

Papp László



Gordonka hangszeres

tanításmódszertani jegyzet

Papp László

**Gordonka hangszeres
tanításmódszertani jegyzet**

szerző

Papp László



Gordonka hangszeres tanításmódszertani jegyzet

szerkesztő

dr. habil. Vas Bence

2015

Pécsi Tudományegyetem Művészeti Kar
Zeneművészeti Intézet

nyelvi lektor:
Sipos Erzsébet
Kertészné Márky Gabriella

szakmai lektor: **dr. Pólus László**

szerkesztő: **dr. habil. Vas Bence**

felelős kiadó és vezető: **dr. habil. Vas Bence**
PTE Művészeti Kar Zeneművészeti Intézet
H-7630 Pécs, Zsolnay Vilmos u. 16.

tipográfia: **molnARTamás**

kottagrafika: **Fábián Pál Tamás**

A kiadvány jogvédelem alatt áll!

A szerzői jog jogosultjának engedélye nélkül a kiadvány egyetlen része sem többszörözhető és vihető át semmilyen formában és eszközökkel, sem mechanikus, sem pedig elektronikus úton, kivéve, ha kiadó engedélyezi.

TÁMOP-4.1.2.B.2-13/1-2013-0012. számon, a
„Szakmai tanárképzés országos módszertani- és képzésfejlesztése”

digitális kiadvány
ISBN 978-963-642-765-8

Tartalomjegyzék

A szerkesztő előszava	9
-----------------------	---

Zenepedagógia 13

Általános pedagógiai bevezetés 15

Előszó	15
Pedagógiai alapelveim	15
A tanári személyiség szerepe	17
A tanterem	18
Szülőkkel való kapcsolat	19
Tehetséggondozás, „átlagos” diák	20
A koncentráció fejlesztése	21
Gyakorlás	23
Siker-kudarck	26
Hangverseny	27
A zenekar	28
Továbbképzések, kurzusok	28

Tanításmódszertan 29

Hangszeres tanítási didaktika 31

Bevezetés 31

A jobbkez-technika 32

Legato	34
Detaché	35
Martelé	36
Spiccato	37
Staccato	37
Húrváltás	38
A vonó indítása	38
Akkordjáték	38

A balkéz-technika 39

A tágfekvés	39
Húrváltás bal kézzel	40
A fekvésváltás	40
A vibrato	40
Trilla	41

A sokéves tanári pályafutásom kikristályosodott legfontosabb alapelvei 41

Ajánlott irodalom 43

szerző
Papp László

A szerkesztő előszava

Jelen kiadványunkkal, valamint a többi tanításmódszertani jegyzettel, zenepedagógiai és zenepszichológiai tankönyvvel, melyet a program keretében bocsátunk most közre az a célunk, hogy a kezdő zenetanárokat és a zenetanári pályára készülő egyetemi hallgatókat segítsük a zenepedagógusi szerepük és a zenetanári identitásuk kialakulásában. Szakmai segítséget adjunk elméleti és gyakorlati megközelítésből is ezirányú munkájukhoz.

Kutatások szerint (Pais Ella 2013¹) a kívánatosnak vélt tanári kompetenciák területén az öt éve a tanári pályán lévők csoportja sokkal homogénebb és jobb paramétereket mutat, mint a jelenleg egyetemi tanulmányaikat folytató tanárszakos hallgatóké. Ez persze nem meglepő, hiszen az egyetem még mindig alapvetően az elméleti és szakmai tudás erősítésén fáradozik – márcsak a kormányrendeletekben meghatározott követelmények miatt is –, de kimondhatjuk, hogy jó zenepedagógussá csak a tanítás közben válhat az ember. Ez nem azt jelenti, hogy az egyetemen szerzett tudásra ne lenne szükség, sőt sokkal inkább azt mondjuk, hogy az egyetem erős elméleti és gyakorlati felkészítése nélkül a pedagógussá érés nem valósulhat meg maradéktalanul. Ennek ellenére a kutatások fényében feladatunknak látjuk, hogy egyetemi képzésünket oly módon és mértékben alakítsuk át, hogy a pedagógussá válás, a pedagógusi identitás kialakulása – a kívánatos kompetenciák területén – már az egyetemen elkezdődjön. Konceptiónk jegyében az osztatlan képzésben Pécssett már az első szemeszterben bevezettük a zenetanári identitás kurzust, mely feladata a hallgatók figyelmének, érdeklődésének felébresztése a problémakör iránt. Az is jól látható, hogy az elméleti tudás és szakmai felvérteztség mellett a pedagógiai és szakmódszertani ismeretek valódi integrátása az iskolai gyakorlatokon kezdődik meg. Öröndetes, hogy az új tanárképzésben bevezetésre került az egy éves egyéni összefüggő iskolai gyakorlat (korábban fél év), mely valódi terepet biztosít a hallgatók számára, hogy a tanári szerepük tudatában megkezdhesék a pedagógussá válás valódi folyamatát. Ebben az új helyzetben meghatározó súlyt kap a mentor tevékenysége. Stratégiánk kiemelkedő területe volt tehát a zenei mentortanári képzés elindítása is. A mentori szerepre való felkészítés a művészeti iskolák részéről, míg tananyagfejlesztés és képzési szerkezet átalakítása pedig az egyetem részéről fontos és elkerülhetetlen feladat volt. Jelen jegyzetsorozatunk és tankönyvkiadásunk a folyamat szerves részeként valósult meg.

Két egymástól eltérő koncepció mentén születtek meg tananyagaink. Az egyik az elméleti képzésünket erősítendő (zenepedagógia tankönyv és zenepszichológia tankönyv szöveggyűjteménnyel), míg a másik – a hangszeres tanításmódszertani jegyzetek sora – a képzésünk gyakorlati oldalát támogatandó jött létre.

Ez a szemlélet határozta meg a jegyzetek belső tartalmának kialakítását is. A szerzőket arra kértük, hogy két fejezetbe csoportosítsák gondolataikat. Az első fejezet ne tankönyv jellegű „elmélet szagú” írás legyen, hanem sokkal inkább reflektív, az elmúlt évtizedeket lényegileg összefoglaló egyéni vallomás. Ez indokolja az erős szubjektivitást és a stílust, mely sokkal inkább esszé vagy interjú kötetbe való lehetne, ám meggyőződésünk, hogy az első fejezetek így megvalósult nyelvezete és sokszínűsége jobban segíti az olvasót megérteni a zenepedagógusi pálya összetettségét, szépségeit és feladatait, végső soron a zenepedagógusi identitásuk kialakulását esetleg fejlődését.

A jegyzetek második fejezete pedig gyakorlati útmutatóként szolgál arra, hogy a végzős egyetemista hallgatónk zenetanárként tanításmódszertani szempontból hogyan építse fel tudása átadását és a zeneiskolai nebulóval való közös életét.

Oktatóink körében, de a zeneiskolákban dolgozó kollégák körében is időnként problémát jelent a szakmódszertani és a tanításmódszertani ismeretek megkülönböztetése. Bár egyszerűnek látszik, demégsem az. A *mit* tanítok és *hogyan* csak egymásba fonódva, egyszerre értelmezhető. Arányait tekintve ismét csak erős szubjektivitással valósítható meg. Jól látható ez a különböző jegyzeteket olvasva. Az ebből fakadó különbözőségek tehát részben törvényszerűek voltak, részben pedig arra

1 Pais Ella Regina(2013): Alapvetések a Z generáció tudomány-kommunikációjához-Tanulmány. TÁMOP-4.2.3-12/1/KONV-2012-0016 Tudomány-kommunikáció a Z generációnak.Digitális tanulmány. URL:<http://www.zgeneracio.hu/getDocument/1391>

utalnak, hogy sok évtizedes sikeres pedagógusi pályával bíró erős tanáregyeniségek írták őket úgy, ahogy számukra fontosnak, működőnek és hatékonynak bizonyult. A kérdést végül úgy oldottuk meg, hogy a jegyzetek lektorál szaktanárainkat kértük fel úgy, hogy a közös munka során egységes szakmai tartalom alakulhasson ki egy-egy jegyzeten belül.

A jegyzetsorozat azonban további lehetőségeket is nyújt az olvasó számára abban az esetben, hanem csak a saját, hanem a többi hangszerhez tartozót is tanulmányozza. Különösen így van ez az első fejezetekkel. Ugyanis hasonlatos ez az eset ahhoz, ahogy a digitális technika filmezésben való térhódítása előtt a rajzfilmeket készítették. Egy-egy átlátszó fóliára a teljes kép csak egy részletét festették fel, mondjuk a háttér egy részét. Más fóliákon a szereplő, ismét másokon a távolabbi háttér, megint másokon például a szereplő szája volt csak látható. Amikor képkockáinként lefotózták a végső filmet, akkor ezeknek a rétegeknek egymás alá helyezésével állították össze a teljes képet. Apró változtatások ismételt fotózásával pedig magát a mozgás illúzióját keltették. Hasonlóan e jegyzetek olvasásakor is az a benyomásunk alakulhat ki, hogy ezek egymásra vetítésével láthatunk teljes képet a zenepedagógusi létről. Az azonosságok felerősítik egymást, míg a különbségek – viszonylag kevés van belőlük – tompítják és árnyaltabbá teszik az összképet. E fejezetek együtteséből sokkal inkább kissejlik az a bonyolultság, mely e munka nehézségét és szépségét egyszerre jelenti.

Nem is igazán leírható az írás hagyományos módszereivel – még James Joyce írásait hagyományosnak tekintve sem – az a szimultán összetettség, ami egy zeneórát jellemez. A legszélsőségesebb esetben csak szakmódszertani, vagy csak lelkipálcázói, csak mentori tudását használja a tanár (bár ezek a legkönnyebb esetek), sokkal inkább jellemző, hogy ez is, az is része az adott pillanatnak, és a tanári tapasztalat, a tudás, a pszichológiai érzék az, amely miatt egy szemvillanás alatt dönt – és a jó tanár leginkább jól –, hogy akkor és ott tudása mely rétegéből mit fog mozgósítani. Ennek a művész és pedagógus számára misztikus, a pszichológus számára rettentően erős kognitív tevékenységnek az eredménye lesz, lehet a zenetanár és növendéke közötti dinamikus kapcsolat állandó egyensúlyban tartása. Az olvasó számára a jegyzetek egészét olvasva derenghet fel ennek az egyensúlyozó művészetnek a varázsa.

Végezetül tehát mindenkinek javasoljuk, hogy ezen írásokat olvassa végig, és tesszük ezt annak reményében, hogy ezáltal valós képet kaphatnak a sokszínű, gazdag zenepedagógusi pályáról és elkötelezettségük e hivatás irányába tovább erősödik.

Vas Bence

Zenepedagógia

Előszó

Gyorsan változó világunkban nagyon fontos, hogy olyan tanulók kerüljenek ki az iskolából, akik érzelmeiket a hangszerük segítségével közvetíteni tudják mások felé.

A számítógép, a különböző mobil eszközök használata ma már nélkülözhetetlen ugyan, de pl. egy számítógépes játék túlzott használata „beszívja” a gyereket, feszültté válik, viselkedése rossz irányba változik.

A kamarazene és a zenekari játék alkalmazkodásra készíti, ugyanakkor az önkifejezés lehetőségéhez juttatja a fiataalt. Véleményem szerint csak azok tudnak megfelelni az állandó változásoknak, akik tisztában vannak saját képességeikkel. A test és lélek szellemi-érzelmi egysége segít a gyerekeknek a tanulási problémák leküzdésében. „Ép testben ép lélek” tartja a mondás, de gondoltuk-e már ezt a mondást fordítva, valahogy így: ép lélek ép testet ölt? Ehhez az egységhez járul hozzá jelentősen a zenetanulás.

Kezdetben a Debreceni Filharmonikus zenekarban játszottam, mellette a debreceni Kodály Zoltán Zeneművészeti Szakiskolában tanítottam. A zenekar nem adott nagy élményt, ezért hosszú távon a tanítást választottam. A szakiskola mellett Kisújszállásra is kijártam tanítani. A középfok mellett az alapfokú oktatás nagy iskola volt számomra, s nagyon sok örömteli pillanattal ajándékozott meg.

Pedagógiai alapelveim

*„Csak az a miénk igazán, amiért megdolgoztunk, esetleg megszenvedtünk.
A zene is csak úgy száll belénk, úgy él meg bennünk, ha munkával szántjuk fel lelkünket alája.”*

Kodály Zoltán

A 6-18 éves korosztály szinte teljes tanulási időszakot jelent egy ember életében. Ez a tág életkor különbözően gondolkodó és érdeklődő embert foglal magában. A tanulóknak biztosítani kívánom mindazokat a zeneművészeti ismeretanyagokkal való foglalkozási lehetőségeket, amelyekkel hozzájárulhatnak teljes embert érintő személyiségfejlődésükhöz, formálódásukhoz.

A tanulót segítem abban, hogy

- becsülje önmaga és mások munkáját,
- megismerje a tanulást, a tudás értékét,
- ismerje meg önmagát, képes legyen önértékesítésre, anélkül, hogy mások törekvéseit gátolná,
- alakítsa ki saját értékrendjét, megértse és elfogadja a mások értékrendjét,
- olyan viselkedéskultúrára, konfliktustűrő és megoldó képességekre tegyen szert, amely lehetővé teszi számára, hogy közössége értékes tagjává váljék,
- tolerálja a másságot,
- életelelmévé váljék a zene,
- megismerje az egészséges zenei életmódot,
- a zenéhez közel kerülni vágyó, minden önmagát megvalósítani kívánó fiatal sikerélményhez jusson,
- segítem, és felkarolom az igazi tehetségeket
- a zenét tanulni vágyóknak esélyegyenlőséget biztosítok,
- elősegítem a közös zenélés élményszerű megismerését, generációk összekapcsolását zenekarok, kamarazenei csoportok létrehozásával,
- felkészítem a növendékeket a képességeiknek megfelelő zenei továbbtanulásra, illetve alapfokú művészeti vizsgára.

Demokratikus szemlélet és gyakorlat:

- Az oly sokszor tetten érhető tekintélyelvű tanár-eszmény kialakulásának elkerülése mindig vezérelvem volt.

- Pedagógiai humanizmus és optimizmus,
- a gyermekre, mint individuumra tekintek, érzelmileg megpróbálom csak pozitív megerősítésben részesíteni,
- a nevelés és az oktatás egységének érvényesítése,
- az elmélet és a gyakorlat kapcsolata. Ha a gyakorlat nem igazolja az elméletben elmondottakat, a növendék rögtön felismeri azt. Az éveken keresztül kabátujjon, asztallapon megmutatott ujjrend nem vezet tényleges tanuláshoz,
- a koncentráció elvének figyelembe vétele,
- az ismeretek tartós elsajátítása,
- az életkori sajátosságok figyelembe vétele,
- a fokozatosság elvének érvényesítése,
- a képességek differenciált, egyénre szóló fejlesztése,
- pozitív értékelési szemlélet,
- felelősséggel párosuló módszertani szabadság,
- rendszeresség, folyamatosság, korszerűség,
- az iskolai hagyományok tiszteletben tartása.

Fejlesztési célok:

- a tanuló az általa elképzelt célt (pl. legyen képes egy hangszeren játszani) képességeinek megfelelően valósíthassa meg, építve, gazdagítva ezzel belső személyiségét, érzelmi világát,
- a zenei tevékenység alakítsa kreatívvá, ismerje meg az alkotás örömét, fejlessze a képzelőerőt, a beleélés képességét, kialakuljon lelkiismeretes, önálló munkavégzése,
- a zenetanulással és a darabok előadásával járó siker a teljes emberi lét megélését adja a tanulónak, nyitottá tegye, további sikerekre ösztönözze,
- jelen legyen a zeneórákon a játékoság és a zenei humor, helyt adva az individuális törekvéseknek,
- a zeneműveket vagy saját darabját kisebb vagy nagyobb közönség előtt koncerten adja elő,
- a siker vagy a kudarc elviselhetővé váljék számára,
- életelemévé váljon a zene, és erkölcsi tartást adjon,
- kialakuljon az egészséges zenei életmódja,
- a zenei műveltség megalapozása,
- a zenei képességek fejlesztése (belső hallás, zenei memória, ritmusérzék, hangszinérzék),
- a zene logikájának, a harmóniai szerkezet és a forma összefüggéseinek megismertetése,
- az improvizáció, amely a zenében az önkifejezés legnagyobb lehetősége, mint oktatási módszer alkalmazást nyerjen,
- a főbb zenei és képzőművészeti stílusok sajátosságainak, a zeneirodalom nagy korszakainak, a zene történetének és a zeneirodalom nagy egyéniségeinek megismertetése,
- a népzenei, műzenei, vokális és instrumentális zenei tájékozottság kialakítása,
- zenei kifejezések megtanítása, felismerése és alkalmazása,
- a kortárs zene befogadására nevelés,
- a tanuló aktív társas muzsikálásra nevelése,
- ösztönzés amatőr zenekarokban, kamaracgyüttesekben, kórusokban való részvételle,
- a tanuló rendszeres zenehallgatásra nevelése,
- tanulási technikák hatékony gyakorlásra, igényes és céltudatos munkára nevelés,
- forráskutatás, zenei könyvtárhasználat megtanítása, zeneszerzők neveinek kimondása, hibátlan leírása (vizsgalap készítés)
- tehetséggondozás.

A tanítás céljai és feladatai: megtanítani egy olyan örömforrás alapjait és technikáját, amit a gyermek saját, kitartó munkával, szorgalmával, önerőből ér el, egy olyan felnőtt segítségével, aki ennek az örömforrásnak már részese.

A vonós hangszerek tanulása különösen jellemformáló, igazi személyiségfejlesztő feladat, hiszen az összes hangszer közül ezek hoznak legkésőbb látványos sikerélményt.

A képzés struktúrája:

Előképző: a növendék korától függően egy vagy két év.

Alapfokra az a növendék engedhető, aki túljutott a kezdeti technikai nehézségeken, és szellemileg is elég érett ahhoz, hogy egy év munkájának megfelelő fejlődést mutasson a következő évben.

A további években el kell sajátítania előbb az első, majd a magasabb fekvésmódban való játékot; a szűk és tág fekvéseket; az eleinte könnyebb, majd egyre kényesebb kétszólamú játékot.

Ezzel együtt kell, hogy fejlődjön kottaolvasási készsége (basszus-, tenorkulcs). Jobb kéz technikájában az egyszerű hangmegszólaltatástól el kell jutnia a különböző ritmus és vonásnemeken keresztül odáig, hogy önmaga, valamint a kamarazenélésen keresztül társai és nem utolsósorban a hallgatói számára élvezhető hangszertudásról adjon számot.

Tananyag:

A tanterv által kitűzött tananyagot rugalmasan kell kezelni a különböző képességű, korú és más-más családi háttérrel rendelkező gyerekeknel. Nagy jelentőséggel bírnak a mielőbbi közös zenélésre alkalmas darabok.

Értékelési mód:

Órai munka, a félélvégi vizsgák, a félévenkénti növendékhangversenyek utáni szóbeli és írásbeli értékelés.

A tanári személyiség szerepe

A tanítás, tanulás egyetemes tevékenység. Valamennyien csináljuk az élet minden területén. Sikeresége rengeteg tényezőtől függ. Ha azt akarjuk, hogy a tanítási és tanulási folyamat eredményesen haladjon együtt előre, akkor a maga nemében páratlan viszonyoknak kell fennállnia a tanár és a diák között. A tanár-tanítvány viszonyban óhatatlan, hogy nemcsak a tanár hat a tanítványra, de bizonyos fordított ráhatás is érvényesül. Persze a tanár kisugárzása az erősebb, különben képtelen lenne elősegíteni tanítványa fejlődését. A tanár is egy egész életen át fejlődik, változik. Ez a különleges viszony azt kívánja, hogy a konfliktusokat minimális szintre kell csökkenteni.

A zeneiskolában még látszólag nagy a tanuló kötődése a tanárához. A növendékek kevés kritikával mindent elfogadnak, és igyekeznek megvalósítani a tanár kívánságait, „utasításait”, javaslatait. A konfliktus onnan eredhet, hogy valamilyen okból a tanuló nem partner az órán, és a tanár igazul, hogy a rendelkezésre álló rövid időt nem tudja kellőképpen kihasználni, vagy hasznosan kitölteni. A tanuló ilyen magatartása számtalan okra vezethető vissza. A gyermek figyelme valamilyen okból szétszórt – kudarcok az általános iskolában, esetleg az otthoni érdektelenség –. Lehet olyan eset is, amikor a tehetséges növendék fejlődése nem kielégítő, vagy a hangversenyre, vizsgára és versenyre való felkészülés megtorpan. De a tanárnak is lehet rossz napja.

A zeneiskolai korosztállyal kapcsolatos viszonyomban alapvető az a magatartás, hogy a gyermek érezze, hogy hálás vagyok azért, hogy taníthatom, fejlődését elősegíthetem. Természetesen ezért bizonyos „ellenszolgáltatást” remélek, várok el, azt hogy tanuljon, tehetségének megfelelően haladjon tanulmányában. Az évek során olyan gyakorlati fogásokat, módszereket tanítok meg, amelyek révén elősegíti az önirányítás, a felelősség, az önmeghatározás, az önkontroll és az önértékelés fejlődését. Semmilyen hatalmat, tekintélyt nem gyakorlok a tanszakon. A tanszak a mindenki által hallgatólagosan elfogadott elvek alapján működik, dolgozik. Ez a szeretet, a megbecsülés és az eredmények elismerése. Ez a módszerem évek alatt alakult ki, mert lobbánékony természetem miatt néha türelmetlen voltam. Ilyenkor azonnal elnézést kértem, és megbeszéltem a gyerekekkel a problémát.

A közelmúltban a következő kedves eset történt. Az első osztályos tehetséges tanítványom, valamilyen okból több órán keresztül nem készült (rendkívül túlterhelt volt). Az ellenőrzőjébe „büntetesképpen” nagy Ő és H betűket írtam (jelentése örök harag, azaz ÖRIHARI). A következő órára csodásan készült, mindent, nagy átélessel játszott. Kérdeztem, megmutathatom-e a szülőknél a beírást, NEM, volt a válasz. Így kívánsága szerint ez a kettőnk titka maradt. Természetesen az óra után az ötös mellé nagy Ő B (Örök Barátság, ÖRIBARI) került.

A szakközépiskolában természetesen már más a viszony a tanár és a tanuló között. A diák már egyéniség. A serdülő első dolga ellentmondani a tanárnak. Egy nagyon tehetséges, ma már sikeres tanítványom, amikor visszajött a régi iskolájába koncertezni, s a jelenlegi tanulókkal való beszélgetéskor azt tanácsolta nekik, hogy „a tanár instrukcióit mindig kritikával fogadják”. Tehát a tanárnak meg kell küzdenie az igazáért, s ha a tanulónak nem tetszik az ajánlott megoldás, mert azt ő másképpen képzel el, úgy, azt újabb érvekkel kell alátámasztani. Az nem kudarcs, ha a növendék nem fogadja el teljes mértékben a tanítottakat. Többféle alternatíva közül lehetőleg a legjobbat válassza ki a maga számára.

Egy kudarcom viszont a konfliktushelyzet rossz felismeréséből és helytelen kezeléséből fakadt. Az egyik tehetséges tanítványomat, aki sok versenyen volt eredményes (1,2,3. hely), félévkor matematikából meg akarták bukztatni. Közben nemzetközi csellóversenyre készültünk. Ez a feszültség, stressz a csellójátékában görcsöt, szorítást okozott. Játéka így nem volt laza, csellóhangja nem volt intenzív. A problémamegoldó tanácsaim, érveim a „füle mellett” elmentek. Ebben az időben a TV-ben egy ismert pszichológus műsorát sugározták, aki igen hangosan, erőlesen reagált a beteg megnyilvánulásaira. Elhittem neki, hogy ilyen esetben így kell eljárni, és sajnos hasonlóan hangosan, kicsit agresszívebben próbáltam érvelni én is. Az eredmény súlyos kudarc lett. A tanítványom fél év előtt a matematikától való félelmében, és az én, szerinte igazságtalan reakcióim miatt más gimnáziumba iratkozott át. Ott osztályozó vizsgát tett harmadik, negyedik évfolyamból, és leérettségizett még abban az évben. Addigi közös munkánk eredményeként ugyanabban az évben még felvételt is nyert a Zeneakadémiára. Sajnálom, hogy idő előtt elváltak útjaink.

Amikor felveszem a tanulót, remélem, hogy mindenben nyitott, önálló személyiség. Természetesen segítséget nyújtok ahhoz, hogy a darabok, az etűdök megismerésével párhuzamosan a fantáziája is beinduljon.

A legfontosabb a laza tartás, amikor a szorítás, a görcs nem akadályozza abban, hogy „belülről” figyelje önmagát, az alkotást. Az Alexander-módszer megismerése után mindent megtettem, hogy az órán a gyerekek teste-lelke kilazuljon. A „fejfelé előre és felfelé gondolni” úgy fordítottam le, hogy légy „laza zsiráf” (természetesen a lányok „gyönyörű zsiráfklányok”). Megbeszéljük, hogy a zsiráfnak legjobb a természetben, nem kell fára másznia, mégis a fa tetejéről cheti a legfinomabb gyümölcsöt, és ellát a tengerig. Ha így csellózik, figyelje, hogy a közeli parkban meghallják-e a játékát, illetve, mit hallanak, hogy a gerincét még jobban nyújtsa, s gondoljon arra, hogy a fenéke, a lába, a sarka minél mélyebben legyen, és támaszkodjon rá. Játék közben figyelje a vállát, a hátát, és támassza gondolatban, hogy átkarolja szeretettel a csellóját, és amit játszik. Karjai lefele lógnak, de úgy, hogy az ujjai a vonóra, illetve a fogólapra támaszkodnak.

Ezek a csellózás alapfeltételei. Az ilyen ülőtartás teremti meg a lehetőséget, hogy a szép, telt hang mellett tiszta intonáció és jó ritmus valósuljon meg. Ha ezek rendelkezésre állnak, az átélés már könnyű. A gyerekektől azt kérem, hogy a „lelkükkel” csellózzanak.

A tanterem

A tanítás helyszíne a tanterem, ahol a tanulóval hetente kétszer 30 vagy 45 percet töltünk el. A zeneiskolában egy nagyobb teremben tanítok, ahol van kellő levegő, tér a jó munkához. Ebben a tanteremben tartjuk a növendékhangversenyeket, de itt van a vonós, a fúvószenekar és az énekkar próbája is. Az ehhez szükséges hangszerek (dobfelszerelés, nagybőgő, zongorák) a terem tartozékai, amelyek néha a gyermek figyelmét elvonják. A kicsi gyerekek érkezéskor azonnal kipróbálják a dobát, a zongorát. Ezt tü-

relemmel kivárom, persze van más dolgom közben. A csellója kicsomagolása, hangolása és a vonó gyan-
tázása. Ez elég idő ahhoz, hogy a jobban szétszórt gyermek is tudjon a csellózásra figyelni. Ha a ráhango-
lódásra ez az idő kevés, akkor jön a léggömb. Ilyenkor a Dr. Kovács Géza által létrehozott és Dr. Pásztor
Zsuzsa munkája alatt továbbfejlesztett zenei munkaképesség gondozás módszere segít, hogy a fáradt, túl-
mozgásos gyerekeket rövid órabeli mozgással felszabadítsuk, alkalmassá tegyük az órai munkára. Ez a
módszer nemcsak mozgás, hanem gondolati rendszer, pedagógiai és életvezetési koncepció. Hatására a
szervezet visszanyeri frissességét, az új élmények mélyebben bevésoódnak, és ismét visszatér a jókedv. Cél,
hogy a gyerekek több oxigénhez jussanak azáltal, hogy minden izmukat megmozgatják. (Fejelés, egész
karral határozottan ütni a léggömböt, mintha vonóhúzás lenne stb.) Ez természetesen csak három, négy
perc, ami után kipirulva kezdhethük a csellózást. Természetesen a kézmosás sem marad el.

A szakközépiskolában egy kisebb teremben tanítottam, ami három-négy emberre volt „hitelesít-
ve”. A sok cselló, a tanulók személyes holmijai – mivel a terem második otthonuknak tekintették, ahol
mindenki jól érezte magát – festői rendetlenséget eredményezett. Én mindig alkalmatlan voltam az olyan
rendre, amely nem feltételez életet, ahol nem lehet megmozdulni anélkül, hogy ne mozdítana meg az em-
ber valamit. Ez talán abból is eredt, hogy nem volt elég energiám a tanítványokkal zsörtölődni, és így in-
kább magam tettem időnként rendet, „nem esik le a gyűrű az ujjamról” jelszóval.

Mindig úgy gondoltam, hogy a dekorációval a diákjaim tudat alattijára tudok hatni. Ezért kezdet-
ben néhány híres csellista és zeneszerző képén kívül a Volvo gépkocsi képe is a falra került, gondolván,
hogy „egy valamire való csellistának, de még a tanárnak is minimum ilyen kocsijának kell lennie.” Később
ezeket a képeket márkás csellók és vonók fényképei váltották fel, de az unokáim aranyos képei is helyet
kaptak a teremben. Elég volt rájuk pillantani, és minden bajom elpárolgott.

Mindkét esetben hangsúlyoznom kell, hogy a legfőbb célom az volt, hogy a csellótermet tanítvá-
nyaim a második otthonuknak tekintsék, ahol egymást figyelmeztetve alakítják ki a viselkedési normá-
kat. A zeneiskolában ez könnyebb, mivel nagy a korkülönbség a gyerekek között, és a nagyok kedvesen, ta-
pintatosan figyelmeztetik, irányítják a kicsiket. Ezek nagyon megható pillanatok.

Ilyen környezetbe érkeznek a frissen beiratkozott tanulók. Rácsodálkoznak a látottakra, de hamar
beilleszkednek. A zeneiskolások sokáig tegeznek, amely az évek során átváltozik tiszteletté. Bezzeg az
érettségiző vagy főiskolás „nagyok” kérésem ellenére sem állnak át a tegezésre.

A tanteremnek olyan energiát is kell sugároznia, hogy napi öt-hat órát felszabadultan, gyerekekre
való összpontosítással lehessen tanítani. Nem értem az olyan kollégát, aki úgy fogadja a gyerekeket, mint-
ha orvosi rendelőben lenne. A teremben csak az a gyermek tartózkodhat, aki éppen az órán van. A követ-
kező tanulónak a folyosón kell várakoznia. Hozzám bárki bejöhet, csak a kopogással ne zavarja a tanítást.
Figyelhetik egymás munkáját, láthatják, hogyan tanítom a másik tanulót, mit tartok jónak és mit javítok.

Szülőkkel való kapcsolat

A zeneiskolában heti kétszer fél órára, jobb esetben heti kétszer 45 percre „kölcson kapjuk” a gye-
reket a szülöktől. Ebben a folyamatban a szülők általában a gyermekük „második szülőjének” tekintik a
hangszeres tanárt. Ezért jogosan foglalkoztatja őket, hogy a tanár milyen hatással van a gyermekükre, a ta-
nuló szereti-e a tanárát, megtanítja-e a hangszerjáték legfontosabb készségeit, és engedi-e, képessé teszi-e,
hogy a gyermek az érzelmeit zenén keresztül a lehető legjobban kifejezze.

A tanároknak ugyanígy a diákok „második tanárának” kellene tekinteni a szülőt. Sajnos, tapaszta-
laim szerint, ez az érzés ritkán észlelhető, pedig a gyerekek első és legfontosabb „tanára” a szülő. Sok szü-
lő rendkívül eredményes „tanár”, amíg a gyermek csecsemő vagy néhány éves. Nem szidják, nem büntetik
őket, ha nem sikerül valami, hanem türelmesen kiváráják a megfelelő eredményt. A gyermek maga választja
meg, hogy mit tanul és mikor. Ezek a „jó tanár” szülők, nem türelmetlenek, ha pl. a gyermek későn for-
dul hasra, vagy ha még nem tud felállni, nem indult el a szokásos időben. Ez a folyamat megváltozik, ami-
kor gyermek totyogni vagy beszélni kezd. Ettől kezdve a szülő képezni kezdi a gyermekét, ami bizonyos
türelmetlenséggel jár. Hirtelen megváltoznak, az addig türelmes szülő kezdi a gyermekét összehason-
lítani más hasonló korú gyermekkel, és az esetleges különbséget felnagyítja. Nem gondolnak arra, hogy
a tanulás minden élőlény, így a gyermek számára is éppen olyan természetes funkció, mint a légzés, az al-

vás, az evés. Ebből az következik, hogy minden gyermek akar tanulni. Ezt az akaratot úgy tudjuk gyümölcsözővé tenni, ha a segítő (szülő, tanár) diszkréten, tapintatosan biztosítja a lehetőségeket, az eszközöket a tanuláshoz.

A munkámra, munkáimra kíváncsi szülőt arra kérem, hogy otthon csak úgy kapcsolódjon be a gyakorlásba, hogy a gyermek ne vegye észre azt. Csak akkor segítsen, ha a gyermeke erre felkérte. A gyerekek nem szeretik alkalmatlannak, kisebbségnek érezni magukat. Figyelmeztetem őket, ha lehet, várják meg, amíg a gyermekük igényli a segítséget, de ilyenkor is csak dicsérni szabad őket. (pl. Ez a rész nagyon tetszett! Ugye nagyon sokat kell ahhoz gyakorolni, hogy ez ilyen jól menjen?!) Ha a szülő valamilyen hangszertudással rendelkezik, akkor el kell látni őket a házimuzsikálás lehetőségét biztosító kottákkal. Lehetőség szerint az osztályhangversenyen is felléphetnek a közösen megtanult darabbal.

Az unokáimat csellóra szerettem volna tanítani, de amikor én kezdeményeztem a gyakorlást, elhárítottak, „hagyjál, én ezt tudom”. Meg kellett várnom azt a pillanatot, amikor megkértem, hogy gyakoroljunk együtt.

A tanár, diák, szülő háromszögben nagyon fontos a viszonyok milyensége, minősége. A szülő látja kárát, ha a tanár–diák viszony rossz, és a tanár issza meg a levét, ha a szülő–diák kapcsolat elromlott. A tanárnak mindent el kell követni, hogy a szülő–diák kapcsolat pozitív legyen, a szülő érezze azt, hogy nevelési tevékenységét a tanár elismeri. A szülő is (titokban) rendszeres pozitív visszajelzést vár a gyermeke tanáráról.

Tehetséggondozás, „átlagos” diák

A zeneiskolában a hozzám jelentkező gyerekeket egytől-egyig, még akkor is, ha nem tud énekelni, mindig felvettem és felveszem. Ezt nem megélhetési okból csinálom, hanem úgy érzem, nem mondhatok nemet annak, aki nálam szeretné zenei ismereteit gyarapítani. Szinte mindegyiknél kifejlődött a jó hallás, és a kezdeti nehézségeket követően a tanszakom lelkes tagjaivá váltak.

A zenei szakközépiskolában is, ha az óraszámom megengedte, a jelentkező gyerekeket mindig felvettem. Úgy gondoltam, hogy mindenki valamilyen fokon tehetséges, csak az egyik gyerek jobban szorong. Az ilyen „szorongó”, önmagát és érzéseit nem mindig kifejezni tudó tanulót nevezzük rossz szóval „átlagosnak”. Ha a fejlődésüket önmagukhoz mérnénk, mérhetnénk, és nem egy elképzelt szinthez, hatalmas változást, fejlődést tapasztalnánk. Ők a sok munka ellenére kevésbé sikeresek, pedig rendkívül értékes emberek. Hitem szerint az élet mindenkit a helyére tesz.

Itt szeretném idézni Fellini: Országúton c. csodálatos filmjéből, hogy mit mond a felejthetetlen bohóc: „*Akár hiszed, akár nem, a világon semmi sem fölösleges. Minden jó valamire, (...) látod ezt a kavicsot?... még ez a kavics is..., hogy ez a kavics mire való, azt nem tudom, de hogy való valamire, az biztos. Mert ha ez a kavics fölösleges, akkor fölöslegesek a csillagok.*”

Azért az ember vágyik arra, hogy igazi gyöngyszemre is leljen. A tehetség azonnal felhívja magára a környezete figyelmét. Ők a kiemelkedően tehetséges gyerekek, akik minden idegszálukkal érzelmeik kifejezésére és mások elismerésének a kivívására törekcszenek. Emiatt talán sebezhetőek azért, hogy irányultságukat legtöbbször a tehetségük határozza meg. Abba fektetik a több energiát, ahol a siker, az elismerés biztos, és ezért más kötelezettségeiket elhanyagolják. Az egyik legismertebb gyermekpszichológus Dr. Ranschburg Jenő halála előtt egy hónappal az utolsó előadásán azt mondta:

„*A különleges képességű gyermek olyan, mint a gepárd. Ha nyuszikat adunk neki, akkor csak 30-40 km/óra sebességgel fut, mert így is elkapja őket. Ha azt akarjuk, hogy 120 km/óra sebességgel fusson, akkor antilopot kell adni neki (...). Az elmúlt években különösen érzékelte azt a szülői vágyakozást, hogy a gyermek tehetséges legyen valamiben – ám nem tudják, nem érzékelik, hogy az mekkora terhet jelent a gyermeknek, és milyen göröngyös a valóban tehetséges gyermek útja.*”

Vannak szülők, akik a saját álmaik megvalósítását szeretnék gyermekük sikerében látni. Kevés kivétellel valóban tehetséges gyermekről van szó. A szülő szeretné, és magam is ezt szorgalmazom, hogy a legtöbb – országos és nemzetközi – versenyen ott legyen a gyermek. Az ilyen szülő ennek megfelelően várja el tőlünk a felkészítő munkát. Tapasztalatom szerint a nemzetközi versenyre való felkészülést csak úgy lehet elvállalni, ha a gyermek magántanuló lesz. Ez sok örömmel és buktatóval jár, mivel egy felfokozott oktatási és nevelési folyamatról van szó, ami magában rejt a sikert és a kudarcot egyaránt.

A versenyre való felkészülés során a heti kétszer 45 percen túl rendszeresen túlórázni kell. Egyszerre nagyon sok darabot kell tanítani, és a csiszolás folyamatában vigyázni kell arra, hogy a versenyanyag mindig érdekes és friss maradjon, s úgy kell időzíteni, hogy a versenyen legyen a legtokéletesebb. Ebben az embert próbáló folyamatban állandóan figyelni kell, hogy ne torzuljon a testtartás. A bejátszó hangversenyeken ellenőrizzük, hogy hol tartunk a felkészülési folyamatban. Fontos, hogy a többi gyermekre fordított figyelem ne csökkenjen, ne csorbuljon a tanuláshoz való joguk.

A versenyeken mindig a vállalt feladat minőségi előadását pontozzák. A nemzetközi versenyeken a zeneiskolai és a középiskolai korosztály számára többnyire egyfordulós versenyt rendeznek. Mindig műfaji kört jelölnek meg, vagy több zeneszerző hasonló művei közül lehet választani általában három-négy darabot. Pl. 2006-ban Liezenben a kötelező anyag a tizenhárom-tizen négy éves korosztály számára egy Bach táncjáték, egy huszadik századi osztrák szerző darabja, egy preklasszikus szonáta két tétele mellett egy szabadon választott mű volt a verseny anyaga. A versenyen a népes nemzetközi zsűri megítélése szerint igazságosan döntött az első díj odaítélésében, amit a tanítványom nyert, legnagyobb meglegedésünkre.

Goriziában a verseny a tizenöt-tizenhat éves korosztályban kétfordulós volt. Dotzauer, Franchomme és Popper etűdök közül lehetett választani. A győztes horvát versenyző egy olyan Dotzauer etűdöt játszott, ami nálunk zeneiskolai anyag. A tehetséges lány a többi darabon kívül az etűdöt is kiemelkedően jól adta elő. A tanulság ebből az volt, hogy a megfelelő anyagválasztás a tanár legfontosabb feladata.

A koncentráció fejlesztése

A tanári pályafutásom kezdetén először sok kezdő gyerekkel kellett foglalkoznom. Ez borzasztóan fárasztó volt, és nagy türelmet igényelt. Évek múlva, amikor már minden évfolyamon volt tanuló, a tanári munka szépségét is megtapasztalhattam.

Egy kis városban – a néhány tudatos jelentkező mellett – csak kevesen jelentkeznek csellóra. A nem válogatott gyerekeket mindenképpen meg kell tanítani a hangszeren játszani, de úgy, hogy legalább hat-nyolc évig a zeneiskolához kössük őket.

Ez olyan hozzáállást igényelt, amely során minden évben újra kellett gondolni, hogy az előző évben mit csináltam rosszul, illetve jól. Kezdetben persze én is ragaszkodtam az elveimhez (pl. tekintélyelvűség, a tanár mindent tud, legalább három jeggyel osztályoz), de szerencsére mindig sikerült olyan élményhez jutni, ami változásra, megújulásra sarkallt. Olyan tudományos ismeretanyagokra tettem szert, amelyek segítségével csökkenteni tudtam a koncentráció hibáit, és minél több pozitív élményhez, sikerhez juttattam tanítványaimat.

A hangszertanulás egyik legfontosabb hozadéka, hogy rendkívüli mértékben fejleszti a gyermek koncentrációs képességét. Ez a probléma a gyermek zeneiskolai tanulmányainak első pillanatától jelen van. Kezdetől fogva a figyelem megosztására van szükség. A csellózás minden mozzanatát ellenőriznie kell: a vonóírány, a helyes intonáció, a hangok egymásutánisága, a bal kéz ujjainak előkészítése, a két kéz közötti szinkron, a hangminőség ellenőrzése, a darab átélése. Ezeknek mindig a figyelem fókuszában kell lenniük.

Az órán minden könnyebb, a vizsgán, a hangversenyen az izgulás, a stressz gátolja a figyelem összpontosítását. Ennek oka lehet a kudarcától való félelem, vágyakozás a pozitív megerősítésre és főleg félelem a csoport többi tagjának véleményétől.

Minden tanuló más és más mértékben képes gondolatait, érzelmeit megformálni, kifejezni. Tapasztalatom szerint létezik egy általam belső hallásnak nevezett jelenség, amely néha olyan erős, hogy a valóságot elfedi. "Nem lát ki magából" – mondjuk. Régebben egy nagyon tehetséges zeneiskolai növendékem akkora energiával esett neki a darabnak, hogy a vonó majdnem „meggyulladt” a kezében. Annyira akart bizonyítani, vagy az átélés a tehetsége miatt olyan fokon történt, hogy a belső hallása elnyomta az ellenőrzést.

A sok munka folyamán belső képzetünk alakul ki a játszott darabról, amely „védekezéséppen” felerősödik, és nem engedi, hogy ellenőrizni tudjuk kívülről önmagunkat, játékunkat. Önmaga reális meglátását próbáltam elősegíteni. Ebben az időben kerestem ezekre a problémákra olyan megoldást, amely az emberből indul ki, és önfejlesztéssel próbál a helyzetet javítani. A gyerekek a pszichológust nem nagyon fogadják el, „én nem vagyok hülye” indokkal. Pedig nagy segítségére lenne tanárnak, diáknak, *még talán a szülőknek is.*

Ekkor megtaláltam a kineziológiát, amely az agy működéshibáit próbálja mozgással, légzési gyakorlatokkal javítani, amelyek a két agyfélteke valamelyikének túlzott intenzitását elnyomja.

Kim da Silva / Do-RiRydl Mozgással az energiáért című könyvben ezt írják:

„A kineziológia a mozgás tana. Mozgás nélkül nincs élet! A mozgás javítja önmagunk megértését, mert segítségével újra meg újra működésbe hozzuk a fizikai funkcióinkat. Ha mozgásban tartjuk testünket, szellemileg is frissek, rugalmasak maradunk. Az állandó tanulás az élet minden területén magától értetődő lesz, képesek leszünk az utunkba kerülő akadályokkal megküzdenni. (...) a két agyfél integrációja egyrészt a tanulásnál nagyon fontos, másrészt egészségünk stabilizálásához van rá szükségünk (...) Minden betegségnek bemiszterialis dominanciája van. Ez azt jelenti, hogy a betegség vagy a jobb, vagy a bal agyféltekében van elraktározva, de sohasem mindkét oldalon egyszerre. Ha a test egészséges, abban mindkét agyféltekének szerepe van. Az agyféltekék dezintegráltsága energetikai egyensúlyhiányt okoz. Testünk folyamatai nincsenek egymással összhangban, ezzel szabaddá válik a pálya egy sokkal később fellépő betegség számára. (...) A két agyféltekének különböző tulajdonságai vannak. A bal, az analitikus agyfélteke a részletek pontos megfigyelésére képes. A jobb, az intuitív agyfélteke a dolgok egészét ragadja meg. Ha tanulunk, az információt a bal féltekével fogadjuk be, és a jobb oldalival dolgozzuk fel. Ez azt jelenti, hogy a részleteket össze tudjuk rakni, hogy egészként adjuk vissza. Ha nem integráltan tanulunk, hanem például csak az analitikus féltekével, sok részletet tudunk majd, de a részletekből nem leszünk képesek egészet alkotni. Ha viszont csak az intuitív agyféltekénkel tanulunk, akkor a dolgokat egészként fogjuk föl, ám a részeket nem érzékeljük. Ez problémákat okozhat pl. a helyesírásban, a matematikában.”¹

Ezért értem meg, hogy miért nem tud kottát olvasni egy hat vagy hét éve tanuló zeneiskolás, vagy miért oly nehezen tud memorizálni egy egyszerű dallamot.

Ezáltal értettem meg, hogy miért lettem nagyon beteg minden fontos feladat előtt, de önértékeléssel is baj volt! Tehát a kineziológiával először is magamat gyógyítottam meg a könyv által ajánlott keresztmozgásokkal. A tanítványaimat is megtanítottam ezekre a gyakorlatokra. Az előbb említett tehetséges tanítványomnak a darab játéka közben felváltva kellett a lábát emelnie, mintha metronóm lenne. Ez a mozgás a káros energiát – amely a belső hallást felerősítette – oly mértékben csökkentette, hogy jobban tudott játékkára figyelni. Az ellentétes mozgás, ami kezdetben nagyon nehéz, segítette, hogy a figyelmét más fontos dologra fókuszálja. De ez segítette a jó ritmus megvalósítását is. A könyvben ezen kívül még sok gyakorlat van, amely segítséget ad ahhoz, hogy a vizsgán, a koncerten jobban szerepeljenek, önmagukat szabadabban tudják kifejezni, és az izgulás elviselhető mértékre csökkenjen.

Így jutottam el a tudatalatti működésének megértéséhez. Ha a növendék úgy érzi, hogy láthatatlan erők akadályozzák, nem úgy sikerülnek a dolgai, ahogy szeretné, a sors „közbeszól”, akkor a mélyben egy vagy több hitrendszer dönt és cselekszik helyette. A tudatalatti egy pozitív, bennünket segítő és védő tevékenysége az idegrendszernek. Akkor van baj, ha a tudatos elme nem képes kontrollálni a tartalmát, ezért olyan dolgok is beépülhetnek, amelyek értelmetlenek, nem bennünket szolgálnak, sőt aláássák az önbizalmunkat, megbénítanak bizonyos helyzetekben. A tudatalatti másik funkciója, hogy a megtörtént testi-lelki sérüléseket, traumákat eltakarja, elsüllyeszti előlünk. Ezek az érzelmi blokkok azért veszélyesek, mert a stressz hatására aktiválódhatnak a negatív érzelmi tartalmak. Hiedelmeink vastag szemüvegén át nem látjuk igazi világunkat, önmagunkat. Ez a negatív tartalom akadályozza a diákot abban, hogy tudá-

1 Kim da Silva / Do-RiRydl (1995) Mozgással az energiáért – Kineziológiai gyakorlatok az egész családnak, Budapest GRIZLI Kiadó 18-34. oldal

sának megfelelő választ adjon felmerülő kérdésekre, problémákra. A tapasztalatom az, hogy bármely kérdésemre, kérésemre szinte mindig az a válasz, „NEM TUDOM, NEM TUDOM MEGCSINÁLNI”. Általában harmadik osztálytól az érettségig ez a jellemző.

Ma az iskoláskorú gyermekeket erő stressz mennyisége rendkívüli mértékben megnőtt a harminc-negyven évvel ezelőttihez képest. Régen egy tantárgyból évi két-négy dolgozatot írtunk. A felelet egy negyvenes létszámú osztályban sem sűrűn fordult elő. Ha jól feleltünk, lehetett utána „pihenni”. Ma majdnem minden héten van röpdolgozat írás (még énekből, rajzból is!!!), és aki ezt a stresszhelyzetet nem viseli, rengeteg rossz jegyet gyűjt össze.



Édesapám Papp László (1917-1985), aki egy időben a debreceni zeneiskolában tanított, a felvételi alkalmával a képen látható kéztartást kérte a gyermekektől. Csak azt a tanulót vette fel, aki a szép éneklés mellett a képen látható kéztartást utánozni tudta. Ma már elvétve van olyan gyermek, aki ezt első próbálkozásra meg tudja tenni. Nagyon ritka az a gyermek, aki a középső ujjával érinti a hüvelykujját. Általában a mutatóval kapcsolják össze, de van olyan is, aki a gyűrűsujját érinti oda. Úgy vélem, hogy ez a pontatlan figyelem a kudarcból való félelemből eredhet.

Gyakorlás

A zenetanulás nem létezik otthoni gyakorlás nélkül. Azzal, hogy otthon csellózik a gyermek, nemcsak a zenei képességeit fejleszti, hanem más, az életben is igen fontos készségeket is fejleszt:

- fejleszti a figyelem összpontosítását,
- erősíti önfegyelmét, a kitartását,
- felelősségteljessé válik,
- megtanulja tervezni, szervezni az életét.

Ezek a készségek a gyermek személyiségének fejlődését rendkívüli mértékben segítik.

Hogyan vegyük rá a tanulót az órán kívüli otthoni munkára? Korlátozottak a lehetőségeink. Nem vagyunk jelen, s ha a szülő nem segít, bizony sok ravasz érveléssel lehet csak a rendszeres gyakorlásra rávenni a gyermeket. A zsarolással baj van, mert nem a belső igényt erősíti a tanulóban. A zenét tanuló gyermekek és a szülők közötti otthoni konfliktusoknak egyik gyakori forrása a házi feladat és a gyakorlás. Ez ese-

tenként számtalan más problémát is a felszínre hozhat, ami néha irányíthatatlanná válik. A gyerekek úgy érzik, hogy a házi feladat vagy a gyakorlás miatt le kell mondaniuk a számukra fontosabbnak érzett dolgokról (pl. internet, közösségi oldalak). Ha nem végzik el az otthoni feladatukat, büntudatot éreznek, és aggódva mennek a zeneiskolába, félnek, hogy a tanár leszidja őket, vagy rossz jegyet kapnak. Inkább az a fontos, hogy a gyermek ne érezze azt, hogy ha nem gyakorol, annak negatív hatása van, hanem minden büntudat, szorongás nélkül menjen cselló órára. Az órán pedig segítsük, gyakoroljunk vele, tanítsuk meg őt gyakorolni! Ha ez bekövetkezik, fokozatosan igényli az otthoni csellózást, mivel nem kötelező.

Ezzel kapcsolatban fiatalabb koromban két esetet figyeltem meg. A tanuló az órán jól játszott, és megdicsértem. Erre elmondta: „pedig nem tudott eleget gyakorolni”. A másik esetben a gyermek sokat hibázott, s úgy védekezett, hogy „ő bizony sokat gyakorolt”. Ezt úgy magyaráztam, hogy az első esetben nem volt rizikója a játéknak, ezért nem görcsölt. A második esetben viszont meg akarta mutatni, hogy mit tud, ezért jobban izgult, és nem lazán csellózott.

Ma is foglalkoztat az, hogy ki mennyit gyakorol otthon, de nem teszem szóvá, ha az otthoni munka elmarad, inkább az önálló munka igényét alakítom ki a gyermekben.

Prelúdium

N. Baklanova

Lento

mf

Lento

p

Az órákon természetesen elő kell készíteni az otthoni gyakorlást. Sose adok fel olyan darabot, amit a tanuló önállóan nem tud eljátszani már az órán. Rengeteg játékos gyakorlatot eszelek ki, ami a könnyebb elsajátítást segíti. Már a kezdő csellistáknál is arra törekszem, hogy az óra végére szép hangok jöjjenek ki

a hangszereiből. A hangélmény a zenetanulás egyik legfontosabb eleme. A játékos elemek a szabadság, a kreativitás, mint lehetőség színesítik az önálló gyakorlást. A cél az, hogy a gyerekek maguk keressék meg a hangszer nekik tetsző lehetőségeit. Pl.: pengetés, üveghangok, glisszandó, a dallamok más húron való megismétlése. Otthon maguk fedezzék fel a csellót! A kezdő tanulók a mellékelt darabot kedvük szerint számtalan formában játszhatják. Pengetve, a kotta szerint vonóval, egy vagy két oktávval feljebb üveghanggal vagy kombinálva a lehetőségeket. Az előadás formáját, módját a gyerekek választhatják ki.

Nem szabad megdorgálni a tanulót, ha az otthoni gyakorlás elmarad. Ezt úgyis elengedi a füle mellett a gyerek, ami papagájja teszi a tanárt. Lehetőleg azt kell elérni – és ehhez nagy türelem kell –, hogy önként, tudatosan dolgozzon otthon. Minden zenéhez programot találunk ki közösen, ami az otthoni gyakorlást vonzóbbá teszi.

Mit ganzem Bogen - Grand détaché - With the whole Bow - Teljes vonóval

A közelmúltban az egyik aranyos tanítványom a Sebastian Lee 40 könnyű etűdjéből (op. 70.) a 13-as e-moll etűdöt tanulta. Az e-moll hangnem nevesítve van a zeneirodalomban. A Dvořák Új világ szimfóniája e-moll. Megbeszéltük, mit jelent az új világ, hogyan lehet oda eljutni. Így az e-moll a végtelenség, a széles horizont hangneme lehet, és a hullámszó tengeré is. A tanítványom elképzelte a hullámszó, amelyek egyre gyorsabban jönnek, majd újra lecsendesednek. A gyerekek a zenéhez kitalált történetek segítségével mindent gyorsabban tanulnak meg. Így van pl. Himalája, vadászat vagy séta etűd.

Úgy 15 évvel ezelőtt egy kedves tanítványom nagyon szépen haladt, minden órára sokat készült. Nagy öröm volt tanítani. Az édesapja kalauzként dolgozott a vasútnál, s amikor otthon lehetett két szolgálat között, megkérte a lányát, csellózzon neki. Az apa mindig pozitívan kommentálta a hallottakat, s ezzel inspirálta a gyermekét. A tanítványom az egyetem elvégzése után Kisújszálláson kapott állást (könyvkiadó cégnél idegen nyelvű levelező), és ma is részt vesz a zeneiskola vegyes, felnőtt, gyermek zenekar munkájában. Egy alkalommal Vivaldi Cselló concertóját (F-dúr) játszottam az együttessel, ő continuózott. Szinte együtt lélegeztünk, kifogástalanul kísért a szabad szólójátékot. Ez pedagógus pályám egyik legmeghatóbb élménye volt. Egyébként a régi tanítványokkal játszani a legfelemelőbb pillanatok közé tartozik.

Valamikor, amikor még nagyobb, kétszintes lakással rendelkezünk, távoli városokból (Szentgottárd, Szombathely, Mosonmagyaróvár, Budapest) nálam tanuló szakközépiskolás tanítványaimat úgy tárogattam, hogy nálunk, a gyermekeimmel együtt laktak az emeleti részben. Így akaratlanul is részese lettem az életüknek. Figyeltem a gyakorlásukat úgy, hogy nem tudták, hogy hallom mit csinálnak fent.

Különböző gyakorlási formákat hallottam. Egyikük először teljes átéléssel végigjátszotta a csellóirodalom jelentősebb műveit. Mindent kipróbálva, vajon le tudja-e már azokat játszani? Csak ezután kezdett hozzá az éppen aktuális feladatok kidolgozásához. A másik kevesebbet gyakorolt, de azt hihetetlen tudatossággal tette. Az órájukon úgy viselkedtem, mintha nem hallottam volna semmit otthon. Sokat gondolkodtam, hogy még milyen technikai gyakorlatokkal tudok nekik segíteni. Azóta mindketten egyformán sikeres csellóművészek lettek.

Siker-kudarcc

A siker attól siker, hogy mások annak ítélik meg, és azt minden módon tudtunkra is adják.

Siker nélkül nincs zeneoktatás. Ez ad lendületet a gyermeknek, tanárnak egyaránt újabb és újabb feladatok elvégzéséhez. A zeneiskolában több területe van a siker megélésének. A vizsgák, a hangversenyek, a versenyek mind a sikeres megnyilvánulások lehetséges helyszínei.

A sikerhez vezető útnak és a siker elérésének négy fázisa van:

- a darab kiválasztása, – a darab megtanulása elindul,
- megismerkedés a darabbal – már jobban megy,
- idővel jól begyakorolja – még jobban megy,
- ha jól és sokat gyakorolta – pofonegyszerűnek tűnik.

Ez természetesen csak tanári segítséggel és folyamatos ellenőrzéssel képzelhető el.

Vigyázni kell, hogy a gyerek a második fázisnál abba ne hagyja, fel ne adja a tanulási folyamatot.

Tanítványaimban több dolgot tudatosítok:

- Olyan célokat kell kitűzni, ami megvalósítható. Ha a célt kitűztük, „tűzön-vízen át” meg kell valósítani.
- A sikernek van ára (egyébként az életben semmit nem kapunk ingyen). Aki sajnálja a befektetett munkát, az időt, sosem lesz sikeres. Rengeteg munka, jó gyakorlás szükséges a biztos játékhoz, a sikeres előadáshoz.
- Pozitív gondolkodás. Csak az tudja önmagát sikerre hangolni, aki tisztában van önmagával. Tisztában van lehetőségeivel és korlátaival. Mindenkinek pozitív gondolatokkal kell önmagát serkenteni. Hinnie kell önmagában. És tudnia kell, hogy mit ér.
- Vigyáznia kell egészségére, energiáira. Minden gyermek, főleg a serdülők hiszik azt, hogy korlátlan energiával rendelkeznek. Nem étkesnek, nem élnek egészségesen. Felsorolhatatlan a sok veszély, ami ebből adódik. Figyelmeztetésem hatása „falra hányt borsó”. Nyilván mindenki a maga kárán tanul.
- Pozitív emberi kapcsolatoknak kell lenni a tanszakon. Felhívom a figyelmüket, hogy kinél jobb: pl. a vibráló, a vonóhúzás, a vonófogás, a fekvésváltás, a hangképzés, a billentés...stb., kitől mit lehet ellesni. Így egymást serkentik a gyerekek. A konkurencia, a rivalizálás jobb teljesítményre serkall.
- Látnia kell, hogy honnan jött, és hova tart tudásában, fejlődésében. Ismerje fel értékeit.

A kudarcot akkor éljük át – nemcsak a tanítvány, hanem a tanár is –, ha a közösen kitűzött célt nem vagy nem jól teljesítjük. A siker és a kudarc testvérek. A siker a kudarcok pozitív irányú felfogása, a kudarcokból gyűjtött tapasztalatok felhasználása. Mindenféleképpen olyan teljesítmények sorozata, amelyek segítségével kiemelkedhetünk környezetünkől. A tanítványt lehetőleg el kell az olyan emberektől szigetelni, akik azt sugallják: „nem tudod”, „nem megy ez neked”.

A zeneiskolában a szülőket „nevelni kell”, hogy ne azt figyeljék hányszor hibázott a gyermekük a hangversenyen. Vannak olyan anyukák, apukák, akik a fellépés végén lelkesen szólnak: „észrevettük, hogy kétszer hibázott Pistike”. Szegények ilyenkor azt bizonygatják, hogy ismerik a darabot, értenek hozzá és

hallják a hibákat. Mindig figyelmeztetem őket, hogy kettőnél többször játszott olyan értékes, zenei dolgot, amire oda kellett figyelni, és ami csak rá, a gyermekükre jellemző. A szülőknek azt sugallom, hogy a gyermek minden megnyilvánulása érték és szeretetre méltó. Ezért a jelszavam: „éljen a hiba!”

A tévesztés főleg akkor fordul elő, amikor szereplés közben az agyban oxigénhiány lép fel. A stressz miatt a gyermek a vállát felhúzza, karját felemeli, a lába nincs a talpán, pulzusa, légzése felgyorsul, és az agy nem jut elég oxigénhez. Ez elleni védekezést már az órán is gyakoroljuk, amikor a gyerektől azt kérem, a fejével tartsa a plafont, a karjával meg gondolatban érintse a földet. Ez persze végrehajthatatlan „bolondság”, de talán ezért is utánoznak, próbálkoznak a megvalósítással. Amikor a tanulóval ezt csináltatom, kérem, támaszkodjon a lábára, a sarkára, s a gerince a lehető legegyszerűsebb legyen. A kart úgy érezze, hogy a lapockából indul ki, s a lehető leglazábban lógjon le. A fejét a gerincén úgy tartsa, mintha egy tojást egyensúlyozna a mutató ujján. Egész pályafutásom alatt arra törekedtem, hogy minden gyerek figyeljen a lazaságra, a játék közbeni lazításra „mikropihenők” beiktatásával. Az zeneiskolában a pozitív gondolat az is, hogy minden tanítványom a „BARÁTOM”. Azt sugározom feléjük, hogy nincs olyan esemény, nincs olyan dolog, ami ezt a barátságot megváltoztathatja.

A szakközépiskolában a kudarc, mint lehetőség jobban jelen van. A követelmény magasabb. A kolégák közül lehet olyan (vagy van), aki nem ért egyet nevelési és tanítási módszereimmel, és saját szemüvegén keresztül felnagyítva látja a növendékeim hibáit, melyeket kéretlenül adja a tudtukra. Ezeket úgy oldottam fel, vagy úgy bátorítottam őket, hogy minden rosszindulatú kritikában van egy „körömpiszoknyi igazság”, amit meg kell keresni, s ha az segíti a fejlődését, akkor meg kell azt fontolni.

Az esetleges hibákat, kudarckokat mindig pozitívan éltük meg tanítványaimmal. Sorba vettük, hogy mi volt a figyelemre méltó a játékokban, és mit kell javítani, hogy legközelebb elkerüljük a gyengébb szereplést. Általában a versenyen átélt kudarckok után tanítványaim megújult erővel dolgoztak. Akik az országos versenyen nem jutottak a döntőbe, azok is a következő évben sikeresen felvételiztek a Zeneakadémiára.

Hangverseny

A hangversenyre készülve minden munkát arra összpontosítunk, hogy a szülőknek a legjobb formánkat mutassuk. A zongorakísérővel nem tudunk sokat próbálni, ezért az órán, csellón játszom be a gyerekeknek a fontos, eligazodást segítő dallamokat. Gyakoroljuk azt, hogy a zongorakísérővel hogyan kommunikáljon játék közben. Meg kell tanulnia, hogyan intse be a kezdést, ha a zongorával együtt kezdődik a darab. Csak akkor engedem a gyerekeket a zongorakísérővel próbálni, ha már biztonságosan el tud igazodni a darabban, ha tudja, hogy a szünet után mikor kell belépni. A kezdőhang kikeresése „tilos”!!! Az a hang ott van a csellón, csak oda kell tenni az ujját. A zongorista sem pötyögteti ki a kezdőhangot. Egyébként Pablo Casals is azt mondta, „az játszik tisztán, aki gyorsan igazít.” Úgy gondolom, ha a gyermek a pódiumon a hang helyének keresésével van elfoglalva, nem tud a darabra ráhangolódni. Nem tudja a tempót elképzelni, nem tudja belecélni magát a mű hangulatába. El kell hitetni a gyerekekkel, hogy a kezét pontosan a megfelelő helyre tudja tenni, amikor levegőt vesz, és a vonót a húrra rakja. Ez mindenkire vonatkozik életkortól, képességektől függetlenül. Ha valaki kiül a színpadra, annak profin kell ott működnie. Ezt sugallom nekik a kezdetektől.

Persze ilyenkor kicsit bezavar az izgulás. Ha ennek mértéke elviselhető, akkor az még serkentőleg is hat az előadásra. Mindenképpen kell egy kis plusz, hogy igazán jól sikerüljön az előadás.

A stressz tulajdonképpen a környezetből érkező veszélyekre történő reakció. Ezek hatására megnövekszik az adrenalin szint a szervezetben, ami által erősebbek lesznek az izmok, kevésbé érezzük a fájdalmat, összeszűkül a pupilla, hogy csak a lényegre lássuk, és a vérkeringésbe cukor ürül ki sokkal nagyobb dózisban, mint ahogy máskor szükség van rá, azért, hogy legyen elég energia, és a szervezet felkészüljön a védekezésre vagy a támadásra. Manapság viszont a pszichológiai stresszek megnövekedtek, ami ellen nem lehet az évezredek alatt jól begyakorolt fiziológiai reakcióval védekezni. Ezért állandósulhat egyfajta fokozott feszültségi állapot, amit már szorongásnak lehet nevezni.

A szorongás sokszor csak átmeneti tünetként érzékelhető, máskor a cselekvéseket, gondolkozási folyamatokat gátló szorongásos betegségeket okozhatnak. A szorongás és annak szintje személyiségtípusonként és

élethelyzetenként változó, befolyásolja az egyéni teljesítményt. Míg a szorongás normál vagy optimális szintű, a teljesítmény hatékonyságát fokozó hatással számolhatunk. A kóros szorongás azonban már visszahúzó erő, amikor a tünetet átélő személy nem tudja az általa megszokott, elvárható teljesítményt nyújtani.

Régen, 35 évvel ezelőtt mindent elkövettem, hogy természetes úton elviselhetővé csökkenjen a druk. Vettem kínai öntapadós mágneset, melyeket az akupresszúra pontokra kellett ragasztani. Az országos versenyen szereplő kórosan szorongó tanítványom a megfelelő helyre fel is ragasztotta azokat. Az izgulás következményeként jelentkező izzadás miatt a ragasztó anyag elengedett, és a mágnesek a színpadon, játék közben fokozatosan lepotyogtak róla. Talán ezért, hogy magában jót nevetett ezen, nagyon jól sikerült a szereplése. Ma a kineziológiai gyakorlatokkal és a Kovács-módszerrel próbálom segíteni tanítványaimat.

A fent említett ellazulás, vagyis a „zsiráf-tartás” is a szorongás csökkentését szolgálja. A relaxációs technikák azáltal csökkentik a szorongást, hogy megváltoztatják a szervezet fiziológiai állapotát. A megfeszült izmokat tudatosan ellazítjuk, a légzést lassítjuk, ami által a szívverés is lassul. A helyzet értelmezése ennek hatására az agyban megváltozik, ha nincs fokozott fiziológiai válasz, nincs veszélyhelyzet sem. A megfelelő laza testtartás felvétele tehát ezáltal képes csökkenteni a belső feszültséget a cselló-játék során.

A zenekar

A tanszaki hangversenyek állandó műsorszáma a csellózenekar fellépése. A fontossága abban van, hogy mindenki részt vesz benne. Az együtt zenélés nagyfokú egymásra figyelmet és egymásra hangolódást igényel. Olyan hangélményt ad, ami másképpen nem élhető át. A gyengébb tanulók végre mernek játszani, a saját játékukat nem nagyon hallják, csak a zenekar együttes hangzása jut el hozzájuk. Ez nagy örömet jelent számukra, és inspirálja őket a további munkára. Már a legapróbb gyermek is részt vehet a csellózenekar munkájában úgy, hogy kitartott hangokat vagy az első fekvésben írt szólómot játssza. Mindenkinek saját óráján tanítom meg a szólókat úgy, hogy hozzá csellózom valamelyik másik szólómot. Időhiány miatt csak az utolsó pillanatban próbáljuk össze a darabokat. A közös próbán már nem játszatom külön-külön a gyerekeket. Az együttes játéka után, ha egyedül kellene bemutatni a szóló tudását, esetleg megjedne saját csellóhangjától. Ez szereplésnek számít a társai előtt, ami szorongásra adhat alkalmat, s kellemetlen pillanatokat okozhatna. Ha kíváncsi vagyok arra, hogy ki-kik tudja a szólómat, külön behívom, és ha kell, gyakorolok vele. Ezt az elvet tartom fontosnak más zenekari próbán is. Pályafutásom legszebb emlékei közé tartoznak ezek a próbák és hangversenyek. Harmincöt év után felnőttként is szívesen visszajárnak hozzám régi zenekarosaim játszani a kisújszállási zeneiskolába.

Valamikor régen, az ötvenes évek végén minden nyáron Berekfürdön a zenei táborok fontos, legemlékezetesebb eseményei a csellózenekar próbái és fellépései voltak. A tábor végén a strand melletti tavon csónakokban ülve játszottunk a parton helyet foglaló közönségnek. A hangverseny este volt, és lámpionokkal világítottuk meg a kottákat. Az édesapám által szervezett felejthetetlen táborok csellózenekari élményét ismételt meg a békési zenei táborban. A résztvevő gyerekekkel évekig nyolc-tíz szóló darabot adtunk elő a záró koncerteken a békéstarhosi Zenei Pálinkában. Ilyenkor rendesen nosztalgiztam.

Továbbképzések, kurzusok

Úgy érzem, hogy nagy szerencsém volt az életben. Nagyszerű tanárok tanítottak mindig, az alapfoktól a zeneakadémiáig. Nagy szeretettel és hálával gondolok rájuk. Édesapámtól örököltam, hogy hogyan kell a gyerekeket a zene szeretetére bolondítani. Mező László tanár úrtól tanultam, hogy a zenei formálás mellett a precizitás, a technikai tökéletesség a legfontosabb. A tanítás közben természetesen a gyerekek nevelnek a legjobban. Arra sarkalltak, hogy minél több mesternek mutassam meg őket, játékukat és tanácsaik közül, amik tetszettek, felhasználjuk a fejlődésükben. A hazai mestereken kívül szerencsénk volt, hogy sok nemzetközi művész is tanította őket. Tanította tanítványaimat Usi Wiesel, az izraeli vonósnevelő csellistája, Jozef Podhoransky pozsonyi professzor. Bátorításuk nagyon sok erőt, lendületet adott a további munkánkhoz.

Tanításmódszertan

*„Nem lehet egészen boldog ember az, akinek nem öröm a zene,
erre azonban tanítani kell az emberiséget, mert magától nem jut el odáig.”*

Kodály Zoltán

Bevezetés

A második fejezet megírása, a lassan ötven évnyi tanítás tanúságait leírni, rendkívül nehéz feladatnak látszott. Kedves, volt tanítványaim biztatására mégis megpróbálkozom vele.

A tanítás állandóan változó, ahogy a tanár-tanuló viszonya is más és más, ennek ellenére bizonyos alapelveket le lehet rögzíteni. A lényeg az, hogy ezek csak gondolatok – bár kikristályosodott gondolatok –, amelyeket nem szabad szó szerint követni, inkább segítség lehet, amikor a meglévő módszerünkkel elakadtunk.

Tanításom legfontosabb alapelve mindig a természetességre való törekvés volt. Tudomásul kell venni, hogy minden tanuló egyéniség, egyénre szabottan rendelkezik fizikai és szellemi adottságokkal, a zenéhez és a hangszerhez különleges, egyénre jellemző kapcsolattal bír. Mindig csak az a jó, ami a növendéknek jó. Minden pillanatban segíteni kell neki abban, hogy a játéka állandóan természetes legyen. Fontos, hogy játék közben karjainak mozgása szervesen működjön. Vonóvezetésnél az ujjak, a csukló, a könyök és a váll a lehető legharmonikusabban mozogjon együtt. Ennek a szellemi ellenőrzésnek a kialakítása, tudatosítása a kezdetektől fontos feladat.

A frissen beiratkozó tanuló első óráján megmutatom a csellót, a vonót. Leültetem a gyereket a neki megfelelő magasságú székre, s a kezébe adom a csellót, úgy hogy a kezével karolja át a hangszert. Ha kényelmesen ül, akkor jó a cselló tartása. Elmondom a húrok neveit, megmutatom a vonót. Kérem a tanulót, engedje le a jobb kezét, és a természetesen behajlított tenyerébe belehelyezem a vonót. Ezzel a mozdulattal már segítem is, hogy a D vagy a G húrra rakjuk a vonót, amit azonnal megszólaltatunk. Az első fejezetben látható Baklanova Dalt már azonnal játszuk, úgy, hogy éneklek hozzá a zongorakíséret dallamát. Természetesen a vonót én is fogom, segítem a vonóhúzást. Elképzeljük, hogy a csukló egy áramszedő, ami ha túl alacsony, nem kap áramot a mozdony.

Utána pihenésképpen a bal kezével pengettetem a G és a C húrt. A pengetés során olyan ujj- és kéztartás alakul ki önkéntelenül, ami a bal kéz használatakor szükséges lesz. Az első gyermekdalt, amit mindenki tud, a Süss fel nap kezdetűt, azonnal el is játszuk pengetve a D húron. A jobb kézzel való pengetést nem szeretem, mert ilyenkor a bal kezükkel sokkal jobban szorítanak a gyerekek, mintha vonóval szólaltatnák meg a hangszert, de a kezdőknel ez a sokféle lehetőségek egyike. Mielőtt egyedül húzza a vonót, a pengetést hanyagolom.

Az óra következő részében megismertetem a tanulót a vonalrendszerrel, az „F” kulccsal, az „ABC”-s hangokkal. A következő órán már úgy kell a gyerekeknek köszönni, hogy: „CDEFGAHC”. Ha ez megy, akkor köszönet váltózik: „CHAGFEDC”. Így tisztában lesz azzal, hogy a hangoknak milyen alsó és felső szomszédjai vannak.

Már az első órán elkezdjük Friss Antal Gordonkaskola gyakorlatait játszani. Természetesen a kottában látható jelzések, amik az egész vonóra vonatkoznak, nem megvalósíthatók. Mindig az az egész vonó, amit a gyermek szép hanggal ki tud tölteni, illetve a fent említett természetes mozdulatok létrejönnek.

A kezdő gyermekek fizikálisan nagyon eltérőek. Van olyan tanuló, akinek az első órán kezébe adom a vonót, és azonnal természetesen, lazán húzza azt. A másik gyermeknek nagyon puha, erőtlen a keze, vele még sokat kell próbálkozni, gyakorolni, hogy képes legyen egyedül húzni a vonót. Amíg kell, amíg szükségét látom, segítem a vonóhúzást irányítva, igazítva a kar mozgását. Fontos, hogy megtanulja irányítani a vonóvezetést, figyelve a vállát, a csuklóját, az ujjait. Ennek a harmonikus mozgásnak a gyakorlása komoly feladat. (A Kovács-módszerben találhatóak előkészítő gyakorlatok)

Félév környékén elkezdjük a Lee etűdöket tanulni. Az első a no.26 a-moll, majd 11.,12.,13.,3.,4.,2.,6. sorrendben tanítom. A 11. G-dúr, a 12. d-moll etűdöket különvonóval játszunk. A 12. d-moll azért fontos, mert amíg az „A” húron játszunk, a „D” húron fekvő marad a második ujj. Ez segíti a helyes balkéz tartást. Ezek szerintem a legfontosabb gyakorlatok, amelyek mellett nagyon sok kedves darabot lehet a gyerekeknek találni.

A jobbkez-technika

A tanulmányi időszak egészét végigkíséri a jobb kéz problémáinak a megoldása, a vonóvezetés technikai készségének a kialakítása, beidegzése. A jobb kéztechnika egy rugórendszeren nyugszik, melyek részben mesterségesek (vonórúd, szőr rugalmassága), részben természetesek (váll, könyök, csukló, ujjak és a hüvelykujj ízületei). Fontos dolog, hogy a vonófogás és a vonóvezetés tanítása során a tanuló érezze meg a vonó és a karja közötti könnyen járó, mozgó „játékízület” létrejöttét, kialakulását. Ez a „játékízület” úgy jön létre, hogy a tanuló az ujjai hegyével – nagyobb erő kifejtés esetén az egész ujjperccel – fogja a vonót, és az ujjai hajlítása, nyújtása segítségével tudja a vonót irányítani. A zeneiskolai évek alatt ez a legfontosabb feladat többek között, hogy ügyeljünk arra, hogy ez a mechanizmus mindig természetes, laza és fejleszthető legyen. Nagyon gondosan kell a gyermekek fejlődését irányítani, hogy ne hogy az inhuvelygyulladás megakassza a fejlődésüket.

Ha a tanuló már tudja önállóan húzni, irányítani a vonót, akkor lehet ezt a laza érzetet a következőképpen tudatosítani. A gyermek a vonót a kápához közel, a „D” és a „G” húron bal kezével kiegyensúlyozza, és nem engedi, hogy a jobb kezével elindítsa a vonót. Ebben az energikus állapotban lehet megtapasztalni a jó vonófogást. Természetesen a csúcsonál is kipróbálhatjuk ezt az érzést.

A húrokon a vonónak mindig vízszintesnek kell lennie, ami vonósík az „A” és a „C” húron kicsit torzul. A gyermek a vonót addig húzza, amíg a kar, a csukló a vonóirányt ki tudja „szolgálni”, illetve a hangminőség még megfelelő. Lehetőleg a karjával, ujjával kövesse a helyes vonóirányt.

Paul Tortelier: *How I play, how I teach* című metodikai munkájában a következő vonófogást ajánlja:



A jobb kézzel kapcsolatban a következő három szempontot kell figyelembe venni:

1. a húrokra kifejtett nyomás,
2. a vonó sebessége,
3. az a pont, amelynél a vonó a húrt érinti. Ez utóbbit „metszéspontnak” nevezzük.

A három tényező különleges összefüggésben van egymással, mivel ha bármelyik megváltozik, egy másik tényező alkalmazkodását kívánja meg.

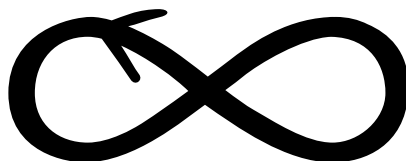
Ez a kölcsönös összefüggés a következőképpen valósul meg.

1. A nyomás növelésénél azonos vonósebesség mellett a metszéspontot a lábhoz közelebb kell vinni, csökkentése esetén a fogólap felé közelítünk.
2. Azonos metszésponton a nyomás növelése a vonósebesség növelését, a nyomás csökkentése a sebesség csökkentését igényli.
3. Állandó nyomásnál, ha a vonó sebességét növeljük, akkor a fogólap felé kell közelíteni, az ellenkező esetben a láb közelében legyen a metszéspont.

Ha mind a három tényezőben változás áll be, a kombinációk számtalan változata lehetséges.

A kápnál az ujjak kinyújtott állapotban vannak, a könyököt a csúcs felé a nagyobb nyomás érdekében a csukló magasságába emeljük. A csúcsnál az ujjainkat összehúzzuk, majd a felfele vonónál könyököt elengedjük, a lehető legjobban ellazítva.

A kilencvenes évek közepén, amikor Uzi Wiesel gordonkaművész professzor kurzust tartott a Zeneakadémián, láttam, hogyan irányította, lazította a főiskolások kezét. Az egyik kezével a kápat, a csuklót korrigálta, a másikkal a főiskolás vállát lazította, a térdével meg az akadémista könyökét lökdöste, hogy minél mélyebbre engedje, és lazítsa azt. Ez óriási hatással volt rám, és magamon is megfigyeltem, hogy a felfele vonónál a könyököt a lehető leghamarabb el kell engedni, hogy a karunkat kilazítsuk. Ilyenkor a csuklót fel kell emelni, hogy előkészítsük a vonóváltást. Ezt a vonóvezetési módszert lehet még kiegészíteni a „fekvő nyolcas” rajzolatának képzeletbeli megvalósításával. Ennek a beidegzése a folyamatos hangképzésnek.



A csúcsához közeledve még húzzuk a vonót, de már gondolatban visszafordulunk. Ezt a visszafordulást egy föntről indított képzeletbeli körrel – amit a csuklóval igyekszünk megvalósítani – kell folyamatosá tenni. A kápnál ugyanez ugyanígy ismétlődik meg.



Legato

A kezdő gyerekeknek először hosszú és rövid hangok szünet nélküli, legato játékát tanítom. Ezek külön-külön is, de keveredve is központi elemei a tananyagnak. Ezt követi először két hang egy irányban történő legato összekötése. Ez a két kéz szinkronját feltételezi, mely kezdetben nehéz feladatnak bizonyul. Már írtam, hogy mindig azt a kezünket kell lazítani, amelyiknek könnyebb a dolga. Ilyenkor természetes, hogy a bal kéz feladata – hogy időre felemelje az ujját és a következő hangra letegye –, nehezebb, mint a vonó folyamatos vezetése. A gyermekek az utolsó pillanatban, akkor emelik a következő hangot játszó ujjukat, amikor már késő. Ezért a felemelés pillanatában a két kéz egymásra hatása miatt (aminek fiziológiai oka van) a vonós kezüket megrántják. Emiatt ritmikailag késik a következő hang, illetve nem szólal meg szépen, „pukkan”. A figyelmet ilyenkor arra irányítom, hogy az első hang végén a vonót kicsit fellazítva lelassítsuk, majd az ujj lerakása pillanatában a vonót újraindítva megénekeljük a második hangot. Ha több hangot kötünk egy irányba, akkor a vonó súlypontjáig kell játszani a hangok felét, majd a többit nagyobb sebességgel a maradék vonóval. Ez a gyorsabb vonó teszi lehetővé, hogy azonos minőségű hangokat kezeljünk. A kápa felé a csúctól indulva a vonóbeosztás ugyanígy működik.

A gyermekek természetes hangigénye (szeretnének telt hangon csellózni), megfelelési vágy (megfelelni saját és mások elvárásainak), a kevés és nem elég hatékony gyakorlás miatt egyre jobban szorítják a vonót. Ilyenkor a mutatóujjukkal egyre szorosabban kapaszkodnak a vonórúdba, előre bukik a kéz, a könyököt felemelik, és a „metszéspont” felcsúszik a fogólapra. Ezen nem tudnak változtatni, mert a stressz nem engedi, hogy tudatosan irányítsák a vonót. Ebben az esetben segíthet és használok a „gyógy-vonófogást”. Visszamegyünk a kezdetekhez, újra értelmezzük a jobb kéz működését. Az óra elején a tanuló kilazított (lazán lógatott) kezébe belerakom a vonót úgy, hogy a kisujj a hüvelykujj oldalán a kápának támaszkodik. A lazán behajlított ujj pont beleillik a kápa hajlatába. A vonót ezután a súlypontnál és a megfelelő „metszéspontnál” a „D” húrra tesszük és kiegyensúlyozzuk. A bal kéz a már említett módon segíthet abban, hogy a vonó vízszintesen álljon a húron. Ha ez megfelelően működik, indíthatjuk a vonót úgy, hogy a hüvelykujj még nem érinti a kápát, hanem szabadon és lazán lóg. Kezdetben persze kicsit ügyetlenkednek, de ha jól figyelik lazaságukat, megérezhetik, hogy mi az a minimális energia, amivel a hangszer megszólal.

Addig kell a vonót húzni, amíg elfogatható minőségű hang szól. Induláskor a csukló magas, a könyök alacsony, amit fokozatosan emelünk a csukló magasságába, majd visszafelé kilazítva elengedünk.



Nálam ilyenkor segít még a „zsiráf vagyok”, vagy a „nézd a tengert” kifejezések. Ha kihúzza magát, már lazább lesz, és jobban tudja a vonófogást, a vonóvezetést figyelni. A hüvelykujj fokozatosan átveheti a szerepét, először csak érintve a kápát, majd betöltheti az ellentámasztás funkcióját. Természetesen ezek az óra folyamatából csak minimális időt vehetnek el, de a darabok gyakorlásánál időnként fel lehet idézni. Arra törekszünk, hogy mindig megújítható, laza vonókezeléssel, vonóvezetéssel rendelkezzenek a gyerekek.

Detaché

A legato vonások közé tartozik a detaché is, amely kicsi részvonások gyors egymásutánja. Ugyanúgy kell a vonóváltást figyelni, mint az egész vonónál, csak itt most 15 cm hosszú vonót kell elképzelni. Lassú tempóban ugyanazokat az érzeteket kell figyelni, mint az egész vonónál. A vonósebesség mindvégig egyenletes, a karsúly állandó, ezért általában a vonó közepén könnyű játszani, ahol a vonások végén azonosak a súlyviszonyok. Itt is döntő fontosságú a két kéz szinkronja. Ha a bal kéz nem tudja a feladatát hibátlanul, nincs a következő hangra megfelelően felkészülve, akadályozza a jobb kezét, amely később visszahat, bénítva a folyamatos játékot.

Ezt a szinkront lehet fejleszteni, ha páros ritmusú dallamoknál a páratlan hangot háromszor, a párost egyszer játssza a tanuló. Természetesen fordítva is lehet gyakorolni. A sokszor játszott hangon kell a tanulónak a következő két hangra felkészülni. Pl. a Beethoven G dúr kontratánc triójának gyors dallamát szoktam az alábbi módon a gyerekekkel gyakorolni.



Először a detachét gyakoroljuk üres húron. Figyeljük a vonás helyét, a húr váltás zökkenőmentes megoldását ügyelve az alkar és az egész kar helyes mozgására.

Ezután a bal és a jobb kéz szinkronjának a gyakorlása a feladat. Azon a hangon, amit többször játszunk, előre felkészülünk a következő két hangra, hogy a vonóváltással egyszerre történjen a billentés. Számatalan variáció lehetséges még.



Probléma lehet még a bal kéz ujjainak másik húrra való időben történő átrakása. Erre a következő gyakorlatot javaslom.

Az első ujjas hang alatt a negyedik ujjat a következő húrra át kell rakni lazán, hogy időben a helyén legyen. Visszafelé a negyedik ujj alatt készülünk a következő húron az első ujj helyét előkészíteni.

Martelé

Az a mód, ahogyan a darabokat, etűdöket előadjuk, kétféle csoportba oszthatjuk: halkra, meghittre vagy hangosra, hangsúlyosra. E kettő is kétféle osztható: legato, éneklő és staccato, elválasztott játékmódra. Így kapjuk meg a négyféle zenei kifejezőmódot: dolce, espressivo, grazioso, risoluto. Az előzőekben általában a dolce-ra és az espressivóra jellemző vonóvezetés tanításáról és gyakorlásáról volt szó. A grazioso és a risoluto legalapvetőbb vonása, a martelé tanítása bizonyos jártasságot igényel a vonótechnikában. Mihelyt a legato, az egyenes vonóvezetés technikai eszközeivel tisztában van a tanuló, el lehet kezdeni az alapvető elválasztott vonás, a martelé tanítását.

A martelé olyan vonás, amikor minden egyes hang elején éles, mássalhangzó típusú hangsúly van, és a hangok közötti szünetben készülünk a következő hangra, vonásra. A hangsúlyt a szünetben kell előkészíteni nyomás formájában úgy, hogy a vonóval meg kell a hűrt csípni. Ezt a nyomást addig szabad fenntartani, ameddig a vonó lendítése meg nem történik, ekkor azt a megfelelő szintre kell csökkenteni. Ha a karsúlyt túl hamar csökkentjük, nem jön létre hangsúly, ha túl későn, akkor elégtelen, durva lesz a hangképzés. A helyes megvalósítás tehát főként időzítés és összehangoltság kérdése. Ilyenkor barokk vonófogással is húzzuk a vonót, hogy az ujjainak ne szorítsa a vonó rúdját, és a mozgás közben rugalmasan igazítsa a vonóirányt. A metszéspont, a vonósík állandóságára is nagy figyelmet kell fordítani. Ez mutatja, hogy a jó martelé vonótechnika milyen nagy hatással van a jobb kéz technikai fejlettségére.

A martelét bármilyen hosszú vonóval játszhatjuk a kápától a csúcsig. Ha a nyomás nagy része nem lazul fel a vonás befejezéséig, a martelé minősége csorbát szenved. A lefogás pillanatában túl erős nyomással vagy a következő vonás előtt túl korán alkalmazott nyomás következtében a hangminőség torzul. Figyelni kell arra, hogy a vonás közben ne alkalmazzunk újabb nyomást, mielőtt a vonás véget nem ér, mert ebben az esetben a vonó csikorogva áll meg. A vonó sebességét ne gyorsítsuk, mert az dagasztott hangot és ritmustalanságot eredményez.

Tapasztalatom szerint az a legfontosabb, hogy a tanuló érezze a váll, a csukló, az ujjai és a vonó egységét. A nagy sebességű, „egyenes vonalú egyenletes” mozgás mindig a vállból indul ki. Ennek érdekében mindig úgy kell megállítani a vonót, hogy a kéztartás alkalmas legyen ennek a gyors mozgásnak az ellenkező irányban történő újra indítására. A mozdulat lendülete, sebessége az indulás pillanatában már eldöntött, ami később nem korrigálható.

Először ezt az indítást kell gyakorolni, figyelve a kar, a csukló, a vonó egységére. A vonónak a váll mozdulatával egyszerre kell indulni. Kezdetben kicsi vonókat használunk sok szünettel, hogy a vonásvégi érzés jó legyen, és az indításra legyen kellő idő felkészülni.

A két kéz szinkronjára különösen nagy figyelmet kell szentelni. A tanulók nehezen hiszik el, mérik föl ennek a fontosságát. Nagy súlyt fektetnek arra, hogy a lassú gyakorláskor külön erre koncentráljon a gyerekek, figyelve arra, hogy a szünetben a következő hangra lazán tegye le az ujját. Martelé játéknál ez alapvető szabály: a szünetben a következő hangra le kell tenni az ujjat!

Spiccato

Ebben az esetben a vonót a levegőből ejtjük le a húrra, és minden hang után újra felemeljük. Ez az a vonás, amit talán lehet tanítani, de legjobb az, ha erre a tanuló érez rá, és maga kísérletezi ki a technikáját. Segíteni lehet, hogy hogyan fejlessze, mire figyeljen játék közben, de az a legfontosabb, hogy rájöjjön, ráérezzen az összehangolt, laza mozgásra. Először a hüvelyk és a középső ujj tengellyel dobolunk a „D” húron. A mutatóujj üti le ujjtöbbről a vonót, amely a visszapattanásakor a kiindulási magasságig engedi vissza azt. A pattintás után a szünetben a mutatóujjat újabb energikus billentésre készítjük fel. Először egyenként ütjük a vonót, olyan magasságból, ahonnan a vonó pattintása nagyobb mozgással jár, és így lazább tud lenni. A csuklónak, a kézfejnek felesleges mozgása ne legyen, a doboláshoz szükséges energia az ujjtöbbről induljon ki. Ezt úgyis gyakorolhatjuk, hogy a kézfejre egy ötven forintos érmét teszünk, aminek a dobolás közben nem szabad lecsnie.

A következő lépés az, hogy ha érezzük, mikor esik le a vonó, akkor abban a pillanatban egy határozott, a martelére jellemző lendítéssel képezünk hangot. Azt kell kigyakorolni, hogy amikor hűrt ér a szőr, azonnal szinkronban induljon el a lendítés. Kezdetben a hangok után sok szünetet kell tartani, ami alatt készülünk a következő összehangolt mozgásra.



A tanulóknak hasonlóképpen a repülőgépek újra startolását említtem, ott is a pilóta a gépet a földközeli pillanatban nagy tolóenergiával újra a levegőbe emeli. Ha az ereszkedés és emelkedés meredek úton történik, akkor a hang élesebb, hangsúlyosabb lesz. Ha ez az ív laposabb, akkor testesebb, lágyabb, magánhangzó jellegű hang az eredmény. Főleg az ilyenfajta laposabb ívű hangoknál lehet megfigyelni ezt az „újra startolás”-szerű hangképzést.

Staccato

A staccato többé-kevésbé gyors egymásutánban, ugyanazon irányban játszott martelé vonások sorozata. Az így képzett hangok rövidek és egymástól élesen szétválasztottak legyenek. A képzése ugyanaz, mint a marteléénél, tehát a vonóval megcsípjük a hűrt, amelyet az indítás pillanatában kilazítunk. A különbség az, hogy a karsúly állandó, csak az ujjak támasztása és lazítása hozza létre a hangok sorozatát. Itt is a szünet a legfontosabb. Ahogy a spiccatonál gyakoroltuk, először kis mozdulatokkal az indításra figyelünk úgy, hogy a legideálisabb karsúlyt használjuk, ami a megfelelő hangminőséget képi. A vonó mindig úgy álljon meg, hogy a következő hangot indítani tudjuk, amire a szünetben készülünk fel.

A vonóbeosztás ugyanaz, mint amit a legato gyakorlásánál írtam. A hangok felét a vonó súlypontjához játsszuk, hogy a többi hangra jutó hosszabb vonó lehetőséget adjon a nagyobb vonósebesség mellett az azonos dinamikájú, minőségű hangok képzésére. A nagyobb vonósebesség a lazítás lehetőségét is feltételezi. Itt is, mint a marteléénél a szünetben kell a következő hangot lefogni.



Húrváltás

Feltétel, hogy elég erős ujjakkal, ízületekkel rendelkezzen a tanuló (Kovács-módszer). Fontos még, legyen fogadókészség az igényes húrváltásra. Ne csapja a másik húrhoz a vonót, ne pukkanjon az új húron megszólaló hang, és hangszínben se legyen eltérés a két hang között.

A húrátmenet tanítása az évek során sokat változott. Először az a fontos, hogy a tanuló tisztában legyen a különböző húrsíkokkal. Ezt úgy próbálom tanítani, hogy a D, G húron vízszintes a vonó, a C, Á-n majdnem derékszöget alkot a húrral. Ha a vonót a súlypontjánál bal kézzel a D húrra rakjuk és kiegyensúlyozzuk, jobb tenyerünkbe beleengedve az Á húrra billen. Ha a kezünket ugyanígy a D húron kiengedjük, akkor azonnal a G húron vagyunk. A kar természetesen mindig a felső húrhoz igazodik. Attól függően, hogy merre vezetjük a vonót, ujjainkkal engedjük, hogy a kívánt irányba billenjen az. Mind a két irány a kézfej, az ujjak izmaitól munkát igényel, hogy a mozdulatok folyamatosak legyenek. Vonótechnikailag az nagyon fontos, hogy a húrátmenet előtt a vonó mozgását le kell lassítani! A tanulótlól azt kérem, hogy ha magasabb húrra vezeti a vonót, intenzív izomtonussal, az ujjával emelje fel azt az új síkba. Lefele viszont a mozgást ellenőrizve ujjával engedje le a vonót. Ezt a mozgatsort egy ceruzával a kézben könnyen lehet gyakorolni.

Ha gyors vonóval érkezünk az új húrra, akkor ez a hang „pukkan”, nem képzett hangot hallunk. A gyerekek általában a húrváltás előtti hangon a vonót felgyorsítják, ezáltal teljesen ellenőrizetlen folyamat jön létre. Ilyenkor hirtelen, előkészítetlen mozdulattal képzi az új húron a hangot. Luigi Forino gyakorlatai ezt a mozgást hivatottak fejleszteni. A két kéz szinkronját is gyakoroltatja azért, hogy a bal kéz ujjait időben, már az előző hang alatt át kell rakni a másik húrra. Az ilyen gyakorlatokat bárhol, bármilyen formában lehet játszani, ahogy a tanulandó anyag megkívánja.

Ha a játék két vagy három húr között váltakozva történik, akkor a kart a felső húrhoz igazítva olyan magasságban tartjuk, hogy mindegyik húrsík könnyen elérhető legyen. Ebből a helyzetből csak kezünk segítségével és ujjaink közreműködésével emeljük a vonót egyik húrról a másikra. A kar magasságát úgy kell beállítani, hogy az a magasabb vagy felső húrhoz essen közelebb, ahonnan mindegyik húr elérhető legyen. Ez a tartás azért lényeges, mert a csuklóízület lefele 90 foknyi hajlásra képes, míg felfele csak 45 fokra. Ha két húron játszunk felváltva akár legatóval, akár külön vonóval, akkor gyakorlaskor mindig éles ritmussal kell gyakorolni. Ilyenkor a dallamhang (az első) mindig a rövid érték, amit viszonylag hosszú vonóval kell játszani. Itt is a hosszú ritmusértéken kell pihenni és felkészülni a következő dallamhang képzésére. Az egy vonóra játszott három húrosnál a gyakorlaskor az éles ritmus az első két hang között van, míg a harmadik az előírt ritmusnak megfelelő hosszúságú. Úgy kell az alsó húrról indítani a vonót, hogy a lehető legközelebb legyen a középső húrhoz, és a kéz a legkisebb mozdulattal vigye át azt. A középső húron, a nyújtott hang alatt a vonót lelassítva, a kezét kilazítva emeljük fel azt a felső húrra. Ugyanolyan vonóhossz tartozik az első két hanghoz, mint a harmadikhoz. Figyelmeztetni kell a tanulókat, hogy az ujjak intenzív mozgásának a jó beidegzése a legfontosabb.

A vonó indítása

A legelső pillanattól kezdve a tanítványaimat arra nevelem, hogy a darabjaikat teljes felelősséggel adják elő. Az előadás során kommunikálni kell a zongorakísérővel, a közönséggel, ami a ritmikus levegővételt és a megfelelő vonóindítást jelenti. A már említett „újrastartolással” kell a darabokat elkezdni. Úgy kell elképzelni, hogy a vonó bizonyos sebességgel már jön valahonnan, és az „újrastartolásnak” megfelelő mozdulattal kell a darabot indítani. A levegővétel az alap ritmusértéknek megfelelő hosszúságú legyen, a vonó indításának beesési szöge a darab, az etűd karakterétől függjön. Ha dolce a kifejezőmód a húrsíkhöz közeli beesési szöggel indítjuk a vonót, ha risoluto a karakter, akkor ez a szög meredekebb.

Akkord játék

Megkülönböztetünk kétféle hangzatot: három, illetve négy húron játszottat. A három hangúnál először az alsó és középső hangot szólaltatjuk meg, majd a vonót a középső és felső húrra vezetjük. A négy húrosnál először az alsó hang, a basszus szól, majd gyors mozdulattal átvezetjük a vonót a felső két húrra. Alul általában tiszta kvint van, amit megszólalás nélkül is hallunk. Akkor zeng szépen egy ilyen hangzat, ha a basszus hang megfelelő alapot biztosít az akkordnak.

Az előkészítés először üres húron történjen. Az alsó, illetve az alsó két hang megszólaltatása után megállítjuk a vonót a súlypontjánál, és az ujjainkkal felemeljük azt a felső két húrra. A kart mindig a felső húrsíkhhoz kell igazítani, s a vonót ide kell emelni az ujjakkal. Kezdetben az előbb említett mozgásszünetben türelmesen ellenőrizve kell a mozgulatot az ujjakkal végrehajtani. Ezt a szünetet fokozatosan csökkentjük, amíg a mozgulat folyamatossá nem válik. A basszus hang akkor szól intenzíven, hosszan, ha ezt a hangot nagyon lazán, állandó vonósebességgel játsszuk. A két felső hang ritmusa attól függ, hogy milyen hosszú az akkord. Páros értékű hangzat felső két hangját a ritmusérték feléig szólaltatjuk, majd egyedül marad a dallamhang. A pontozott értékű akkordoknál a felső két hang a pontig szól együtt, majd a dallamhang egyedül marad.



Minden díszítés hangsúlyos, ilyen értelemben az akkord is az, és ezért a megszólaltatása is ennek megfelelő. Az akkord kezdése általában ütésen történik, de a dallamhangot ki kell tartani a megfelelő ritmus értékéig. Természetesen, ha a zongoraszólam folyamatába kell bele játszani azt, akkor úgy kell előre elindítani, hogy a dallamhangra való érkezés egybe essen a zongora játékával.

A balkéz-technika

A balkéz-technika legfontosabb alapelve az, hogy az ujjakat úgy kell elhelyezni, hogy a különféle feladataihoz a legkedvezőbb körülményeket biztosítsuk. Ha ez sikerül, minden más, a karunk, a csuklónk, a kézfejük megtalálja a maga természetes állapotát.

Leegyszerűsítve a bal kéz mozgásai a következők:

1. Az ujjak függőleges mozgatai: az ujjak emelése és ejtése.
2. Az ujjak vízszintes irányú mozgása egy fekvésen belül: tágfekvés.
3. Húrváltás: az ujját áthelyezzük egyik húrról a másikra.
4. Az ujjak és a kéz együttes csúszó mozgása: fekvésváltás.
5. Vibrato
6. Trilla

Az ujjak függőleges mozgatai során a tanulók általában feleslegesen sok energiát használnak a bal kéz tevékenységére. Nagy erővel ütnek a fogólapra, a húrra, vagy hüvelykujjal szorítják a cselló nyakát. Metodika könyvében Paul Tortelier ezt a mozgulatot katapultnak nevezi. Az a fontos, hogy a feleslegessé váló ujjat, ujjakat a lehető leggyorsabban kell kényelmes magasságba emelni, majd, ha szükséges, az izmok ellazításával elejteni. Gyakorlaskor a gyermek jobb kezének hüvelykujjával a bal kezének ujjait egyenként a legmagasabb pontig alulról felnyomja, majd az ujj alól kicsúsztatva a hüvelykujjat, a felemelt ujj szabadon esik a fogólapra. Ez a bal kéz billentésének lényege. Az ujjakat a fogólapról, ha már nincs rá szükség, a leggyorsabban felemeljük (ezt nevezi Paul Tortelier katapultnak), és ha újra játékba hozzuk, lazán kell a húrra ejteni. Valamikor az én ujjaimon is „elefánttalpak” voltak, de amióta ezt a technikát megtanultam, minden bőrkeményedés elmúlt az ujjaim végéről.

A helyes kéztartás beállítását úgy tanítom, javítom, hogy a gyerek a „D” húrra teszi az első ujját, a többivel külön-külön pengeti a „C” és a „G” húrt. Ez kettős haszonnal jár, erősíti a gyerek ujjait és a karja is a megfelelő magasságba emelkedik. A gyerekeknél talán a legnagyobb probléma, hogy a bal könyökük nagyon alacsonyan van. Ezért a hüvelykujjuk a cselló nyaka alá kerül, és nagyon szorítja azt. A másik hasonló gyakorlathoz is az első ujj a „D” húron fekszik némán, miközben trilla gyakorlatszerűen gyakoroljuk a többi ujjal a „katapult szerű” billentést.

A tágfekvés

Az ujjak vízszintes, a fogólap síkjában történő mozgása, az úgynevezett tágfekvés akkor jön létre, amikor az első ujjtól eltávolodik a többi, illetve az első ujjat nyújtjuk ki. Jozef Podhoransky a neki játszó ta-

nulókat arra figyelmeztette, hogy minden olyan tartást mellőzni kell, ami feszítéssel jár és nem természetes. Azt javasolta, hogy ha lehetséges kis ugrással, észrevétlen fekvésváltással kell megoldani. Kezdetben az ujjak ilyen nyújtása kikerülhetetlen, de érdemes próbálkozni lazább megoldásokkal.

Húrváltás bal kézzel

Eleinte a kezdő gyerekeknek ez sok problémát okoz. A csellisták kezdetben el vannak foglalva a vonóvezetéssel, és nem marad elég figyelem a bal kezük más jellegű feladatára. A gyerekek szorosan markolják a cselló nyakát, ezért kezdetben csak egy húron tudnak játszani. A fentebb említett két húros gyakorlat segít, hogy az ujjak, a kézfej kilazuljon és erősödjön.

Az a legnehezebb, ha a húrváltás azonos fekvésben, azonos ujjal történik. Az így játszott kvintfogás technikai problémáit el lehet kerülni, ha az új húron kicseréljük egy kis észrevétlen fekvésváltással az ujjat egy másikra. Ezt az ujjat már előre oda kell készíteni, amit a húrváltás pillanatában az új fekvésbe csúsztatunk.

Problémát jelenthet még az ujjak időben történő előkészítése az új húron. Luigi Forino fent leírt gyakorlata alapján számtalan variációban lehet ezt gyakorolni, ahogyan azt a tanult darab, etűd technikai nehézségei, problémái megkívánják. A tananyagban bárhol technikai nehézség jelentkezik, akár a bal kéznél vagy a vonónál tapasztaljuk, akkor ezt a dallamszeletet minden húron el kell játszani. Ez olyan előnyökkel jár, amely során a gyerek, a keze ideális tartását megérezheti. Természetesen minden húrváltásnál az intonációra nagyobb figyelmet kell szentelni, s előre gondolni az előzetes igazításra.

A fekvésváltás

A fekvésváltásnak számtalan módja van, ami a tanítás során intenzív figyelmet igényel. Pályafutásom alatt mindig a laza, tudatos technikai tudás kialakítására törekedtem. A nehézségek abban jelentkeznek, hogy a két hang közötti távolságról való félelme miatt a tanuló bal karja nem nyílik megfelelően és a hüvelykujj szorítás fékezi a mozgást. Az alapelvem az, hogy minden hangnak ott van a helye a fogólapon. Tehát először azt a helyet kell megtalálni a húron, ahova csúsztatni kell. A tanuló engedje le a bal kezét lazán, majd tegye fel az ujját a kívánt hangra, és vonóval szólaltassa meg azt. Többszöri próbálkozás után már pontosan a helyére teszi a kezét. Ezután a fekvésváltást megelőző hangra tetetem a gyerek ujját, amelyet nem kell megszólaltatni. Erről a kiindulási pontról kell a kezét folyamatos mozgás mellett a fekvésváltást követő hangra tenni. Természetesen ezt a hangot vonóval meghúzzuk. Ezt is addig kell próbálni, míg a kéz mozgása kellően laza és folyamatos nem lesz, és a hangot pontosan el nem találja. Ezután, ha a mozgás sikeres, a vonóval is játszhatjuk a fekvésváltást. Ilyenkor a figyelmet arra is kell összpontosítani, hogy a csúsztatás alatt a vonónyomást csökkentjük, és a vonósebességet lassítsuk le addig, míg a kéz el nem éri a kívánt hangot. Segítséget jelenthet még, ha a fekvésváltás induló hangját a csúsztatás előtt meghangsúlyozzuk.

A hüvelykujjat a fekvésváltás irányába előre igazítjuk. Általában a második ujj alatt van, de a felfele mozgásnál a hüvelykujj a harmadik ujj alá kerülhet, lefele az első ujj elé is húzhatjuk.

A vibrato

A vibrato is a spiccatohoz hasonlóan nem megy azonnal. Érdekes tapasztalatom, hogy a kevésbé szorgalmas, nem megfelelően motivált gyermek hamarabb vibrál, mint az a társa, aki sokat gyakorol. Elég azt mondani, hogy „szerezd meg ezt a hangot”, s egy kis idő után maga jön rá a módjára. A kezdő szorgalmas tanuló szorít a vibrato tanulásának kezdetén. Azt érzi, hogy ez neki nagyon nehéz, aminek a lélektani következménye a szorítás. Ezért kell mindent elkövetni, hogy a hüvelykujj kilazuljon. Először széles mozdulatokkal csúsztalunk a második ujjal a „D” húron a G hang körül, majd szűkítjük azt a mozgást. Olyan érzete legyen a gyerekeknek, hogy a kar csúsztal, de az ujj nem engedi az elmozdulást. Az alkarnak, a csuklónak egyszerre kell mozogni az ujjon. A kezdőnek eleinte nehézséget okoz a mozdulat, mert a kar, a csukló, az ujjak nem tudnak egyszerre mozogni, hanem a szorítás miatt mindegyik külön-külön lötyög. Az ujjnak csupán passzívan kell



mozogni, a kéz tevékenysége következtében.

A második ujjra támaszkodó enyhén íves kart határozott mozdulattal a magasabb hangok felé lendítjük. A helyzeti energiát a karunk ívének legmagasabb pontja, a csukló adja. Evvel ütünk, mint a spiccatónál, melyet azonnal elengedünk, és a kiindulási pontra lazul le a kezünk, a fenti példában látható ritmusok szerint. Ahogy korábban is írtam, az ütés közötti mozgásszünetben való pihenés, lazítás a legfontosabb. A gyakorlatban a rövid hangon lendítjük a karunkat, a hosszú pontozott hang az a hely, ahol visszaengedjük a kezünket és lazítani kell.

Igényesebb, nagyobb tehetségű gyerekeknek az ujj-vibrátót is meg lehet tanítani. A kiindulási pont itt is a kar, a kéz csúszó mozgása, csak itt a kar fogólappal párhuzamosan mozog. A helyes kartartást ki lehet alakítani, ha a gyermek a hetedik fekvés környékén bal kezével megfogja a fogólapot, s maga felé húzza azt. Ekkor beáll a kar az ujj-vibrátónak megfelelő ideális helyzetbe. Ezt a csúszó mozgást akadályozza meg a második ujj rögzítése a G hangon. Ez a fogólappal párhuzamos mozgás a második ujjon történő előre hátra gördülést jelenti. Természetesen itt szintén hasznos a fenti gyakorlat.

Trilla

Az a képesség, hogy ujjainkkal a trillára jellemző repetáló tevékenységet végzünk, éppúgy gyakorlás útján sajátítható el, mint minden más technikai elem, képesség. Itt a gyakorlás arra kell, hogy irányuljon, hogy a „katapult” létrejöjjön, tehát, ha nincs szükség az ujjra, azonnal fel kell emelni ujjtóból kényelmes magasságba. Onnan lazán leejtve kell az újabb váltóhangot eljátszani. A trilla gyorsasága attól függ, hogy milyen gyorsan tudjuk felemelni az ujjunkat. Ezt az emelést, ejtést kell jól begyakorolni.



Többek között ezzel a gyakorlattal lehet a vibratóval képzett vagy a nem megfelelően szóló trillát ki-javítani. A harmadik ujj leejtésekor a második ujj együtt mozog a harmadikkal. A trilla mindig stílusos és elő diszítés legyen.

A sokéves tanári pályafutásom kikristályosodott legfontosabb alapelvei:

- Mindig a gyermekek tudásának, képességeinek megfelelő darabot tanítok, amivel könnyen megbirkóznak. Így sok örömük lesz a csellózásban, és nem félnek az újabb próbatételtől.
- Élvezem a gyermekekben buzgó energiát, és a konfliktus mentes kapcsolatban ezt a saját fejlődésükre összpontosítom.
- Az órán az otthoni gyakorlást készítem elő, hogy ha „véletlenül” a hangszer a gyermek kezébe kerül tudja, hogy mire kell figyelnie. A technikai tudás és szabadság lehetővé teszi, hogy a darabban, az etűdben ki tudja fejezni az érzelmeit.
- Nem titkolom a gyermekek előtt, hogy nem vagyok tévedhetetlen, és ha ügyes, egyéni megoldást látok, hallok, akkor megdicsérem őket.
- Nagy örömet jelent a gyerekekkel foglalkozni. Rendszeresen rácsodálkozom gyönyörű lelkükre, nyitott személyiségükre, szeretetükre. Remélem, hogy tanítványaim a zene, a csellótanulás hatására sikeres, boldog, kiegyensúlyozott emberek lesznek. Akik a zenei pályát választják, azok az életük során figyelemre méltó eredményeket érnek el, minden olyan helyen, ahova az élet segített őket.

Ajánlott irodalom

- Váginé Gödel Hilda: Daloljatok! A hangnevelés művészete
- Magyari Beck Anna (1993): A türelem gyógyító művészete, Budapest, ISBN 936 7643 19-2
- Thomas Gordon (1990): A tanári hatékonyság fejlesztése, *Gondolat* Budapest
- Thomas Gordon (1990): A szülői eredményesség tanulása, *Gondolat* Budapest
- Kim da Silva Do-RiRydl (1995): Mozgással az energiáért, *Grizli Kiadó* Kft. ISBN 963 85505 0 3
- www.kovacsmethod.com
- Dr. Sebestyén Sándor (1936): A gordonkajáték technikájának elemzése, Rózsavölgy és Társa., Budapest
- Paul Tortelier: How I play how I teach, Chester Music ISBN 0 9502767 2 3
- Luigi Forino: La tecnica del Violoncellista, Ricordi E.R. 168.
- Aldo Pais: La tecnica del violoncello, Ricordi E. R. 2148
- Bernhard Cossmann: Violoncello-Studien, Edition Schott 964

Ajánlott irodalom

SZÉCHENYI 



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

