

Jak zapamiętują muzycy?

Najlepszy efekt zapamiętania utworu muzyk osiągnie wówczas, gdy zaangażuje sferę emocjonalną – będzie całkowicie świadomy swojej pracy, a jego gra na instrumencie pozbawiona lęków przed trudnościami technicznymi.

Dla każdego muzyka zdolności pamięciowe odgrywają kluczową rolę w pracy nad utworem. Wszyscy instrumentalisci od najmłodszych lat, przez całą edukację szkolną i akademicką, a następnie podczas solowych występów muszą sprostać oczekiwaniom stawianym przez estradę, która zdecydowanie wymaga pamięciowego odtworzenia i wykonania wszelkich solowych utworów.

Jest oczywiście grupa muzyków, która nie ma żadnego problemu z pamięciowym opanowaniem utworu. Tacy muzycy często zdecydowanie chętniej wykonują wszelkie koncerty i recitale z pamięci, gdyż mają poczucie, że patrzeć w nuty przeszkadza im w całkowitym skupieniu się na przekazaniu wyrazowej treści utworu muzycznego. Wybitnie uzdolnieni instrumentalisci, którzy są całkowicie pochłonięci przekazaniem muzycznych walorów dzieła, nie korzystają z nut nawet podczas wykonywania muzyki kameralnej lub całkowicie współczesnej.

Jest jednak grupa muzyków, którym pamięciowe opanowanie utworu przychodzi z trudnością, a publiczne jego zaprezentowanie wywołuje silną treść. Aby ułatwić pamięciowe przygotowanie utworu i zminimalizować dyskomfort spowodowany brakiem nut podczas występu, psychologowie muzyki proponują szereg ćwiczeń rozwijających pamięć oraz przekształcanie negatywnych myśli obniżających wiarę we własne możliwości w myśli pozytywne. Dla muzyków ważne są jednak nie tylko same ćwiczenia, ale także poznanie struktury pamięci muzycznej, jej rodzajów oraz zastosowanie ćwiczeń podczas pracy nad utworem.

Zadanie pamięci

Celem pamięci, którą posiada każdy człowiek, jest kodowanie wszelkich docierających informacji, następnie ich przechowywanie (magazynowanie), aby w konsekwencji, w określonym momencie mogło nastąpić wydobywanie (odzyskanie) przechowywanych informacji.

W pracy instrumentalisty kodowanie następuje podczas ćwiczeń utworu, przechowywanie następuje pomiędzy ćwiczeniami lub podczas powtórzeń, a wydobywanie z pamięci jest m.in. odtwarzaniem utworu na koncercie lub podczas ostatnich dni ćwiczeń, gdy jest on grany całkowicie z pamięci.

Rodzaje pamięci muzycznej

Instrumentalisci podczas swojej gry wykorzystują nie tylko poszczególne funkcje pamięci, ale także różne jej rodzaje, dzięki którym uaktywnia się cała osobowość muzyka. Wydawać by się mogło, że muzycy ze względu na swoje podwyższone zdolności słuchowe wykorzystują w dominującym stopniu zmysł słuchu. Jednak w przypadku uzdolnienia muzycznego pamięć słuchowa jest tylko jednym z czterech rodzajów pamięci, która

bierze udział w pracy nad utworem. Kolejne trzy rodzaje pamięci to pamięć wzrokowa, ruchowa i intelektualna.

Pamięć słuchowa

Służy głównie do odtwarzania melodycznej struktury utworu, co najłatwiej można zaobserwować śpiewając lub grając na instrumencie daną melodię. Ten rodzaj pamięci jest wspomagany przez słuch muzyczny, który pozwala na klasyfikowanie materiału dźwiękowego według znanych dla ucha ludzkiego współbrzmień.

Przypuszczalnie pamięć słuchowa jest najbardziej charakterystyczna dla grupy muzyków grających na instrumentach smyczkowych, którym łatwiej niż innym grupom instrumentalistów czytać nuty głosem w wyobraźni. W historii literatury muzycznej znane są przykłady skrzypków, którzy uczyli się utworu na pamięć bez grania, a dopiero po całkowitym pamięciowym opanowaniu materiału nutowego przystępowali do wykonania go na instrumencie.

Pamięć ruchowa (spontaniczno-wykonawcza)

Ten rodzaj pamięci jest najsilniej połączony z utwaleniem warstwy ruchowej, czyli pracy rąk, która następuje w miarę ćwiczenia na instrumencie i emocjonalnego zaangażowania w treść muzyczną utworu.

Realizacja ruchowej czynności, choć w dużym stopniu jest kontrolowana przez świadomość, po wielogodzinnym ćwiczeniu nabiera cech zautomatyzowania. Takie zautomatyzowanie ruchów podczas gry może być także utożsamiane z zapamiętywaniem nawykowym, którego przykładem jest zdolność instrumentalisty do przypominania sobie wyeliminowanego przez świadomość utworu po zagranii określonego fragmentu. Podczas publicznego występu taki ruchowy nawyk może pomóc wykonawcy uniknąć pomyłki, a nawet uchronić przed pamięciową katastrofą; np. gdyby zawiodła pamięć słuchowa, wówczas palce, dzięki wielokrotnemu powtarzaniu gry podczas ćwiczenia, wykonują określony fragment na zasadzie serii zautomatyzowanych ruchów.

Pamięć wzrokowa

Pamięć wzrokowa sama w sobie nie odgrywa u instrumentalistów decydującej roli. Z jednej strony pozwala na zakodowanie zapisu materiału nutowego, dzięki czemu muzyk ma w wyobraźni ogólny obraz nutowy i świadomość, na której stronie i w której jego części znajduje się (niezwykle rzadko zdarza się instrumentalista potrafiący określić położenie każdego dźwięku na stronie).

Z drugiej strony pamięć wzrokowa związana jest z obrazem ułożenia rąk na instrumencie i z obrazem całego ciągu ruchów aparatu wykonawczego. Ponadto ten rodzaj pamięci muzycznej połączony jest z dużą wrażliwością dotykową.

Grupą muzyków szczególnie wykorzystującą pamięć wzrokową, zwłaszcza podczas rozpoczynania kolejnej frazy muzycznej są pianiści, gdyż muszą odpowiednio ułożyć dłońe na klawiaturze.

Badania Slobody wykazały, że wszyscy instrumentalisti mają zdolność odtwarzania do siedmiu kolejnych dźwięków już podczas pierwszego czytania utworu. Dzięki temu rodzajowi pamięci instrumentalista wyprzedza wzrokiem grę w stopniu, który umożliwia mu płynne wykonanie utworu już za pierwszym razem.

Pamięć intelektualna

Podstawowym zadaniem tego rodzaju pamięci jest świadome poznanie struktury utworu, jego budowy formalnej i harmonii. Ćwiczenie z wykorzystaniem pamięci intelektualnej powinno opierać się na dokładnym przeanalizowaniu miejsc podobnych, na zdobyciu pewności co do dźwięków, które mają nastąpić po pauzach. Intelpekt muzyka nie może być wyłączony podczas ćwiczenia utworu, ponieważ niemożliwe byłoby zapamiętanie struktury utworu, jego podziału na części, ukształtowania dynamicznego, rytmicznego i agogicznego oraz pokonanie wszelkich trudności technicznych i artykulacyjnych.

Zapamiętaniu intelektualnemu pomaga m.in. samodzielne opracowanie palcowania (aplikatury) oraz ćwiczenie konsekwentnie tymi samymi palcami i smyczkami (w przypadku smyczkowców) określonych fragmentów.

Instrumentalista o zdrowej i pełnej strukturze uzdolnienia muzycznego będzie wykorzystywał wszystkie rodzaje pamięci, gdyż ma świadomość, że wzajemnie się one przenikają, uzupełniają i wzmacniają. Dominowanie któregoś rodzaju pamięci muzycznej jest uzależnione od indywidualnych cech muzyka, jego predyspozycji i umiejętności.

Sposoby ćwiczenia pamięci

W przypadku każdej czynności najważniejsze jest świadome jej wykonywanie. Uczenie się utworu muzycznego polega także na świadomym i umyślnym utrwalaniu go w pamięci. Takie aktywne zapamiętywanie wymaga co prawda dużo więcej wysiłku, ale przynosi też znacznie większe efekty.

Już w latach 40. XX wieku psychologowie muzyki sformułowali wiele zasad skutecznego zapamiętywania, w których zalecali m.in., aby:

- koncentrować się na utworze lub jego fragmencie, który jest jasno określonym przedmiotem uczenia;
- zapamiętywanie stało się nawykiem i zwyczajem podczas codziennego ćwiczenia;
- każdorazowe powtarzanie danego fragmentu polegało na wywołaniu z pamięci pierwszego wrażenia i pogłębieniu go;

- klasyfikować i analizować poszczególne elementy dzieła, co wzmocni świadomość różnych szczegółów wykonawczych i technicznych;
- wzbogacać pamięć przez wyobrażenia pozamuzyczne;
- dążyć do zapamiętywania od razu pewnych całości opartych na frazie muzycznej;
- pamięciowe opanowanie utworu następowało poprzez przypominanie i wywoływanie z pamięci utrwalonych treści;
- stosować krótkie przerwy na odpoczynek;

- utrwalac każdy nowo zapamiętany element, dzięki czemu miałby on zyskać charakter nawyku.

Pamięciowe nauczenie się utworu nie może być ostatnim elementem pracy nad nim, gdyż ogniwo pamięciowe będzie wówczas najslabsze, a przecież powszechnym wymogiem jest granie z pamięci przez cały okres nauki oraz w późniejszej solowej karierze muzyka. Dlatego naukę gry utworu powinno się zaczynać jednocześnie na płaszczyźnie pamięciowej, technicznej i artystycznej.

Przykładem pracy nad utworem, którego nauczenie się miało nastąpić jednocześnie na wszystkich płaszczyznach jest rozstawienie nut po jednej stronie pokoju, a instrumentu po drugiej. Instrumentalista najpierw powinien przejrzeć fragment utworu z nut, kilkakrotnie w wyobraźni, a następnie podejść do instrumentu i zagrać zapamiętany odcinek. Oczywiście, aby osiągnąć efekty takiego utrwalania należy przez kilka dni systematycznie powtarzać powyższy sposób ćwiczenia. Sposób ten wymaga dużego wysiłku umysłowego i samozaparcia, ale jest najkrótszym na pamięciowe opanowanie utworu.

Dla mniej cierpliwych instrumentalistów są oczywiście inne sposoby zapamiętywania, do których należy np. koncentrowanie uwagi na fragmencie aktualnie rozbrzmiewającym, a nie wybieganie myślą w przód lub zastanawianie się nad tym fragmentem, który już minął. Skupienie uwagi na tym, co się aktualnie wykonuje przyniesie najlepsze rezultaty.

Ćwiczenie utworu na pamięć wspomaga także rozwój woli walki instrumentalisty, która w momencie potknięcia podczas publicznego występu może uratować wykonawcę przed porażką. Aby jednak wyćwiczyć zdolność radzenia sobie z drobnymi pomyłkami pamięciowymi podczas całościowego grania utworu, nie należy przerywać po fragmentach, w których nastąpiła pamięciowa pomyłka, tylko grać dalej. Dopiero po całościowym wykonaniu utworu powinno się wszystkie błędnie wykonane miejsca zagrać ponownie z nut, wyćwiczyć i spróbować kolejny raz zagrać utwór w całości. Ten sposób pracy nad utworem jest pomocny w eliminowaniu częstego *zacinania się* w tych samych fragmentach.

Psychologowie zwracają uwagę na to, aby podczas ćwiczenia na instrumencie nie kojarzyć sobie poszczególnych fragmentów utworu z otoczeniem, w którym instrumentalista ćwiczy. Jeżeli muzyk codziennie pracuje w tym samym pomieszczeniu, zaburzenia pamięci mogą pojawić się z momentem zmiany otoczenia, ponieważ zabraknie znajomych elementów dających poczucie bezpieczeństwa. Ponadto stres związany z publicznym występem, zmiana akustyki, wielkości sali, również mogą zakłócić wydobywanie nauczonego materiału. Zalecane jest zarówno częste grywanie przed publicznością, jak i ćwiczenie w taki sposób, aby nie koncentrować uwagi podczas grania na meblach, kolorze ścian czy innych elementach stanowiących wystrój wnętrza.

Najlepszy efekt zapamiętania utworu osiągniemy wówczas, gdy zaangażujemy sferę emocjonalną – muzyk będzie całkowicie świadomy swojej pracy, a gra na instrumencie pozbawiona lęków przed trudnościami technicznymi. Niezwykle ważne jest poczucie własnej skuteczności i wiara w to, że utwór został przez instrumentalistę wystarczająco dobrze i sumiennie przygotowany. Aby jednak muzyk miał takie poczucie, nieodzowna jest aktywność wszystkich rodzajów pamięci, z uwzględnieniem różnic indywidualnych, predyspozycji i skłonności do ćwiczenia poszczególnych osób. ■

Anna Nogaj

Autorka jest studentką V roku Akademii Muzycznej im. F. Nowowiejskiego w Bydgoszczy w klasie skrzypiec na Wydziale Instrumentalnym, studentką IV roku psychologii na Akademii Bydgoskiej im. Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy. Studiuje też na poddyplomowym Studium Psychologii Muzyki przy Akademii Muzycznej im. F. Chopina w Warszawie.

LUK Autoryzowany
SERWIS przedstawiciel
firmy Yamaha
w zakresie
Instrumentów dętych

- naprawy gwarancyjne,
- pogwarancyjne,
- sprzedaż Instrumentów nowych i używanych,
- skup Instrumentów,
- sprzedaż akcesoriów.

www.lukserwis.com.pl
Os. Rusa 13, 61-245 Poznań
tel./faks 0-61 876 90 55
GSM 0601 70 65 32

Twoja Muza