby nebol k dispozícii. Na dosiahnutie uvedeného sa využíva predstava: myslime si, že hlava je ľahko uvoľnená, že keby prišiel náraz vetra, ihneď by ju ohol. Alebo, ako u Číňanov – vybalansuje sa držanie hlavy tak, ako by ste boli jedným z žartovných čínskych porcelánových panáčikov – keď sa ich človek dotkne, pohybuje sa ich hlava v roztomilom, drobnom kývaní. Sviežo vzpriamené držanie sa môže dosahovať aj predstavou, ako balansuje napr. žonglér loptu na vztýčenom ukazováku. Ten úplne ľahko fixovaný pocit vzadu na šiji, kde je hlava akoby „zavesená na špagátiku“, slúži k tomu, aby pozornosť na akékoľvek napätie bolo odvrátená od prednej časti krku.

Tiež predstava, že hlava je nesená šijou, zabraňuje jej prepadávaníu dopredu, čo by inak vyvolalo neslobodný a stiesnený postoj. Ten úplne nepatrný, takmer neznateľný voľný sklon hlavy smerom dopredu môže byť len taký, ako okamih pred ľahkým pozdravným kývnutím na ulici – v žiadnom prípade sa hlava neskláňa akoby k pozdravu. Pasívny hrtan sa cíti, akoby visel vlastnou váhou na nosohltane, alebo pružne spočíval na „vrcholku bubliny pľúc“. Podobné sú predstavy, akoby bol hrtan zavesený medzi hlavou a trupom niekoľkými tenkými, v strednej polohe mierne, vo vyššej silnejšie vypätými gumičkami. Predstava, že hrdlo ako fyzický orgán je priehľadné, ako by sme akosi spievali bez hrtanu.

Napätie v hornej čeľusti a nosných dutinách

Aj Franciska Martinssenová popisuje pre spievanie v maske predstavu úsmevu. „Ľahké vonkajšie úsmevné napätie priaznivo ovplyvňuje nutné a nevyhnutné napätie vnútorných klenbových oblúkov, sa žiaka priamo nedotýka, pretože zmeny týchto vnútorných napätí neležia v oblasti vedomých pocitov.

Pre neho je predovšetkým dôležitá predstava, ako by vytlačoval úsmevné napätie hornej čeľuste nad povolenou dolnou čeľusťou – veľmi zreteľný pocit, ktorý je spojený s trochu zdvihnutou, dopredu vyklenutou lícnou časťou tváre. Je potrebné, aby žiak prijal túto predstavu hneď, zväčšil ju a vybudoval k fantazijnému nazeraniu, akoby sa celá horná polovica tváre a hlavy klenula široko vpred, aby bola pripravená ako kopula, zvon pre tón“. Na vykľutenie dopredu – predstava zakusnutia, alebo ako keď sa chce dravec zakusnúť – len hryzákmi, či orol zobákom. Napomáha tomu aj predstava akoby preskakovania stoličiek – (vrchná klenba ponad spodnú čeľusť). Horná polovica hlavy by mala byť chápaná ako zvon nad tónom, zaguľatenie jednotlivých tónov k tomu, ako predstava, čoskoro pristúpi sama od seba.

Vhodné cvičenie spojené s predstavami je nasledovné: horné a dolné rezáky zovrieme energicky kolmo k sebe a snažíme sa čo najsrdečnejšie, ba rozjarene usmievať ako klaun – až k ušiam. Najvýstižnejší je výraz – „zubiť sa“. Táto snaha o široký úsmev nescie pri všetkej intenzite vyústiť v neprirodzene krčovitú grimasu. Jazyk je v ľahostajnej uvoľnenosti v ústach. Celá hlava visí na krku vratko (uvoľnene).

Treba si vychutnať a zapamätať uvedené napätia v oboch čelistiach (kupola a dolná čeľusť) spolu s uvoľnením nosohltanu, hrtanu a jazyka a pri zachovaní všetkých zobrazených jednotlivostí sa snažiť pomaly a tiahlo obe čeľuste energicky – akoby proti odporu rozovierať, až priamo alebo ohmatom na čeľustnom kĺbe je cítiť, že dolná čeľusť „vyskakuje“ z kĺbu. Horné a dolné rezáky sú pri tom vzdialené asi na dva prsty. Subjektívne sa zdá akoby tieto intenzívne napätia rezonančnej pohotovosti boli len v kostiach oboch „čelistí“, zatiaľ čo mäso nosohltanu, jazyka a tváre ostávajú sviežo uvoľnené. Nesmie to však byť zamenené s křčovitou strnulosťou. Súčasné vypnutie kopule (klenby) a rozovretie čelistí ako pri radostne a energicky otvorenom A. Predstava kokosového orechu s jeho veľkým guľatým priestorom a jadrne drevitou stenou tvrdej šupky je tiež výchovne priliehavá a užitočná. Dáva to pocit celkového sviežeho, radostného, živého a oduševneného výrazu tváre.

Spodná čeľusť

Čeľusť si treba predstaviť voľnú, padajúcu váhou svojej tiaže. Obrázok starej babičky alebo dedka, ktorí zaspali v kresle nad knihou, je pre predstavu tejto uvoľnenosti veľmi prospešný: vlastnou váhou dole poklesnutá, svalmi vôbec nedržaná čeľusť.

Jazyk tiež – leží kľudne, ako dieťa v postieľke. Alebo jazyk leží kľudne a uvoľnene, špičkou vpredu pri dolných rezákoch – „ľahko, ako okvetný lístok ruže“.

Mäkké podnebie

Pre zdvihnutie mäkkého podnebia sa najlepšie využíva zívanie a predstava zívania, pomáha aj predstava „kopule“ – ako v kostole chráme, čím väčšia kopula, tým sa viac hlas ozýva, ako v jaskyni, dokonca s ozvenou. Pokiaľ sa to robí správne, sedí tón v kopule ako uliaty. Kopula a dolná čeľusť sú vlastne sokmi – z ich napätia sa rodí nielen rezonančná pohotovosť, ale aj dravosť výraznej artikulácie.

Udržanie zdvihnutého rozšíreného hrudníku pri spievaní „Je to, akoby človek chcel rozlomiť obruč, ktorá obopína hrudník, ako v rozprávke o železnom rytierovi, ktorý v úžasnej rozprávkovej symbolike po vyslobodení svojho pána mohol opäť po prvý raz voľne dýchať „ Spadla obruč z môjho srdca.“ Pri nádychu nie sú brušné svaly preto aktívne vytlačované, ale len mätko vystupujú ako dôsledok poklesu bránice. Zdá sa akoby sa svalová energia celého tela stupňovala v hrudnom koši.

Rozšírený do všetkých strán vystúpi v poslednom momente pred výdychom akosi z ostatného tela a vyvolá ilúziu, že je vo voľnom previsnutí (predstava, že vykladáme prsia na tácku, alebo ako široká ruská duša, levie srdce, široký hrudník, otvorí, roztvorí sa vzadu na chrbte krídla). Tak ostane hrudník v hmate bez akéhokoľvek nepokoja, násilia alebo tlaku až do konca znejúceho výdychu s blaženým pocitom širokého, pokojného priestorového rozšírenia. Ďalšie napomáhajúce predstavy: šírka mora, z ktorého ráno na horizonte vychádza rúde zlaté slnko, alebo do šírky sa tiahnuce na žlté rozkvinuté pole.

Spodná časť tela

Musí byť naopak uvoľnená (od bránice smerom nadol) – tomu napomáha predstava, akoby sa človek ponáral do mäkkých perín, ponorenie do príjemného kúpeľa, ako keď si sadá do mäkkého kresla a postupne sa to pod ním prebára, alebo vnára sa až do hĺbok zeme (ako sedliak, sedliačka – pevne spojený so zemou), ako príjemný pocit uloženia sa, polozenia dieťaťa do postielky, niektorí učitelia dokonca používajú : ako keď človek sedí na toalete a uvoľní sa zo všetkého prebytočného.

Aktívny pohyb bránice

Predstava hádzaného pohybu – znamená to vyhadzovanie tónov z bránice s ideou francúzskej nosovky – iba myslenej, nie predvedenej – predovšetkým úplne prirodzený spôsob, ako vylúčiť zbytočnú činnosť krku a rozvíjať ľahkosť, rezonančný pocit, osviežujúcuivosť a istotu, dôraz, švihovú energiu súčasne. Všetko čo sa deje je nutné si predstavovať elasticky, ľahko, hravo, elegantne, spoľahlivo. Hlavne pri staccate – akoby sme voľne vyhadzovali tóny smerom od bránice (ako pri plašení sliepok). Na bránicu má účinok duševné rozpoloženie. Preto sa spevák musí usilovať o pozitívne duševné naladenie, pestovanie dobrej duševnej pohody, radosti a čulosti, pozornosti a vôle so súčasným vylúčením depresívnych stavov neistoty, zábran, strachu a zábrany, povrchnosť, nepresnosť a hrubé siláctvo, únava, ochablosť viac menej znemožňujú.

6. Dych

V pokoji alebo miernom, nenamáhavom pohybe dýchame bez toho, že by sme si to uvedomili. Spevácke dýchanie je hlboké a pokojné. Vyžaduje si duševné ukludnenie s uvoľnenou sústredenosťou, sviežosťou a „úsmevnou“ aj keď nevzrušenou bdelosťou. Aj keď ide o uvoľnenie, nesmie ísť o pasivitu alebo ochablosť. Nenásilné užívanie dychu sa tiež uskutočňuje za pomoci predstáv.

„Oprieť zvuk znamená priviesť hlas do masky, kde sa má rozozvučať pomocou usmerneneného dychu. Spievať v maske znamená spievať na dychu. Zvuk vytvorený chvením hlasiviek musí byť doslovne nad dychom, a nie dychom zovretý. Aby sa to docielilo, je opäť potrebná predstavivosť. Spievaný tón si musíme predstaviť ako „malý zvuk“, ktorý má špičku a je „sústredený“ v bode, v ktorom má rezonovať. V maske sa tón uzavrie, usmerní, odtiaľ vychádza timbrovaný – sfarbený. Hlas sa tak stáva „postavený“. Hlas sa musí o masku opierať. Dlhšie tóny vyžadujú dobré držanie dychu, je potrebné pracovať s malým množstvom vzduchu. Preto sa dlhé tóny nemajú cvičiť hneď na začiatku. Je potrebné vytvoriť si pocit spievania na „zadržanom“ dychu. Tón sa najlepšie drží vtedy, keď má spevák dojem, že vôbec nevydáva dych. Najlepšie tóny budú vytvorené s predstavou, že sa spievajú vlastne bez akéhokoľvek vydávania dychu. Pomáha tomu tiež predstava, pokúsiť sa spievať tak, aby sa ani nepohol záves z jemného hodvábu, pred ktorým spevák vo svojej predstave stojí. Pomalému prúdeniu vzduchu pomáha aj predstava horiacej sviečky, ktorej plameň sa nesmie pohnúť. Dá sa to s ňou cvičiť i priamo.

Podmienkou kvalitného tónu je teda minimálne množstvo dychu – prebytočné množstvo dychu preťažuje hlasové ústrojenstvo. Široké rozpätie hrudného koša, v ktorom spočíva dych, guľatá hlava, kde tón začína, poskytujú samozrejme nevedomý vizuálny obraz. Každý tón, ktorý sa mieša s trecími šelestami uchádzajúceho, tak zvaného divokého vzduchu, nie je vlastne spievaný na dychu, ale trčí vo vnútri dychu, rovnako ako každý tuhý, úzky tón, z ktorého necítíme mäkkú základňu dychu. Spevák musí byť stále schopný spievať pri výdychu a zároveň si vo svojom vnútri vytvoriť pocit, ktorý zodpovedá nádychu, aby sa mohli hlasivky chvejúc sa dotýkať. Preto niekedy pomôže predstava, že tón pri spievaní vsávame, vcucávame. Pre pocit uvoľneného priestoru v krku sa u starých talianov používal popis „pi hlas“! – tento návod je pre šírku a uvoľnenosť tónu vynikajúci. Dobré slúži aj predstava vzduchoprázdna, „táto vzduchoprázdnota sa stupňuje na konci dokonca natoľko, že máme pocit akoby táto vzduchoprázdnota nasávala samohlásky zo seba z vonka do organizmu. Prichádzajú akoby z periférie, akoby zo vzdušného sveta z vonku – povedalo by sa nekonečne veľké – k nám, a je to akoby sme ich vdychovali, že s nimi splývame v jeden celok.“

7. Prednesové a výrazové prostriedky

Viazanie tónov – legáto

Pre viazaný spev slúži aj predstava akejsi „kĺzajúcej sa hladkosti“, aby boli tóny na spoločnej dráhe, mali svoju vnútornú líniu. Legáto sa deje, keď sa nechá predchádzajúci tón znieť tak dlho, až sa rozozvučí nasledujúci.

Forte a piáno

Pri forte sa vytvára predstava, že tón zostupuje do hĺbky – čím viac sa rozvíja, tým hlbšie „zasahuje“ Pri prebúdzaní citu pre svetlo a farbu tónu sú potrebné jasné predstavy o farbách zvuku. Forte a piáno Pri forte sa vytvára predstava, že tón zostupuje do hĺbky – čím viac sa rozvíja, tým hlbšie „zasahuje“ Pri prebúdzaní citu pre svetlo a farbu tónu sú potrebné jasné predstavy o farbách zvuku.

Spievanie messa di voce si vyžaduje vyššiu duševnú účasť. Ukazuje sa tu hlbší talent umelca. Jeden jediný tón je potrebné cítiť ako tvorivú formu, ako umelecké dielo a výraz. Pri messa di voce musí prebiehať dychová funkcia nevedomene, spevák pri zosilovaní nesmie mať pocit pribúdajúceho vydávania dychu, ale nutne úplne zreteľnú predstavu, akoby sa tón zväčšoval sám od seba, vyrastal zo svojho malého guľatého jadra nasadenia a šíril sa v stále väčšom priestore.

Koloratúry – pri cvičení koloratúr pomáha obraz rovnomerne a dokonalo umiestnených perál vedľa seba v náhrdelníku. „Je to ako striebristé žiarenie, ktoré pôsobí v nádherne jednotiacom pásme medzi všetkými tónmi, stane sa perlovou šnúrou, ktorá prechádza stredom všetkých perál, čím sa stanú článkami jednej reťaze“.

Spievanie stupníc, arpeggií a získanie ľahkého prejavu vo vysokej polohe ako aj rovnakého zvukového volumenu vo všetkých polohách – žiak si má predstavovať že vzostupné stupnice nesmerujú nahor, ale do šírky. Akoby skôr padali do priepasti, ako vodopádom smerom nadol. Výška sa podobá tancu na povraze, ale bez záchranej siete – je pútavá a strhujúca, ak jej vládne umenie a sebakázeň, je smrteľná, ak sa jej zmocní ľahkovážnosť. Pre spevákov je dobré všimnúť si dokorán otvorené ústa detí pri radostnom pišťaní, vreskote vo vysokých polohách. Artikulácia

Všetku artikulačnú prácu vykonávajú pery, snažiace sa predsunutím kútikov a našpúlením o postavenie, akoby sme chceli uchopiť perami malú čerešňu. „Kto by chcel práve uvedené bezprostredne prakticky zažiť, je to celkom ľahko možné, ak by si napríklad pred sebou živo predstavil úplne hluchého človeka, ktorému má odovzdať nejakú dôležitú správu.

Alebo akoby sme chceli niekomu napr. cez sklo výkladnej skrine výrazne a zrozumiteľne zaartikulovať napr. A. Pritom sa nemá ani hovoriť ani šepkať, ale iba sa pokúsiť čisto pohybom rečových orgánov slová, každú slabiku, dokonca každú hlásku tak pomaly a dôrazne ako je len možné jasne viditeľne formovať. Ak to potom dvakrát, alebo trikrát zopakujeme (lebo hluchý nám možno neporozumel) a pritom sa dôsledne pozorujeme, zistíme ako sa aktívna, formujúca sila vôle stále viac intenzívne spája s orgánmi reči. Dokonca nakoniec môžeme jednotlivé tvary hlások prežiť tak mocne, akoby ich spoluformovalo celé telo, ako keby celé ľudské telo bolo „tvarovacou hmotou“, z ktorej tvorivo-formujúca podstata vymodelovávala tvary, konfigurácie hlások. Slabiky, text si predstavujeme ako pozdvihnuté z tiaže – svetlejšie, priehľadnejšie ako keby boli spolu s tónom vdýchnuté, „nasaté“. Pociťujeme ako by boli slová ku zvukovo tónovej zložke takmer ako prinesené, a obe pociťujeme, slovo i tón, ako sa v zlúčení zjavujú na jednom a tom istom stupni.“ Ak sme obrazne naznačili nielen tvar tónu, ale aj hláskový tvar samohlásky ako miskú. Tým sa potom dosiahne, že vyradíme akosi zo seba plastické tvary misky a uvoľňujeme ich. Keď ich môžeme vyniesť dopredu k centru pred ústami – potom zažijeme zrkadlenie slova – samohlások“

Uvedomovanie si spievaného slova

Každé významovo plné slovo musí prostredníctvom spevu prežiť vo fantázii speváka nové stvorenie.

Nie bezmyšlienkovité spievanie, ale dotváranie, nové tvorenie slova je dôležitou úlohou speváka.

8. Nutnosť načúvania

Dokonalý spevák spieva viac uchom než ústami. C. Cerone Celá starotalianska škola spočívala iba na sluchovom základe a hlásala výhradne výchovu prostredníctvom ucha. Girolamo Dirutta /okolo r.1600/ vraví: "Hlas nemôžeme zapísať, musíme sa naučiť uchopiť ho uchom", alebo Coclius ešte výstižnejšie – „Uši sú učiteľmi skutočného speváckeho umenia.“ Vo výučbe spevu záleží však na „iných ušiach“. U speváka je potrebný špecifický druh sluchu, ktorý spočíva v tom, že možno nerozozná kvartu od kvinty, ale má prekvapujúcu schopnosť posúdiť vlastné spevácke tóny a vedie tak skutočne dobre riadiť svoj hlas (naopak niektorí inštrumentalisti, ktorí majú možno „absolútny hudobný sluch“ nie sú schopní spevu a ak tak spievajú sucho a nudne“. Spevák musí mať teda vypestovaný skôr „vokálny sluch“ – cit pre čistotu spevu, farbu. Takéto „spevácke ucho“ je vlastne schopnosť zvukovej predstavy. Je to teda niečo úplne iné ako hudobný sluch, aj keď ho zahŕňa a požaduje aj túto schopnosť.

Pozornosť musíme zamerať na iné subjektívne pocity než len na sluchové, hmatové a svalové vnemy. Tento psychologický proces prebieha podvedome. Vo svojom diele „Vedomé spievanie“ popisuje Franciska Martinsenová túto skutočnosť nasledovne: „Pretože, nie sme schopní ostro vnímať a formulovať podstatu len z polovice prebádaných pocitov, siahame k inému spôsobu popisu: začína sa hovoriť o hlasových postupoch názorným spôsobom, pomocou príkladov, pomáhame si výrazmi, ktoré zdanlivo patria do veľmi vzdialených až nadzmyslových oblastí a ich pomocou vykresľujeme tónové vnemy, ktoré sa neposudzujú priamo, ale cez predstavy. Predovšetkým je to „celkový komplex zvukovej predstavy, ktorý je zduchovnením bezprostredného života a zážitku, je to najcennejší spevákov majetok“. Stále rozličnejším započúvaním sa do vlastného hlasu a jeho skúmaním, vzniká cesta, ktorou môžu byť uvoľnené skryté tvorivé schopnosti. Paul Bruns, pedagóg spevu a spisovateľ, ktorý sa vo viacerých bodoch dôverne priblížil ku naozajstným tajomstvám skutočného speváckeho umenia a jeho pedagogike, upozorňuje na túto fundamentálnu skutočnosť (hoci istotne nerozpoznal je pravý charakter).

Vo svojej knihe „Problém kontra–altu hovorí: „Počúvanie sa stáva umením. Ak chceme skutočne uchopiť to esenciálne v znení hlasu, musíme k čisto zmyslovej vonkajšej percepcii pridružiť duchovné vnímanie vnútorným uchom.“ „Ak sa naučíme prenechať vedenie nášmu vnútornému i vonkajšiemu uchu a vyššie uvedenému „načúvaniu“ (pozornému počúvaniu latentného zvuku), potom budeme ten ozvučujúci princíp vnútorne počuť. Postupne zažiarí v našich vlastných tónoch a v ich vonkajšom znení. Stane sa stále viac zjavnejším pre vonkajšie ucho a postupne sa vyslobodí z tónov uväznených v telesnosti.“

