

TÍZ ÉVE HUNYT EL VÁGI ISTVÁNNÉ GÖDEL HILDA OPERAÉNEKES-TANÁR



Tíz éve hunyt el Vági Istvánné GÖDEL HILDA operaénekes (1911–2015), aki 1932–39 között a Volksoper Wien magánénekesse volt. 1952–1971 között a pécsi Tanárképző Főiskola – a PTE Művészeti Kar elődjének – elhivatott magánénekes-hangképző tanára volt, de a vezető pécsi énekkarok hangképzését is ellátta. A híres pécsi kórushangzás Tillai Aurél és tanítványai (dr. Kamp Salamon, Kertész Attila, dr. Kutnyánszky Csaba, dr. Szabó Szabolcs, Nagy Ernő, dr. Lakner Tamás, ifj. Dobos László, Schóber Tamás stb.). Horváth Mária énekművész Gödel Hilda hangképző műhelyének szintén sokat köszönhetett, mert 2005-ben saját énektanodát alapított Gödel-Pauk Hangnevelő Iskola néven. Magyar nyelvű publikációi mellett számos német nyelvű írása jelent meg a Schweizerische Musikzeitung hasábjain.

Több száz műfordítás (dalok, kórusművek) szerzője. „Daloljatok!

A hangnevelés művészete” című könyve tanítványi magánkiadásban jelent meg 2004-ben és a kötelező és ajánlott irodalmi jegyzékben szerepel a Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetemen BA zenekar- és kórusvezető tanszak hallgatói részére készült tantárgyleírások között.

A Magyar Köztársasági Ezüst Érdemkereszt kitüntetést 2005. március 15-én kapta. Pécs Város Napján, 2012. szeptember 1-jén Pécs Város Közművelődési Díja kitüntetésben részesült. *Váginé Gödel Hilda* kiemelkedő tevékenységének és sokrétű zenei, hangképzés elméleti tevékenységének elismeréseként kiemelkedő szakmai munkájáért. Temetése 2015. március 19-én volt a győri Nádorvárosi Temetőben.

A Gödel tanítványok egyike: *Tihanyi József* dalénekes gyakorlóiskolai vezetőtanár

GRADUS AD PARNASSUM LIGETIENSIS¹ **A TANÍTÁS²**

Az éneklésről, hangnevelésről mindenkire egyaránt érvényes, átfogó módszerről beszélni, írni egyenlő a lehetetlenséggel. A zenetechnika tanításának egyetlen területe sem függ olyan mértékben az egyéntől, mint a hangképzés. Ennek számos oka van. Nincs két azonos felépítésű, struktúrájú gége, különböző az artikulációs szervek mozgékonyasága, a test és a rezonáns üregek felépítése. Egyénenként változó az izomérzetekre és feszültségekre való képesség, s a működések tudatos rendezése. Mindezek fölött áll az érzelmi érzékenység, az átélés, a művészi kisugárzás.

A hangképző, ha eredményes munkát akar végezni, kénytelen számításba venni a növendék hangját, testi és lelki típusát. Lényegében nem hangot képezünk, hanem énekest.

A növendékekkel való foglalkozásnak köztudottan két alapvető formája van. Az egyik kötött, mert a tananyagból indul ki, amelyet meghatározott időn belül metodikailag a legelőnyösebben közvetít és értet meg a növendékekkel a tanár. Ez történik az iskolában.

A másik forma lazább, és a növendék adottságait figyelembe véve rendezi el az anyagot, hogy azt képességeinek megfelelően tegye magáévá. Az első esetben a tanítás célja a tananyag részleteinek összessége. Ezáltal esetleg olyan követelményekkel lép fel, amelyek nincsenek tekintettel a növendék befogadóképességére. A második célja éppen a befogadóképesség növelése a legnagyobb teljesítményig. Ennek következményeként a tananyag kezdetben szűk határok között marad.

Az első alapforma a hangképzés természeténél fogva számunkra nem használható.

Ha az énekesi technika komponenseiről beszélünk, a kész teljesítményt véve figyelembe, tíz pontban foglalhatjuk össze:

1. kifogástalan ún. levegővezetés,

¹ Váginé Gödel Hilda: Daloljatok! A hangnevelés művészete (Horváth György kiadása, 2004) Gradus ad parnassum ligetiensis - A tanítás c. részlete.

² A Parlando köszöni Tihanyi József korrektori munkáját.

2. tiszta és pontos magánhangzó-indítás és intonáció,
3. a dinamikai fokozatok uralma, valamint az erősítés és halkítás,
4. tisztán érthető artikuláció,
5. a magánhangzók kiegyenlítettsége, vagyis egységes hangszín, tiszta hangzójtés mellett,
6. a hang rezonanciája, csengése, vivőereje,
7. a különböző hangfekvések színbeli egysége,
8. a hang és a dallamív nyugalma,
9. tempo- és koloratúra-készség,
10. a frazeálás technikája – legato, martellato, staccato stb.

Ha lefordítjuk ezt a tíz pontot a modern hangképző nyelvezetére, a kívülálló számára merőben másképp fognak hangzani.

1. A légzésen dolgozni annyi, mint a testen dolgozni. A légzés állandó, szoros kapcsolatban van a hangszalagműködés, hangfekvés és rezonancia munkával. Nem a levegő tömege, a levegő rugalmassága a döntő. A lökésszerű légzés minden egészséges énekműködés ellensége.

2. A tiszta és pontos magánhangzó- illetve hangzóindítás a fül aktív énekesi nevelésének dolga. Szoros kapcsolatban kell lennie a hallás által irányított énekesi kivitelezéssel. Tiszta intonáció csak akkor lehetséges, ha a tömeg és feszültség egyensúlya a hangszalagban minden hangmagasság és dinamika esetében úgy keveredik, olyan kiegyensúlyozott, mint például a zongoránál a réz- ill. acélhúrok viszonya egymáshoz. Ha túlsúlyban van a tömeg egy bizonyos hangmagasságban („felsrófolt” mellhang), félő, hogy túl mély lesz az intonáció. Ha viszont túlsúlyban van a feszültség (túl magas a hangzás, a bázis elvesztése), úgy a hang magasabb lehet a kelleténél. Ezekben az esetekben a zenei hallás keveset használ, a tiszta intonáció a hangszalagműködés, fekvéskeverés kérdése. (Regisztermunka.)

3. A hangerő különböző fokozatai is a fekvéskeveredéstől függenek. A valódi légies piano minden hangmagasságban, tehát a legmélyebbtől a legmagasabb hangig fejhang. A hangszalagok passzív feszültsége, a hangszalagélek rezgő működése, mely magában foglalja az erősítés lehetőségét. A mezzoforte, a legmélyebb fekvés kivételével, a középhang sajátja. Aktív és passzív

hangszalagműködés, feszültség, az előbbi nem teljes működésével szemben a rezgő terület karcsú formája. Karcsúságon a hangszalagizom, a vocalis karcsúsága értendő, mert nem feszül teljes aktivitással. A forte és fortissimo fekvése szerint részben a közép-, részben pedig a mellhang sajátja. Az egész hangszalagizomzat működése teljes szélességében és hosszúságában azonban f'-től felfelé minden hangfajtnál a középhanghoz tartozik, amennyiben egészséges, zökkenőmentes funkcióról van szó. Mellhang egyébként nem léphet fel keverés nélkül, még a legnagyobb hangerő esetén is tartalmaznia kell a többi funkciót, különösen az élműködést.

4. A toldalékcsof feszültsége, az artikulációs tevékenység a lehető legnagyobb hatást gyakorolják a hangszalagok rezgőmozgására. A száj, a garat, a szájpadívek teljes „áttrenírozása”, összeszűkítéstől, görcsös szorítástól mentesen. Mind a funkciókat, mind a rezonanciát az artikuláció felől (észszerű hangképző munkával) lehet legelőnyösebben, de a lehető leghátrányosabban is befolyásolni. Előkészítésként alkalmazhatjuk a maximális artikulációt, vagyis a legnagyobb mozgást a hangzók szélsőséges váltakozásával. Nagyon sok hangnak szüksége van erre a kellő rugalmasság eléréséhez. A végső cél a minimális artikuláció, vagyis a legkisebb mozgás egyik hangzóról a másikra, a hangzók legtisztább ejtése, érthetősége mellett.

5. Bizonyos magánhangzók naturalisztikusan, ösformájukban tipikusan kapcsolódnak bizonyos meghatározott funkciókhoz; *u* és *o* a fejhanghoz, *i* és *é* a középhanghoz, *a* és *e* nyitott vokálisok a mellhanghoz. A vokális-kiegyenlítés során az abszolút azonosulás eltűnik, alkalmassá teszi a hangzókat a funkció-vegyítésre, és visszahatóan újra tiszta funkciómunkát jelent.

6. Rezonancia, hangi vivőerő szintén a funkció-vegyítéshez tartoznak.

A tiszta rezonancia-elképzelés és az üregek biztonsága, készenléte erős hatással vannak a helyes funkció-vegyítésre. Helyes funkció-keverés nélkül viszont nincs helyesen kiaknázott rezonancia.

7. A hangszín egysége minden fekvésben csak akkor érhető el, ha a fejhang (élműködés) minden hangmagasságban és hangerőben együttlrezgően jelen van, és ha minden hangmagasság saját funkció-vegyítéssel rendelkezik, fokozatosan karcsúsodó alakkal, minél magasabb a hang.

8. A hang nyugalma az összes résztvevő fokozatok egyensúlyából következik, amennyiben nyugodt hangon rezgő, szárnyaló, nem pedig merev, vagy beszűkült hangot értünk. A hang nyugalmanak előfeltétele a nyugodt légzés, a

gége biztos helyezkedése a légzőszervvel szemben, a dallamív nyugalma megkívánja a hangzóváltás és az intervallumváltás nyugalma. Következésképpen a rekeszizom fölötti uralmat.

9. Tempó- és koloratúrakészség kitűnő nevelő eszközök az egészséges funkció-vegyítés elérésére.

10. A legato az ének-tényezők között a természetadta hangképző, a funkció-vegyítés értelmében. A valódi legato képessége a legjobb érettségi bizonyítvány a funkcionális kiegyenlítés vonalán. A martellatót és a könnyed staccatót is a legato alapján kell elképzelni. (A hegedű vonós staccatója, nem pedig pizzicato!) A legatóban benne foglaltatik a rejtett portamento (a régi olaszok porticellója).

Ebből a tíz pontból az avatatlanok csodálkozására kiderül, hogy a hangképzés középpontjában a funkció-vegyítés, azaz Martienssen szerint regiszter-munka áll. Ez a sarkalatos pont, amely körül minden történik. Titokban!!! Nem a növendék tudomására hozva. Őt funkcionális problémákkal és magyarázatokkal terhelni a tanulmányok kezdetén sok esetben rombolóan hatna az énekesi hozzáállására. A hangképzőnek rendelkeznie kell a gyakorlatok, hangulatok tömegével, amelyekkel a növendéket rá lehet vezetni a kívánt működésekre. Az énekes bízzék jó ízlésében, fantáziájában, képzelet- és érzésvilágában. Az énekes valóságának, énekesi munkájára vonatkozó közléseinek semmi köze sincs a fiziológiásan reális történések valóságához. Az énekes számára minden szubjektív eredetű. A tanár feladata felkelteni az ének természete iránti érzéket és befogadóképességet. A hangképző alapossága a gyakorlatokat nem bővíteni amíg a növendék egyetlen gyakorlaton fel nem fedezi, meg nem érti és át nem érzi az éneklés összjellegét.

Az éneklés fiziológiájával, a hangképzés szerteágazó, komplikált problémáival a tanárnak tisztában kell lennie. Ismernie kell az izomműködések összefüggését, a tömeg és a feszültség viszonyát, a funkciók keverésének fontosságát, mely a kiegyenlített hangot létrehozza. Fekvés = regiszter. Amíg érezhető, hallható: hibás. Akkor hibátlan, ha a hang minden magasságban és minden dinamikában megtartja saját, egyéni csengését. Ennek megítélése kizárólag a tanár dolga.

Az énekes növendéket nem szabad technikai magyarázatokkal, utasításokkal terhelni, mert ezek bénítanak. Gondoljunk a szanszkrit mese százlábújára,

amelytől a béka megkérdezte, melyik lábával indul el vadászni. Mire a százlábú elkezdte figyelni a lábait, és vadászat helyett éhen halt.

A tanítást megelőzi a hangvizsgálat. A tanulni vágyó előénekel, kiállásából, egy-két dal elénekléséből már következtetni lehet hangjának tulajdonságaira. Okos dolog a zenei memóriát is megvizsgálni: zongorázunk egy kis motívumot, és a tanítvány énekelje utána. Igen hasznos volt főiskolai gyakorlatomban, hogy minden tanítványomnak felvételekor anyakönyvi lapot nyitottam. Ebben szerepelt a mutálás időpontja, súlyos vagy könnyű lefolyású volt-e, milyen zenei, hangszeres előtanulmányai vannak, vannak-e a családban muzikális egyének, esetleg hivatásos muzsikuskok, énekelt-e kórusban, milyen betegségei voltak (torokgyulladás, légcsőhurut, mandulaműtét stb.).

Előénekléskor megközelítőleg felismerhető a hangfajta, a hang tulajdonságai, melyek a viszonylag jó hangok, amelyekre építeni lehet. Milyen a hangzóképzés, szorít-e, levegős-e a hang stb.?

A hang nevelése abból a néhány hangból indul ki, amelyet a tanár jónak tart. Ugyanígy a hangzókat aszerint választhatja meg, hogy melyek a legelőnyösebbek. Az intonáció is sokat elárul a hangról (kemény-e, erélyes-e vagy bátortalan a kezdés). Ez nem a fül érzékenysége, nem a jó hallás, hanem a diszpozíció kérdése.

A tanítást leghelyesebb a hang középfekvésében, mezzoforte hangerővel (a kedélyes beszélgetés hangereje) kezdeni. Kis lépésekben a középfekvést tágítani, stabilizálni.

Az egységes hangzás előfeltétele a rugalmasság, lendület és lazítás váltakozása, minden keménység, szorítás feloldása. A rövid gyakorlat utáni szünetben annyi belégzés, mint egy csodálkozó szájnyitásé. Kevés levegő, nagy tágasság, koncentrált hangzás, nem levegőfújás, hanem nyomás.

Nyugodt, kellemes testézés, tág felső mellkas, jól elosztott egyensúly mindkét lábon, sima homlok, laza nyak, lazán eső karok, egyenes, szabad testtartás. Az énekes felejtse el, hogy énekel, ne akarjon a hangján igazítani, mindig csak az izommozgásokon. Az éneklésben akarásnak nincs helye.

Ha az énekes bizalommal átadja magát az érzés- és képzelet-világnak, valamint a tanár utasításainak, kis, de biztos lépésekkel fog haladni a művészi teljesítményhez vezető úton. Két megbízható ellenőr ügyel működéseire: hallása párosulva az izomérzettel. Az anatómiai, fiziológiai tudás legkevésbé segít,

hiszen az éneklésben résztvevő idegek, izmok működtetésének tudatunkkal nem tudunk parancsot adni. (Frederick Husler)

A tanítás nem alapul módszeren, hiszen a módszer éppen azt jelentené, hogy a legkülönbözőbb felépítésű, struktúrájú hangot és a legkülönbözőbb hibákat (testtartás, légzés, száj és garatüreg-mozgások stb.) uniformizáljuk. Ha módszerről egyáltalán beszélni lehet, ez jelenti a minden énekesre egyformán kötelező izom-mozgások begyakorlását, amelyek által kifejlődik az élettanilag helyesen működő, egyéni hangzású hang.

A gyakorlatok megválasztása mindenkor a növendék képességeihez igazodik. Alapjában véve a legegyszerűbb közlést tartalmazó, egyetlen hangon énekelt, egyszavas gyakorlatok skálaszerű ismétlése is célravezető. Ezekre azonban csak akkor van szükség, ha teljesen merev, beszűkült, görcsös működést akarunk feloldani. Általában minden ember rendelkezik néhány használható, mozgékony hanggal, ami lehetővé teszi az apró, kezdetben terc-, kvint- és kvart terjedelmen belül mozgó dallamok alkalmazását. A tanítást lehet egy-egy jó vokálissal énekelt dallammal, vagy szöveges gyakorlattal kezdeni. Ez utóbbi gyorsabb eredményre vezet a lendület kialakításában, mint a vokalizáció. A mondanivaló szellemi, emocionális impulzusai rendszerint ezekkel az első gyakorlatokkal működésbe hozzák az arra hivatott izmokat, létrehozva az énekes légzéstechnika alapját képező lendületet. Az énekelt szöveg értelme, a szavak sajátos, szinte lekottázhatatlan ritmusa észrevétlenül hozza létre súly és súlytalanság váltakozását, az izomprozódiát. A szöveges gyakorlatban jelen van az éneklés összes eleme – dallam, ritmus, szövegritmus és a kifejezendő tartalom. A pszichológiai és fiziológiai készségek egymást aktiválják, és a tanítványnak semmi egyébre nem kell figyelnie, mint hogy akarjon mondani valamit, és elhiteni valakivel, akinek mondja.

Tehát milyen a jó szöveggyakorlat?

1. Legyen hangulata!
2. Induljon mássalhangzóval, kezdetben elől képzett mássalhangzóval!
3. Eleinte lehetőleg ereszkedő dallama legyen!
4. Keresse a szavakon belüli mássalhangzótorlódásokat és kettőzéseket, amelyek rugalmasságot kölcsönöznek a szavaknak. (Claudel Honeggerhez: „A mássalhangzó a mondanivaló mozdonya.”)
5. Kiemelkedő szerepet szánjon az *m*-hez, *n*-hez kapcsolódó torlódásoknak!

6. Különös figyelmet kapjanak a szó közbeni módosulások, hasonulások (hang, zeng, honvéd stb.) és tudatosítsa is azokat!

7. Keresse a szavakon belüli, illetve a szavak közötti magánhangzótorlódásokat (-eo-, -io-, -eu-, -ea- stb.), és amely nyelvben létezik: a diftongusokat! (Minden nyelv, még a legkeményebb is, rendelkezik a keménységet oldó ellenszerrel – ez a diftongus. Ez nem más, mint két vagy több magánhangzó összeolvadása, egyfajta hangzó-portamento, melynek következtében új hangzó jön létre.) A magánhangzók összeolvadása minden formában belső masszázst jelent. Ezzel nagy mértékben fejleszti, rugalmassá teszi a száj és garatüreg mozgékonyságát, ráölelő” képességét. Egyszóval mindazt, ami a fej üregeit jól működő rezonátorrá teszi. Pl. leányka, hiába, fiatal, diadal, ráolvas, Tóbiás stb. Az irodalmi magyar nyelvben nem fordul elő diftongus, csak egyes tájnyelvekben, de ez sem a beszéd- sem az énekművészetben nem használatos, így a hangképzésben sem. Kitaláltam tehát az ál-diftongust, amely nem egyéb átkötött magánhangzó-torlódásnál. Pl. „Ne állj oda, ülj ide mellém!”, „Májusi eső aranyat ér!”, „Ne add oda még!”, „Jó álmokat!” stb. Mivel a tüdő, a gége és az üregek izomzata egymással összefügg, ezáltal a hangizom egyik részének működése a többi részre is kihatással van, az üregmozgás hiányát a két másik kapcsolt szerv erőszakos mozgással pótolja.

8. Erélyes mondanivalónál kerüljük a glottis-ütést! (kemény hangindítás) Kemény hangindításra kiváltképpen csábítanak a névelők. Megfigyelésem szerint mind a szólóénekesek, mind pedig a kórusénekesek sokkal több energiát adnak a jelentőséget teljes egészében nélkülöző névelőnek, mint a szövegileg és zeneileg valóban fontos mondanivalónak. Valósággal gyakorolják az ártalmas glottis-ütést abban a tévhitben, hogy a névelőt pontosan ki kell ejteni, holott ez csak a mondat ill. mellékmondat indításánál fontos, de itt is kizárólag puhán, nem megnyomva a hangzót.

9. A gyakorlat ne legyen nevetséges, banális, közönséges!

10. Az a gyakorlat jó, amely tetszik, amely megmozgat képzeletet, érzelmet, fantáziát.

A tanítás a lehető legrövidebb, egyszerű szöveges gyakorlatokkal kezdődik. A növendék felejtse el, hogy énekel, ne gondoljon a hangjára – tiszta-e, szép-e, csak a szöveg tartalmára! Kezdetben a magyar nyelvben legtöbbet használt és egyben legsajátosabb kiejtésű hanggal dolgozunk, az *a* és *e* hangzók által

dominált szavakkal, egyvonalas *d* és kétvonalas *f* között. Például: „Talpra magyar!”, vagy „Szabad a gazda!” stb. (Kitűnő nyelvész kollégám, dr. Temesi Mihály tanácsára.)

Rendszerint az első gyakorlatoknál már felismerhetők az énekes tulajdonságai, hibái, amelyek meghatározzák a foglalkozás módját. 1. Vannak jellegtelen hangúak. 2. Légzésproblémával küzdők. 3. Vannak, akik nem tudnak szünetet tartani, nem érzik a mondatot, egyfolytában akarnak énekelni, ami funkcionális rendezetlenséggel párosul. 4. Vannak, akikből hiányzik a pszicho-fiziológiai énekesi készenlét, a természetes testi-lelki diszpozíció (ők úgy gondolják, hogy a hang csak a gége működése és intonáció). 5. Végül vannak olyan szerencsés adottságúak, alkatúak, akikkel különösebb javítások nélkül kezdődhet a hang nevelése.

1. A jellegtelen hangok óvatos, türelmes foglalkozást igényelnek. Nem kívánunk kezdetben erőlyes kifejezést. A gyakorlatok nyugodtak legyenek, a hangfajta is később fog eldőlni. Fontos a biztatás.

2. A légzésproblémával küzdőket nyugtatni kell: nincs szükség sok levegőre, annyi mindig van, amennyi egy mondathoz kell. A tüdőt ki kell üríteni, a levegőt, mint egy szalmaszálon kifűjni, utána rövid szájnyitás és hangadás. Ha ez nem segít: egyenes gerinccel, karokat széttárva kifűjni a levegőt, a mondóka: „Erős hátam, széles vállam, tágulok!” (önszuggesztió)

3. Akik nem tudnak szünetet tartani, rendszerint funkcionális értelemben kemény hangúak. Ez a hiba okozza a hang szétesését az ún. regiszterekre. Oka a rugalmasság, oldottság hiánya. (Egy sor hangot mereven, ugyanazzal a működéssel elénekelni, illetve egy bizonyos funkcióval, kilépve egy másik funkcióba - lehetetlen.) A gége és toldalékcső mozgásai nem mennek át egymásba simán, egyenletesen, hanem zökkenő váltásokkal. Ez a hiba már csaknem betegség. Javítása igen szerteágazó, türelmet igénylő, koncentrálttságot követelő munka. Legbiztosabb ellenszere a rugalmasság fejlesztése.

4. Ebbe a csoportba tartoznak azok, akik nem érzik az éneklés költészetét, nem tudnak érzelmeket, hangulatokat hanggal kifejezni. Akiknek a zene és ének csak tiszta intonáció, helyes ritmusban lezajló hangok sorozata.

5. A szerencsés adottságúak azok, akik szeretnek énekelni, bármely pillanatban készen állnak rá, és átérik azt, amit énekelnek. Egész lényük, testük-lelkük szinte ugrásra készen áll, hangjukkal kifejezni érzéseiket. Ők

gyorsan veszik a technikai fokozatokat, hamar érlelődnek és gyorsan haladnak.

A kezdő énekes hangjának megismerése, adottságainak, hibáinak felmérése az e hangzóval képzett szöveggyakorlatokkal folytatódik. Például: „Nem megyek!”, „Rendbe tettem”, „Tetten-vettem” stb. A hangszerv egységét soha, egy pillanatra sem feledve, értelemszerűen három részt különböztetünk meg: a tüdőt, a gégét és a toldalékcsovet. Teljesen hibás nézet az, hogy a szöveges gyakorlatok csak a toldalékcsovet trenírozzák tiszta szövegejtés céljából. Ugyanúgy hibás eljárás egyes régebbi iskolák nézete, hogy mivel a hang alapját a légzés, a tüdő adja, tehát légzés-gyakorlatokkal kell a tanítást kezdeni. „Levegőt egyenletesen áramoltatni, tartani!” – ez volt a jelszó. A csodálatos azonban az, hogy egyenletesség, nyugalom csak mozgás által jön létre.

A szöveges gyakorlatok prozódiai, emocionális mozgása nem egyéb, mint a testi-lelki erők kitapintása, ezek összjátékra való nevelése. Minden egyes gyakorlat egy kis tornamutatvány, amelyben a psziché is részt vesz, egész természetesen.

Amilyen mértékben növekedik a gyakorlatok nehézségi foka, ugyanolyan mértékben kellene növekedni az érzelmi intenzitásnak is. Mivel a mindennapos gyakorlás az énekes számára létfontosságú, a gyakorlatok könnyen megjegyezhetőek és könnyen ismételtetőek legyenek. A túl egyszerű gyakorlatok lanyhává, monotonná teszik a hangszervet, a túl nehezek túlfeszültségre, erőszakos működésre kényszerítik. A gyakorlatnak tehát mindig legyen tartalma, megfelelő nehézségi foka, ez biztosítja az eredményes gyakorlást.

Az énekesi hozzáállás: laza, oldott testtartás, egyenes gerinc, lazán eső karok, laza nyakszirt, mindkét talp a földön, kis lépés távolságban. A testsúly mindkét csípőn nyugszik. Belégzés csak annyi, mint amikor beszélgetni kezdünk (szinte csak annyi levegő, amennyi a szájnyitással jár, nem több), ezután azonnal a gyakorlat. Szívásnak, tétova kezdésnek nincs helye. A felső mellkas, a vállöv maradjon tág éneklés alatt is. A mellkasnak nem szabad összeesnie, a vállaknak előre hajolnia. (Ez a levegő-préselés jele!) A gyakorlatok közötti szünetekben „mintha leülnénk”, újra lazává válik a hát, a karok, a nyak, a fej, de a felső mellkas mindig tág, úgyszólván emelt marad. A test rugalmas lazasága, a gyakorlatok közötti szünetekben az izomzat ki-lazítása az énektechnika sarkalatos pontja. A gyakorlat azt mutatja, hogy ezt

az ellazulást a kezdő énekes nem képes teljes mértékben végrehajtani. A tüdő fújtató működése (tüdőcsúcsokból leszívás) akkor tökéletes, ha a két erős hátizom, a rekeszizom és a has izmai az utolsó énekelt hang elhangzása után azonnal, hirtelen mozdulattal ellazulnak. Egy igen kevésbé tudományos, de hatásos vezényszó segít e művelet végrehajtásában: „ZUTTY!” A tanítás tolvajnyelvében ez a parlagi kifejezés vált be legjobban a teljes izom-elengedést kiváltani. Kezdetben ez a „zutty” rendszerint a törzs összeesését is eredményezi, miáltal a következő gyakorlat elkezdése késik. A gyakorlás folyamán egyre rendezettebbé válik ez a mozdulat. Eredménye: a biztos, rugalmas lendület és légzéstechnika kialakulása. A kis belégzésnél a hasfal automatikusan kissé előre domborodik, a kilégzésnél ugyancsak automatikusan visszahúzódik. Ennyi az egész légzéstechnika.

A következő lépés az eddig tanult hangzók – a és e – összekapcsolása: „Hazament a gyerek.”, „Rakja rendbe!”, „Magamnak vettem el!” stb. Az artikuláció legyen tiszta, a mondanivaló kapjon fontosságot, elhithető erőt. A mellkas mindig tág, emelt marad, a váll emelése nélkül. Az énekesi légzéstechnika ereje, nyugalma, rugalmassága legnagyobb mértékben a felső mellkas tágasságától és nyugalmától függ.

Következő hangzónk az „o”. Például: „Most dolgozom!”, vagy „Rontombontom!”. A tanárnak észre kell vennie a hangzó hang minőségének állapotát. Ha szükséges, egyetlen szótagon igyekszünk javítani a szájformát, a hangzást. Erre igen alkalmasak a szolmizációs szótagok. A hangzás szépsége felkelti a növendék szándékát a még szebb és jobb teljesítmény elérésére. Következik az „a – e – o” összekapcsolása: „Sose voltam ott.”, „Nem tehetek róla.”, „Mondjad, merre vagy?” és mások. Az egyes gyakorlatok közötti szüneteket pontosan, ritmikusan be kell tartani. A kezdés sose legyen lökésszerű, mindig a természetes, barátságos beszélgetéshez hasonló. Nem hiányozhat az élénkség, a lendület. A gyakorlat mindig legyen temperamentumos, élt, meggyőző! Közömbösségnek, lanyhaságnak, unalomnak nincs helye az éneklésben! Ha a növendék ügyes és nem figyelmetlen, körülbelül egy fél óra leforgása után megérzi az összesítési folyamatokat, és helyesen, természetesen alkalmazza azokat. A figyelem csökkenése, az unalom megölője a lendületes szervi mozgásnak. Néhány karlendítés, új szöveggyakorlat visszahozzák a figyelmet és lendületet. Alaposan kifújt tüdő, új szöveggyakorlat visszahozzák a figyelmet és lendületet. A mássalhangzók legyenek pregnánsak (nem elmosódottak, de nem is kemények), a rugalmasság elsőrendűen fontos. A szájüreg belseje

mindig tág marad, a mássalhangzók nem szűkíthetik, a test nyugodt, a felső mellkas, vállöv tág, a szöveg és szünet váltakozása nagyon enyhén, kis mértékben érezhető a rekeszizom működésében. Semmi esetre sem szabad ezt a működést erősíteni, befolyásolni. Minden magától történik, szinte észrevétlenül. A ritmikus, lendületes szövegmondás, éneklés a későbbi tökéletes parlando előmunkálata. Az egész szervezet harmonikus együttműködése jön létre. A szöveg és szünet váltakozása akaratí ráhatás nélkül, rafinált módon működésbe hozza a rekeszizmot, olyan mértékű rugalmasságra nevelve, amely minden nehézségi fokon tiszta, lendületes szövegmondást és éneket biztosít. „Az éneklés ősi, elementáris szikrája kizárólag a ritmikus, lendületes szöveg (Atemwort) által jön létre, válik érezhetővé” – mondja Martienssen.

A rendkívül gyenge, lanyha, gátlásos kezdőt rövid, parancsoló szavakkal segítjük a megfelelő lendület és hangszalagzár megéréséhez. Pl. „Paff!”, „Topp!”, „Dobbant.”, „Mondd!”. Amint ráérez, jöhet a „Talpra magyar!”, „Rajtakaptam!” stb.

Merőben másként kell eljárunk a nagy hangot akaró, tudományással görcsösen éneklő kezdővel. Ilyen esetben -ha lehet-, lefektetjük az énekest, és utasítjuk: lazítsa el magát. Szuggerálja magának, hogy alszik. A görcsös egyéneknél ez nem sikerül azonnal, még túl erős a „Tüdőt jól teleszívni levegővel!” – szokása. Ha elértük, hogy megszűnik a mellkas túl-aktivitása, felhívjuk a figyelmet a légzés természetes ritmusára, a rekeszizom működésére. Belégzéskor a kitágult tüdő kimozdítja a rekeszizmot, ez viszont a belekre gyakorol nyomást, amitől a hasfal kissé emelkedik. Kilégzéskor a rekeszizom domborulata visszahúzódik a mellüregbe, és a hasfal újra lelapul. Ezt az alvó-légzést addig kell gyakorolni, míg a mozgás érzékelése tudatosá nem válik.

Ekkor lehet elkezdni a suttogó-gyakorlatokat, lassú tempóban: „Csepeg. Síkos, Súlyos, Fényes. Kínos”.

Nagyon lassan
Suttogva:

távol
csepeg
síkos
súlyos
fényes
fontos
lomha

tág
lép
szól
tűz
sír
hajt

Szigorúan betartani a szüneteket!

Ennél a két gyakorlatnál nem a prozódia dönt, csak a folyamatosság és a nyugalom. A záró szótagokat lekerekítve, de nagyon precízen! A következő szó előtt nyugodt belégzés ugyanolyan lassan, mint a súgott szöveg. Nagyon fontos a záró mássalhangzó lassú elhangzása. Nehéz elhiteni a növendékkel, hogy ezeknek a jelentéktelen gyakorlatoknak végső célja az erőszakos működések megszüntetése. A tanárnak nagyon szuggesztíven kell ezek fontosságát elhiteni, és naponta többször gyakoroltatni. A pusztá megértés korántsem célravezető, csak a sokszori ismétlés. Amint a szervezet elfogadja a vezérlő gondolatot, oldódni kezd a görcs, az erőszakos nyomás.

Ezután következnek a szövegek. Először csak mintegy szavalva, gyengéd pianóban: „Tavaszi felhő, tavaszi fény!” vagy „Suhan a szellő virágos réten,” vagy "Távolí harangszó zeng a légben.” A gyakorlatok gyengéd, suttogó pianója nem lehet levegős, itt a mássalhangzók a levegőt hordozók, a fontosak. Ezek simaságára kell ügyelni. A szájüreg nem szűkülhet össze, a mássalhangzó nem akadályozhatja az áramlást. Minél hosszabbak a mondatok, annál több levegőt igényelnek. Az övtáj és a hasfal tehát intenzívebb munkát fog végezni. Ügyelni kell a mellkas nyugalmára, a felső mellkas semmi esetre sem tágulhat a vállakat emelve. A mozgás az övtájon érezhető, látható. A mellkas, vállöv tágitása csak akkor következhet, ha az övtáji légzőmozgás teljesen stabilizálódott.

Megfelelő idegpályák működésének begyakorlása skálaszerű ismétléssel történik. Ez a tréning, a szükséges ismétlés azonban nem vezethet monotoníához. Ha a figyelem csökken, másra kell áttérni, hogy új aktivitás jöjjön létre. A gyakorlat akkor jó, ha a lezajló mozgások az átélt hangulat vezérlésével jönnek létre és zajlanak le (pszicho-motorikus mozgás).

A szöveges gyakorlatok elsősorban a száj- és garatüreg változatos, ritmikus mozgását szolgálják. Semmi esetre sem lehetnek szellemi, érzelmi

aktivitás nélküliek, mechanikusak. Az érzésvilág a gyakorlás első percétől végigkíséri az énekest a teljesen kiforrott produkcióig.

A gyakorlat tempóját és dinamikáját teljes egészében a tartalom irányítja és határozza meg, ritmusát viszont a szövegprozódia. A szöveges gyakorlatok további hangzókkal bővülnek és dallamaik is tágulnak. Pl. „Páratlan látvány!”. „Mára vártalak!”, Távol van a láthatár.”, és é hangzóval: „Léha népség!”, „Véget ér a szenvedés!”, „Szélszélcsendes éjszaka.”

A különböző magánhangzók változatos szájmozgást és áll-ejtést igényelnek. A szájüreg formáját, tágabb-szűkebb voltát a hangzók határozzák meg. A tágítás egyik módja az áll ejtése. Ez mindenkor puhán, erőszak nélkül történik. Semmi esetre sem szögszár”-szerűen nyílik a száj, mert ebben az esetben a keményen működő állfogó-ízület elzárná a hátsó garat-üreget, holott ezt az énekes sosem nélkülözheti. Martienssen remek utasítása és tanácsa: „mintha ülve elaludnál”. Ebben az esetben ugyanis az áll nemcsak lefelé, hanem egyben hátrafelé is esik, a szájüreg megnövekedik a garat-üreggel, egészen a gégeig. Az áll-ejtés fokozatainak uralására már utaltam a rövid és hosszú ó-k közötti különbség ismertetésénél. A legtágabb az áll-ejtés az á hangzónál, de a legszűkebb hangzó sem nélkülözheti, nélküle ugyanis a mosolyfeszültséggel létrejött hangzók szűkek, élesek, élettelenek lesznek.

A nyújtott hangzók éneklésekor a növendék rendszerint első alkalommal érzi, hogy a magánhangzó áramlása mennyi kifejezésre képes. Eddig a figyelem első helyén a szöveg által létrehozott rugalmasság állt. Most érzi meg az énekes az érzellemmel telt hang kisugárzását. A „...láthatár...”-nak érzékeltetnie kell a távolságot, a „...szenvedés...”-nek a fájdalmat. A szöveg tartalma ad életet az egyes hangzóknak -persze csak akkor-, ha az énekes minden egyes mondatot „miniatűr mű”-nek tekint és átélten adja elő.

Nagyon óvatosan felhívjuk a figyelmet a rövid o és hosszú ó közötti funkcionális különbségre. Kezdetben csak megköveteljük ezt a különbséget a kiejtésben, később utasítjuk az énekest, hogy figyelje meg az ajakfeszültség különbségét a következő gyakorlatban, először csak prózában, azután énekelve: „jóra – jobbra”. A hosszú ó-nál az ajakkerekítés erős, szoros az ajaknyílás. A rövid o-nál lazább az ajakfeszültség, kissé nyitottabbak az ajkak, nagyobb az áll-ejtés. Ezt meg kell jegyeznie a növendéknek, mert érvényes minden ajakkerekítéssel képzett hangzóra (ő, ű, ú)!

A hangerő a tanítás kezdetén nem lehet téma. A dinamikai változásokat kizárólag a tartalom felől szabad megközelíteni. Jó haladás mellett a pianóval lehet próbálkozni a következőképpen: nagyon halk hangon, nagyon tág belső üreg-nyitással, szoros ajakkerekítéssel egy hangon: „Súgok valamit!”, többször ismételve, míg az énekes eltalálja a megfelelő feszültséget, intenzitást. A következő tartalom: „Húgom, súgom!” terclépés-ben. Az intenzitást meg kell éreznie az énekesnek, a feszültség nélküli üreg nem teljesíti a kívánt magvas hangzást. További gyakorlatok, gyengéden: „Dúdold a dalt!”, vagy „Núbiai fiú!” – rémülten, vagy legalábbis csodálkozva, hogy olyan nagyon fekete. „Dúdol a dajka!”. Ha már biztos az üregforma, súgva: „*tú-tó-tú-tó-tú...*”, vagy puhán átkötve: „*túo-túo-túo-túo-tú*” – mindig az első, *tú* szótag hosszú, súlyos, a második *o* puhán ráhajol.

A pianónak magvasságot, tartást a test forte-funkciója ad. A testé, nem a hangszalagé! A has izomzata feszültséget kap, az erős hátizmok alsó, a rekeszizommal kapcsolt része hozza létre ezt a tartást, „feszültséget”, amely a pianóhoz szükséges. Az énekesnek azt kell éreznie, hogy a képzeletbeli partner fogja a derekát, mint a csárdásnál szokás. Ez az érzés jelzi, hogy a derék alatti izmok jól működnek, tartják a hangot.

A tanítás eddig a növendék legkényelmesebb hangfekvésében történt, az egyvonalas oktávban és a kétvonalas oktáv még kényelmesen énekelt hangjain. Jó haladás mellett (ritmikus rugalmasság, jó hangzóformálás, lazítás a szünetekben) kezdődhet a hang bővítése a magasság felé. A gyakorlás továbbra is kis gyakorlatokkal kezdődik, a skálaszerű ismétlés félhangonként felfelé lépegetve történik. A növendék a következő utasítást kapja: minden intervallumot képzelj egy lépcsőnek, lefelé haladva! Ez a hangmagassággal ellentétes elképzelés kezdetben nehezebbre esik az énekesnek, énektechnikai haszna viszont felmérhetetlen. A gége nyugalmas, függő helyzetében marad, nem szűkül össze, nem húzódik magasabbra, és a hasizomzat lendületesen elrugaszkodva juttatja a hangot a megfelelő, tiszta magasságba. A „legondolás” az énekes a lehető legkorábban tanulja meg, és gyakorolja egész életén keresztül. (Sena Jurinac, Cesare Siepi. Melanie Diener és a karmesterek közül is sokan, pl. Erich Kleiber is tanították.).

Körülbelül ebben az időben és fejlettségi fokon kezdhető el a vokalizáció. Kis, kvintterjedelmű futamokkal, vagy terclépegetéssel, szöveges gyakorlataink pedig bővülnek az *ü* és *ő* hangzókkal. Először erélyesen: „Sürgősen tűnjetek el!”, majd „Tüntetően üdvözöl”, „Sűrű erdő árnya.”, vagy

„Rögtön jönnek!”, „Jönnek a törökök!”, „Zörög a haraszt ősszel”. Ha az énekes lendületesen énekli a szöveges gyakorlatokat, helyes artikuláció mellett legato-gyakorlatokat lehet kezdeni, melyek egyrészt a tiszta intonációnak, másrészt a hang-fantáziának nagyon hasznosak. Például *áo, áú, áő, áú*, – keresse a legszebb hangzást. Mindig először az alaptól fel egy szekund az alapra vissza, az alaptól egy terc az alapra vissza, az alaptól egy kvart az alapra vissza, és az alaptól kvint – és vissza. Tehát állandóan kötni, kötni!

A magánhangzók sorában legutoljára marad az *é* és *i* hangzó. Természetesen ezek elhelyezése éppen olyan fontos, mint a többi hangzóé. Néhány énekesnek nehezebb esik ezeket énekelni, félnek a hangzó élességétől, szűk hangzásától, holott e két hangzót is ugyanolyan szépen lehet énekelni, mint a többi tágabb, gömbölyűbb szájnyílással létrehozott hangzót, ha a megfelelő érzettel kapcsoljuk össze a funkciót. Mindkét hangzó a csodálkozás kifejezője. („Jé, te itt vagy?”, „Nini, te már itt vagy?”) A szem érdeklődve nyílik ki, az arcizmok kissé megemelkednek, enyhén mosolyogva, az áll nagyon kis mértékben esik, de a szájüreg megtartja a belső tágasság-érzetét. Szöveggyakorlatok: „Tiszta, mint a víz!”, „Visszahívom, visszavárom.”, „Véget ér a szenvedés!”, Tétlenül nézem.”. Az énekes idővel eléri azt a technikai fokozatot, amely magas hangok éneklésére alkalmassá teszi, a beszűkülés, görcs veszélye nélkül.

Tisztában kell lenni azzal, hogy a magas hangok éneklése a legalaposabb előtanulmányok után sem megy magától. A gyakorlat mutatja, hogy a tudatos vagy tudatalatti félelem megváltoztatja a gégefunkciót. Erről mielőbb le kell szoknia az énekesnek. A tanár legfontosabb feladata a fokozott „legondolást” és a nagy lendületet szuggesztív ráhatással, és ha szükséges, vezénylő mozdulattal előhívni. A félelem kontraproduktív gátlást okoz, és megakadályoz minden egészséges működést. A magas hangok nagy elrugaszkodást igényelnek. Ennek kezdete a „legondolás”. Ebből indul a lendület, melyet követ a hátizmok feszültsége, a hát kinyújtása. Ez a működés olyan gyors lefolyású, hogy a gége nem marad ideje az összeszűkülésre. (Zenekaroknál jól megfigyelhető a lendület, a gerincmunka. Leginkább a hegedűsöknél, de még a fafúvósoknál is. Az énektanár pedig legyen karmester, ha ez szükséges, dirigálja a lendületet.) A ritmikus lendület rendkívüli módon iskolázza a rekeszizmot és az övtáj alatti izmokat. A magas hangokat létrehozva úgy működik, mint az artista gumiasztala, amelybe, ha beleugrik, feldobja a magasba.

A lendület tehát mindig elrugaszkodás. Először „legondolunk”, és utána jön a gerinc kihúzása.

Wichmann professzor három alaptényezőtől teszi függővé a kiegyensúlyozott, gömbölyű hang megszólalását:

1. lendület.
2. üreg-munka,
3. sugárzó felhangsor

Szemlélteti a következő ábrával:



Írása alapján lehetséges, hogy Wichmann is Martienssen tanítványa volt.