

AKADEMIE MÚZICKÝCH UMĚNÍ V PRAZE

HUDEBNÍ A TANEČNÍ FAKULTA

N8201 Hudební umění

8201T090 Zpěv

DIPLOMOVÁ PRÁCE

**SUBJEKTIVNÍ POZOROVÁNÍ PĚVECKÉ TECHNIKY ZA VLASTNÍ
DOSAVADNÍ VÝVOJ S PŘÍHLÉDNUTÍM NA PĚVECKÉ IKONY
ZABÝVAJÍCÍ SE JÍ**

Magdaléna Malá

Vedoucí práce: odb.as. Nalalia Melnik

Oponent práce: doc. Helena Kaupová

Datum obhajoby: 4.6.2018

Přidělovaný akademický titul: MgA.

Praha, 2018

THE ACADEMY OF PERFORMING ARTS IN PRAGUE

MUSIC AND DANCE FACULTY

N8201 Musical art

8201T090 Singing

DIPLOMA THESIS

**SUBJECTIVE OBSERVATION OF SINGER TECHNICALITY
DURING OWN ACTUAL PROGRESSION INCLUDING
PREOCCUPATIONED SINGER ICONS**

Magdaléna Malá

Supervisor: spec. as. Natalia Melnik

Opponent: doc. Helena Kaupová

Date of advocacy: 4.6.2018

Allocated academic degree: MgA.

Prague, 2018

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem magisterskou práci na téma

SUBJEKTIVNÍ POZOROVÁNÍ PĚVECKÉ TEHNIKY ZA VLASTNÍ
DOSAVADNÍ VÝVOJ S PŘIHLÉDNUTÍM NA PĚVECKÉ IKONY ZABÝVAJÍCÍ
SE JÍ

vypracoval(a) samostatně pod odborným vedením vedoucího práce
a s použitím uvedené literatury a pramenů.

Praha, dne

.....

podpis diplomant

ABSTRAKT

Tato diplomová práce se zabývá dosavadním pozorováním pěvecké techniky nejen u sebe samé, ale i v pedagogické činnosti většiny svých dosavadních profesorů. Zaměřuje se především na některá úskalí v pěvecké technice i na podrobnější rozbor anatomicko-fyziologických funkcí. Práce taktéž mapuje i vlastní dosavadní vývoj a reflexe na něho.

Klíčová slova: Pěvecká technika, pěvecký vývoj, anatomie, fyziologie, sborový zpěv, deklamace, frázování, rezonance, koloratura, pedagog

ABSTRACT

This thesis deals with the current singing-technic observations myself and pedagogical proceeding most of my actual professors. It focused especially on the difficulty in singing technic and also on the analysis of anatomical-physiological functions, in detail. This work also charts actual progress and reflexion on that.

Keywords: Singing technic, singing progress, anatomy, physiology, choir singing, declamation, phrasing, resonance, coloratura, pedagogue

„Touto cestou bych ráda poděkovala všem svým dosavadním profesorům za jejich energii a znalosti, které mi byly poskytnuty. Poděkování patří rovněž mé současné pedagožce Natálii Melnik a všem, kteří mě podporovali po celou dobu studia a veškerého pěveckého počínání.“

OBSAH

ÚVOD	8
1 PĚVECKÉ ZAČÁTKY	9
1.1 UVĚDOMĚNÍ PRVNÍCH TECHNICKÝCH PŘEDPOKLADŮ	9
1.2 ROZHOVORY S EVOU KUBEČKOVOU	11
2 ANSÁBLOVÝ A SBOROVÝ ZPĚV-VÝHODY I NEVÝHODY	16
3 ANATOMIE A FYZIOLOGIE ZPĚVU	18
3.1 HARDWARE	18
3.2 SOFTWARE	39
4 DEKLAMACE	43
5 PROŽITEK A EMOCE	45
6 DYNAMIKA	47
6.1 PROSLULÁ PIANISSIMA	47
6.2 FORTISSIMO NEBO KŘIK	48
7 FRÁZOVÁNÍ	49
7.1 LEGATO A LINIE	49
8 POUŽITÍ HLAVOVÉ A HRUDNÍ REZONANCE	50
8.1 HLAVOVÝ TÓN	50
8.2 PROPOJENÍ REJSTŘÍKŮ	51
9 NOČNÍ MŮRY PĚVECKÉ TECHNIKY	53
10 KOLORATURA	56
10.1 POTŘEBNÉ KVALITY PRO TENTO DRUH OBORU	56
10.2 INTONACE	57
10.3 TECHNIKA	57
11 LYRICKÝ TYP HLASU	59
12 TECHNICKÉ MEZNÍKY	60
13 POP VERSUS KLASIKA	62
14 PEDAGOG	63
15 PŘÍSTUP	67
16 VLASTNÍ PEDAGOGICKÁ ČINNOST	68
16.1 PÍSEMNÝ ROZBOR HODINY	68
17 SPLNĚNÍ CÍLŮ DIPLOMOVÉ PRÁCE	70
18 ZÁVĚR	71
19 POUŽITÁ LITERATURA	72
20 VYSVĚTLIVKY	76

Rozsah diplomové práce:

Počet stran: 76

Počet obrázků: 29

Přílohy: CD-ROM

*Kompletní práce ve formátu *.pdf*

*Kompletní práce ve formátu *.docx*

*Životopisy a reference studentů ve formátu *.pdf*

*Graf ve formátu *.xls*

*Zvuková stopa ve formátu *.mp3*

Seznam použitých zkratk

mm.	v anatomii musculi,	mn.č.-svaly
m.	v anatomii musculus,	j.č.- sval
n.	v anatomii nervus,	j.č.- nerv
nn.	v anatomii nervi,	mn.č.- nervy

Pozn.: V seznamu nejsou uvedeny symboly a zkratky všeobecně známé nebo používané jen ojediněle s vysvětlením v textu.

ÚVOD

Téma magisterské práce reflektuje dosavadní účast v pěvecké oblasti. Téma bylo zvoleno především proto, aby obsáhlo stávající zájmy a poznatky zejména během studia na Akademii Múzických Umění. Práce je pojata trochu více ze široka a popisuje nejčastější témata týkající se především pěvecké techniky. Pro obsáhlost tématu jsou do práce zakomponována taková podtémata, která ovlivňují každodenní pěvecké počínání. Práce je podložena jak vlastní zkušeností, tak poznatky, které jsou reflexí vlastní pedagogické činnosti, které je věnována celá poslední kapitola. Práce by měla obsahovat bližší zabývání se pěveckou technikou se vším podstatným, co se jí úzce dotýká. Taktéž obsahuje názory a poznatky důležitých profesorů zpěvu, kteří se podepsali jak na rozvoji mé pěvecké techniky, tak i na formování vlastní hudební identity, kterou práce nebude opomíjet.

Práce je tedy podepřena o rozhovory s nimi a o literární prameny, které byly inspirací pro podstatnější a podrobnější bádání. Vzhledem k faktu, že se jedná o subjektivní pozorování, práce je zahájena vlastním uvědomováním si pěvecké techniky a jejich základních funkcí. Zde se opírá o svědectví paní DiS. Evy Kubečkové, která byla prvním pozorujícím a korigujícím faktorem technických dovedností. Práce zmiňuje také klady i úskalí sborového zpěvu, vzhledem k vlastní účasti. Okrajově se dotýká i techniky v jiných hudebních žánrech kromě klasiky, vzhledem ke skutečnosti, že není mou jedinou pěveckou aktivitou. Práce se zabývá také předpoklady, které by měl zpěvák mít, aby mohl bez problému fungovat v hudební oblasti. Zmíní vybrané hlasové obory a jejich specifikace. Zrekapituluje poznatky z období konzervatoře, popisuje vlastní počínání v období bez hlasového pedagoga a samozřejmě období na Akademii Múzických Umění, kde se vyjádří jak paní Yvona Votavová Škvárová, tak nynější pedagožka odb. as. Natalia Melnik.

Cílem celé práce je podělit se o poznatky z této nikdy nekončící cesty a ucelit je do srozumitelných rovin, kterých se nám často v odborných textech nemusí dostávat, ačkoliv tato práce je nemá v žádném směru nahrazovat. Přestože celý zpěv je z velké části dosti abstraktní záležitostí, motivací je pojmenovat to, co většinou zůstává na tzv. vnitřním hmatu. Tato práce má především obsahovat dostatečné, přehledné a konzistentní informace o pěvecké technice v praxi, včetně anatomicko-fyziologických poznatků, souvisejících se zpěvem. Lidský hlas je velmi křehký nástroj a barva, výška, kvalita i emoce jsou vnímány velmi individuálně. Přesto jsou některé tzv. veřejné pravdy, které budou v práci zmíněny. Jsem si vědoma, že zkušenosti mého věku mohou být poněkud omezené, přesto se práce pokusí zúročit a potvrdit veškerý dlouholetý zájem o témata, která jsou jejím předmětem.

1 PĚVECKÉ ZAČÁTKY

Je odborně doloženo, že všechny děti s anatomicko-fyziologickými předpoklady lze hudebně rozvíjet i vzdělávat. Zejména v dětském věku se jedná o velmi přirozenou záležitost propojenou nejen s fyzikem, ale také s duševní stránkou. Vliv na dítě v hudebních začátcích má hudební výchova v rodině, i prostředí mimo ni. Často dítě ovlivňuje i v běžných situacích. Podmínkou rozvoje je dozrávání nervových struktur, což je záležitost jak genetická, tak záležitost získaná zkušeností. Tímto způsobem je zahájen hudební vývoj jedince. Z toho by mělo ideálně vyplynout nadání pro hudební konání. Jedná se o spojení vrozených i získaných dispozic. Takové nadání je rozpoznatelné již v předškolním věku. Nadání mnoha dětí vyústí v profesionální hudební činnost. Je nutno podotknout, že nadání jedince nemusí být podmíněno radostí a přesvědčením hudbu dělat na profesionální úrovni. První šestiletí v životě dítěte hraje ve vztahu k hudbě významnou roli. Do třech let se rozvíjí hlavně sluchová dominanta, kdy se batole soustředí zejména na zvuky. V období mateřské školy se bujně rozvíjí sluchový a motorický analyzátor. Je to zároveň nejvhodnější období pro výběr nějakého hudebního nástroje.¹ Zpěv v předškolním věku je ještě velmi citlivá záležitost, neboť hrtanové svalstvo spolu s hlasivkovými vazami a úpony není ještě zcela vyvinuto. Z toho důvodu kmitají v zásadě jen hlasivkové štěrbiny. Proto se doporučuje nepřepínat síly dítěte a respektovat přirozený rozsah. Zároveň se odкрývají některé logopedické i respirační problémy, které je třeba hned v základech začít společně s rodiči řešit.

Subjektivní reflexe: Jako u většiny dětí s hudebním sluchem bylo prvotní zařazení do pěveckého sboru na základní škole. Tam bývá prioritou základní intonace a rytmus. Protože bylo během poměrně krátké doby zřejmé, že repertoár i požadavky jsou hravě zvládnutelné, po náboru do základní umělecké školy v Červeném Kostelci, byl zpěv cíleně rozvíjen. Paralelně byl navštěvován úspěšný pěvecký sbor i hodiny sólového zpěvu.

Taková práce byla podmíněna velkou motivací a zájmem. Ze začátku byla pozornost zaměřena hlavně na rozsah, který se díky podrobnější technice rychle zvětšoval. V živé paměti je práce s dechem, i když se samozřejmě za ty roky dechová technika ještě několikrát kompletně změnila. Jak zaměřením na místo, kam se dýchá, tak i kapacitně.

1.1 Uvědomění prvních technických předpokladů

Dle rozhovoru s první učitelkou Evou Kubečkovou, bylo zřejmé, že již při náboru v České Skalici, měla jasné požadavky. Díky nim měla dané parametry, podle nichž se dalo nemylně poznat, zda přítomný adept má, či nemá předpoklady pro studium pod jejím vedením. Každý z přítomných zazpíval lidovou píseň, intonoval tóny po zaznění klavíru, vytleskal rytmus. Na otázku – co ji na mně zaujalo, odpověděla takto: „Na Tobě mě zaujal zájem a určité nasazení při zpěvu. Přirozeně našpulená pusa a poměrně dost otevíraná ve srovnání s jinými žáky. Slušná intonace a jakási intuice-hned jsem si říkala, že jsi rozená zpěvačka.“

¹ O vzdělávání dítěte v předškolním věku píše i J.A. Komenský v knize Informatorium školy mateřské

Subjektivní reflexe: Poměrně dost otevíraná pusa se o několik let později u paní Škvárové naopak mírnila-zejména ve spodní poloze a na přechodových tónech. U mě samotné byla reflexe v tomto věku poměrně bystrá. Motivací byly pěkné písně, na které chyběla ještě adekvátní technická vybavenost. Na to konto byla cvičení markantnější, aby mohl být repertoár zpíván. V takovém období se řeší vyváženost a kompaktnost hlasu, při které je potřeba neustálá kontrola aprobovaného pedagoga, kterým p. Kubečková byla. Na takové úrovni se ještě opomíjela spousta pojmů, se kterými se pracovalo až mnohem později, jako například krytí. Bylo to v dané době pravděpodobně lepší, neboť při špatném pochopení a nedostatku zkušeností by se mohl zavřít krk, nebo deformovat výslovnost. Často se stává, že právě při snaze krýt se vyskytne vedlejší nežádoucí účinek, kterým je například neklid zvuku. I když se krytí považuje za přímo německý zlozvyk, je nešvarem mnoha zpěváků, kteří mohou mít mylný dojem, že tvoří, barevný, kulatý tón. Co se týkalo kulturní morálky, bylo ji pozhnaně. V tomto období ještě nestála v překážce přílišná tréma, spíše naopak. Potřeba předvést nové dovednosti byla větší. Pravidelné besídky nabízely možnost si ověřit, jaká je technická a výrazová schopnost před diváky, včetně souhry s klavírem. V takové fázi se trénovala obecně hlavně intonace a výraz, případně základní dynamika. Díky početným lidovým písním bylo snadné seznámit se s bohatým repertoárem.

Ve vlastní pedagogické činnosti je pro pěvecký začátek lidová píseň téměř nepostradatelná. Aplikuje se na ni aktuální technika včetně všech náležitostí jako je frázování, výraz atd. Často se texty těchto písní nejprve četly, což pak napomohlo přirozenému frázování, odkud kam fráze směřuje. Paní Kubečková velmi bážovala na precizní výslovnosti, což bylo potom na konzervatoři vítáno a stalo se tak jednou z hlavních předností. Negativem ovšem bylo, že na úkor „precizní“ výslovnosti, byly konsonanty daleko od sebe. Úzké i široké vokály byly neuspořádané, což mělo o několik let později za důsledek to, že při přechodu k paní Natalii Melnik se skoro celý rok pracovalo jen na tom, spolu se střední polohou. Je ale pochopitelné, že dítě ve věkovém rozmezí 7-15 let musí nejprve ovládat základní rámec pěvecké techniky a na ní potom následně stavět. Pracovalo se i na repertoáru v cizím jazyce, nedá se to ale jistě v žádném směru přirovnat k detailnosti, která je zapotřebí například nyní. V období mutace se veškerá práce postavila jinak, což svědčilo o znalostech a zkušenostech učitelky.

Pokud se totiž zastavíme nad pojmem mutace, jedná se o tzv. „přerod“ v základním stavu živého organismu, ať už se jedná o rostliny, zvířata, nebo lidi. Znamená to tedy, že se dětský hlas vyvíjí v dospělý. Je potřeba brát v potaz, že každé lidské tělo je nastaveno individuálně. Proto doba, průběh i intenzita mutace, je taktéž odlišná. Projevy mutace mohou začínat přeskokováním hlasu, dušností, neschopností jít do výšek, zvýšenou únavou během zpěvu i po něm. Je zajímavé, že tělo je vystaveno podobnému stavu, jako žena v přechodu².

Eva Kubečková popisuje mutačním obdobím takto: „Je potřeba méně zpěvu, více povídat, je to příležitost poznat toho žáka ještě trochu jinak. Je potřeba používat lehčí hlasová cvičení, zbytečně nepokoušet výšky. Je důležité se sice šetřit, v žádném případě ale nepřestávat úplně. Jsou statistiky, které říkají, že ten, kdo přestane zpívat

² To vysvětluje fakt, proč se mnohé zpěvačky po přechodu začínaly technicky znovu učit zpívat. Také je to pravděpodobně důvod, proč mnohé úspěšné pěvkyně berou hormony na podporu menstruace-aby tento problém nemusely řešit.

úplně, prochází potom mutací ještě mnohem déle. To, co žákovi vyhovuje, by měl každý pedagog poznat. Je zapotřebí volit jednodušší program“

Vlastní reflexe: Za dosavadní pedagogickou praxi se osvědčila snaha u žáků rozvíjet to, co i za období mutace jde a lze- frázování, výslovnost, dynamika, rozbor skladeb, střední poloha. Převládá zkušenost, že zatímco dříve dívky mutovaly a menstruovaly v patnácti letech a déle, dnes už se tato situace řeší okolo dvanáctého roku, někdy i mnohem dříve. V takovém případě se musí pedagog spoléhat na své dobré uši a zdravý úsudek. Umět analyzovat problém a vědět, jak ho odstranit.

U začátečníka se předpokládá neuspořádanost a chaotičnost, jak píše Lohmannová. Za začátečníka se zpravidla považuje i ten, jenž už hodiny zpěvu absolvoval, ale pěvecké souvislosti nevstřebal, postrádá pěveckou představu i řízení takových funkcí a není schopen převést informace do praxe a dle potřeby je tak užívat. Pakliže pedagog u začátečníka delší dobu hřeší na jeho dispozicích a talentu, žák se většinou stává častým návštěvníkem hlasového lékaře, není-li vlastníkem tzv. „přírodního hlasu.“

Skeptik se ptá: není v prvním angažmá až moc „jevištních začátečníků“, kteří jsou současně začátečníky pěveckými? A nejsou někteří z nich odsouzeni k trvalému začátečnictví?[1]

Vlastní reflexe: V tomto případě je žádoucí, že existuje prostor, kde je možnost si jako sboristka tzv. „ochodit“ jeviště a pracovat na sobě.

1.2 Rozhovory s Evou Kubečkovou

Protože základy ze ZUŠ jsou předpokladem pro konzervatoř, DiS. Eva Kubečková byla požádána, aby odpověděla na pár dotazů, ke kterým je zakomponována vlastní reflexe. Zájem kapitoly je především pokrok ve vnímání tehdejších a současných. Přestože paní Kubečková byla a stále je velkým vzorem, některé odpovědi zahrnují tvrzení, s kterými neshledávám shodu, což je, myslím, známkou přirozeného vývoje a zdravé reflexe. Známkou toho, že se jako hudební osobnosti stále vyvíjíme.

Otázka:

Po jaké době a proč jste usoudila, že jsem vhodný kandidát na přijímací zkoušky na konzervatoř? Jaká byla náročnost našeho programu a příprava na samotné zkoušky?

Odpověď:

„Po jaké době si přesně nepamatuji. Tak nějak to vyplynulo z naší společné práce a z Tvého zájmu. Co se týče programu - v 15- ti letech, kdy jsi přijímačky dělala, moc výběr není, vzhledem k tomu, že hlas ještě zcela není po mutaci. Určit jsem vybrala pomalou i rychlou píseň Ferdinanda Sládka-Můj poklad. Co se práce týče, chtěla jsem po Tobě nejen intonaci, ale aby hudba, kterou zpíváš byla procítěná-aby to byla tzv. hudba živá a aby ti posluchači uvěřili. Před zkouškami jsme zkoušeli minimálně dvakrát týdně s korepeticí. Bylo vhodné, abys to zpívala na několika besídkách a program se tak usadil.“

Výstup diskuze:

V takovém věku je vážně obtížné najít plný kompaktní zvuk, obzvláště, prochází-li student zrovna obdobím mutace. Jedna má studentka se tento rok dostala na zahraniční univerzitu Berkeley College v Bostonu, zde je zřejmé, že talent jako předpoklad by měl být samozřejmostí. Pozornost byla zaměřena kromě techniky samotné na ty malé detaily, které odlišují dobré pěvce od těch výjimečných. Řeč je zejména o osobitém projevu, respektování dynamiky a vystupování i vyzařování. Práce probíhala čtyři dny v týdnu.

Otázka:

Jaké fáze z hlediska techniky (dech, frázování, rozsah, výslovnost) jste na mně uplatňovala? Popište prosím popis rozvíjení kvality hlasu.

Odpověď:

„Tak jako se všemi žáky, i u Tebe se projevila problém s přechodovými tóny-mezi e1, f1, g1 a pak d2 a e2. Při zpěvu výslovnost automaticky klesá. Říkám žákům, aby měli pocit přehnané výslovnosti-na posluchače to pak působí zcela přirozeně. Frázování by mělo vycházet z logické přirozené výslovnosti-tak, jak jsme zvyklí mluvit. Dech je do určité míry také dispozice. Zatímco někdo se může snažit sebevíc, má určitou kapacitu, jiný to má přirozeně dané a nemusí přemýšlet, kde a jak se nadechnout, Rozsah se dá samozřejmě studiem rozšířit, ale též hodně záleží na vrozených dispozicích, ovšem existují výborná dechová a intonační cvičení. Já používám nejčastěji Blanku Chládkovou. Něco mám z různých seminářů a kurzů, ze studií na konzervatoři a z HAMU. Vždy jsem říkala, že hodně záleží i na psychice. Doporučuji cvičit rozsah a rozezpívání bez klavíru. Ten, kdo nemá absolutní sluch a neví, kde přesně zpívá, se nestáhne. Rozhodně to vše vyžaduje individuální přístup.“

Výstup diskuze:

Přehnaná výslovnost ano, ale šetrně. Pokud se taková věc špatně nebo nedostatečně vysvětlí, mohou z toho do budoucna plynout hodně špatné návyky, které se pak velmi těžko odstraňují (například „přeotevřená“ pusa-tzv. „stržená brada“). Zpěv sám o sobě tak přirozený, jak si myslíme, není. Opera sama je velmi afektovaná a lidé platí především za emoce. Pořád ale platí zásada, že pokud není dostatečná technika na to, abych se zazpíval kvalitní tón na d3 na vokál „i“, bude milejší, že samohláska nebude příliš čestná, ale vykompenzuje ho zvukově kvalitní tón, který je volný a nesvazuje ho úzký vokál. Nedílnou součástí jsou vrozené dispozice- těm bude věnována pozornost u grafu, kde jsou porovnány dva důležité aspekty pro pěvecký pokrok- talent a píle. Systematickým cvičením lze vše vypilovat. Každý má své limity-to je jiná záležitost, ale vlastní zkušenost potvrzuje, že nad d3 se dá snadno dostat, přestože o tom probíhaly velké pochyby. Časem byla zjištěna příčina, tedy špatně nastavená pozice a tlak dechu, uvolněnost krku a koncentrovanost tónu v oblasti rezonančních dutin. Kdyby tedy tenkrát primárně nebyl mezník řešen, stal by se z tónu d3 limit. Došlo by tak ke smíření s tímto limitem, místo rozvíjení dispozic. V současné době se konkrétně tón d3 zpívá mnohem rezervovaněji, což už je samo o sobě velikou odměnou.

Otázka:

Jaké byly mé přednosti a slabiny?

Odpověď:

„Přednost byla rozhodně, že jsi chtěla v hudbě něco dokázat, že Tě to bavilo a vcelku ti to šlo. Na hodiny s Tebou jsem se vždy těšila-cítila jsem, že na té hodině něco uděláme. Přemýšlela jsi o tom, což je u zpěvu zapotřebí stejně jako například u matematiky. Slabiny- tak byla jsi paličatá. Někdy jsi se zasekla a nebylo s Tebou k hnutí. Muselo se na Tebe velmi opatrně. Měla jsi své starosti a tajnosti. Možná, kdyby ses mi víc otevřela, byla by naše práce ještě lepší a obohacující pro obě strany. Tvá maminka je úžasná, Magdi, važ si jí. Jezdila s Tebou roky na hodiny do Kostelce.“

Výstup diskuze:

To, že se na hodině učitel se studentem pokaždé někam posune, je velká odměna a také bonus, stejně jako to, že žák příští hodinu neopakuje sto procent stejných chyb. Přemýšlení u zpěvu, tedy hudební inteligence, je důležitý předpoklad, který v budoucnu ušetří oběma stranám hodně času a energie. Paličatost v pubertálním věku může být celkem častý jev. Když se zamyslím nad vlastní pubertou, musela jsem ten zpěv opravdu hodně milovat, neboť to bylo období plné vzdoru a hledání sama sebe. Padesát procent mých studentů tvoří právě adolescentní jedinci a je pravda, že každý z nich si vyžaduje individuální přístup. Na místě jsou způsoby a kompromisy, jak je přesvědčit, že se jedná o společný zájem a dá se vše pojmout odlehčeně a s radostí. Přesto je potřeba neztrácet autoritu ani produktivitu na hodinách. Otevřít se profesorovi je vždy dobré, ovšem, před dvanácti lety bylo vše viděno zcela jinak. Psychika jedince podporuje výkon a pocit při zpěvu, ovlivňuje i tělo, které pak všechny úkony dělá s neuvěřitelnou těžkostí a námahou, přestože už je velmi dobře zná. Pokud se nejedná o zdařilého profesionála, který už se umí „nastavit“, může si tím dítě v takovém období i velmi ublížit (zavření krku).

Otázka:

Co je podle Vás nejtěžší ve zpěvu žáka naučit?

Odpověď:

„Naučit žáka vytrvalosti, trpělivosti, chtění, naučit ho milovat hudbu. Co se týče techniky- mutace je choulostivá věc. Důležité je, aby to žáka nepřestalo bavit ani v období, kdy mu to příliš nejde. Ale pokud na to student má a chce, je většinou vše snazší. Jedná se o titěrnou práci, aby se z lidského hlasu stal kvalitní a stabilní hudební nástroj. Říkám svým žákům, že je to nejcennější nástroj-nedá se koupit.“

Výstup diskuze:

Vytrvalost je do určitého věku otázkou vedení. Z velké části hlavně rodiči, i když u mě osobně za celý dosavadní vzdělávací proces nebyl potřeba žádný tlak ze strany rodičů. Chtíč a trpělivost spolu úzce souvisí-pokud bude žák chtít něco dokázat, bude vědět, že bez dalších podnětů to nepůjde. Hodiny v období mutace já osobně stavím úplně jinak. Rodiče upozorním na to, že jejich dítě prochází touto fází a seznámím je s tím, jak by naše hodiny po dobu trvání mohly vypadat. Hodina zahrnuje poslech, jejich názor, popřípadě srovnání, cvičíme rytmus, seznamujeme

se s repertoárem trochu jinak- z kterého je období, v jakých podmínkách bylo komponováno, jakou má formu. Toto vše se snažím samozřejmě promítat i do hodin, kde žáci mutací neprocházejí. Tam je to všechno samozřejmě rozloženo do delšího horizontu, aby se stihlo také zpívat. Ano, jedná se o titěrnou práci, s kterou úzce souvisí mnoho faktorů. Málokdo o tom živém nástroji ale žákovi podá konzistentní informace, a to mě trochu udivuje. Spousta mých kolegů a kolegyně nad tím jen mávne rukou, ale jak má pak student vědět, jak vše používat, když ani neví s čím pracuje.

Otázka:

Jak hledáte se svými žáky hlavový tón?

Odpověď:

„Hlavový tón hledám samozřejmě cvičeními sestupnými. Vynikající je kniha Dr. Alenky Tiché, ze které též čerpám- jsou v ní různá cvičení formou hry a podobně- houkáme, kukáme, zpíváme na RRRR. Také konsonant J je skvělým navoditelem hlasové rezonance. Pomáháme i fyzickým protipohybem (když melodie stoupá, jdeme do podřepu a naopak). Propichujeme tón ukazovákem- mám to osvědčené a myslím, že se mi to i daří. Na všech světových soutěžích velmi obdivuji zvuk mého sboru, hlasovou průpravu obecně.“

Výstup diskuze:

Taková cvičení provázela celé pěveckého počínání, což je pozitivní skutečnost. Paní Melnik se ji hodně věnovala a stejně tak i paní Škvárová. Je ovšem zcela běžné, že zatímco některý pěvec hledáním takového tónu stráví několik let, pro někoho je tato záležitost spíše udržovacím faktorem. Naopak střední poloha a vyváženost hlasu byla na velmi dlouhou trať, a ještě stále je.

Otázka:

Jaký vliv na mě měl sborový zpěv? Jaký máte názor na to, že sborový způsob zpěvu kazí technické návyky sólisty?

Odpověď:

„Myslím si, že sborový zpěv má na Tebe i každého jiného zpěváka obrovský vliv v kladném slova smyslu- co se týče muzikálnosti, uvolněnosti, vnímání harmonie ve vícehlasu, intonaci. Sboristé výborně intonují a nedělá jim pak problém zpívat těžké disonanční party. Nesouhlasím s tím, co spousta pedagogů na konzervatořích říká, jsou v tom často i jiné důvody, především, že chtějí mít žáka jen pro sebe a plně pod kontrolou. Pokud sbormistr studoval hlasovou výchovu a zpěv a umí si pohlídat své sboristy, pak nevidím problém- naopak je to pro budoucího sólistu velká přednost, jestli prošel kvalitním sborem.“

Výstup diskuze:

Sborový zpěv je jeden z faktorů, který přispívá k lepší snášenlivosti vystupování na veřejnosti. Rozšiřuje přehled o repertoáru. Z hlediska sociálního je aktivní účast v takovém tělese zcela zřejmá. Pokud zpěvák zpívá šetrně a chytře a nesnaží se „přezpívat“ polovinu sboru, jedná se mnohdy o skvělou záležitost. Ve sboru Národního divadla byl vyšetřen prostor pro vyřešení spousty technických nedokonalostí, které byly aplikovány i do běžného pěveckého provozu. Bohužel, sborový zpěv je všeobecně hodně podceňován. Před nástupem do sboru ND byla

postrádána představa, co vše se za tím skrývá, přestože sborová zkušenost je v tomto případě značná.

2 ANSÁBLOVÝ A SBOROVÝ ZPĚV-VÝHODY I NEVÝHODY

Okolo roku 1600 se začal rozvíjet sborový zpěv. Spolu s ním se začal více vnímat lidský hlas a sborová soudržnost. Jak z hlediska čistě hudebního, tak z hlediska síly a svobody slova. V té době se hlasy velmi striktně vybíraly a podmínkou byla sólistická průprava. Zároveň byly sbory spolehlivým zdrojem státního kapitálu, který představoval mezinárodní význam a postavení v kultuře

Na jedno bychom při chvále sborového zpěvu neměli nikdy zapomenout: na chválu lidské vzájemnosti. [2]

Pro práci v kolektivu musí mít člověk povahu. Dle zkušeností by neměl být konfliktní, nafoukaný, ani příliš vyčnívat, ať již v pozitivním či opačném slova smyslu. Odměnou je mu pocit sounáležitosti, kolektiv, přátelské vztahy a sdílená radost z práce.

Opera je umělecký druh pospolitosti. Svoji uměleckou platnost může dokázat jedině jako dílo ansámblového umění. Duch souborové sounáležitosti je tím, co ve frekventovaných zkouškách (a dále v dlouho reprízovaných představeních) vystaví dílo k dokonalosti-k jednotě, jaké by žádným jiným způsobem nikdy nemohlo dosáhnout.

Subjektivní reflexe: Pokud se bavíme o sborovém zpěvu, jednota, kolektiv a vztahy vně tělesa jsou nedílnou součástí. Tzv. ansáblová kultura tak jednoznačně dostává svého označení. Jednou z nedílných pozitivních zkušeností je spontánnost a hudební myšlení v komplexnějším kontextu. Kdyby byla pozornost zaměřena pouze na sólové role, pravděpodobně by unikala celková představa. Nedošlo by asi na sborové party a znalost díla by tak byla omezená. Další osobní zkušeností je tedy komplexnost repertoáru a vzdělanost sborových zpěváků. V praxi to mělo za následek větší zvědavost ohledně sborového repertoáru a jejich částí. Týká se to velkého množství oper českých i zahraničních. Některé sborové party jsou velmi technicky náročné a stává se tak občas, že je celkem obtížné je zcela věruhodně provést. Sbor obsahuje nejen technicky dobře vybavené pěvce. Proto je úroveň díla závislá na zdatnostech dirigenta (ať už tempových nebo jiných) a technických možnostech členů sborů. Ne každý svoje technické dovednosti dále rozvíjí, čímž tak udává limity celému tělesu.

Zato by však mladí pěvci měli hodně chodit na dobré sborové koncerty, naslouchat zpěvu se zaujetím a uvědoměním a těšit se spontánností pěvců-onou spontánností, kterou snadno může zahrabat příliš seriózně a schematicky provozované kulturní úsilí o umělecký projev.[3]

Kdo se chce stát pěvcem, neměl by zpívat ve sborech dospělých. Pěvec musí mít na mysli nejprve budování svého zvukového smyslu, své schopnosti přípravného formování, své zvukové představy, na nichž se učí formovat hlas. Tento dlouhotrvající proces nesnese, aby se narušoval zpěvem, při němž člověk především nemůže sám sebe slyšet, řídit a posoudit.[4]

Subjektivní reflexe: S touto problematikou se potýká spousta kolegů, kteří bilancují mezi sólovými a sborovými ambicemi. Prvním a jediným cílem by mělo být zaměření stát se kvalitním zpěvákem a následně až řešení případných příležitostí a voleb. Velmi často je to příčina nespokojených výroků o tom, jak je nespravedlivé,

že někdo zůstal „jenom“ ve sboru. Kde je potom pokora potřebná pro jakýkoliv druh výkonu kvalitního umění? Pravdou je, že takový proces může být mnohdy velmi demotivující, nestanoví-li si každý jedinec své individuální priority. Je zapotřebí najít způsob, jakým korigovat sebe samu za chodu sborového procesu.

„Tlumit svou barvu je něco jiného, než ji naopak hledat a otevírat se. Ve vašem případě je výhoda v tom, že umíte dobře tiše zpívat. To já bych třeba nemohla, ne každý má znělé piano. To je nejen otázka techniky. I ve světě jsem se setkala s lidmi, kteří zpívali ve sboru. Jakmile ale dostávali menší role, tak toho sboru nechali“, tvrdí profesorka Melnik. I profesorka Yvona Škvárová odpověděla na otázku, co si myslí o zpívání ve sboru v případě pěvce, který plánuje sólovou dráhu takto: „Myslím si, že je to neslučitelné. Obzvláště u toho sopránů, kdy sborový part je velmi náročný a utáhnout celý život ten sborový part- na to člověk musí opravdu umět zpívat, i když není sólista. Je tam určitě spousta krásných hlasů, kteří by se jako sólisti uplatnili, ale třeba na to nemají nervy. Zažila jsem spoustu sopránů, které potom musejí přejít do jiných hlasových oborů, protože už to prostě neutáhli. Je to celkem běžné, až samozřejmé. A myslím, že se zde musí najít i určitý způsob, jak to vydržet. Neříkám se ulejšvat, ale je to trošku něco jiného.“

Subjektivní reflexe: Zde došlo k jednoznačné shodě, protože jde o zcela jiný způsob a také o jiný přístup. Je to zároveň možnost, jak pěstovat měkčí způsob zpívání a nenechat se strhnout manýry ostatních, které jsou někdy jasně slyšitelné. Je to příležitost nepodlehnout ani svým špatným zvyklostem. Pravidelné zpívání ve sboru k tomu dává každodenní možnost.

Jedná se o určitý způsob svobody (v tom smyslu ujasnit si některé technické nedostatky) a pravidelně trénovat přímo v repertoáru sboru. Místa, která činí opakovaný technický problém, je potřeba doma trénovat a následně za pochodu sledovat pokrok. Znamenalo to mírně omezit sólový repertoár, ale přesto se toto technické pozorování vyplácí stále více. Při příchodu do sboru Národního divadla nechyběly obavy ohledně ztráty technických návyků, které se s profesorkou Yvonou Škvárovou budovaly. Pan šéf-sbormistr Pavel Vaněk ale spoléhá na technickou zdatnost většiny členů a tuto stránku věci nechává většinou ve vlastní režii, dostojí-li se jeho zvukovým představám. Zatímco ve sboru malých dětí funguje překřikování zcela běžně, v divadle se tento problém řeší jen zřídka, přesto není úplně eliminován.

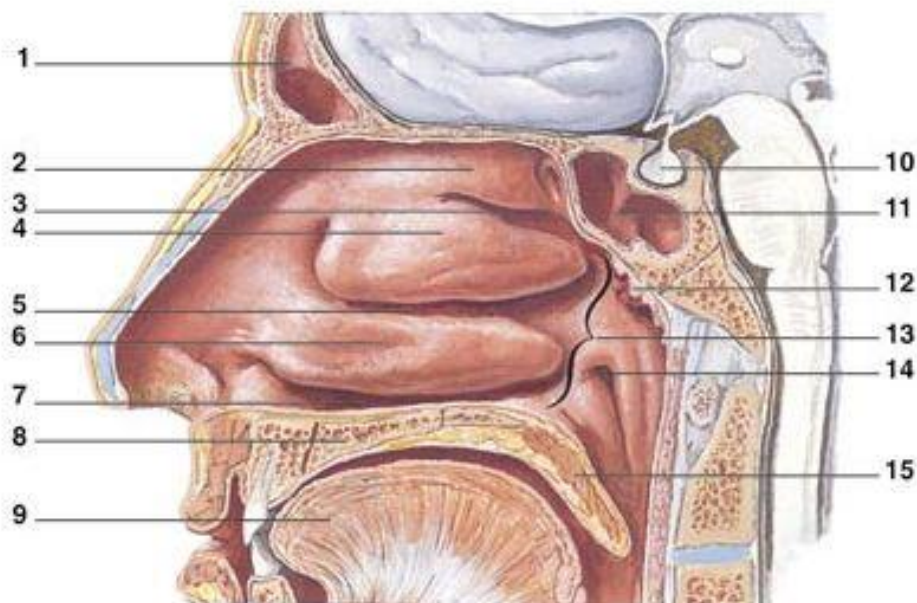
3 ANATOMIE A FYZIOLOGIE ZPĚVU

Podrobněji jsou funkce pěveckého aparátu popsány níže. Ke zpěvu využíváme anatomické struktury, které primárně plní funkce při dýchání, polykání, žvýkání, či tvorbě řeči. Nástroj sám o sobě nelze měnit, pracuje se ale s různými způsoby jeho využití. Zpěv je tvorba pravidelných akustických vln o různých vlastnostech pomocí hlasivek, které jsou součástí laryngu (hrtanu), a oscilujícím proudem vzduchu z plic. Tato zvuková vlna se dále šíří prostory horních cest dýchacích a je modifikována pomocí jazyka, čelisti, rtů a patra. Vše je řízeno naším nervovým systémem, částečně volně, částečně automaticky.

3.1 Hardware

Cavitas nasi (nosní dutina) je dutina ohraničená nosními kostmi a horní čelistí, vstupem jsou nosní dírky. Přes ně vzduch pokračuje přes *vestibulum nasi* (nosní předsíň), do vlastní dutiny nosní, rozdělené přepážkou, v přední části chrupavčitou, poté kostěnou. Spodina dutiny je tvořena patrem. Z bočních stěn vystupují *conchae nasales* (nosní skořepy), rozdělující dutinu na čtyři průduchy (dolní, střední, horní a společný), do nichž ústí vývody vedlejších nosních dutin a slzného ústrojí. Z dutiny nosní vzduch pokračuje choanami do nosohltanu. Často je opomíjena funkce výdechu z dutiny nosní, přestože taková aktivita nejenom pomáhá odbourat případný nežádoucí tlak v oblasti *larynxu*, ale reguluje rozpočet dechu a počínání s ním.

11. Dutina nosní - cavitas nasi



- | | |
|--|--|
| 1. Čelní dutina
<i>Sinus frontalis</i> | 9. Jazyk
<i>Lingua</i> |
| 2. Horní nosní skořepa
<i>Concha nasalis superior</i> | 10. Podvěsek mozkový v tureckém sedle
<i>Hypophysis v sella turcica</i> |
| 3. Horní nosní průchod
<i>Meatus nasi superior</i> | 11. Klínová dutina
<i>Sinus sphenoidalis</i> |
| 4. Střední nosní skořepa
<i>Concha nasalis media</i> | 12. Mandle hltanová
<i>Tonsilla pharyngea</i> |
| 5. Střední nosní průchod
<i>Meatus nasi medius</i> | 13. Nozdry (zadní nosní otvory)
<i>Choanae</i> |
| 6. Dolní nosní skořepa
<i>Concha nasalis inferior</i> | 14. Ústí sluchové trubice (Eustachovy)
<i>Ostium pharyngeum tubae auditivae</i> |
| 7. Dolní nosní průchod
<i>Meatus nasi inferior</i> | 15. Měkké patro
<i>Palatum molle</i> |
| 8. Tvrdé patro
<i>Palatum durum</i> | |

Obr. 1: Zobrazení dutiny nosní [35]

Její funkce spočívá v ohřívání a zvlhčování vdechovaného vzduchu, mechanické bariéry proti nečistotám, sensorická funkce čichová, a fonace.

Subjektivní výstup: Nosní dutiny považují za epicentrum budování zvuku. Při správném využití zamezíme dyšnosti, nejistému tónu, hypernazalitěⁱ, forziⁱⁱ, hrdelnímu tónu, rejstříkové nevyváženosti, neschopnosti větších dynamických změn a nejasnému nasazení tónu.

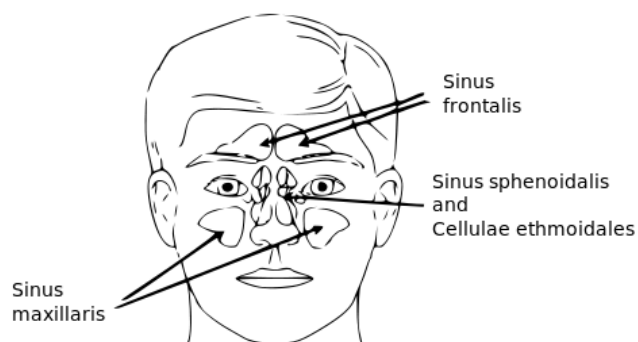
Nejpodstatnějším rezonančním prostorem v oblasti HCD jsou **vedlejší dutiny nosní, sinus paranasales**.

VDN (vedlejší dutiny nosní)

Jedná se o pneumatický systém lebečních kostí, který je odlehčuje. Tedy kostní hmotu s dutinami, vyvíjející se během života.

U novorozence pouze základy, postupně se vychlipuje sliznice přilehlých kostí a tvoří se dutiny.

- Sinus frontalis-čelní dutina
- sinus maxillaris-čelistní
- sinus ethmoidales (cellulae ethmoidales)
- čichové sklípky, anteriores, mediae, posteriores
- sinus sphenoidalis-klínová dutina



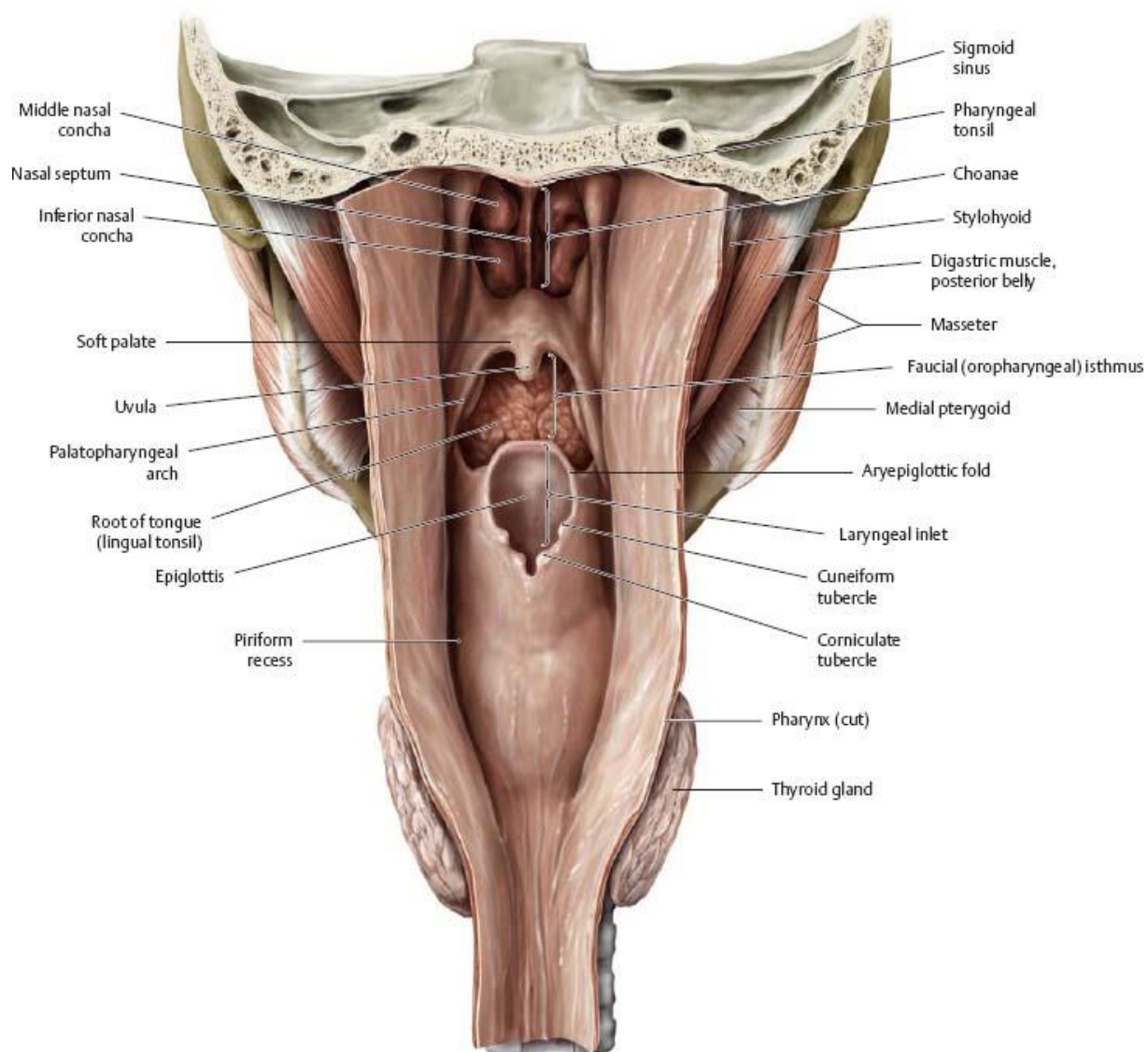
Obr. 2: Zobrazení vedlejších dutin nosních [34]

Vývoj VDN

U novorozence jsou přítomny *sinus ethmoidales*ⁱⁱⁱ (dotváření rychle v prvních čtyřech letech života, kompletně vyvinuté po dvanáctém roce) a založeny *maxillares*^{iv}. Ty mají dvoufázový růst závislý na vývoji chrupu. Kompletně vyvinuté jsou až ve dvaadvaceti až čtyřiaadvaceti letech, což vysvětluje pěvecký proces dospívání. Mnoho mladších zpěváků v rychlém shonu a touze po velkém zvuku opomíjí zcela tyto anatomické dispozice, které zkrátka ještě nemusí být zcela vyvinuty. Proto může docházet k zbytečnému uměle vytvořenému velkému zvuku, jehož častým následkem se stává tremolo. Dutiny klínové, *sphenoidales*^v, se vyvíjí po pátém roce života a kompletní jsou mezi dvanáctým a patnáctým rokem. Dutiny čelní se vyvíjí po čtvrtém roce, a vývoj trvá do patnácti let. Rezonanci samozřejmě ovlivňuje spousta dalších faktorů, jako jsou dispozice, alergie a chronické rýmy, uvědomění a pravidelnost cviku.

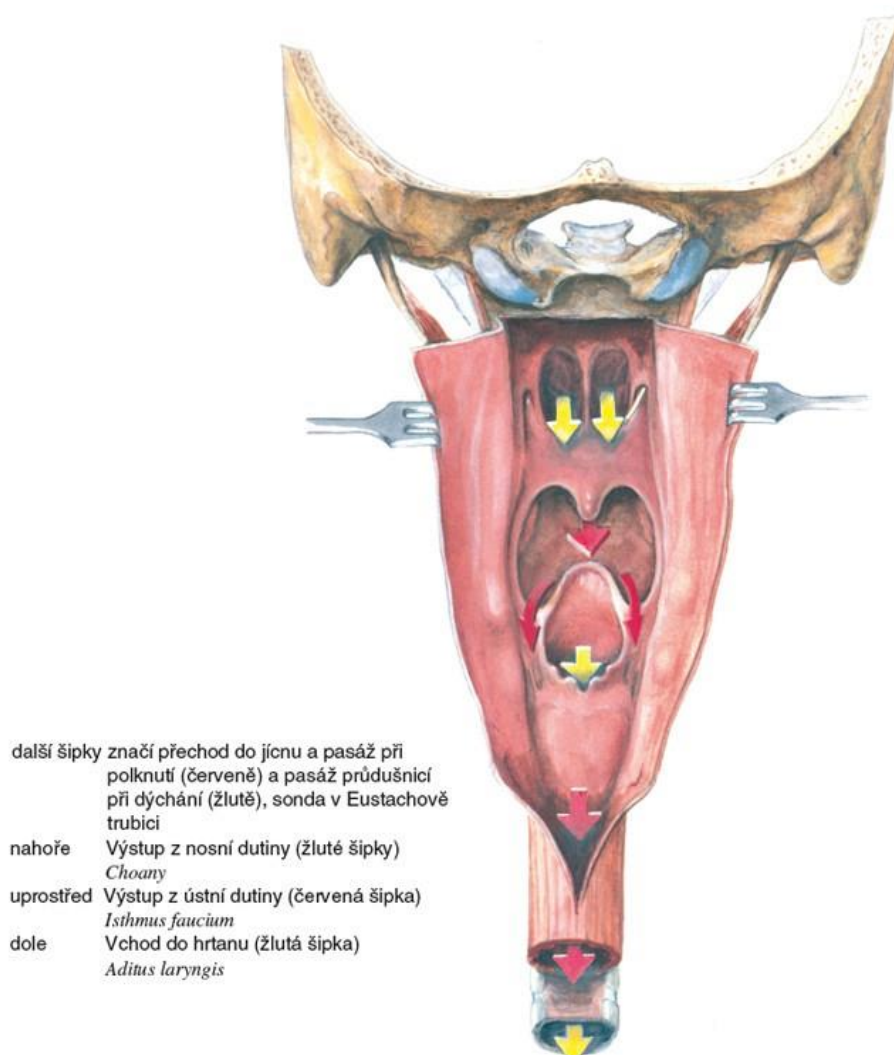
Subjektivní výstup: Je nutné si uvědomovat propojení všech rezonančních oblastí a mít je připravené pro zvuk. Vedlejší dutiny nosní jsou rezonančním bodem, který spoluchvěním a velmi jemnou vibrací zajišťuje řádné rovnání vokálů a také propojení rejstříků včetně tzv. „špičky“. Mají také význam pro artikulaci.

Pharynx (hltan) je součástí trávicího a dýchacího ústrojí, jeho pars nasalis^{vi} komunikuje s nosní dutinou, ústní část přes isthmus faucium^{vii} s dutinou ústní, a pars laryngea^{viii} s hrtanem přes aditus laryngis^{ix}. Nasopharynx^x, nejvýše uložená část, je zavěšena na lebeční spodině a obsahuje ústí sluchové trubice z každé strany.



Obr. 3: Zobrazení hltanu [36]

16. Hltan – pharynx – pohled zezadu

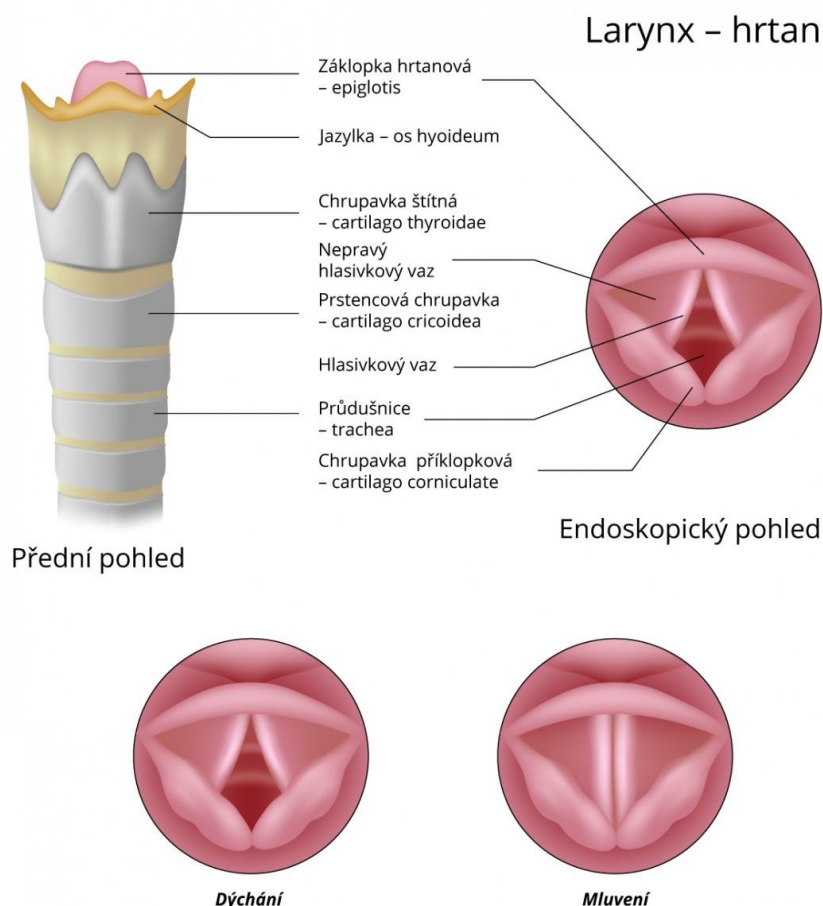


Obr. 4: Zobrazení hltanu zezadu [37]

Subjektivní výstup: Hltan je zejména ve zpěvu velmi závislý na hřbetu jazyka. Většina jeho svalů se upíná na jazyk. Pokud se kořen jazyka zvedá, dochází k vytažení hrtanu a následně ke zmenšení rezonančního prostoru hltanu.

Larynx (hrtan)

Dutý, zezadu oploštělý nepárový orgán, uložený v přední krajině krční. Navazuje na hrtanovou část hltanu a dále pokračuje do průdušnice. Má významnou roli při fonaci a dýchání. I proto má v angličtině také lidový, poeticky znějící název “the voice box” a v pěvecké terminologii o něm slyšíme velmi často, zejména v souvislosti s volností.



Obr. 5: Zobrazení hrtanu včetně endoskopického pohledu, po tím stav při dýchání a stav při mluvení [38]

Podkladem je systém chrupavek propojených vazy a klouby, vnitřní strana je pokryta sliznicí, vnější adventicií (vnější membránou). Pohyb zajišťují pouze příčně pružované svaly, nejsou zde žádné hladké, tedy ovládané autonomně.

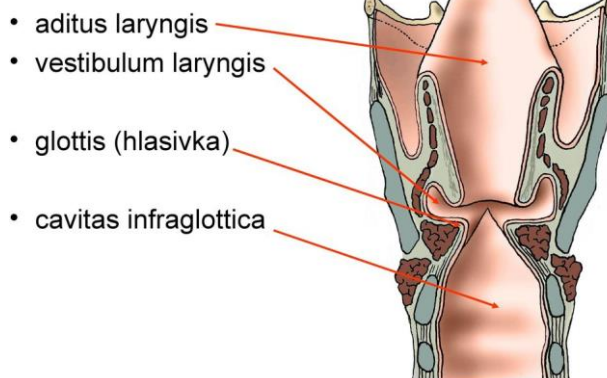
Subjektivní výstup Velikost hrtanu má vliv na barvu hlasu. Jsou v něm uloženy hlasivky. Při vyšších tónech hrtan přirozeně stoupá, je závislý na výšce tónu a jeho vokálech. Například u úzkých vokálů (i, e) stoupá a u kulatých vokálů (zejména o, u) klesá. Pokud je hrtan dolů tlačěn násilně, vzniká knedlík a ruší se jeho přirozená funkce. Kmitáním hlasivek začíná základní hrtanový tón³.

Cavitas laryngis (dutina hrtanová)

Tvar dutiny hrtanu velmi připomíná přesýpací hodiny, v nichž nejužším místem je hlasová štěrbin. Podíváme-li se na průběh vzduchu skrz hrtan při nádechu, vzduch projde přes *aditus laryngis*, hrtanový vchod, se nachází v přední stěně *pars laryngea pharyngis*, jedná se také o zúžené místo. Vede do *vestibula laryngis*, skrz které míří ke štěrbině mezi párovými slizničními řasami (*rima vestibuli*). Za touto štěrbinou se nachází *glottis*^{xi}, rozšířený prostor mezi již zmíněnými *plicae vestibulares*, a *plicae vocales* pod nimi.

³ Tón není podobný lidskému hlasu, spíše připomíná například foukání na hřebec

Dutina hrtanu – cavitas laryngis



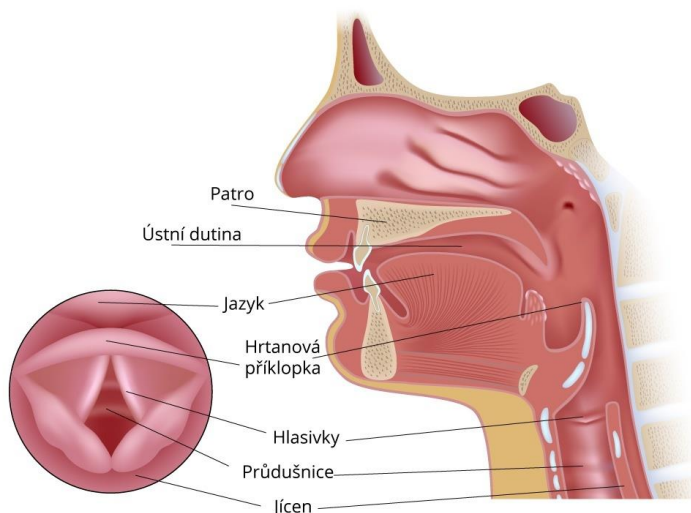
Obr. 6: Zobrazení dutiny hrtanu [39]

Hlasivky, tedy hlasivkové řasy, *plicae vocales*, jsou párové slizniční řasy mezi chrupavkami (*cartilago thyroidea* a *arytenoidea*). Jejich podkladem jsou *ligamenta vocalia*, hlasové vazy, a mezi nimi se nachází *rima glottidis* - hlasová štěrbina, jejíž postavení je velmi rozdílné při volném dýchání a při fonaci. Při polykání je úplně uzavřena, chráněna *epiglottis*^{xii}.

Pod hlasivkami je *cavitas infraglottica*,^{xiii} sahající až po *cartilago cricoidea*, chrupavku tvarem připomínající pečetní prsten. Ta navazuje přímo na tracheu, průdušnici, kterou už vzduch proudí do plic.

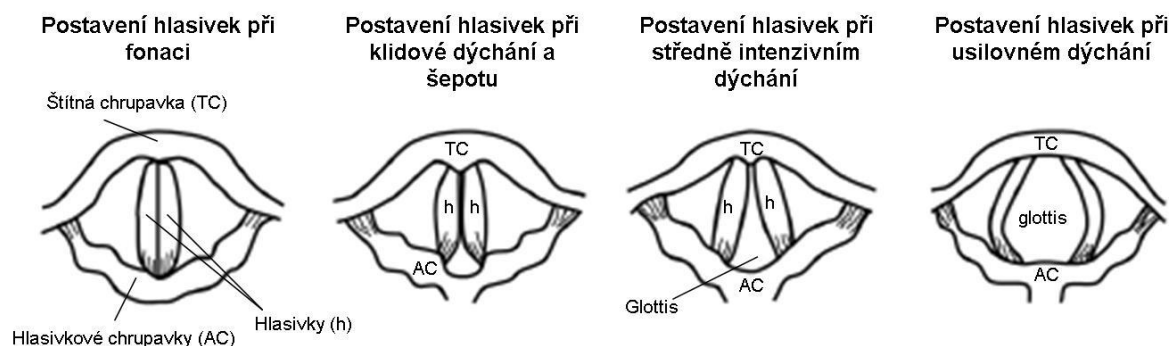
Hlasivky

Hlasivka je zúžená oblast hrtanu umožňující vznik hlasu.



Obr. 7: Umístění hlasivek [40]

Hlasivky jsou dobře pozorovatelné laryngoskopicky, kde je vidět hlasová štěrbina, vně od ní *plicae vocales*, a vně od nich *plicae vestibulares*. Snadno pozorovatelná může být jejich asymetrie, napětí, útvary do tohoto prostoru fyziologicky nepatřící. Je potřeba zmínit, že dnešní pozorování hlasivek je již prakticky běžné jak u foniatra, tak v hlasových centrech. Každý zpěvák by měl mít takovou zkušenost.

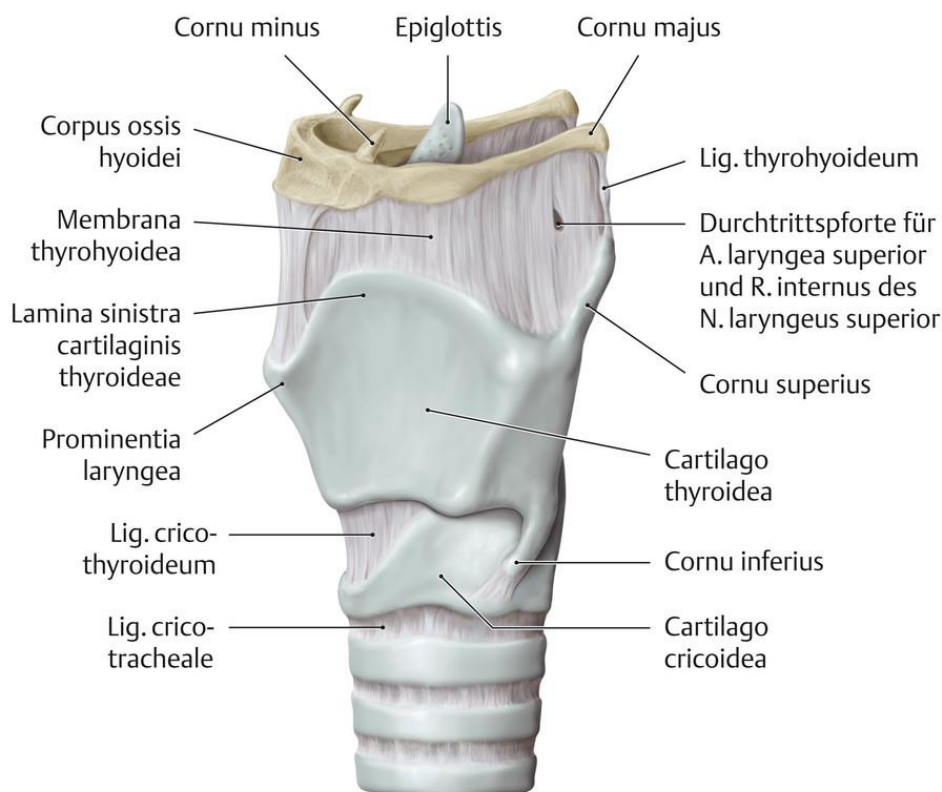


Obr. 8: Postavení hlasivek v různých situacích [41]

Subjektivní výstup: jedná se o párové chvějící se těleso, které je zcela závislé na dobrém rezonančním postavení. Prostřednictvím jejich svalstva jsme schopni ovládat různé hlasové rejstříky. Výškový tón závisí na počtu kmitů hlasivek.

Inervace^{xiv} je bohatá. Autonomní systém zajišťuje *n.vagus* (X.hlavový nerv) a *nn.laryngopharyngei*, (pleteně z krčního sympatiku). Viscerosenzitivita, tedy citlivost sliznice je zajištěna z *n.vagus* (X.hlavový nerv), přes *nervus laryngeus superior*^{xv} po úroveň hlasivek, pod ní už *n.laryngeus recurrens*^{xvi}. Pro fonaci nejpodstatnější je inervace somatomotorická, zajištěná též *n.vagus*- jeho větvemi *n.laryngeus superior* a *recurrens*. O svaích, jež jsou jimi ovládány bude řeč o kousek dále.

Opěrnou strukturou laryngu jsou chrupavky. Chrupavka štítná, *cartilago thyroidea*, je nepárová a největší. Na krku ji obvykle můžeme snadno zepředu nahmatat. Chrupavka prstencová, *cartilago cricoidea*, je taktéž nepárová, a jediná z chrupavek laryngu tvoří uzavřený okruh. Hlasivková chrupavka, tedy *cartilago arytenoidea*, je párová a pro hlasivky je tato dvojice zásadní oporou. *Cartilago epiglottica* je jako jediná z těchto chrupavek elastická. Její funkcí je ochrana vchodu do hrtanu při polykání, brání tedy aspiraci obsahu trávicího traktu, ať už prochází v kterémkoliv směru. Při fonaci je otevřená. Soubor chrupavek doplňují ještě *cartilaga corniculata* a *cuneiformia*, obojí párová.



Zobrazení chrupavek hrtanu [42]

Subjektivní výstup: Chrupavka prstencová je základnou hrtanu. Na ní jsou připojeny chrupavky koněvkové (hlasivkové), které jsou velmi pohyblivé. Nahoře je hrtan uzavřen epiglottisem (příklopem hrtanovým), který reguluje proud vzduchu a má vliv na otevření a volnost hrtanu, což je pro zpěv neodmyslitelné.

Pravé vazy hrtanu ho spojují s okolními strukturami a taktéž spojují jednotlivé chrupavky mezi sebou. *Membrana thyroidea* spolu se čtyřmi *ligamenty*^{xvii} (párové *ligamentum thyrohyoideum medianum* a párové *lig. thyrohyoideum laterale*) drží hrtan zavěšený na jazyce. *Lig. cricothyroideum* spojuje dvě největší chrupavky, štítnou a prstencovou. Ostatní *ligamenta* spojují vždy struktury, které jsou obsaženy v jejich názvu. *Lig. cricotracheale* prstencovou chrupavku a *tracheu*, *lig. thyroepiglotticum* hrtanovou příklopku ke štítné chrupavce, a *hyoepiglotticum* jazyku s příklopkou.

K vazům patří též *membrana fibroelastica laryngis*, rozepínající *plicae vestibulares*. Pro zpěv je jistě zajímavější *conus elasticus*^{xviii}, také *membrana cricovocalis*, který je rozepjat právě mezi *plicae vocales* a vnitřním obvodem prstencové chrupavky. Ta je jediná kontinuálním "kruhem", jak již bylo popsáno. Součástí *conu* je *ligamentum vocale*, což je právě ten elastický hlasový vaz, který je středem zájmu v laryngu při fonaci. Tvoří horní okraj *conus elasticus* a jde od středu zadní plochy štítné chrupavky symetricky k *processus vocales*^{xix} obou hlasivkových chrupavek.

Klouby v laryngu nalezneme dva. *Articulatio cricothyroidea* je kloub jednoduchý (má jen dvě součásti), válcového tvaru. Jeho účelem jsou kývavé předozadní pohyby. *Articulatio cricoarytenoidea* je taktéž kloub jednoduchý, ale oploštělý, eliptický. Dovoluje proto mnohem pestřejší spektrum pohybů, posuvných či rotačních. Právě tyto pohyby přitahují či odtahují hlasové vazy, čímž zužují nebo rozšiřují hlasovou štěrbinu.

K obsluze kloubů jsou nutné svaly, jichž zde najdeme šest párů. Přední *musculus cricothyroideus* táhne štítnou chrupavku dopředu a dolů. Současně přes oblouk chrupavky prstencové *napíná ligamenta vocalia*.

Hrtan – svaly

přední skupina

- *musculus cricothyroideus*

← *n. laryngeus sup.*

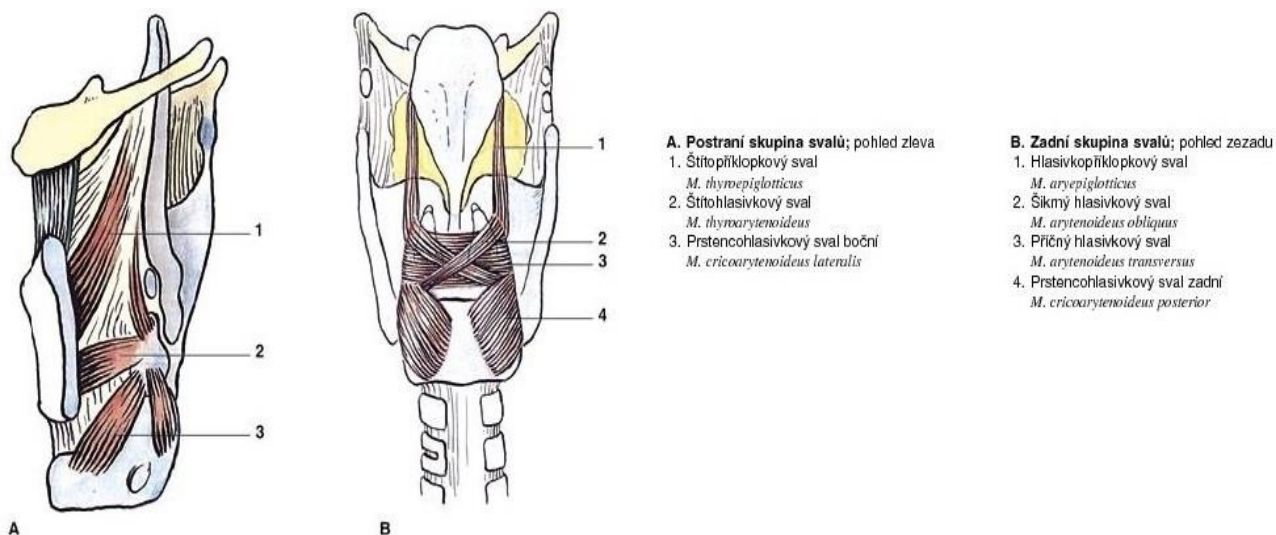


Obr. 9: Přední hrtanové svaly [42]

Na bocích je svalů více. *Musculus cricoarytenoideus lateralis* jde od horního okraje *cartilago cricoidea* na hlasivkovou chrupavku. Tím že je připojen na její horní výběžek, *processus muscularis*, a táhne jej dopředu a do strany, působí opačný pohyb protilehlého výběžku, *processus vocalis*, ke střední čáře. Chrupavka připomínající tvarem pyramidu se tak vlastně pootočí, a *processus vocalis* přitáhne *ligamenta vocalia* ke středu a uzavře tak hlasovou šterbinu mezi nimi.

Musculus thyroarytenoideus začíná opět na vnitřní straně štítné chrupavky a jde podél vnější strany *ligamentum vocale* na *processus vocalis* hlasivkové chrupavky. Hlasovou šterbinu svým stahem také zužuje. Tedy zkrátí hlasivkové vazy a stáhne je k sobě tahem tak *processus vocalis*. Má dvě významné části. *Pars thyroepiglottica* jsou vnější snopce, které pokračují na příklopkovou chrupavku a táhnou její okraje dopředu, rozšiřují tak hrtanový vchod. Druhou částí je *musculus vocalis*. Je to část mediální, tedy blíže střední čáře, přilehlá k *ligamentum vocale*. Může tento vaz, jak uvolňovat, tak napínat. Pro regulaci tohoto napětí je to sval nejzásadnější, nevytíženější. Končí na něm mnoho motorických jednotek. Motorická jednotka je soubor svalových vláken ovládaných jedním neuronem. Je to nejmenší možná samostatně ovladatelná část svalu. Jejich velké množství umožňuje přesné ovládání tohoto svalu.

Vzadu najdeme *musculus cricoarytenoideus posterior*. Začíná na zadní straně *cartilago cricoidea* a pokračuje nahoru a do strany, kde se upíná na *processus muscularis* chrupavky hlasivkové. Jeho funkce je protikladem funkce *musculus cricoarytenoideus lateralis*. Za výběžek chrupavku rotuje vně a zároveň tak chrupavky roztahuje od sebe. Tím roztáhne i *ligamenta vocalia*, napne je, a rozšíří tak hlasovou šterbinu. *Musculus arytenoideus transversus* vzadu spojuje hlasivkové chrupavky příčně a přitahuje je k sobě, tím přitahuje i vazy a v důsledku zužuje šterbinu. Je to sval nepárový. *Musculus arytenoideus obliquus* je opět párový. Hlasivkové chrupavky tyto štíhlé svaly spojují šikmo, přitahují je k sobě. Šterbinu tak zužují. Některé snopce pokračují na příklopkou hrtanovou a uzavírají hrtanový vchod jejím skloněním.

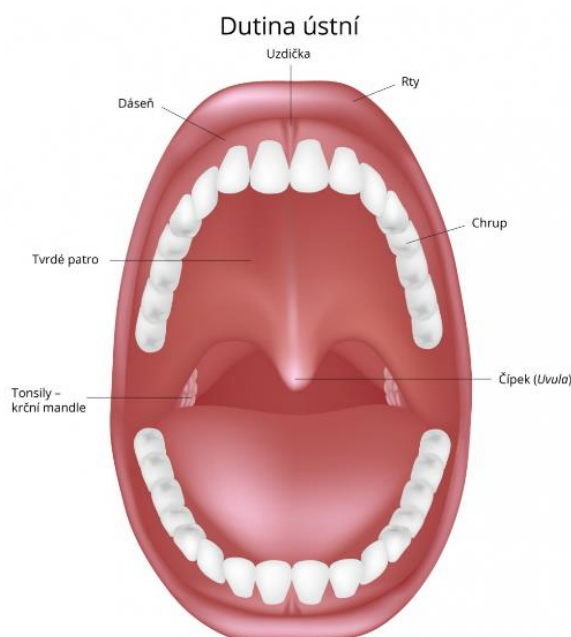


Obr. 10: Boční a zadní hrtanové svaly [43]

Subjektivní výstup: Hlasivkové chrupavky a svaly mají celkový vliv na stav hrtanu. Jejich funkčnost v praxi podmiňuje správné pěvecké návyky, které si bez těchto vědomostí ani nemusíme uvědomit. Stejně tak mají při nesprávném používání vliv na zlovyky. Ty se kódují často v těchto oblastech.

Dutina ústní, *cavitas oris*, je zepředu ohraničena rty, laterálně tvářemi, dole spodinou, jejím stropem je patro, a vzadu přechází volně do hltanu. Je rozdělena zubními oblouky na předsíň a vlastní dutinu. Rty a tváře jsou motoricky ovládány *nervus facialis*, lícním nervem a tvoří předsíň. Zuby, jakožto kostní tkáň, mají i rezonanční funkci, což je průběžně připomínáno mým žákům.

Nyní k samotné dutině. **Patro** je vodorovná přepážka oddělující dutinu nosní a ústní. Vepředu najdeme patro tvrdé, kostěné. Vzadu patro měkké, jehož základem je vazivově-svalová ploténka. Patro je velmi podstatné pro fonaci a artikulaci, ale i polykání.

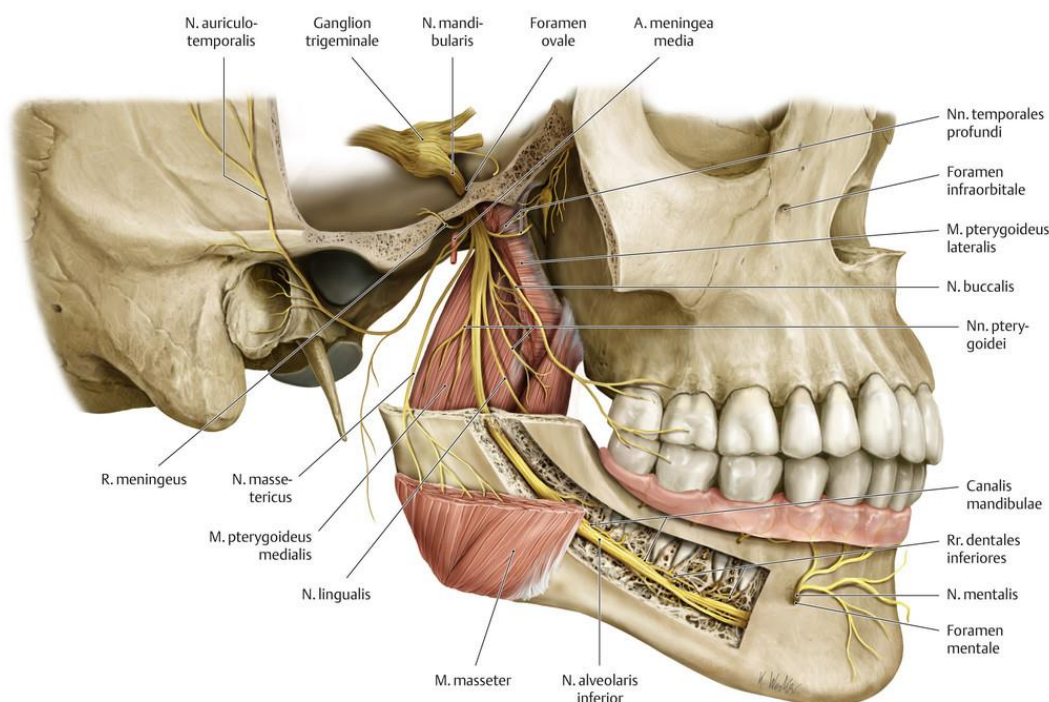


Obr. 11: Dutina ústní [44]

Subjektivní výstup: Patro samo o sobě nemá žádný význam, nebudou-li jeho pohybové části při zpěvu používány. Je potřeba ho spojovat s horními rezonančními prostory a s vědomým budování prostoru. Vytvoření prostoru je otázka zvukové vůle. Patrový oblouk souvisí s držením hrdla. Dá se vycvičit pomocí tzv. „nasávacího pocitu“.

Od měkkého patra, které bychom měli u zpěvu obzvláště zmiňovat, odstupují do stran a dolů dva patrové oblouky podložené stejnojmennými svaly. *Arcus palatoglossus* spojuje patro s jazykem, a *arcus palatopharyngeus* s hltanem. Za zadní částí patra se nachází uvula, čípek.

Svaly patra se upínají do vazivové *aponeurosy* a na okolní struktury. *Musculus tensor veli palatini* plní funkci napínače, připojuje patro ke kostem baze lební. Kromě toho též zužuje sluchovou trubici. Ovládán je z *nervus mandibularis*, třetí větve trojklanného nervu. Ostatní svaly patra jsou inervovány nervem bloudivým. *Musculus levator veli palatini* je zdvihač. Začíná na kosti skalní. *Musculus uvulae* zvedá čípek. *Musculus palatoglossus* se upíná na kořen jazyka, který je často příčinou několika pěveckých karambolů, ale jeho nevhodná činnost (ztuhlost) nás ne vždy napadne. Zvedá ho a stahuje dolů měkké patro. *Musculus palatopharyngeus* končí na štítné chrupavce a stěně hltanu. Zdvihá hltan a stahuje dolů patro. Patro je bohatě zásobeno tepnami, žilní odtok jde do nedalekých pletení. Kromě již zmíněné inervace motorické je zde i somatosenzitivní^{xx} (druhá větev trojklanného nervu), senzorická (lícní nerv) a autonomní.



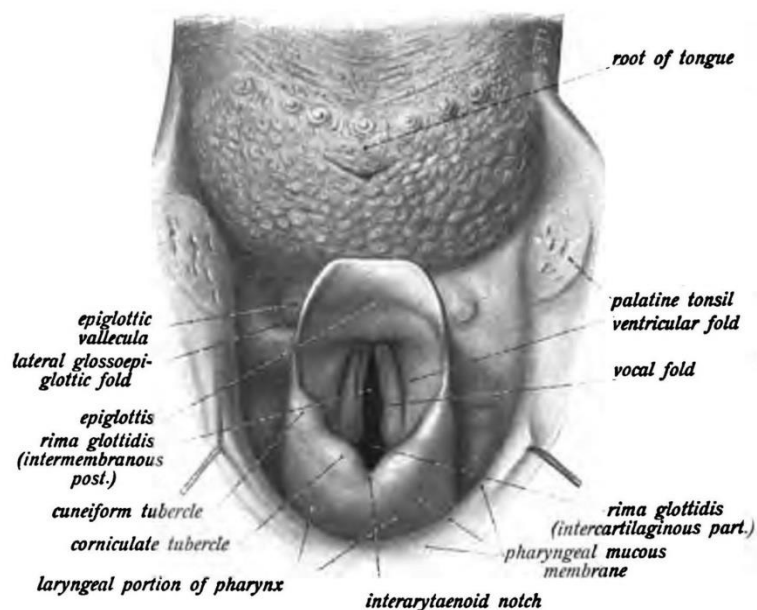
Obr. 12: Nahoře nervus mandibularis, který ovlivňuje napínač patra [47]

Subjektivní výstup: **Jazyk** je pro hlas zcela zásadní. Je to svalový orgán pokrytý sliznicí s významnou senzitivní a senzorkou funkcí. Pro artikulaci je důležitá jeho komplexní schopnost změny polohy a tvaru díky velkému množství svalů. Taktéž nám může natropit nespočet problémů, nebudeme-li jej ovládat, zejména jeho klidový režim.

Dělí se na tři základní části, hrot, tělo a kořen. Hrot, apex linguae, je nejcentrálnější a nejmenší částí. Tělo, corpus linguae, představuje ventrální dvě třetiny. Kořen, radix linguae, dorzální část, a je obrácen proti hltanu.

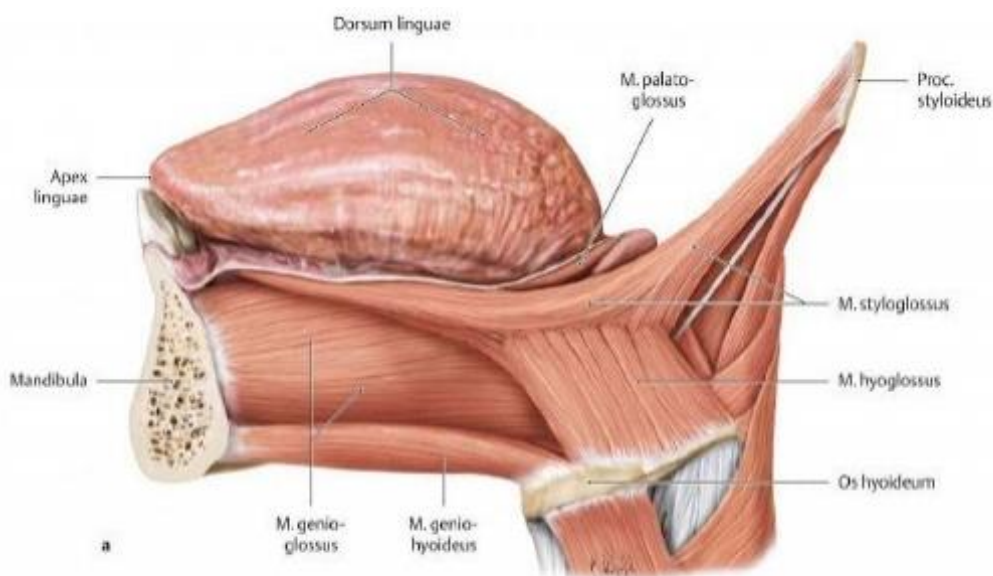
Svaly jazyka se dělí na dvě základní skupiny. Intraglosální^{xxi} svaly tvoří vlastní masu jazyka. Jejich pohyb mění jeho tvar. Nejsou jednoznačně odděleny a jejich vlákna se proplétají. Extraglosální^{xxii} svaly jazyk připojují k okolí a mění jeho polohy. Obě skupiny se upínají do *aponeurosis linguae*, což je vazivová ploténka na hřbetu jazyka, pod jeho sliznicí, a to *septum linguae*, což je neúplná přepážka, kolmá na *aponeurosu*.

Mezi intraglosální svaly patří *Musculus longitudinalis superior*, podélný horní, který jazyk vyklenuje nahoru a zkracuje. Jak jeho název napovídá, probíhá předozadně. *Musculus longitudinalis inferior* je pod ním, ale nad *m. genioglossus* a *hyglossus*, o nichž bude řeč později a s nimiž se i proplétá. Jazyk zkracuje, ale nevyklenuje. *M.transversus linguae*, příčný, jazyk naopak prodlužuje a zároveň zužuje. Probíhá kolmo na svaly podélné, k okrajům. *M.verticalis linguae* je svislý, jazyk prodlužuje, ale také rozšiřuje a zplošťuje.



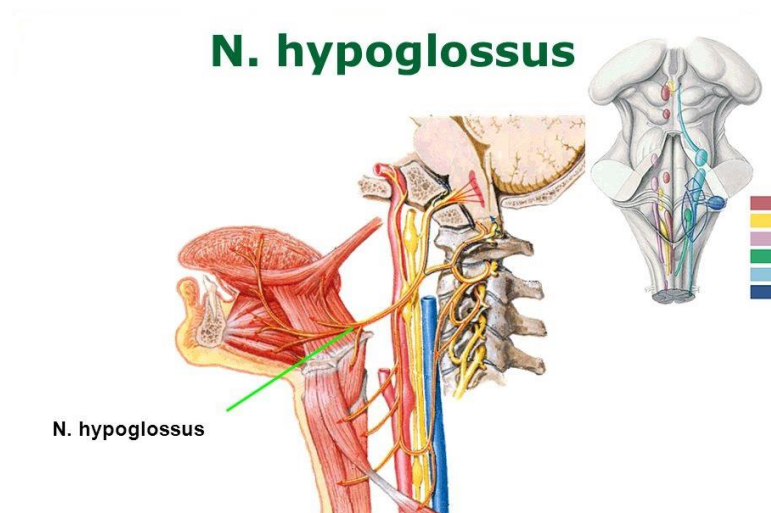
Obr. 13: Intraglosální svaly jazyka [46]

Svaly extraglosální se jmenují podle toho, k čemu jazyk přichycují, a tedy i směrem k čemu s ním hýbou. *Musculus palatoglossus* připojuje kořen jazyka k okraji měkkého patra, táhne tedy kořen vzhůru. Zejména kořen jazyka je ta část, která může být příčinou mnoha pěveckých potíží. *Musculus styloglossus* k *processus styloideus* na bázi lební, táhne tedy jazyk dozadu a jeho tělo a hrot také zvedá, je totiž přichycen za hrot a okraje. *M. hyoglossus* je přichycen k velkým rohům jazyčky, táhne jazyk dolů a dozadu. *M. geniglossus* k bradě, táhne jazyk dolů a dopředu. Brání jeho zapadnutí.



Obr. 14: Extraglosální svaly jazyk [47]

Všechny tyto svaly jsou motoricky inervovány z n.hypoglossus, posledního hlavového nervu, s výjimkou m.palatoglossus. Ten je inervován nervem bloudivým. Dále je jazyk inervován i sensitivně n. lingualis, větvíčkou třetí větve trojklanného nervu, i sensoricky^{xxiii} a autonomně^{xxiv}.



Obr. 15: *N. hypoglossus, který ovládá svaly jazyka [48]*

Subjektivní výstup: Svaly jazyka mohou zařídít nešťastné tvoření vokálů. Jazyk by měl ležet předu, zcela v klidu. Můžou zabraňovat volné a přirozené artikulaci. Kořen jazyka i jeho postranní svaly jsou příčinou obávaného „knedlíku“.

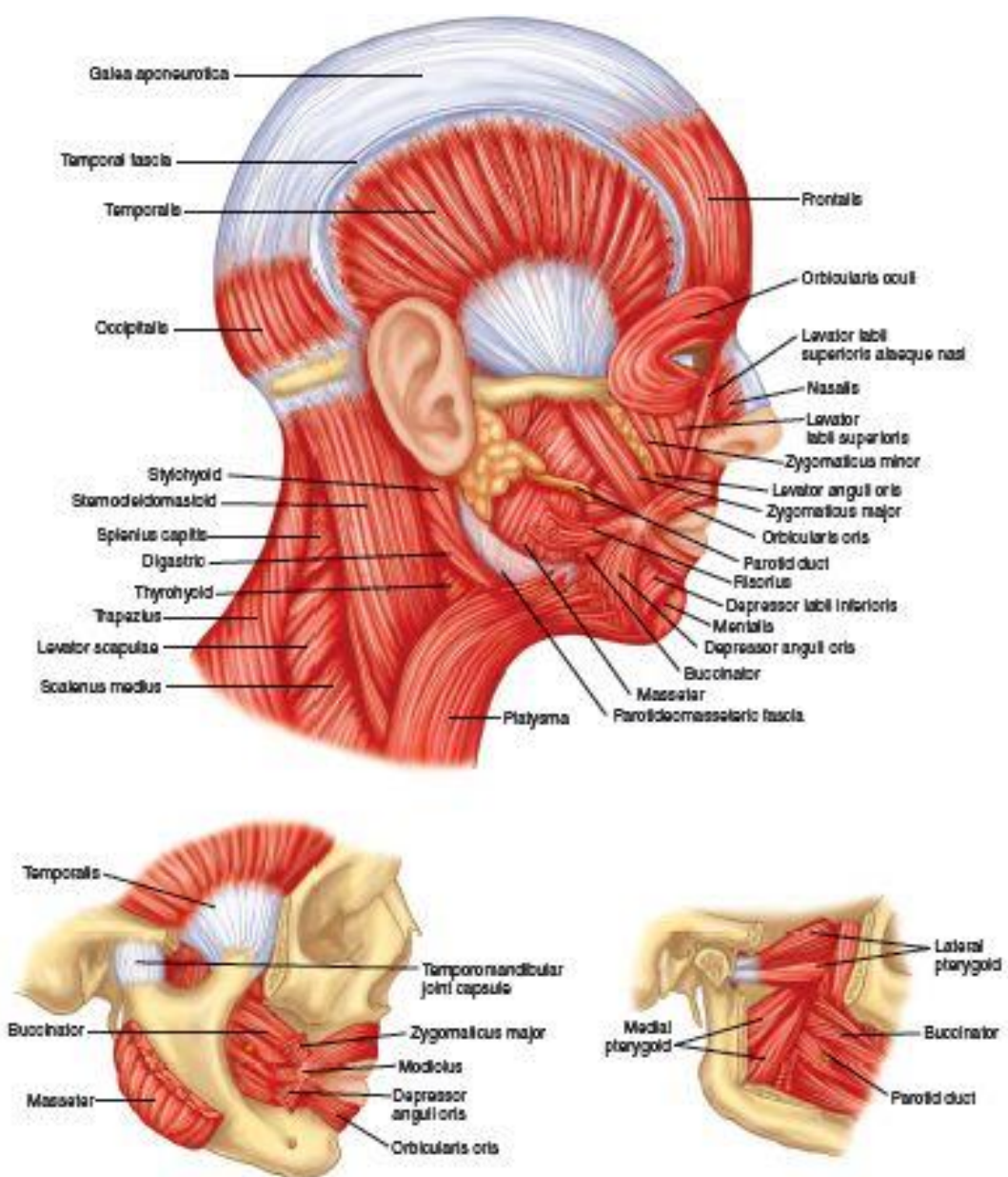
Na zpěvu se významným způsobem podílí dvě skupiny svalů. **Žvýkáci a mimické.** Žvýkáci svaly jsou na každé straně čtyři a jejich funkcí je pohyb spodní čelisti, a to jak velkými pohyby nahoru a dolů, tak i menšími do stran, dopředu, dozadu. Taktéž mohou držet čelist uvolněnou, či zatnutou. Jsou na každé straně čtyři. Všechny jsou inervovány třetí větví trojklanného nervu, *n.mandibularis*. Ve žvýkacích svalech se mohou tvořit spoušťové body při zvýšeném stresu, kdy v patologických situacích různého původu může dojít k „permanentnímu spontánnímu skusu“, či bolesti. Tato spojitost osvětluje i zatnutí těchto svalů spíše původu psychosomatického. S žáky často řeším určitou zatuhlost zejména v souvislosti se spodní čelistí. Potom jsou samozřejmě na místě různá uvolňovací cvičení, která se postupně a vědomě zakomponují do praxe.

Plošně největší je musculus temporalis, sval spánkový. Tvoří klidové napětí celé této skupiny svalů. Vyplňuje spánkovou jámu na lebce, na níž zasahuje na temenní kost. Upíná se na mandibulu. Udržuje klidovou polohu při zavřených ústech, také čelist zvedá a retrahuje^{xxv} dozadu. Musculus masseter, česky zvaný žvýkač. má povrchovou a hlubokou část, které začínají z různých stran jařmového oblouku^{xxvi} a upínají se na mandibulu^{xxvii}. Povrchová část čelist zvedá a protahuje. Hlubší jen zvedá. M. pterygoideus medialis spojuje dolní čelist s horní a s klínovou kostí. Při oboustranné kontrakci čelist zdvihá. Při jednostranné ji tlačí do strany. M. pterygoideus lateralis jde ze dvou různých míst na kosti klínové na dolní čelist a také na čelistní kloub. Čelist tlačí dopředu, a to při oboustranném stahu. Při jednostranném do strany. Také má podíl na otevírání úst, konkrétně tahem za discus^{xxviii} v čelistním kloubu a za výběžek mandibuly, na němž je přichycen.

Mimické svaly jsou velmi početná skupina drobných svalů, zodpovědná za velmi detailní pohyby v obličeji, které přes jejich minimální pohyb mají na zvukový výsledek velký vliv. Je jich 23 párů. Všechny jsou inervovány n. facialis, tedy sedmým hlavovým nervem. Upínají se do kůže a tvoří tak kožní rýhy a vrásky. Tvoří výraz obličeje a také ovlivňují zvuk při fonaci. Zde je na místě se více věnovat skupině svalů nosu a kolem ústní štěrby.

Mimických svalů nosu jsou tři páry. *Musculus nasalis*, sval nosní, zužuje či rozšiřuje nosní dírky. *Musculus levator labii superioris alaeque nasi*, zdvihač horního rtu a nosního křídla, začíná na horní čelisti a upíná se do kůže nosního křídla po straně a také na vnější stranu horního rtu. Rozšiřuje dírky, vytahuje a vyrovnává žlábek mezi nosem a rtem, a také horní ret zdvihá. “*The Elvis muscle*” je jeho lidovým názvem, protože právě on tvoří typický výraz Elvise Presleyho. *Musculus depressor septi nasi* stahuje nosní přepážku dolů, rozšiřuje nosní dírky, a pohybuje jeho špičkou při pohybu horním rtem. Taková pozice dává prostor rezonanci a rozeznává rezonanční prostory. Na místě je brát v potaz i zuby, jakožto rezonanční prostředek.

Svalů kolem dutiny ústní je více Nejvýraznějším je *musculus orbicularis oris*, který ústa obkružuje a také vyplňuje rty. Rty svírá a přitlačuje k zubům. Při silnějším stahu okrajové části rty vysune, vyšpulí. *Musculus levator labii superioris* začíná na horní čelisti pod okrajem očníce a upíná se do horního rtu a do žlábků. Tento *sulcus nasolabialis* zvedá a vyklenuje ret do stran, tedy jako například při úsměvu. *Musculus zygomaticus minor* zdvihá laterální třetinu *sulcus nasolabialis*^{xxix} a rtu. *Musculus zygomaticus major* se upíná do koutku, táhne ho do strany a nahoru. *Musculus levator anguli oris* také zdvihá koutek, ale přímo nahoru. *Musculus risorius* ústní šterbinu roztahuje do stran. *Musculus depressor anguli oris* koutky stahuje dolů. *Musculus depressor labii inferioris* jde od dolního okraje mandibuly do kůže dolního rtu a stahuje ho dolů a do stran. *Musculus mentalis* vysunuje dolní ret nahoru a dopředu. *Musculus buccinator* je celkem rozsáhlý, pokrývá tváře, přitlačuje je na zuby a dásně. Při otevřených ústech právě on vytlačuje vzduch z ústní dutiny.



Obr. 16: *Mimické svaly [51]*

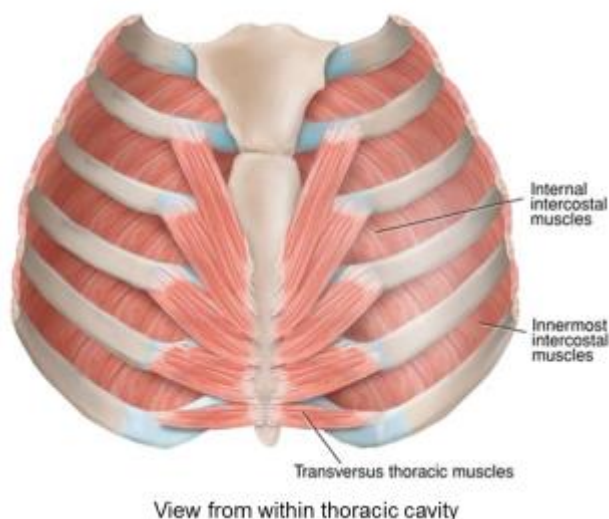
Subjektivní výstup: Obličejové svalstvo přispívá ke správnému posazení tónu. Pokud dojde v této oblasti k přílišnému napětí, může dojít k porušení volnosti hrtanu. Tyto svaly samozřejmě nepracují izolovaně, dohromady tvoří širokou škálu mimických výrazů a je možné je do velké míry ovládat vůlí, jako právě při zpěvu.

Základem zpěvu je dech. Jeho mechanika není zajištěna přímo plícemi, což je obecně oblíbený omyl, ty se samy hýbat nemohou. Jejich pasivní pohyb aktivně zajišťují **vlastní svaly hrudníku a bránice**. Nejsou na plíce navázány přímo. Pleura je dvouvrstevná membrána, jedna vrstva je těsně kolem plic, druhá vystýlá stěnu hrudní. A mezi nimi je podtlak, který při roztažení svalů táhne přeneseně i plíce. Ze svalů hrudníku se na této činnosti se příliš významně nepodílejí ty, které hrudník spojují s paží, ale jen svaly vlastní, tedy na hrudníku začínající i končící, a bránice.

Mezižební svaly, *musculi intercostales*, se dělí na tři vrstvy. Od povrchu dovnitř: *externi*, *interni*, *intimi*. Externi, tedy vnější, jsou pouze v zadních dvou třetinách mezižebního prostoru, vepředu přecházejí v membránu. Každý se rozpíná mezi dvěma žebry. Od dolního okraje horního žebra jde šikmo dopředu a dolů k hornímu okraji dolního žebra, které tak zvedá. Jsou to tedy hlavní nádechové svaly.

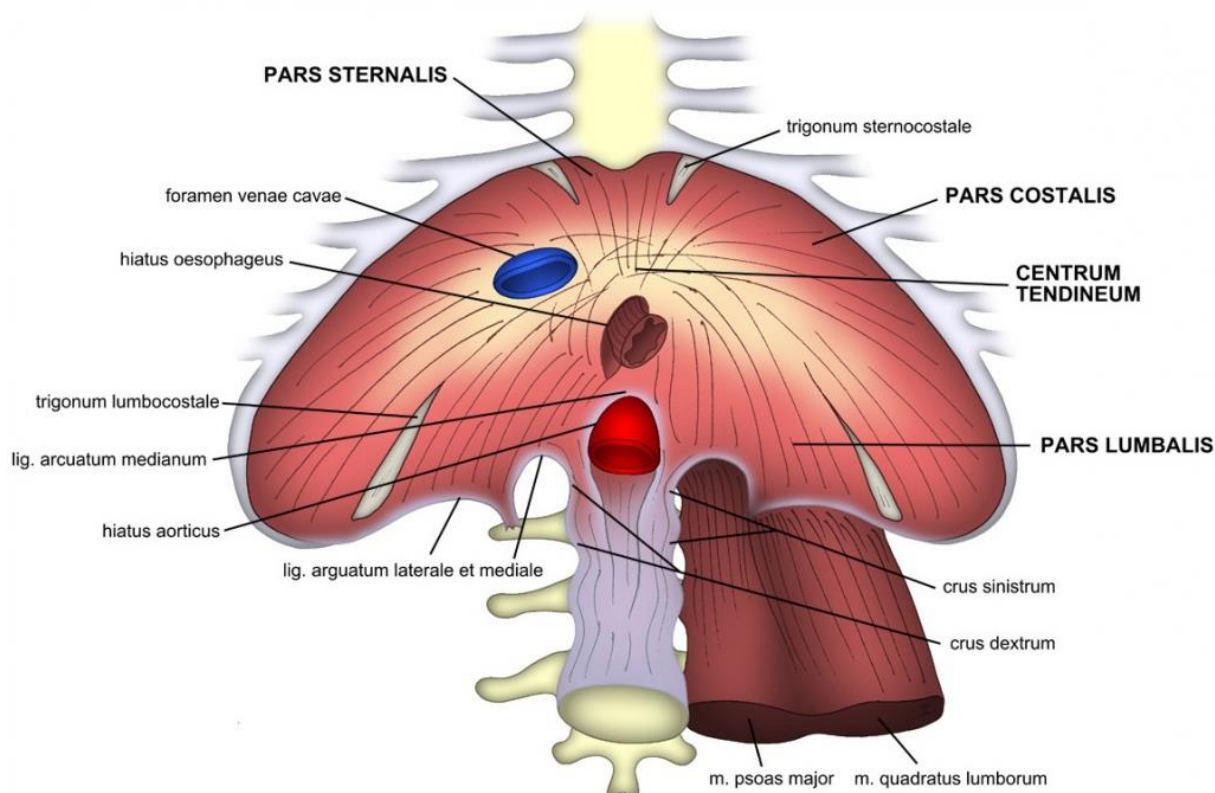
Musculi intercostales interni a *intimi* – střední a vnitřní vrstva, jsou jen v předních dvou třetinách, a v membránu tedy přecházejí vzadu. Opět jde každý z nich od dolního okraje horního žebra, tentokrát ale šikmo dolů a dozadu, kde se upne ze shora, tedy o žebro níže. Funkcí je deprese (funkce) žeber, jsou to tedy svaly výdechové. Také žebra fixují, a tak napomáhají funkci bránice. Jsou inervovány mezižebními nervy a lze je do jisté míry vědomě ovládat při nádechu i výdechu.

Musculi transversus thoracis, svaly příčné, jsou pomocné výdechové svaly na zadní ploše hrudní kosti. *Musculi levatores costarum*, zvedáče žeber, *breves* et *longi*, připojují žebra k obratlům.



Obr. 17: Mezižební svaly [52]

Bránice, diaphragma, je plochý sval oddělující hrudní a břišní dutinu. Má vazivový střed, do něhož se upínají tři svalové části. *Pars lumbalis* jde od těl horních obratlů bederní páteře, *pars costalis* od dolních žeber, *pars sternalis* od dolního konce hrudní kosti. Tyto části nechávají několik otvorů pro jícn, aortu, a další cévy a nervy. Jedná se o hlavní nádechový sval, také sval posturální. Je inervována z *n.phrenicus*, který k ní vede z pažní pleteně, *plexus brachialis*. Tvoří klenbu se dvěma kopulemi, kdy pravá se nachází obvykle výše než levá, jsou pod ní totiž játra. Při nádechu se klenba oplošťuje a vazivový střed klesá. Tím se zvýší nitrohrudní objem, ovšem menší funkci při dýchání mají i svaly na krku, břiše a zádech.



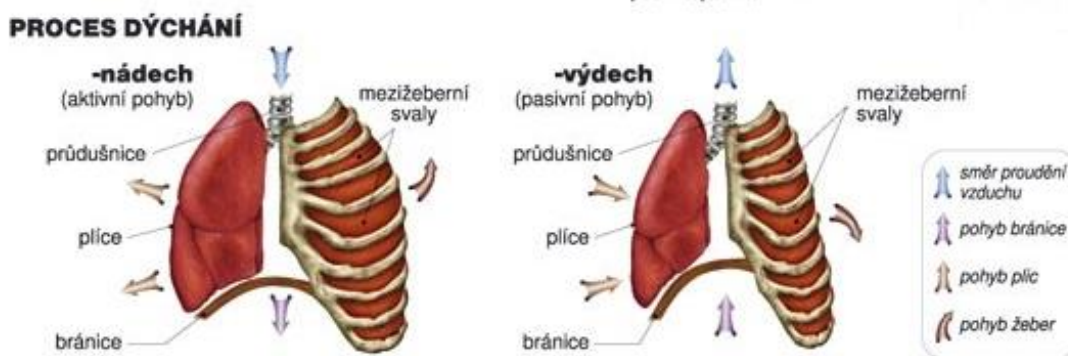
Obr. 18: Bránice a její svalové části [54]

Jak tedy nádech a výdech probíhá? Při nádechu se hrudník rozšíří dopředu a do stran. Je to děj vždy aktivní. Hlavním inspiračním svalem je bránice. *Mm. intercostales externi* jsou někdy považovány také za svaly hlavní, obvykle vedlejší. Jednoznačně vedlejší funkci mají na krku *mm. scaleni*, *m. sternocleidomastoideus*, *mm. suprahyoidei* et *infrahyoidei*. Jejich hlavní funkcí jsou pohyby hlavou, krční páteří. *M. sternocleidomastoideus* je z nich největší, nejvýše položený, a nejvýraznější, hlavu ohýbá dopředu či dozadu, předsune, či ohýbá na stranu nebo rotuje. *Mm. scaleni*, jsou čtyři páry svalů nejen s pomocnou nádechovou funkcí, ale také hlavu sklání dopředu či do strany, také ji rotují. Svaly nad a podjazykové jsou pro zpěv podstatné, protože ty podjazykové mění polohu hrtanu uvnitř krku, a ty nadjazykové zase přes jazyk mohou táhnout za ně.

Musculi suprahyoidei mohou jazyk elevovat^{xxx}, táhnout dozadu, či mohou táhnout dolů spodní čelist, inervovány buď z *n. trigeminus*, jeho třetí větve, *n. facialis*, či *n. hypoglossus*, tedy z nervů hlavových. *Musculi infrahyoidei*, jsou všechny ovládány z větví *plexus brachialis*, a jazyk připojují k různým chrupavkám hrtanu. *M. sternothyroideus* tlačí štítnou chrupavku dolů, *thyrohyoideus* ji táhne vzhůru, *omohyoideus* snižuje jazyk.

Ale zpět k **nádechu**. Pomocnou funkci mají nejen svaly krční, ale také svaly připojující hrudník k paži. Konkrétně *m. pectoralis major et minor*, tedy svaly hrudní, *m. subclavius*., *m. serratus anterior*, *mm. levatores costarum*. Poslední skupinou jsou svaly na zádech: *m. latissimus dorsi*, široký sval zádový, *m. trapezius*, *m. levator scapulae*, *m. serratus posterior et inferior*. K nádechu nám tedy pomáhají svaly po celém obvodu hrudníku, tak i svaly krční.

Výdech je při běžné zátěži pasivní děj, kdy se plíce stáhnou vlastní elasticitou a svaly ten do pohyb následují, díky již zmíněnému podtlaku. Při zpěvu tomu tak není. *Mm. intercostales interni et intimi* a také menší *mm. subcostales* táhnou žebra dolů. Také se zde uplatňují svaly tvořící břišní lis, tedy všechny svaly břicha a pánevního dna.



Obr. 19: Znáznornění procesu nádechu a výdechu[53]

Proces dýchání slouží primárně k okysličení organismu a zbavení od odpadního oxidu uhličitého včetně udržení acidobazické rovnováhy, protože oxid uhličitý funguje jako kyselina. Při řeči, a především zpěvu, nakládáme na tento systém další požadavek, dodat přesný proud vzduchu potřebný k rozechvění hlasivek.

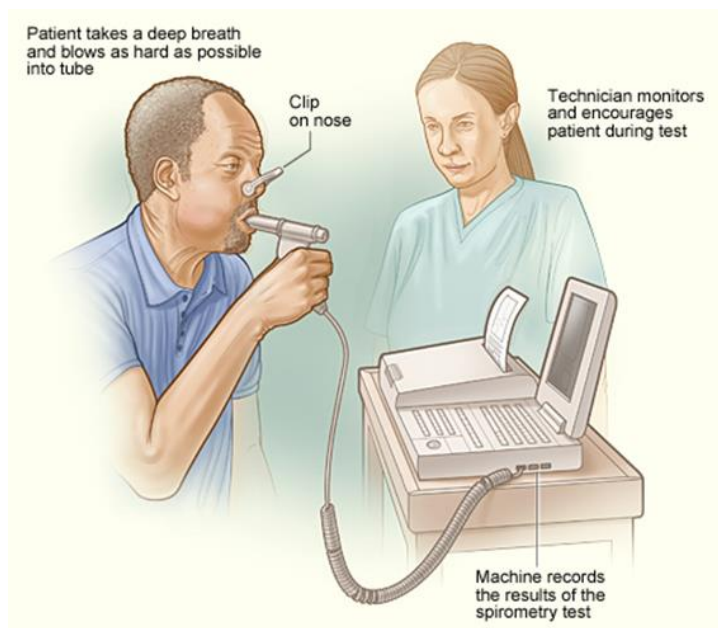
Respirace je řízena hlavně autonomně, ale vůlí ji můžeme řídit téměř kdykoliv, ale vždy jen dočasně. Autonomní řízení probíhá na více úrovních, ovšem tím nejcitlivějším parametrem je parciální tlak oxidu uhličitého v krvi. Při zpěvu může dojít k takzvané respirační alkalóze, pokud se neopatrný zpěvák “předýchá”. Je to situace, k níž může dojít i v mnohem nepříjemnějších situacích, ať už emočních, či biologických. V jejím důsledku může dojít k závratím až mdlobě, či ke křečím.

Takzvané předechnutí je velmi frekventovaný jev, zejména při častých a nekontrolovatelných přideších, ale i u jiných situacích s dechem spojených. Autonomní řízení dechu probíhá centrálními mechanismy v prodloužené míše a pontu. Ty generují rytmus a upravují ho dle oxidu uhličitého, ale i pH a kyslíku, a dle rozpětí plic. Také zajišťují obranné reakce, jako je kašel. Jsou modulovány z vyšších struktur. Lokální mechanismy jsou na úrovni cév plicního oběhu a drobných větví průdušek.

Tyto mechanismy automaticky upraví respiraci našim potřebám např. při zvýšené tělesné námaze, stresu, či nemoci. Při zpěvu je částečně “obcházíme” vlastní vůlí. Využíváme motorickou inervaci dýchacích svalů. Tím se například vysvětluje náhlý nedostatek dechu při trémě či velké psychické či fyzické námaze.

Průběh dýchání, včetně usilovného, se měří pomocí spirometrie. Na ní můžeme změřit plicní objemy a také dynamické parametry. Zajímavá je otázka plicních kapacit v pěvecké souvislosti. Celková plicní kapacita je udávána 6 litrů, ovšem konkrétně se liší dle jedince, jeho výšky, pohlaví, konstituce. Reziduální část tohoto objemu se nachází v takzvaném “mrtvém prostoru”, a není pro nás využitelná. Je to ta část, co výdechu zůstane ještě v plicích, průduškách, a celých dýchacích cestách, brání totálnímu kolapsu. Zbývá část se nazývá vitální kapacita, jde učebnicově o 5 litrů, a je to množství s nímž tedy můžeme nějak zacházet. Nachází se mezi maximálním nádechem a výdechem. Klidový dechový objem je jen 0,5 litru. Z něj se tedy můžeme vychýlit při nádechu o zhruba 3 litry, což je náš inspirační rezervní objem, při výdechu o 1,2 litru, tedy expirační rezervní objem.

Dynamicky můžeme měřit frekvenci, a tedy minutovou ventilaci, to je hodnota klidová, zhruba 8 l, ale také maximální minutovou ventilaci, což je až 200 litrů. Usilovná vitální kapacita, tedy ten rozdíl mezi maximálním nádechem a výdechem, je již zmíněných pět litrů. Měřit se dá i maximální výdechový proud vzduchu, což je až 12 l/s.



Obr. 20: Názorná ukázka spirometrie [56]

Tyto parametry jsou individuálně odlišné, ovlivnitelné tréninkem. Cílem je využívat svou kapacitu k tvorbě ideálního proudu vzduchu pro zpěv, avšak dostatečně ekonomicky, abychom nejen zpěv vydrželi, ale zároveň též nezkolabovali ani z důvodu respirační alkalózy, ani prostým vyčerpáním. V tomto případě je možná lepší se řídit také vlastním instinktem, přestože díky výše uvedeným informacím si dokážeme lépe odvodit některé dechové kolapsy.

Subjektivní výstup: Zásadou je ponechat volnost a klid hrdla, dechové možnosti využívat na plno a umět hospodařit s dechem v rámci každé individuální fráze. Je nutné umět rychle shazovat starý dech a neporušit tím plynulou linii. Je dobré se dle délky nádechu zaměřit na určitá epicentra. Tím svrchnějším je to oblast klíční kosti, níže potom zádová oblast, včetně stran (vysoké hrudní dýchání). Brániční dýchání se zaměřuje na pohyb k břišní stěně. Při kolorатурním programu je více využíváno dýchání svrchní vzhledem k tomu, že není tolik času na klidný nádech. V lyričtějšímu programu bylo zaznamenáno uplatnění vyššího hrudního dýchání. Umění dýchání je závislé na znalosti a ovládání dechových svalů.

Zatímco profesorka Melnik říká, že není vždy nutné vědět dopodrobna o svém aparátu a není to podmínka pro úspěšnou pedagogickou činnost, paní Škvárová odpověděla na otázku, zda slýchala během svých pěveckých hodin nějak více dopodrobna o svém aparátu z hlediska anatomicko-fyziologického takto: „Na konzervatoři ne, až paní profesorka Zikmundová, která se tím velmi zaobírala. Protože měla spoustu zpěváků, kteří za ní přišli pro pomoc, když se dostali do nějakého průšvihů, takže ona umí hodně rehabilitovat s těmi hlasy pracovala, i s uzlíky na hlasivkách. Kolikrát to byli i profesoři vysokých škol a měli problém s mluvním hlasem, protože nezvládli umluvit tu aulu a vlastně se uřvali.

Takže teprve ona mi to byla schopná všechno popsat, i obrázky měla. Rozhodně je důležité o tom vědět, ale je to nejspíš případ od případu. Jsou typy lidí. Ale takový ten základ ohledně bránice, že tam hrtan visí bez jakéhokoliv tlaku, že o něm nevíme, proto jsou případy, kde o něm ani nemluvíme, jen pokud je problém, tak zmíním, že se nesmí uměle snižovat.“

Přestože v současné době na konzervatoři mají předmět fonetika, kde se tyto záležitosti poměrně detailně probírají. Každý typ školy se k tomu ovšem staví jinak. Na konzervatoři Pardubice se anatomicko-fyziologické záležitosti téměř neprobíraly.⁴

Subjektivní výsledek pozorování kapitoly: této kapitole předcházelo obzvláště dlouhé odhodlávání, ale k pěvecké technice bezesporu patří a na všech dosavadních hodinách o fyziologii a anatomii nebylo řečeno téměř nic. Vychází se z přesvědčení, že o svém nástroji by pěvec vědět měl a pedagog by měl poskytnout alespoň základní informace či patřičné zdroje k nim. Tato kapitola se dá hodnotit jako stoprocentní přínos, neboť k ní bylo zapotřebí několik konzultací s odborníky, kteří anatomii i fyziologii velmi dobře rozumí. Bylo poměrně komplikované prostudovat, pochopit a následně zpracovat veškeré podklady. Díky tomuto procesu se dostavil pocit, že mi byly poskytnuty základní znalosti vlastního aparátu. Bez rozhodnutí pustit se do rozboru takového tématu, bych konzistentně do studia anatomicko-fyziologických podrobností nepravděpodobně nepustila. Pochopitelně to popisuje Vzdělaný pěvec:

K anatomicko-tělesnému předpokladu dále bezpodmínečně náleží také přírodou daný způsob pohybu, určovaný mozkiem a zahrnující v sobě pojem větší či menší obratnosti: pro pěvce rozhodující, často přímo instinktivní nadání pro řád a řízení vlastních funkcí, u činoherce schopnost změny a proměny v mimice a ovládání údů, u talentového pianisty čistě manuální obratnost a nadání pro bezprostřední souvislost mezi notovým zápisem a klávesovým hmatem. [5]

3.2 Software

Chápáno jako koordinace řady pochodů, svalových skupin, propriocepce^{xxx}, sluchová kontrola, svaly do nějaké míry vnímáme, ty nervové spoje nikoliv.

Vznik hlasu:

Hlas vzniká aktivitou svalů ovládajících hlasivky. Pokyny k jejich aktivitě pochází z řady oblastí mozku, které na tomto procesu spolupracují. U zvířecích modelů se doplňují dvě dráhy, jedna spouští vokalizaci, druhá ji jemněji upravuje do konkrétních naučených zvuků. U lidí je tato kontrola složitější a víceúrovňová.

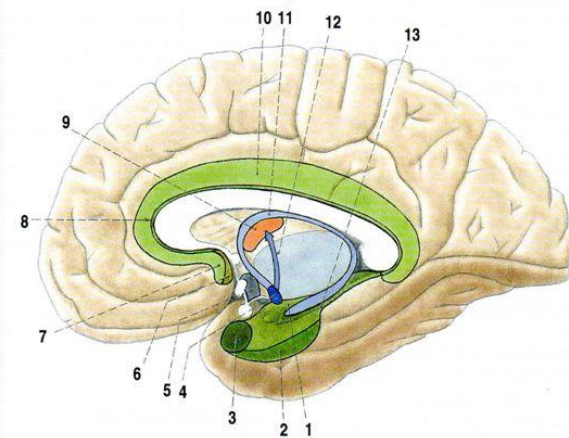
Nejjednodušší a nejpřirozenější zvuky jsou koordinovány oblastmi mozku kmene a míchy. Schopnost je nám vrozená, umožňuje třeba pláč nebo smích.

Druhou úrovní jsou struktury, které řídí iniciaci hlasového projevu a formování slov. Zapojují se zde **limbická oblast předního mozku a laloku a periakveduktální šed**, prostředek míchy. Funkci jednotlivých částí je snazší přiblížit opačně, tedy co nedělá po poškození. Poranění šedé hmoty uprostřed míchy způsobí oněmění. Poškození limbické kůry vede ke ztrátě kontroly emocionální složky řeči, vyjadřované hlavně intonací.

⁴ Práce v žádném případě netvrdí, že v současné době se předmět zabývající anatomicko-fyziologickými záležitostmi v souvislosti se zpěvem na konzervatoři Pardubice nevyučuje.

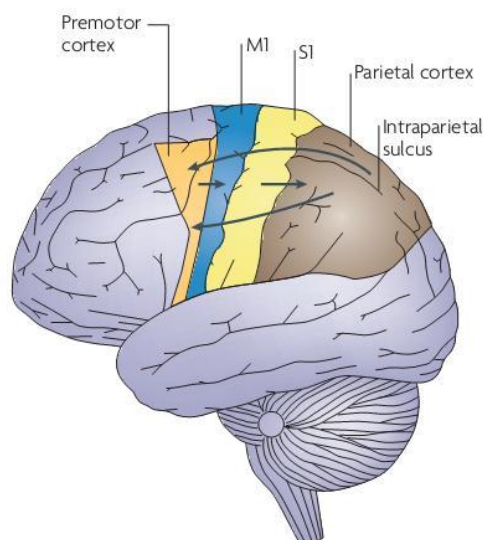
LIMBICKÝ SYSTÉM

- 1 **hippokampus**
- 2 **area enthorhinalis**
- 3 **corpus amygdaloideum**
- 4 **corpus mamillare**
- 5 **hypothalamus**
- 6 **septum verum**
- 7 **area subcallosa**
- 8 **striae longitudinales corporis callosi et indusium griseum**
- 9 **nuclei anteriores thalami**
- 10 **gyrus cinguli et cingulum**
- 11 **fornix**
- 12 **fasciculus mamillothalamicus**
- 13 **gyrus dentatus**



Obr. 21: Limbický systém předního mozku [58]

Nejvyšší úroveň kontroly je v **motorické kůře M1** a zapojuje i další modulační oblasti mozku. Ty jsou podstatné pro správné a přesné pohyby hlasového aparátu, při jejich poškození může dojít třeba ke kóktání nebo špatné výslovnosti. Ovšem poškození částí oblasti M1 spojených s vokalizací vede ke ztrátě naučených vzorů souvisejících jak se řečí, tak se zpěvem. Právě tato místa v naší mozkové kůře vyvyšují naše schopnosti tvorby zvuku nad ty vrozené, zvířecí.

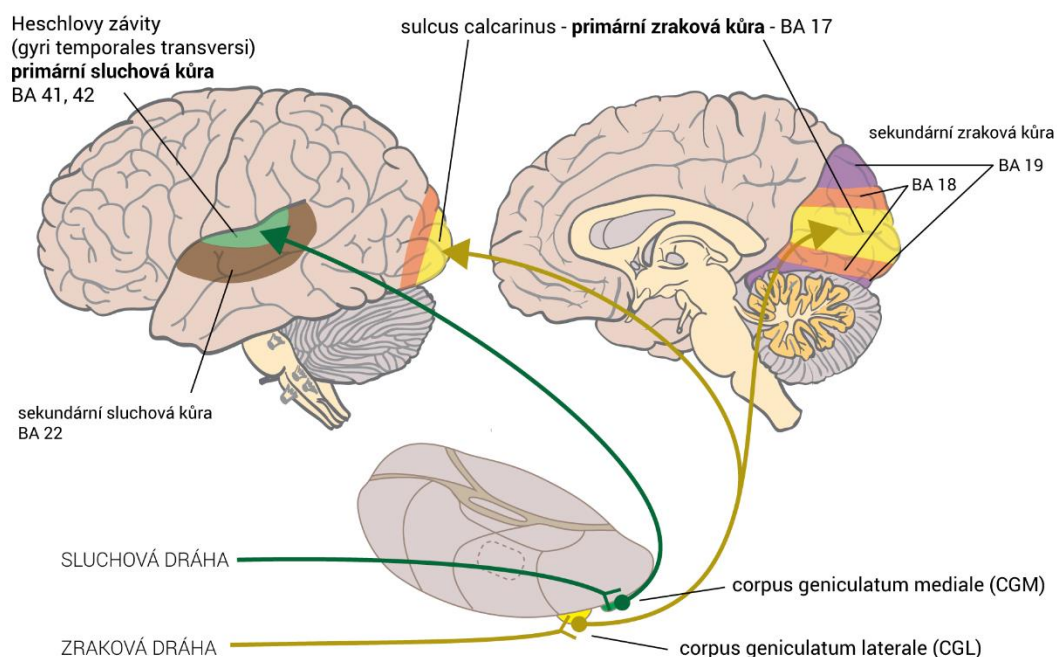


Obr. 22: Zobrazení umístění mozkové kůry M1[57]

Spoje mezi touto oblastí kůry, motorickými neurony v mozgovém kmeni, a ve finále fonačními svaly jsou výsadou člověka. Právě tato oblast kůry je tedy zcela zásadní pro veškerou naučenou kontrolu hlasového aparátu. Pomocí moderních zobrazovacích metod je dnes možné i přímo odlišit různé zapojení malých kousků naší nervové soustavy při zpěvu jednoho tónu, opakovaného tónu, výslovnosti slabik, zpěvu dobře známé písně, či naopak improvizaci. Zpěv má se řečí sice dost společného, přesto je rozdílů více než dost. U zpěvu jsou například důležitější různé typy zpětné vazby, kterou využíváme neustále.

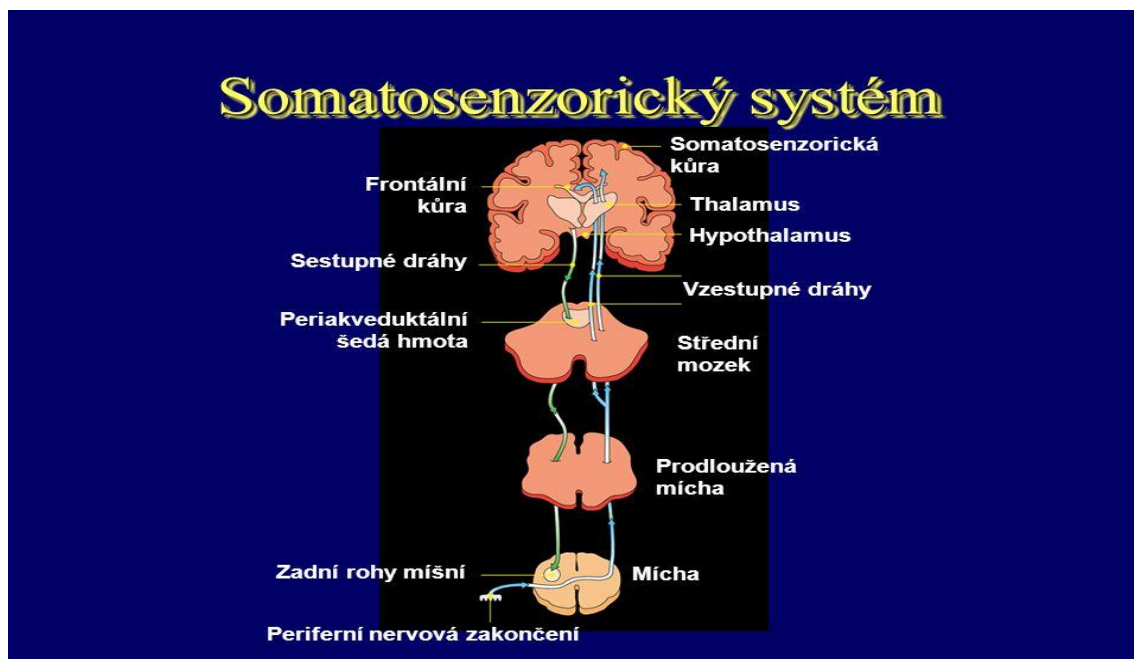
Jsou hlavně dvojí. **Zpětná vazba sluchová** a **zpětná vazba somatosensorická**, tedy jak vnímáme své vlastní tělo.

Sluchem hodnotíme a regulujeme zcela jistě hlasitost a výšku tónu. Když zvuk dojde k uchu, různé vlnové frekvence se převedou na jednotlivé signály přenesené na **hlemýžď** ve vnitřním uchu a d něj dále po sluchové dráze až do **primární sluchové kůry** ve **spánkovém laloku**. Jednotlivé zvuky různé výšky jsou v příslušné citlivé oblasti roztrženy, a proto je můžeme vyhodnotit a porovnávat. Složitější podněty a úkoly, třeba zpěv fráze v melodii zapojují další sluchové oblasti kůry, a také paměťové mechanismy. Zmíněné přídatné sluchové regiony analyzují i barvu zvuku a další charakteristiky.



Zobrazení drah zpětné sluchové vazby [61]

Somatosensorická zpětná vazba byla dlouho podceňovaná. Věřilo se, že zpěvák svůj projev kontroluje pouze akusticky. Nicméně to mu tak není. **Somatosensorika** jsou pocity vibrací hlasového aparátu působené zvukem procházejícím přes odpor napjatých hlasivky, různé pocity při měnící se mimice, při změně napětí svalů obličeje pro každou samohlásku. Všem těmto pocitům se dohromady říká **somatosensorický feedback**. Skládá se z kinestezie, tedy vnímání pohybu, a propriocepce, vnímání pozice. Informuje mozek o oblastech úst, obličeje, laryngu, respiračního aparátu, aby mohl přesně koordinovat všechny svaly a jejich pohyby.



Obr. 23: Somatosenzorický systém [55]

Receptory, které tyto údaje sbírají, jsou důležité pro ovládání pohybu svalů laryngu. Tedy rychlou kontrolu hlasivkových vazů, a tedy vibrací hlasivek v proudu vydechovaného vzduchu. Také pomáhají zkoordinovat svaly nad laryngem, které upravují tvar vokálního traktu, a tak vlastnosti vydávaného zvuku, jeho barvu, a také srozumitelnost výslovnosti.

Receptory z laryngu a orofaciální^{xxxii} oblasti a z respiračního systému vysílají signály do sensitivních oblastí kůry, a z motorických je volně ovládán výdech, která při normálním výdechu či řeči jen pasivním procesem.

Všechny tyto komplexní procesy si postupně zdokonalujeme a považujeme za automatické při řeči, a s tréninkem při zpěvu. Procvičováním tvorby různých zvuků tyto procesy zdokonalujeme. Feedback je během tohoto procesu učení naprosto zásadní, detekujeme tak chyby či rozdíly oproti externímu vzoru, a korigujeme všechny ty drobné pohyby, které zvuk mění. Na zvukovou zpětnou vazbu se obvykle spoléháme nejdříve, rozvoj té somatosensorické vyžaduje více času.

4 DEKLAMACE

Deklamace jakožto způsob přednášení slov je stále nedoceněno. Zpěvák dává častěji přednost frázi a legatu než srozumitelnému slovu. Jsou pasáže-zejména extrémně vysoké a přechodné nekomfortní polohy, kde je méně srozumitelná deklamace zcela korektní. Například ale v písních, kde je slovo nesmírně podstatné, by měla slova a jejich konsonanty spíše sloužit, než způsob prezentace ztěžovat. Taková deklamace se neseperuje pouze na jazyk český, každá řeč má své jasné zákonitosti- italština své „doppio konsonanty“ a měkké d, ovšem žádné přídechy, němčina ataky samohlásek, jsou-li na začátku slova například, také pověstné přídechy a vkusné krytí v přehláskách. Francouzština má zase několik druhů samohlásky „e“. Angličtina by měla být ještě preciznější a v některém smyslu i více afektovaná, nežli v běžné mluvě.

O vztahu cizího jazyka i češtiny a deklamace se vyjádřila paní Yvona Škvárová: „Pověra toho, že je němčina tvrdý nezpívatelný jazyk, není pravda. Je to docela měkký jazyk a zase se vrátím k paní profesorce Zikmundové, která mě donutila se tím jazykem zaobírat. Každý jazyk má svá specifika, kterých se dá dobře využít v tom zpěvu a ve spoustě věcech vám pomůže, pokud ten konsonant řeknete správně a pomůže vám, že ten zvuk vyletí ven. Když je francouzština dobře zpívaná, tak vám nikdy nedovolí probořit se do nějakého knedlíku, či širokého vokálu. Moje profesorka by řekla, že pro mě byla vždycky nejhorší čeština, ale angličtina také není ideální.“

Subjektivní výstup: Deklamací zpěváky velmi detailně na konzervatoři provázela paní Ema Zámečnicková, která se zaměřovala především na projev a příběh, na HAMU potom paní Zdeňka Seifertová, která zároveň dávala i velmi zajímavé typy na dechová a fyzická cvičení související třeba s trémou či nedostatkem dechu a jeho opory. V kombinaci se zpěvem se jí blíže zabýval pan Martin Otava na hodinách herectví. Vždy byl kladen důraz na to, aby bylo srozumitelné o čem se zpívá a bylo dostatečně rozumět. Ovšem, až o několik let později, přesněji s příchodem na hamu, se rovnaly vokály tak, aby nebyly příliš daleko od sebe, nad čímž se nikdo do té doby příliš nepozastavoval. Je to ale proces vývoje, který stále pokračuje.

Lilli Lehmannová popisuje, jak lze cvičit hlasovou vyrovnanost ve výrazně nízkých polohách, s čímž mají vysoké a subretní hlasy častý problém.

V nejhlubších polohách hlasu u žen i u mužů dojde zvednutím měkkého patra proti nosohltanu k odpojení hlavové rezonance, a tím výhradně k pouhé hrudní a patrové rezonanci. V tomto případě musíme myslet na stále měkké postavení hrtanu. Rozdíly napětí mezi „I“, „E“, „U“ jsou jen nepatrné. Hlasivky jsou jen málo napjaté. Krytí tónu pomocí „U“, je pociťováno sametově měkce v nose a při zpívání je tón veden jako velký oblouk podél patra až dozadu. Spojuje se pomocí „J“ s jinými vokály a orgány. Toto nazýváme hrudním (prsním) hlasem, který je nejsilnější z celého hlasového rozsahu. [6]

Deklamace je velmi úzce spjata s artikulací, avšak neznamena totéž.

Studium artikulace je záležitostí hlasové výuky, není to totéž, co studium výslovnosti. Takzvaná dobrá výslovnost je naopak záležitostí pěvecko-deklamační intenzity. Vztah artikulace a výslovnosti je obdobný asi jako vztah gymnastiky a tance. Potvrzuje Maetienssenová.[7]

S dobrou artikulací souvisí volnost úst, dolní čelisti a lehké formování hlásek. Kniha Vzdělaný pěvec nabádá například k nácviku pro usnadnění artikulace šeptání „Kitty, Kitty...“ desetkrát za sebou.

Subjektivní výstup: Po tom, co se tato cvičení zakomponovala do každodenního rituálu se prokázalo, že se značně zlepšil pojem o předním umístění artikulačního místa. Když se poté dle návodu vyměnil obsah za „Kukuk...“, umístění se přílišně nezměnilo, neboť zafungovala pravděpodobně i paměťová funkce, ale co se týče vyrovnanosti a úspornosti tvoření, se toto cvičení velmi osvědčilo.

Pro aktivaci těla a znělost souhlásek se také osvědčilo cvičení, ve kterém se kombinují hlásky „p, t, k“, které bylo prováděno na hodinách zpěvu se současnou profesorkou, Natálií Melník. S nimi se kombinují sykavky „s, z, š“ a pozornost se klade i na funkci opory. Veškerá tato práce je především o konsonantech, přičemž consonare znamená spoluznít, což je dosti vypovídající. Přestože jsou právě konsonanty častou příčinou svázanosti hrdla, musejí se vždy postavit tak, aby sloužily. Pro oproštění od takového pocitu je nutné započít takzvaný „uvolňovací proces“. Nejčastější příčinou zúžení bývá přílišné ukotvení konsonantu vzadu hrdla, čímž s sebou dále táhne i navazující vokál- proto často pomůže přehnaný přídech na konsonantu a celková kontrola dechu směrem ven.

Toto tvoření vzadu zatěžuje napětím krčního svalstva zřetelně celý způsob mluvy. Je to zákon setrvačnosti, který způsobuje velmi silnou ovlivnitelnost hlásek.[8]

Pro takové uvědomění je ideální „r“.

Pozastavíme se nad termínem „vokální diftongy“. Lohmannová je nenazývá zbůhdarma fenomény fonetiky, neboť díky takovému vědomému uplatňování je zde cesta od vokálu k vokálu zřetelně kratší a bližší. Jedná se o plynulý přechod z jednoho vokálu k druhému, přičemž by se neměl opomíjet potřebný a velmi vkusný balanc, aby žádný z vokálů neztratil na své vlastní platnosti. Možná se jen stačí držet dvou bodů zahrnujících několik výstižných otázek dle Lilli Lehmannové:

1. Jak vokály slyšíme při mluvení nebo obyčejném zpívání? 2. Jak je pociťuji při zpěvu, jak je zpívám, jak se musí zpívat a jak je vnímat. Jak je vážu a spojuji navzájem?[9]

Zkrátka, dle slov ze Vzdělaného pěvce: „Fonetika je z jedné velké části věda o zákonech setrvačnosti. Ve vážném uměleckém úsilí nejsou „maličkosti“. Vše je významné a má velké souvislosti.“

Subjektivní výstup: Právě takové maličkosti odlišují kumštýře od pouhých dobrých muzikantů, kteří potom udávají směr a motivaci dalším generacím. Zejména paní Yvona Škvárová se jimi velmi zabírala, ale nejen ona.

5 PROŽITEK A EMOCE

Pokud má být role, árie, či píseň prezentována věruhodně a celistvě, měla by být brána zřetel na charakter a duch díla. Jestliže se vytvoří komplexní představa, měl by přijít na řadu proces zpracování jednotlivostí. Důležitý je fokus na celek, který by procesem neměl utrpět. Konečným výsledkem by měl být celkový dojem, který bude posluchač/ divák mít.

Největší poctou je pro operního pěvce nejspíš ztělesnění některé z Wagnerových postav, protože ten se jimi zabíral obzvláště detailně-tolik, že každé postavě přiřadil hudební motiv, myšlenku, tzv. „idea fix“. Taková posluchačsky náročná hudba je potom lépe zapamatovatelná a stravitelná. Navíc několikahodinový příběh skrývá symboliku i spojení muziky a příběhu. Jinak se bude prezentovat árie v komorním sále a jinak ve větším divadle. Charakter by měl být samozřejmě zachován. Ovšem ani na velkém jevišti se nesmí z díla stát nevkusný paskvil, přestože každý interpret bude mít vlastní pojetí, ovšem v rámci uměleckého vkusu. Teorie některých umělců „méně je někdy více“, často dostává svému. Jakým procesem ohledně interpretace zpěvák prochází před prezentací, je posluchači zcela utajeno. Takový soudce v podobě posluchače není zmiňovaným procesem ovlivněn a oceňuje pouze konečný výsledek. Tak si interpret může ověřit, nakolik se mu záměr povedl. Všeobecně by mělo publikum umělce zušlechťovat- bez ohledu na subjektivitu.

S interpretací souvisí úzce rozhodně tzv. Eidetika – pochází z řeckého *eidos*, tedy obraz. Ze stejného řeckého slova je odvozená taktéž myšlenka, tedy *idea*. Podmínkou je zachování vlastního způsobu interpretace. To tvoří naši hudební identitu a dělá nás to jedinečnými.

Tam, kde jde o zázračně vrcholné nadání, nesmí být ani geniálnímu interpretovi, ať herci či pěvci, vyrváno vlastní tajemství jeho vnitřní představa, jeho „ideje“, jeho stále neproměnně silného opakování prožitku a vyzařování.[10]

Hudebnost je propojena s prožitkem a proto ten, u něhož se hudebnost příliš nerozvinula, byť bude pravděpodobně zpívat technicky sebelíp, bude tam divákovi něco chybět. Hudebnost je podmíněna vloh, cíleným rozvíjením. Vliv má zvuková radost, která je při nedostatku muzikality omezená.

Kde v pěvcových vlohách obecná muzikalita zcela chybí, kde její komponenty (intonace, rytmus, zvuková radost, uchopení melodie a síla hudební paměti) jsou rovný nule- kde tedy múzy políbily pěvce jen na hrtan, ale uši a ostatní anatomii nechaly bez polibku- tam nemá školení smysl, neboť nejpozději na prvním moderním jevišti díle dojde otevřeně k naprostému selhání.[11]

Taková prezentace není jen záležitost velkých gest a naučených póz. Nepostradatelnou roli hraje i mimika, která pomáhá jak výrazu, tak některým technickým účelům (rezonance, znělost, pozice).

V technickém smyslu znamená ovládání obličeje především důležitý výchovný faktor: a to od počátku studia. Ústa jsou nástrojem a korpusem pro slova, často je málo využíváme. Příčinou je také fakt, že se málo pozorujeme a nemáme zpětnou reflexi. Přestože je zřejmé, že vše je otázkou nastavení. Praktickou a jednoduchou pomůckou je prachobyčejné zrcátko-alespoň do doby, než se zmiňované pozice nastaví a zakódují. „Obličej pěvce je, technicky viděno, poznávacím znamením pro uspořádané a neuspořádané hlasové činnosti“[12]

Subjektivní výstup: Vše je otázkou tzv. „*kázně fantazie*“. Ve zpěvu se stále hledá vyváženost, ve všech jeho aspektech. Tak je tomu i zde, v prožitku a emocích, neboť jak se píše ve Vzdělaném pěvci:

Kdo zpívá, hraje a představuje pouze své Já, kdo portrétuje pouze sebe, je ještě velice vzdálen od opravdové výrazové síly, od morálně výchovného poslání umění, od zrodu člověka v uměleckém bytí.[13]

Paní Natalii Melnik byla položena otázka, jak využít emoce a nenechat se jimi příliš pohltit: „Jen dokonale vyrovnané vokály do jednoho dechového proudu. Jen tak může emoce pomoc. Dává totiž nutnou dávku přirozené energii, poskytuje oduševnělost a vřelost našemu výkonu. To ale souzní s tím, co jste sama zmínila, že se na tom málo pracuje s dětma. A proto, když navazuje na emoci, postupně se vyvíjí do dobrého zpěváka.“

6 DYNAMIKA

Dynamika pochází z řeckého slova *dynamis*, tedy síla. Hudba sama o sobě je uměním velmi dynamickým, a tak by se s ní mělo také nakládat. Pokud je muzika bude postrádat, nikdy nebude kompletní a zcela profesionální. Dnešní požadavky divadel i intendantů jsou především fokusovány na velké hlasy. Málokterý dirigent také usměrní orchestr (přesto, že je v partituře jasně psáno *pianissimo*), na takové minimum, aby ho mohl bez obav zpěvák skutečně předvést. Proto také žasneme nad *pianissimy* velkých hvězd. Pravděpodobně mají tu moc si dirigenta ukáznit, neboť podle dosavadní praxe lze tvrdit, že *pianissimo* je dnes za doprovodu orchestru nežádoucí, ale spíše je namístě použít výraz nepraktické, nebo nekomfortní pro orchestr, jak potvrzuje Lohmannová:

Dynamika operního pěvce závisí dost často na tom, narazí-li šťastnou náhodou na sluchově vnímavého dirigenta.[14]

6.1 Proslulá *pianissima*

Brilantně vytvořené *pianissimo* má v sobě jakési křehké kouzlo a napětí, zda vydrží. Tenká nit, která ho fixuje, je zcela účelně a konkrétně vedena, což vyžaduje velkou, až meditační koncentraci. Při správném provedení také volnou funkci hrtanu. Výsledkem je pocit, který se popisuje v knize *Královna zpěvu Ema Destinová* ve vzpomínkách Marie Martínkové:

Ono to bylo tak úžasné *pianissimo* jako šepot, ale něco tak kouzelného, že to znělo, jako když hlas přichází odněkud z jiného světa.[15]

Podle odborníků je *piano* omezeno pouze na okrajové chvění hasivek. Jeho komplexnost a čistota provedení se dá ověřit například i tak, že pokud lze plynule přejít do *fortissima* a zpět, je vše na správném místě. Důkazem je tvrzení:

Pěvec musí vědět, že to nejzávažnější úsilí o *piano* spočívá ve větě: *piano* není, pokud jde o nástroj, žádná miniatura, nástroj se ve své prostorové formě a prostorovém obsahu ve vztahu *forte* nemění a nezužuje. [16]

Omyl může nastat, zamění-li se plný hlas v *pianissimu* za výhradně píšťalový, či fistulový hlas-kvalitativně bychom již nesplňovali podmínky, zkrátka by se *piano* nemělo spojovat pouze s oblastmi hlavy. Správně provedené *piano* může být cestou k nápravě mnohých hlasových nezdarů a jeho správné užívání orgánu prospívá. Lépe se provádí v doprovodu s emocí. Radost z tichých věcí je součástí hudebního vyjádření. Podmínkou je ovšem dokonalé provedení. Zamezí se tak částečně tomu, že se zpěvák dostane do fáze, kdy spíše markýruje-což znamená, že hrudní svaly redukuje natolik, že se prakticky hrudní rejstřík vyčlení z poměru rejstříků. Dojde tedy k tomu, že již nezpívá plnohodnotným hlasem. Mezi zpěváky v *pianissimu* jednoznačně dominuje Edita Gruberová. Sama velmi často přiřazuje úspěch tvoření *pianissima* hlavně konstantnímu, přesto regulovanému vedení dechu. Když se její kolegyně, sopranistky Leonie Rysanekové, zeptali novináři, koho by označila jako příkladného interpreta dnešní doby, bez zaváhání nominovala oprávněně Gruberovou. Vyjádřila se ohledně jejích Puritánů v Metropolitní opeře následovně:

Ako posluchačovi sa vám zdá, že to už tichšie nejde, ale ona stále ešte diminojuje.
[17]

Na závěr podkapitoly je použit její výrok, který je do jisté míry součástí jejího tajemství a strategie zpěvu.

O čo hlasnejšie spievajú iní, o to tichšia som ja.[18]

6.2 Fortissimo nebo křik

Forte může být pro pěvce relativním pojmem. Přestože jeho původní značení je „*udatně*“, stále by se mělo jednat o volně proudící tón. Často je zaměňováno s takzvaným *Force*, což už v překladu vyjadřuje moc, sílu a násilí. S tím spojeným manýrem je, ač třeba neúmyslně, forsírování. Forsírování je zbytečně namáhavé zpívání, které zatěžuje především jícnové a hrdelní svalstvo. Mnohdy tento problém způsobuje snaha o způsobitou dechovou podporu, která však není prováděna správně. V dechové oblasti tak dochází k obyčejnému přetlaku. Snaha zpívat do vypětí sil, či přezpívat orchestr, je nejčastějším prapůvodem právě forsírování. „Zásadní je správné posazení do správné pozice a není to rozhodně jen tlak dopředu... mně vždycky paní profesorka říkala, ať zesiluji představou a ne tlakem.“ vysvětlovala paní Yvona Škvárová.

7 FRÁZOVÁNÍ

Zatímco pro mnohé instrumentalisty je tok naprosto nedílnou součástí, aby vůbec mohli vyprodukovat zvuk, pěvec bere v potaz také obsah prováděného díla, slova nebo dechovou kapacitu. Ideálním stavem je, vezme-li si pěvec do ruky připravované dílo a udělá si jeho podrobný rozbor- potom přesně ví, jak dílo rozčlenit. Někdy bohatě stačí si odmyslet takty, jindy poslechnout kvalitní nahrávku- přesto by se mělo dbát na určité zásady jak stylovosti, tak individuality. Ve Vzdělaném pěvci se píše:

Smysluplné frázování musí pěvce nadchnout pro vztah mezi zákonem a svobodou v tempu a rytmu.[19]

7.1 Legato a linie

Zpěváci si berou často příklad ze smyčcových nástrojů, kdy si automaticky vybaví tah smyčcem. Právě tah je to, co legato v podstatě je a mělo by obsahovat. Spousta zpěváků se příliš poslouchá, analyzuje, a zapomíná na neustálý tok tónu směrem kupředu, čímž ztrácí na frázi a legatu. Edita Gruberová instrumentálně uvažuje, což potvrzuje přesvědčením:

V skutečnosti existuje jen jedna technika, a to technika absolutně prirodzené tvorby tónu. Je to vtedy, keď sa při speve mení čo najmenej a spevak sa so znejúcim tónom pohráva ako inštrumentalista. Keď to takto robí, vobec nestráca dych.**Chyba! Nenašiel zdroj odkazů.**

V instrumentální oblasti je legato závislé na plynulém přebírání tónové síly z jedné výšky tónu na druhou. Není podmíněno stálým zvukem ani zesilováním či zeslabováním. Lze tedy provést v každém stavu dobře nasazeného tónu. Nazýváme to takzvanou vnitřní linií. To je přesně aspekt, který zpěvák obvykle opomíjí a skáče z tónu na tón. Dalo by se tedy říci, že pakliže chceme provést příkladné legatissimo, musíme předchozí tón stále ještě cítit a měl by přeznívat, zatímco následující pozvolna nastupuje.

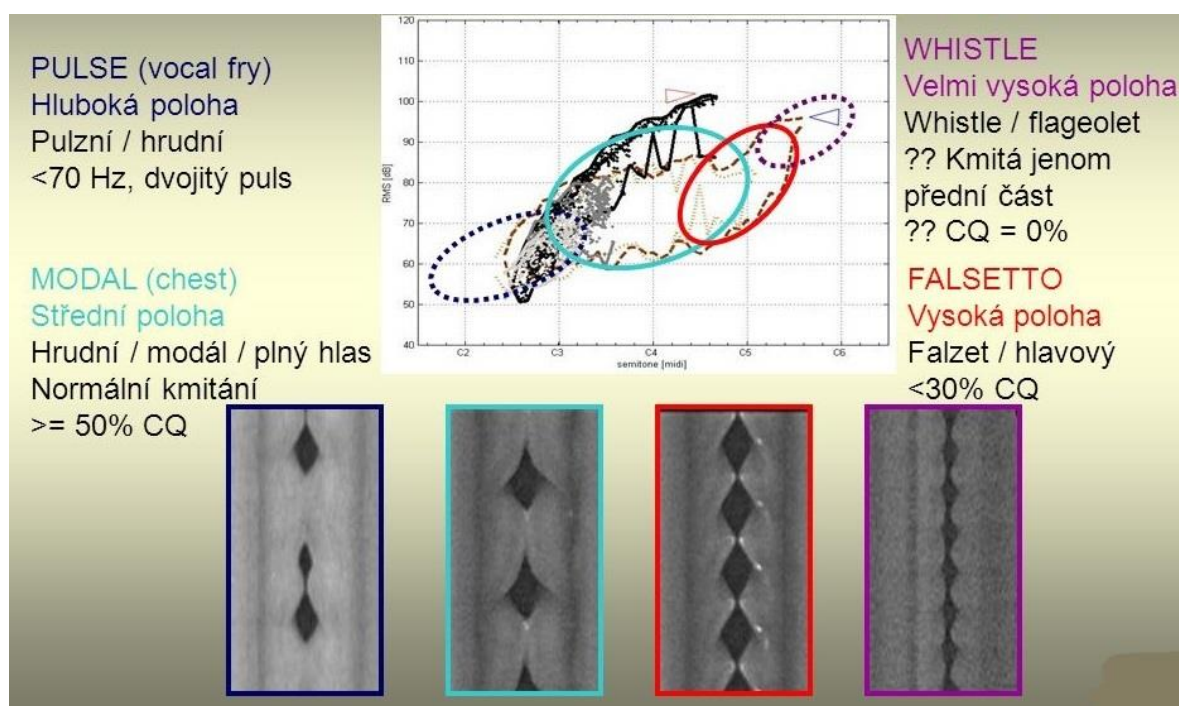
Dobrým vodítkem pro legato je, když výrazné výšky (či naopak hloubky) neznějí osamoceně a jsou propojeny. Pokud znějí tedy izolovaně, i když to nemusí být otázka intervalové vzdálenosti, není vše korektní. Někdy může být nepřítelem text, který chceme pečlivě deklamovat a na jeho úkor pak „sekáme“ melodii. Dobré je vycházet z jednoho vokálu a uvědomovat si pocit propojení jednotlivých tónů. Je zde opět zapotřebí střídmosti, jak ostatně potvrzuje Vzdělaný pěvec:

Pokud jde o legato, spočívá velký omyl pěvců vždy v představě: „buď budu dobře vyslovovat nebo vytvořím vázaný řetězec vokálů.“ Zde, jako často ve zívání, není žádné „buď anebo“, nýbrž jak-tak. Řetěz vokálů a výslovnost zároveň![21]

Frázování úzce souvisí s hudební řečí, které se učíme spolu s jinými zákonitostmi, které studium zpěvu podmiňuje. Pakliže budou rejstříky vyrovnané, je potřeba korigovat také psychiku, vokály, dynamiku a dechový aparát. Jen tak jsme na dobré cestě ke zdravému a správnému legatu. Osvědčeným cvičením, kde si můžeme uvědomit účelné vedení hlasu, je například rozložený trojzvuk před dvě oktávy. Dále lze cvičit ve zpomaleném tempu například klasickou vzestupnou stupnici s poněkud zřetelnějším portamentem. To napomůže uvědomění veškerého propojení.

8 POUŽITÍ HLAVOVÉ A HRUDNÍ REZONANCE

Poměr a vyváženost rejstříků zpěvák řeší celoživotně. Je to reflexe různých hormonálních i vývojových období, kdy je hledán vysněný zvukový balanc. Přebytek hlavového tónu zajistí neukotvenost ve střední poloze a přílišné lpění na rejstříku hrudním. Tento stav zpěváka značně omezí jak v rozsahu směrem nahoru, tak i v pocitu volnosti. Aby byl konečný výsledek zcela v normě, je zapotřebí se hlasovou vyvážeností cíleně a dlouhodobě zabývat. „Zpěvák musí vědět, v kterých místech se to začne míchat a kde už zase převažuje ten hlavový rejstřík. Čistý hrudní rejstřík bychom používat neměli, protože ten je potom vulgární a svým způsobem i nebezpečný. Pak je druhé nebezpečí- a to je to tzv. přetažení, když se zpěvák dostane s prsním rejstříkem příliš vysoko. U sopránů se to děje někde kolem f1, kdy už nastává určitá změna. Všimněte si u některých starších zpěvaček, že tam často nastává určitý zlom a neklid- a je to těžší udržet. U vrchních přechodáků je určitě už víc hlavy, h1, c2-na určitá procenta. Psychosomaticky je také problém mezi as a gis z pohledu světlosti hlasu.“ říká Yvona Škvárová.



Obr. 24: Mechanismus kmitání hlasivek ⁵ [60]

8.1 Hlavový tón

Staří Italové přivedli do světa termín „hlavový hlas- voce di testa“. Ten se podle nich měl tvořit pomocí horního hrtanu, zhruba v úrovni očí. Předem je ale třeba si uvědomit, že ani hlavový tón se bez opory neobejde a pakliže ji postrádá, není správně tvořen. Z hlediska fyziologického se dechový tlak dotýká horní okrajové zóny hlasivek. Při zesílení se začínají zapojovat i spodní hlasivkové svaly směrem k této okrajové zóně, čímž dochází k postupnému propojování rejstříků. Pro tento typ rejstříku je zcela zásadní otázka rezonance. Typická je přední lebeční rezonance.

⁵ Graf je vypracovaný RNDr. Markem Fričem, Ph.D., vědeckým pracovníkem působícím v oboru výzkumné akustiky na katedře zvukové tvorby HAMU.

Využit by měl taktéž být zadní rezonanční prostor hlavy, tedy kopule. Pro takové uvědomění jsou ideální cvičení bohatá na samohlásky a zřejmě nejznámější cvičení „odu“.

Veškeré hlavové tóny by měly být tvořeny hladce, tajemně a něžně. Takový návyk není nikdy škodlivý. Edita Gruberová tento druh hlasu nazývá tzv. „biely hlas“. Takový hlas by měl postrádat vibrato a afekt, jak popisuje:

Biely hlas treba chapať komplexne. Je to jedna z mnohých tónových nuáns, ktoré môže spevák použiť presne tak, ako keď impresionisti používajú nezvyčajné farby na dosiahnutie nejakých konkrétnych atmosférických efektov. Napríklad v Lucii, v arii šialenstva „biely hlas“ sugeruje zajakávanie pomateného dievčaťa. V poslednom dejstve Traviaty alebo Bohémy evokuje fyzické vysilenie a blízkosť smrti.[22]

Svémi pianissimy byla pověstná taktéž Destinová, kdy se vyjádřila sama Olga Borová- Valoušková⁶. Ta se nechala slyšet, že tóny Destinové zvoní kdesi vysoko nad její hlavou. Pokud se hlavový rejstřík používá takto uvědoměle, je to ideální stav.

Bdělost je na místě také co se týče hrtanu, hřbetu jazyka a měkkého patra. Aby nedošlo až na markýrování, musí se obezřetně hlídat množství výdechu. Právě u markýrování se vydechuje ještě úsporněji. Hrudní svaly i bránice jsou v mnohem větší pohotovosti a artikulace by měla být ještě více provázaná a měkká.

„Každý hlas má hlavový tón, ale nikdy před paní Zikmundovou to po mně hlasové vedení nevyžadovalo, Takže když jsem chtěla zazpívat pianissimo hlavovým tónem, tak se mi to často nezvávalo. Ona mě donutila do druhého extrému, že jsem každý tón nasazovala z pianissima a teprve potom zesílila. Trošku to byla manýra a musela jsem to potom také zkorigovat. Ona tvrdí, a já v tom u svých žáků pokračuji, že hlavový tón by se měl posilovat, měl by se cvičit- jako rehabilitace před představením, po představení, postě hygiena hlasu. I ten žák potom ví, že když se dostane do nějaké indispozice, tak ten hlavový tón mu vždycky napoví, jestli tedy ještě může zpívat, nebo už ne. Já ho tedy cvičím dodnes a jsem ráda, že ho mohu cvičit se svými žáky, protože pro mě je to také čistota. Teď často kolem sebe slyším, jak jsou lidé nemocní s hlasivkami. Já jsem také byla nemocná, ale nikdy jsem si nehrábla do hlasu. Tenkrát třeba nebylo vše vidět jako dnes na přístrojích, ale jak je vidět, dobrou technikou se dalo všechno dát opět dohromady“. Takto popisuje své počínání s hlavovým tónem paní Yvona Škvárová. Její hlasová cvičení na hlavový tón hodiny pravidelně a systematicky obsahovaly.

8.2 Propojení rejstříků

Každý hlas by měl mít svou „základnu“, zejména takové typy hlasu, které mají sklon více k „hlavovosti“. Takovou základnou se potvrzuje přítomnost hrudního rejstříku, který by měl mít funkci hlavně podpůrnou. Přestože dává hlasu témbra a jistou tmavost, nemělo by k těmto vlastnostem docházet uměle. Dobrou kontrolou je kvalita zvuku. Pakliže pěvec přílišně šustí, či nemá moc zesílit tón, jeho pozice je zbytečně nahoře a využívá především rejstřík hlavový. Často tak dochází nejen ke zbytečnému světlému zvuku, ale také ke zúžení alikvotů. Ty mají vliv na nosnost a barevnost zvuku.

⁶ Olga Borová- Valoušková (28.3.1886 - 3.6. 1975) - altistka, pedagožka, sólistka Národního divadla v Praze a v Lublani.

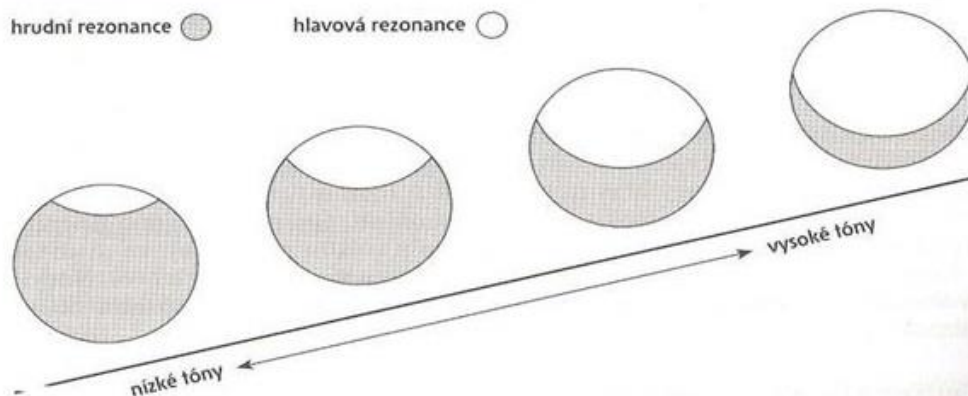
Hlas tak tedy není zcela ukotven a hrudní rezonance není dostatečně aktivní. Tak nemůže dojít k vyvážení rejstříků a zdravému způsobu zpívání. Jestliže není hlas dobře zakotven, často dochází k dechovým deficitům.

Neznamená to ale, že vokály budou posazeny příliš vzadu. Podmínkou stále zůstává, že hrtan, hltan i oblast jazyka zůstává volná, přičemž artikulace vpředu je naprosto žádoucí a tudíž platná. Tyto vokály musí být podmíněny naprostou vyrovnaností a žádný z nich z rezonance nesmí vypadávat. Změna pozice by se zde neměla udát. Pokud bude tedy artikulace posazena převážně v zadních rezonančních prostorách, dojde s největší pravděpodobností k zúžení hrdla a nepříjemnému pocitu. Pomocníkem je zde opět kontrola dechu- ten jde stále plynule dopředu.

Jednou z technik, jak si osvojit správné nasazení a usazení hlasu je tzv. „úder na glottis“. Nutností je vědět, že glottis je hlasová štěrbina přímo uprostřed hrtanu. Pokud se zasáhne přímo, zajistí tvrdý akustický dojem. Uskutečnění takové techniky je podmíněno velmi hlubokým otevřením a následným úderem na hlasivku glottis. Také precizností zmíněného úderu, který musí být ryze jednorázovou a komplexní záležitostí, přičemž by úder neměl být doprovázen okolními vzlyky či ruchy. Nedílnou podmínkou také musí být hlasitost tohoto úderu. Ten musí být silnější než samotný výsledný zvuk tónu. Pokud se tato technika uplatňuje nekontrolovatelně a nesprávně, velmi rychle může dojít k poranění hlasivek. Rozdíl je ve správném provedení a naopak v takzvaném „saponare“- lidově řečeno mydlit. Vzorem precizního provedení takového úkonu je například mozartovská pěvkyně Maria Stader⁷.

Ideálním stavem posazení je voix mixte čili smíšený hlas, ve kterém dochází k mixáži všech vnitřních rejstříků. Dnes se používá spíše výraz střední rejstřík, neboť voix mixte bylo spojováno spíše s hlasem mužským. „Veliký krok je trefit se do správného místa. Zнала jsem zpěvačky, které úžasné odmarkýrovaly celé představení, byly geniální, ale naplno už to nešlo zesílit.“ Říká Škvárová.

Schéma míšení rezonancí



Obr. 25: Mísení hrudní a hlavové rezonance [59]

⁷ Maria Stader (5.11.1911- 27.4.1999) sopranistka, pedagožka, narozena v Rakousko-Uhersku

9 NOČNÍ MŮRY PĚVECKÉ TECHNIKY

Každý dobrý zpěvák zažil období, z kterého se musel poučit. Pokud by nedělal chyby, nevěděl by, jak je odstranit a s největší pravděpodobností by se nestal dobrým pedagogem. Dotkneme se nejfrekventovanějších a nejobávanějších technických problémů.

Jazyk- velmi obvyklou chybou zpěváka je, že jazyk zejména v zadních partiích dutiny ústní, nenechává zcela volně. Pokud si ho nepohlídáme, hrozí, že ztuhnou hřbety jazyka. Může také příliš lpět na horních zubech, čímž se postará o ztuhlost v zadní části jazyka, často až ke kořeni, kde se tvoří známý knedlík. Ten vychází také z nevyrovnanosti vokálů a umělého zabarvování hlasu.

Subjektivní výstup: Podle Lehmannové by se měl přímo vzdalovat od hrtanu, neboť stále spolupracují. O jazyce se obecně velmi málo mluví, a proto je na místě, článek doporučený paní Škvárovou. Ten skýtá rozhovor se slavnou pěvkyní Dolores Zajick, která se o něm zmiňuje jako o důležité složce pro správný způsob zpěvu.

Zpívání je o dechu, o bránici, která je základem hlasové opory, o využití všech dostupných rezonančních prostor a o správné pozici jazyka. Velmi mne zaujala studie o mongolských lidových pěvcích, kteří dokáží zpívat dvě noty najednou. Používají k tomu právě jazyk. Pokud se jazyk hýbe dopředu a dozadu, využívají znělosti podobné falzetu. Střed jazyka se zároveň pohybuje nahoru a dolů, a tak docílí plného hlasu ve spodní poloze za současného znění falzetu. Tím vzniká dvojhlas.[23]

Tremolo- zejména větší hlasy, které disponují většími hlasovými orgány mívají sklon k širokému a silně tlačnému vedení dechu. Tento děj je podmíněn zejména nekontrolovaným výdechem proti hlasivkám přímo z bránice. Tímto způsobem se obejde činnost tzv. lisu břišního, který zmírňuje tlak dechu skrze dechovou oporu proti hrudníku. Tím se do jisté míry kontroluje cirkulace. Celá tato záležitost je závislá napínáním a povolováním různých svalů. Tremolo se může dít i v případě, že hrtan není zcela uvolněný. Proti tremolu existuje velká řada prevenčních cvičení, která jsou postavena zejména na základě kombinování úzkých vokálů (e, i) spolu se správným vedením dechu. Zajímavostí je, že dle průzkumů mají k tremolu větší sklon ve Francii než například v Německu.

Tréma- název je odvozen z latinského *tremere*, tedy třást se. Dodnes si pamatuji celkem přesnou definici, která říká, že tréma je strach z veřejného ponížení a neúspěchu- ten se ale pojí vždy buď s veřejnou, důležitou, či nepříjemnou záležitostí, mnohdy i jejich kombinací. Mezi nejčastější příznaky patří zrychlený tep, úzkost, nevolnost, pocení, či třes, u zpěváků konkrétně potom sucho v krku. Někteří zpěváci konzumují na to konto velký počet syrových vajíček, citronů, banánů a sušených švestek. Pokud budou ale bez pecek, mine se proces účinkem, cucání pecky má totiž antistresovou funkci.

Subjektivní výstup: Primárně funguje se soustředit pouze na výkon. Dát si na všechno při výkonu i mezi ním klid. Beze sporu je to otázka psychosomatická, ale lze s ní pracovat systematicky. Všeobecně se ví, že pomáhá si vzpomenout na dosavadní úspěchy, nenechat se ovlivnit trémou jiných lidí, popřípadě provést pár dechových a antistresových cvičení. Takto se k trémě stavěla Ema Destinová.

Nikdy velké přípravy nedělala. Hleděla to stále od sebe odsunovat. Aby na to nemusela myslet. Já jsem vždycky uvažovala, že se asi chtěla vyhnout trémě. A pokaždé se snažila co nejvíce zaměstnat, před každým představením měla vždy všelijaké práce a do divadla přiběhla až na poslední chvíli, když už všichni byli oblečení a čekali...ani neměla čas se dostat do nějaké trémy.[24]

Forsírování- jedná se o takový zpěv, ve kterém se nadměrně používá a zatěžuje hrdelní svalstvo a jícen. To je často odezvou na přílišnou a urputnou dechovou oporu. Nejčastějším důvodem je zpívání na doraz, kdy si svaly jednoduše řečeno zapamatují nejčastější (myšleno špatný) proces.

Markýrování- se stalo doménou zejména v souvislosti se zkouškovým provozem. Takovým hlasům, které mají dispozice k pianu a umí jej tvořit, se pak ale často nechce zesílit ani na představení. Pokud se takové markýrování nedělá technicky uvědoměle a dobře, může dojít k trvalému poškození hlasu. Proces markýrování vyžaduje ještě intenzivnější legatovou linii a přesnou artikulaci i vedení dechu. Pakliže pěvec pianissimem příliš nedisponuje, je lepší si kódovat výkon v plném, ale měkkém zvuku. V opačném případě by mohlo dojít k tzv. zauzlení, šelestem a také psychosomatickým úvahám, zda vůbec studovaný part zvládnou.

Mutace- znamená dle latinského původu přeměnu. Je nutné zmínit, že záleží na intenzitě průběhu a zkušenosti a citlivosti pedagoga. V zásadě se jedná o fyzické hormonální změny. V Itálii proto zcela záměrně vychovávali mladé kastráty, aby zachovali krásu čistého hlasu. Dívčí mutace není tak slyšitelná jako ta chlapecká, není ale rozhodně dobré ji nějak potlačovat a brát na lehkou váhu. Z tohoto hormonálního hlediska bývá potom u žen mnohem markantnější spíše přechod, kde je potřeba také nastolit jistý postup a hlasový režim.

Subjektivní výstup: Vždy není zcela nutné přerušit studium zpěvu, je ale zcela nevyhnutelné takovému studiu podřídit výuku. Začlenit například do hodin i nějaké nahrávky- vybudovat ve studentovi vlastní názor na pěvecké výkony jiných lidí. Najít vhodná cvičení, která mu prospívají, soustředit se v repertoáru více na výslovnost a obsah a v neposlední řadě rozvinout v žákovi muzikálnost.

Přechodové tóny- s těmito skupinkami tónu v různých polohách, řekněme, se potýká každý zpěvák. Je potřeba přesně vědět, jak s nimi technicky zacházet. Ve známé oblasti f, fis, g se často vyplatí zkoncentrování, či zúžení tónu. U některých jedinců k tomu dochází zcela automaticky. V hlubších polohách pomáhá otázka koncentrace směrem k hrudnímu rejstříku. Není však na místě ztrácet zcela hlavový rezonátor. Zabrání se tak poněkud neotesanému až vulgárnímu projevu. Co se týče vysoké polohy, vše se odehrává směrem k c3, kde převládá tzv. píšťalová funkce. Rozhodně zde vládne tzv. otevřená forma. Zde se zcela vše podmiňuje volností, třebaže na úkor artikulace.

Ztráta hlasu- bez systematické technické práce a hlasové kontroly mohou přijít první náznaky ztráty hlasu. Zatímco někteří fungují často pouze z dispozic a talentu, po poměrně krátké době se mohou prokazovat známky jejich hlasové životnosti. Pokud taková situace nastane a opravdu dojde ke ztrátě hlasu, je třeba vyhledat pomoc nejen odbornou hlasovou, ale také psychickou. Duševní stránka brzdí často ozdravovací proces. Pojem „ztráta hlasu“ je velmi obecný a jeho příčiny a důsledky se mohou případ od případu lišit. S tím úzce souvisí **fonastenie**, což je určitá forma hlasové slabosti, která je zapříčiněna nervově, popřípadě centrálně z mozku. V podstatě se jedná o formu tzv. cerebrální únavy⁸, kdy je zapotřebí maximální spolupráce hlasového pedagoga a odborného lékaře.

⁸ Cerebrální únava- dysfunkce nervového systému, důsledkem je zvýšená celková únava

10 KOLORATURA

Tento hlasový obor je velmi specifický. Vyžaduje smysl pro preciznost, určité dispozice, velkou technickou vybavenost, lehkost, ale i propojenost. V případě, že zpěvačka používá převážně jen hlavový tón, mluvíme o tzv. „*bílém hlasu*“, kdy u ní nedochází k potřebnému bráničnímu a hrudnímu napětí. Je tak potvrzeno, že zpěvačky s těmito sklony nezanechávají u posluchače hluboký dojem. Je potřeba si uvědomit, že mísení rejstříků je přirozené a funguje v každém hlasovém oboru. Zajímavé je tvrzení z knihy Lilli Lehmannové:

Žádná žena by neměla do 24 let věku zpívat subretní role, do 28 let mladodramatické a před dosažením 35 let dramatické, jinak je to předčasné!!! Teprve po těchto věkových hranicích se může zpěvačka náležitě připravit a hlas i organismus mají co mimořádného nabídnout.[25][25]

Konkrétně ve Vzdělaném pěvci se tvrdí, že samotný soprán může být na scéně rozdělen přibližně do deseti oborů. Hlavním předchůdcem koloratury byl Jubilus gregoriánského chrámového zpěvu, kde se vše tvořilo na jediném vokálu Alleluja. Samotný název koloratura potom pochází z kolorovati, ve smyslu vyzdobit. Dva zcela zásadní rozdíly v takové koloratuře jsou *umění běhů* a *umění skoků* – čili legato a staccato. Cvičení, která rozvíjejí vlohy pro koloraturu jsou postavena zejména na rozložených akordech či vzestupných i sestupných stupnicích. Koloratura může být i pomocí hlasům, které jsou poněkud zatěžkané. Dá se říci, že zatímco za období klasicismu dodávala koloratura celkové melodii mnohem více instrumentálního charakteru, v baroku, přestože byla více afektovaná, dodala postavě mnohem hlubší charakter a také lepší psychologické vybarvení.

10.1 Potřebné kvality pro tento druh oboru

„Měl by mít určitě velikou hlavovou dispozici a dispozice ke koloratuře se dá vycvičit. Znáám spoustu hlasů, které neměly přílišné dispozice, ale vycvičilo se to. Je to dril.“ říká paní Yvona Škvárová. Já osobně si myslím, že také neochvějnou trpělivost a velikou představu o tom, jak by každá fráze, popřípadě kadence měla znít a tu představu potom následně naplnit. To může platit dvojnásob u kadencí. Dříve si pěvci psali sami dlouhé kadence. Ty vznikly původně z povolení ozdobit si sextakord těsně před závěrem árií. Rozhodně by neměl chybět smysl pro rytmus a tempo. Tam je na místě pro věruhodné provedení vždy prověřit metronomem původní doporučené tempo. Původní zásady povolovaly pouze kadence na jeden dech, což se časem změnilo a dnes je to i určitý způsob, jak ukázat své virtuózní i technické kvality. Na to konto příkládám citaci o tom, jak chytře a pokrokově se postavila ke koloraturám pěvecká ikona Edita Gruberová.

Pokiaľ ide o zdobenie, začala Gruberová vytvárať vlastný profil až začiatkom deväťdesiatych rokov. Spočiatku preberala kadencie speváčok minulýchstoročí, čo je legitímne. V tomto období však začala používať vlastné motívy a figurácie. Spontánna improvizácia počas predstavenia tak, ako sa to kedysi bežne robilo, je dnes už nepredstaviteľná.[26] [26]

Ozdoby- na všechny typy ozdob existují odlišné názory, které jsou závislé na odbornosti, názoru, vkusu a historických faktech. Ta si sami interpreti někdy vykládají svévolí, kdy dochází k porušení hranice respektování určitých zásad prezentace takových ozdob. Typickým příkladem je například chybné provádění Schubertových přírazů, kde by přírazová nota měla mít vždy funkci prvenství na místě noty hlavní a měla by se tedy vyzpívat zcela plnohodnotně, je-li hned po ní nota se stejnou rytmickou hodnotou. Důvodem bylo, že ačkoliv jeho muzikantský cit vyžadoval disonanci na první počítanou dobu, dle tehdejších pravidel by se jednalo o porušení kontrapunktu. Proto tedy psal příraz, který měl ale být chápán jako plná nota s charakterem přiznané disonance.

Pozice- rychlé běhy a převážně vysoká poloha může svádět ke zbytečnému světlení hlasu, kdy se potlačuje přirozená účast hrudního rejstříku - ten pro kompaktnost hlasu musí být přítomen, byť třeba velmi redukováně.

Korektní výslovnost- na úkor vysokých či rychlých tónů dochází k častým redukcím a znehodnocení textu. Jsem přesvědčena, že pokud se výslovnost odehrává ve správném místě, dodává tomuto hlasovému oboru profesionalitu a brilantnost. Artikulační a deklamační absence je zcela závislá na možnostech interpreta a jeho uvědomělosti.

Bravurní a hbité ovládání dechového aparátu- v tomto případě je zde potřeba zcela vědomě regulovat nádech i výdech, zejména je zcela nepostradatelné umět tzv. „shodit starý dech“. Tím se rychlou cestou redukuje zbylý dech před dalším nádechem. Aneb, jak hlásá Edita Gruberová.

Bez dokonalého vydýchnutí nie je možné správne sa nadýchnuť. Gruberová popisuje, že zejména při koloraturách by mě výdech trvat déle než nádech, což nás přivádí k zamyšlení se nad úsporou dechu, která musí být zcela prvoplánová.[27]

10.2 Intonace

Intonace v koloratuře musí dle mé být naprosto jasná, ale v pozadí. Pokud bude primární záležitostí, nezbyde kapacita na další úkony jako je frázování, dynamika, ozdoby a dikce. V praxi mi při studování repertoáru (ať už čistě koloraturního či jiného) pomáhá uplatňovat přesný postup. Do něho zahrnuji téměř na začátek analýzu, kde se seznámím dopodrobna s formou skladby, se všemi pasážemi a místy, které budu později opakovaně hrát, dokud se zcela nezakoření. Následně budu představu o frázování a teprve potom se dostávám k samotnému praktickému nácviku. Toto se snažím vštípit i svým studentům, neboť se domnívám, že bezhlavé opakování starých chyb znásobuje šanci na neúspěch. Tělo si pamatuje návyky a je mu jedno, zda jsou dobré nebo špatné- to už musíme ovlivnit zcela cíleně my.

10.3 Technika

Technika u tohoto hlasového oboru by měla obsahovat všechny výše uvedené technické principy a technické dovednosti. Zda zůstává krk volný se zde dá velmi dobře procvičit například trilkem, který by neměl být tvořen primárně v krku, ale hlas by měl být veden zcela volně. Výhodou je vždy, cítíme-li horní sekundu. Podmínkou je vždy volný hrtan. Hlídat by se mělo také rovnání vokálů. Ty se dají cvičit například přes konsonant „r“, který najde velmi rychle a přesně správnou pozici, a navíc reguluje funkci a množství výdechu. Dobrý je i konsonant „j“, při které je dobré se zaměřit

především na volnou funkci jazyka i v oblasti kořene. Tímto způsobem si ověříme nutnou přítomnost a příbuznost souhlásek i samohlásek. V nejlepším případě se zde pohlídá i důležitost a podstata slova. Kóduje se tak i nutné zpívání vpředu, které je na výslovnost úže vázáno. Pak je zapotřebí najít stabilitu, volnost, komfort a vyrovnanost.

Postavení hlasového orgánu se musí přizpůsobit potřebné výslovnosti a v pěveckém umění zároveň usilovat o to nejkrásnější a nejušlechtlejší.[28]

11 LYRICKÝ TYP HLASU

Název lyrika pochází od lyry, tedy starořeckého strunného nástroje boha světla a zvuku Apollona. Takový typ hlasu je zela podmíněn hlubokým až zasněným prožitkem. Legato je pro něho typickým charakteristickým znakem. Přestože se může jednat o menší hlasový materiál, neměl by ztrácet co do barevnosti. „Správně nastavená dechová cvičení dost pomáhají při frázi i v passagiu. Přece jenom ten dech je prvotní, ale zejména u tenorů je to trochu jiné nežli u žen. Pomůžou zejména vyrovnané vokály do jednoho dechového proudu. Dávají totiž nutnou dávku přirozené energii a poskytuje oduševnělost a vřelost našemu výkonu. Legato je jeden výdech, na něhož navazují slova. Jedná se o jeden proud, v žádném případě slova nejsou nad frází.“ Takto popsala tvoření fráze má současná pedagožka Natalia Melnik.

Subjektivní výstup: Zcela neodmyslitelným stavebním kamenem je správné a uvědomělé vedení frází. Pokud má zpěvák vlohy částečně či plnohodnotně i pro koloraturu, často se jedná o tzv. lyrickou koloraturu. V takovém případě má samozřejmě bohatší repertoár a větší příležitost pro uplatnění. Je ovšem potřeba velmi dobře vědět, jak technicky dostát požadavkům jednotlivým sopránovým oborům.

12 TECHNICKÉ MEZNÍKY

Tyto limity, jako jsou například přechodové tóny, nebo porušení zásad správného zacházení s hlasem, se může zpěvák připravit o komfort, rozsah i hlas. V zásadě se jedná o technické zákonitosti, které jsou podmíněny několika důležitými faktory.

12.1 Přechodové tóny

Subjektivní pozorování: O přechodových tónech bylo mnohé řečeno již v kapitole devět a také v rozhovorech, které byly poskytnuty. Rozhodně je ale za technický mezník považuji a stojím za to sed nad nimi ještě trochu pozastavit. Jedná se tedy o mísení rejstříků. Mění se zcela plynule jejich poměr v závislosti na výšce tónu. Skupin přechodových tónů v plném rozsahu pěvce je hned několik. Já osobně zaznamenávám tři nejmarkantnější. Jedna se objevuje kolem tónu c1, dalo by se říci c1, d1, e1. U této skupiny tónů si musím uvědomit, že přítomnost hrudního rejstříku v podstatě převládá, ale není tam výhradně. V praxi to znamená, že tón je posazen velmi dole (myšleno pozičně), ale k tomu si intenzívně připouštím přítomnost hrudní rezonance. Trvalo mi velmi dlouho, než jsem našla kompromis mezi silou a pohodlím. Další hranice se u mě objevuje kolem h2, kde se musím hlídat, abych nebyla přílišně přednastavena už na mnohem vyšší polohu. Pro kontrolu mi pomáhá maximální vertikální otevření úst spolu s volným výdechem. Zanedlouho, již u tónu e2, f2, fis2 a g2 se objevuje pro mě osobně nejproblémovější seskupení tónů. Je zapotřebí si pohlídat určitou blízkost, ale zároveň také volnost. Dále tu máme přítomnost hlavového rejstříku, který již převládá a pakliže ho přetáhneme příliš vysoko, zbytečně se budeme namáhat. V této fázi si vyloženě představuji, že produkuji více vzduchu než zvuku. Co se týče výšek okolo c3, d3 a e3, soustředím se už pouze a výhradně na naprosté uvolnění a velký prostor. Mezi těmito tóny ovšem vnímám velký poziční rozdíl. Zatímco do e3 tóny nechává naprosto otevřená a činnost pantů a úst neovlivňuji, nad e3 si představuji, že zpívám výhradně nad stoličky a často mi pomůže imaginace ztráty dolní části úst. Snažím se tak předejít tzv. stržení, kdy je tón limitován stejně jako hlasový rozsah.

12.2 Formování a vývoj hlasu

Je důležité brát na vědomí, že hlavním atributem nikdy není pouze nos, ovšem na místě je definice ze Vzdělaného pěvce: „Vokál nemá být nikdy v nose, ale nos ve vokálu.[29]

Pokud se nosní rezonance dobře vyváží, jedná se o kvalitní zvuk masky, s kterou souvisí i alikvoty. V případě, že se pěvec soustředí pouze na nazální zvuk, často dochází k tzv. hnací rezonanci (Triebresonanz). Přílišná přítomnost nosu tedy připravuje masku o její typický zvuk. To vše je vázáno na správné postavení orgánů. Velmi pomáhá představa zpívání přes oblouk, nikoliv tedy skrze nos, i když přesně ten dává tónu pověstnou špičku a nosnost, což nás dostává opět k otázce vyváženosti. V tomto případě se osvědčí vždy zpětná vazba v podobě pedagoga či poslech vlastní nahrávky a následná analýza. Rezonance je opět vázána na dokonalé propojení rejstříků. Jak říká Edita Gruberová:

Dokonca ak teď ide jeden jediný tón, aj ten môže a musí prejsť vývojom. Samozrejme za predpokladu, že je na to dostatok času.[30]

12.3 Hlasová hygiena

Hlasová hygiena by měla reflektovat naše chování k vlastnímu aparátu. Během pěvecké gramotnosti bychom měli být vychováváni vzdělávacími prostředky i vlastními pedagogy k návykům, které nám usnadní mnohá úskalí a často zabrání zbytečným komplikacím. Hlasová hygiena je rozhodně známka profesionality a uvědomění.

Kouření a životospráva- na místě je subjektivní hodnocení. V současné době se zaznamenává pátý měsíc bez cigarety. Byla to „pouze“ otázka priorit. I když to znamenalo zvýšený apetit a navýšení tělesné váhy, změna, která se odehrála v rámci dechové kapacity a kvality tónu nelze ani popsat. Pravidelná zahlenění a zastření hlasu, které bylo na denním pořádku, je v trvale pryč. Rozhodnutí přestat kouřit považuji za jedno z nejlepších životních rozhodnutí.

Přímé působení tabákového kouře na sliznici, na nos a vedlejší dutiny, nosohltan a hrtan, na dechovou trubici a bronchie, je vědecky právě tak dokázáno, jako nepřímé ohrožení celého organismu nervovým jedem, zvláště se zřetelem na poruchy inervace.[31]

Harmonie- naše tělo je náš aparát, proto v souladu s tím bychom se o něho měli dobře starat. V zásadě by se tedy mělo jednat o psychickou pohodu, pravidelný pohyb a vyváženou stravu. Součástí procesu by mělo být pochopení těla a jeho funkcí včetně odbourávání špatných návyků ve zpěvu. Mnoho z pěvců, kteří jsou součástí divadelního provozu ale velmi dobře vědí, že je často velmi těžké to skloubit.

Pravidelnost cvičení- je potřeba si uvědomit, že hlasivky jsou sval a jako každý jiný sval, i ony potřebují posilovat. V tomto procesu je nutné si každodenně připomínat volnost a odbourávat případnou křečovitost. Důležitá není kvantita, ale kvalita. Pomineme-li každodenní divadelní provoz, stačí se systematicky denně udržovat dvaceti minutovým cvičením, které je mnohdy spíše přínosné než samotné cvičení repertoáru, není-li postaveno na technice, o které jsme již přesvědčeni a máme ji ukotvenou.

Dostatek spánku- po absenci spánku postrádáme kolagen, což je jedna stránka věci. Důležité ale také je, že zpěv je především fyzická záležitost a na tu je potřeba odpočatý aparát. Psychickou pohodu podpoříme dostatkem spánku také.

13 POP VERSUS KLASIKA

Přestože jsem se za dobu mého pěveckého počínání setkala s četnou nevolí, nemohla jsem si pomoci. Pop dělám stejně dlouho jako klasiku a poměrně spolehlivě mě živí. Zastávám názor, že správná pěvecká technika je pouze jedna. Samo sebou má ale každý žánr svá technická i výrazová specifika. V mém životě má zejména pop a jazz své místo a učí mě spoustu technických i frázových skutečností. To se dá použít i naopak, v souvislosti s užíváním některých prvků, které využívám v klasice a často mi pomáhají rozluštit některá úskalí v populárním žánru.

13.1 Hrudní rejstřík jako kotva

Když použiji trochu nadsázky, dalo by se říci, že díky popovému způsobu zpěvu jsem ukotvila svou střední polohu. Samozřejmě jsem musela hodně disponovat s přítomností hlavy, ale v zásadě mi to pomohlo pochopit systém ukotvení. Rozhodně zde přechodové tóny posazují o hodně níž. Za důsledek to má onen popový efekt, kdy přibližně nad c2 nezní hlava v takovém poměru, jak by tomu bylo u klasiky. Není to však o její absenci, ba naopak. V zásadě zpívám pozičně mnohem níže než u klasiky, ale o to intenzivněji si onen hlavový rejstřík uvědomuji. V přílohách je přítomna nahrávka s mou současnou kapelou Sellfish. Jedná se o report „coveru“ kapely 4 Non Blondies a jejich velkého hitu What's Up. Myslím, že změna rejstříku je více než markantní. Vzhledem k tomu že tento song má veliký rozsah, pakliže by hlava chyběla, do výšek bych se pravděpodobně ani nedostala, nebo by to mělo dopad na kvalitu zvuku a s největší pravděpodobností bych nebyla schopna refrén několikrát opakovat.

13.2 Odlišnosti a podobnosti ze subjektivního pohledu

Odlišnosti- Popový zpěv je více intuitivní a pudovou záležitostí, kdežto u operního zpěvu můj mozek pracuje neustále a formuje každý následující úkon. V určitém smyslu se dá u popu lépe uvolnit, což je dobrý příklad pro klasiku. Není věnována taková zřetel na jazyk, protože ten vždy vzorně leží, na rozdíl o klasického zpívání, kde se musí vše mnohem ostražitěji hlídat. Dechová kapacita je neporovnatelně větší. Vše je jednoznačně posazením tónu, který je pozičně podstatně níže. V závislosti na zmiňovaném posazení hlasu mám logicky menší rozsah. Tak, aby se tón nezměnil kvalitativně a nebyla příliš slyšitelná fistulová pozice, mám v současně době nahoře a2, dole potom malé f. V repertoáru je rozdíl veliký. Náročnost klasického repertoáru je mnohem větší.

Podobnosti- Stejně tak jako u popu, i u klasiky se řeší obsah a prezentace. I zde se klade důraz na co nejsrozumitelnější výslovnost, není-li to na úkor kvality tónu, zejména ve vysoké poloze. V obou případech se pěvecká technika řeší, jen sedá říci, že se vždy musí jednat o vědomou transformaci z jednoho žánru do druhého. Stále se jedná o zpěv, takže je zapotřebí legata a frázování, dynamiky i jiných náležitostí, které tvoří ucelený dojem prezentace. Oba žánry jsou velmi oblíbené, ale pop je pro mě spíše záležitostí odreagování a zábavy, kdežto klasika je velkou dřinou a také srdeční záležitostí, bez které bych jen těžko fungovala.

14 PEDAGOG

V životě pěvce je pedagog neodmyslitelnou součástí každodenního procesu. Zcela jistě je pedagogů jako máku, avšak jsem přesvědčena, že dobrý pedagog se shání často velmi obtížně. Nejde vždy jen o jeho pedagogické kvality, ale také o vztah a přístup k žákovi. Jde také o jeho umění naslouchat, motivovat, směřovat, formovat, předvídat. Pedagog by měl být trpělivý a otevřený, důsledný a podporující. Za celý svůj dosavadní jedenadvacetiletý vývoj jsem se svěřila pouze čtyřem pedagogům zpěvu. Mohu s jistotou říci, že jsem měla velké štěstí. Každá změna profesora stojí žáka i učitele hodně energie, a ne vždy je přestup pouze dobré rozhodnutí.

Co je hlavní ve výuce uměleckého zpěvu především? Učení o pohybu hlasových orgánů, za pohnutím vzrůstajícího duchovního řízení prostřednictvím síly představitelství: školení orgánů na základě hravého rozvoje sil, formování hlasu v tvořivém smyslu.[32]

14.1 Eva Kubečková

Paní Kubečková odstartovala zpívání na profesionálnější úrovni a ukázala tak důležitý směr, kterým se vydat. Vzhledem k faktu, že působila mimo rodné město, se věnovala nadstandardně a rozvíjela zájem i dovednosti. Svědomitě se věnovala přípravě na pardubickou konzervatoř. Její práce byla velmi soustavná, pravidelná a systematická. Precizní byla zejména v pracování na výrazu a pocitu uvolnění. Její práce s žákem je postavena na vášni k muzice, což dítě rozhodně pocítí a na hodiny chodí rádo. Určitým důkazem může být i pubertální období žáka. Pokud vydrží, myslím si, že je to svým způsobem pro pedagoga určitý úspěch. Paní Kubečková se dodnes pěvecky i interpretačně vzdělává. Stala se blízkým rodinným přítelem a velkým vzorem.

14.2 Miloslav Stříteský

Pan Mgr. Stříteský mě poprvé slyšel na pěvecké soutěži Karlovarský skřivánek, již po přijímacích zkouškách, těsně před nástupem na pardubickou konzervatoř. Jako tehdejší vedoucí pěveckého oddělení si mě vybral do své třídy. Velmi si zakládal na dechové opoře a správné dikci. S odstupem času se dá říci, že dech učil spíše způsobem, který by ocenili více chlapci. Po letech toto bylo potvrzeno i bývalými spolužačkami z jeho třídy. Pod jeho vedením bylo získáno první hostování ve Východočeském divadle Pardubice, ve hře Amadeus od Petra Shaffera. Díky této hře a jeho doporučení se naskytla možnost procestovat většinu českých divadel. Hra byla na scéně šest let.



Obr. 26: Fotografie z divadelní hry *Amadeus*, VČD Pardubice

Pod jeho vedením se udál konkurz o orchestr a přišla možnost si zazpívat s hradeckou filharmonií. Studium na Akademii Múzických Umění bylo zahájeno až dva roky po ukončení spolupráce. Přijata jsem byla i na JAMU do Brna. Z praktických i osobních důvodů byla zvolena Praha.

Subjektivní hodnocení: Pan Stříteský byl na hodinách pěvecky aktivní, optimistický, laskavý a vždy přátelský, otevřený jakékoliv debatě. Naše hodiny byly poměrně intenzivní. Na tehdejší technické možnosti rozdával velmi náročný repertoár. Často, když si na to vzpomenu, nechápu, jak jsem to mohla uzpívat. Pravděpodobně to byla především záležitost „naturalu“. Po ukončení studia už mě dále pěvecky nepřipravoval⁹. Tímto začalo mé dvouleté období bez hlasového pedagoga. Naskytla se tak příležitost rozvinout svůj instinkt. Takové období nemusí být vhodné pro každého pěvce, mě osobně naučilo samostatnosti v pěvecké kázni, rozvíjení dosavadních znalostí, houževnatosti a sebedůvěře.

⁹ V práci není přiložen životopis pana Stříteského, v současné době se nestýkáme, na internetu není k dispozici.

14.3 Yvona Škvárová

Původní plán byl nastoupit k paní doc. Kaupové, u které proběhlo pár nezávazných konzultací. Měla nakonec bohužel již plno a doporučila právě paní Yvonu Škvárovou. S tou se velmi intenzívně pracovalo na koloraturách i výškách. Díky ní byl pochopen systém přechodových tónů. Byla velmi precizní, co se týče výslovnosti a rozhodně neopomíjela ani výraz. Studium pod vedením paní Škvárové bylo naplněno precizností a profesionalitou. Za tři roky studia si získala naprostou důvěru a obdiv. Je nejen velická zpěvačka, ale také oduševnělý člověk a skvělý pedagog.

„Když už na to dnes mohu koukat z pohledu pedagoga, tak si myslím, že je strašně důležitý pojem pedagog- psycholog, protože se musí poznat, jestli s tím žákem může tak, anebo tak. Jsou žáci, na kterých můžete „štípat dříví“ a pak jsou žáci, na které musíte být velmi opatrná, co mu řeknete. Vztah je důležitý, je to velice blízká osoba a je fajn, když je to o důvěře. Pokud ten žák profesorovi nevěří, nemůže to přinášet ovoce.“

Takto mluvila o vztahu profesora a žáka paní Škvárová. Je to člověk na svém místě, který má rozhodně i spoustě profesionálům co nabídnout. Jak popsala naši spolupráci? „Ty tři roky utekly jak voda. Pro mě jste velmi talentovaný člověk s obrovskou hlavovou dispozicí, což jsem u vás vždycky obdivovala a záviděla a z té jsem chtěla vycházet. Myslím si, že u vás je největší problém vaše povaha v tom smyslu, že máte takové kvartály, kde je kvartál naprosté pracovitosti, posedlosti a všeho, co by to mělo mít a pak to ovadne, ale ono to musí být pořád.“

Subjektivní hodnocení: V období, kdy se pracovalo s paní Škvárovou tomu tak mohlo být. V té době ještě neexistovalo žádné zaměstnání a čas nebyl plnohodnotně využit. Z velké části fungovala podpora rodičů. Dnes za plného provozu nastane zřídkakdy volný den, či den, kdy by hlas nebyl používán. Čas je nyní produktivněji využíván. Paní Škvárová splňuje všechny atributy profesionálního pedagoga, kterého bych s vlastním svědomím doporučila. Rozhodnutí od paní Škvárové přestoupit je dodnes považováno za jedno z nejtěžších dosavadních životních rozhodnutí.

14.4 Natalia Melnik

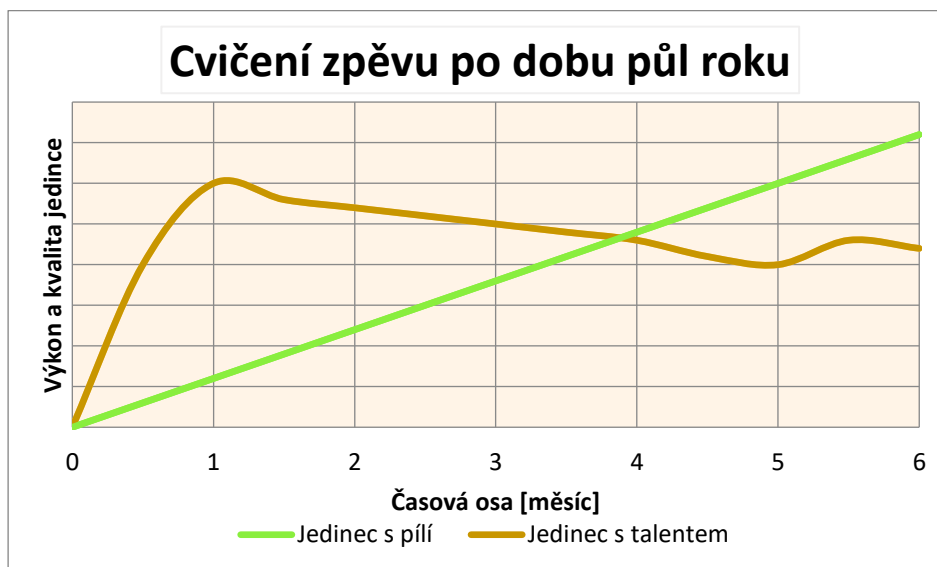
S paní Natalií Melnik seznámení proběhlo na akademické půdě ještě za vedení paní Yvony Švárové. Ta sama navrhla, zda by se paní Melnik nepodělila o technické zkušenosti s árií Lucie z opery Lucia di Lammermoor od G. Donizettiho. Její energie byla téměř k neuvěření. Její technické metody naprosto vyhovovaly, a to zejména ve střední poloze, kde byla zaznamenávána stále určitá „neukotvenost“. Sama paní Melnik v rozhovoru pokrok popsala takto:

„Hlas nabral na celkové hutnosti, nabyl většího legata, podle mě se vyrovnaly polohy. Proces probíhal pracně. S tímto se potýká každý profesor zpěvu. Ve vašem případě to ale bylo vždycky napojeno na osobité umělecké cítění- a tak to má být. Spousta věcí, které musím řešit s jinými žáky s vámi řešit vůbec nemusím.“ Během studia u paní Melnik jsem už byla v divadelní provozu. Tento fakt měl a má za důsledek, že musí poměrně dost kalkulovat nad časovými možnostmi i hlasovou kondicí. Některé sborové party jsou poměrně těžké a bylo téměř nezodpovědné mít po třech hodinách sborového zkoušení ještě sólovou hodinu.

Subjektivní hodnocení: Pod jejím vedením došlo k větší pravidelnosti hlasových cvičení. Radikálně požadovala velmi podrobný proces rozezpívání. Zastává názor, že by měl být pro pěvce denním chlebem. Paní Natalia Melnik svým studentům dává velkou řadu návodů a alternativ, jak zvládnout celou řadu technických nedostatků. Bohužel, ne vždy má adekvátní zpětnou vazbu

15 PŘÍSTUP

Přístup studenta obsahuje několik faktorů, které ovlivňují jeho úspěch, pověst a kvalitu výkonu. Zodpovědnější žáci právě svým přístupem často předčí druhou skupinu jedinců, která příliš spoléhá na svůj talent, nebo třeba známosti. U mých žáků bylo provedeno půlroční pozorování. Jeho výsledkem je úspěšnost ve studiu zpěvu.



Obr. 27: Graf porovnávající talent versus píli

Disciplína - jedna ze složek, která je u pěvců obzvláště vzácná. Možná je to podmíněno dávkou temperamentu, který pěvec taktéž potřebuje. Ideální stav pravděpodobně je, začlenit-li pěvec disciplínu do každodenního života a přijme ji jako nedílnou součást.

Spolupráce - zpěvák je zcela závislý na spolupráci klavíristy, není-li doprovázen orchestrem. Pokud korepetitor pěvci nevyhovuje, zabředává do koloběhu nedobré nálady, špatných návyků a neustálých debat o tom, jak by měl pěvec dle korepetitora tvořit tón. Záchrana je jediná- a sice změnit korepetitora.

Sebereflexe - umění analyzovat se přispívá bezesporu k rychlejšímu pokroku. Každému pěvci trvá poměrně dlouho, aby přesně dokázal analyzovat danou překážku a patřičně ji odstranit. S tím souvisí i soudnost-naprostu objektivně posoudit, zda na daný repertoár je již technicky vybaven či nikoliv.

Konstantní zájem - jednou z možností, jak se vzdělávat v oblasti zpěvu více globálně, může být například nabídka pěveckých kurzů. V současné době je jich velká řada a rozprostírají se po celé Evropě. Kurzy by víceméně měly přispět technickému zdokonalování a stylové interpretaci.

Tak krátké periody pěvecké práce mohou být pro zkušeného pěvce plodné jen tehdy, propojí-li se nezbytná hlasově technická stránka do představitelsko-tvůrčí pomoci. Pro nezkušené začátečníky však kurzy znamenají usazení terciána do univerzitní lavice. [33]

Temperament - ke stavbě těla patří hlasový orgán. K základnímu duševnímu chování patří temperament.

16 VLASTNÍ PEDAGOGICKÁ ČINNOST

Vlastní pedagogická činnost byla započata ještě za konzervatoře. Jednalo se o pobočku v České Skalici. Pobočka byla realizována Základní uměleckou školou Bedřicha Smetany, Nové Město nad Metují. Tato aktivita skončila spolu se stěhováním do města Prahy, kde byla pozornost zaměřena na soukromou pedagogickou činnost a studium. V současné době se tato pedagogická činnost rozšířila a věnuje se patnácti studentům.

16.1 Písemný rozbor hodiny

V současné době učím více, než 10 žáků soukromě. Záměrně jsem vybrala dva diametrálně odlišné studenty. Jsou rozdílní věkem, požadavky, zaměřením a zčásti jistě i hudebními předpoklady.

Natálie Heltová, 14 let

Natálii připravuji na hudební konzervatoř. Z toho důvodu máme jak hudební teorii, intonaci a vše, co bude na přijímacích zkouškách potřebovat, tak samotný zpěv. Naše spolupráce trvá čtvrt roku.

Jakmile bylo zjištěno, kdy se přijímací zkoušky konají, vypracoval se učební plán, který se striktně dodržoval. V plánu se počítá s dostatkem času na samotné opakování. Každou hodinu se splnil vytyčený cíl hodiny, je velmi pohotová, rychlá, chápavá, přístupná. Zatím co v teoretické části má obdiv, v části pěvecké se jedná o detailnější práci. Ve zpěvu konkrétně se vychází z programu, který je vyžadován typem zmíněné střední školy.

Detailní popis hodiny z 20.4.2017

Začíná se plynulým nádechem do nosu, přičemž se sleduje, jak se zvedá přirozeně hrudník, plní bránice, bedra. Po úplném nádechu je zahájen výdech s konsonantem „s“. Pozornost je soustředěna na plynulost, volnost a hospodaření s dechem. Cvičení se několikrát zopakuje v různé dynamické intenzitě, aby byla funkce těla zautomatizována. Pokračuje se lehkým znovuoobjevením hlavového tónu pomocí tzv. otevřeného brumenda se soustředěním na nazál. Cíleně vše podmíněno velkým legatissimem až možná glissandem z jednoho tónu do dalšího. Přestože se jedná pouze o vzestupné a sestupné tercie, proces techniky je na začátku hodiny obzvláště důležitý. Studentka již po chvíli sama lépe pomocí tzv. vnitřního hmatu vnímá pozici jednotlivých tónů. Paralelně s touto funkcí vnímáme funkci dechu. Je velmi důležité a produktivní, aby si zpěvák zvykal na kontrolu několika věcí zároveň. Po ukončení tohoto cvičení se následuje další, kde je již větší intervalové i dechové napětí. Pokud se místo zcela neshoduje s jasnou představou, či pocitem, se opět prověřuje otevřeným brumendem, nebo konsonantem „rrrr“. Snaha je se přiblížit správnému místu. Z repertoáru jsou nejdříve vyzvednuty lidové písně. Ty jsou základem frázování, přirozenosti a zřetelné výslovnosti. Prováděna je fráze po frázi. Nejprve je fráze pouze řečena, přičemž se bez námahy zjistí, kde je vrchol fráze. Potom se pozorně prohlíží notový zápis včetně dynamiky, tempa a tak dále. Největší problém dělá legato, aby fráze nepadala. S tím souvisí i aktivita těla, tím pádem intonace a celkový dojem. Proto následuje návrat k první frázi a vzniká nejideálnější aktivitu. Dále následují písně z cyklu *Náš poklad* (Ferdinand Sládek). Zaměření probíhá spíše na kritická místa, která se budou příští hodinu spojovala do větších celků.

Vzhledem k tomu, že studentka domácí přípravu nepodceňuje, je vidět značný progres. Z toho důvodu jsou uděleny jen malé rady na závěr a přichází na řadu přednes.

Do konce hodiny zbývá 12 minut. Dělá se frázi po frázi, pozornost je věnována italské výslovnosti. Klade se zřetel na tzv. „doppio konsonanty“ a zásady, které každý jazyk včetně italštiny má. Jakmile se studentka přílišně soustředí na výslovnost, opouští plynulost fráze a dostatečnou soustředěnost na technické záležitosti. Balancuje tedy mezi prostorem volného krku ve vyšších polohách a mezi zřetelnou a precizní výslovností. S žákyní se tedy nepřechází k další frází, dokud oba atributy nejsou splněny. Uděláno je 9 taktů, ovšem z mého hlediska zcela trvale a kvalitně. Slovní zhodnocení dnešní práce probíhá vytyčením tří základních poznatků z dnešní hodiny a zmiňují se věci, které se oproti minulým hodinám již daří. Na místě je dostatečná motivace a vysvětlení postupu pro domácí práci.

Eva Novotná, 31 let

Eva navštěvuje hodiny zpěvu ze všech žáků nejdéle. Zpívá v metalové kapele, kde se věnuje jak growlingu, tak čistému zpěvu. Na hodinách se věnujeme především cvičením, občas jejím autorským věcem, které často s kapelou nahrávají. Tam řešíme výraz, frázování, případně aranžmá.

Vzhledem k tomu, že zde není řádný časový limit, většinou je vše řízeno požadavků studentky, tedy co jí dělá největší technické obtíže, popřípadě na co by se ráda zaměřila. Metalová kapela odkrývá hodně technických nedostatků, ale zároveň i možností. Struktura hodiny je domluvena vždy dopředu, aby se stihly obě strany připravit.

Detailní popis hodiny z 21.4.2018

U této žákyně se musí věnovat dostatečnou pozornost propojování a kombinování všech rejstříků. Takový způsob hudby je velmi pestrý a vyžaduje velkou škálu hlasového fondu. Nejvíce trápí přechodové tóny, kde se neustále řeší, kam až nás pustí čistě hrudní rejstřík, kde použít tzv. „voix mix“ a kde bud přejít do vysoké hlavové polohy. Řeší se především, jak se dostat do vyšších poloh takovým způsobem, aby to příliš operně neznělo. Hledán je spíše pocit než zvuk, který vnímá studentka uvnitř sebe. Vzhledem k tomu, že je zde kladen zřetel, aby si studenti hodiny nahrávali, často je následně uznáno, že to, jak se slyšíme uvnitř sebe (kolikrát ostře a světle), se neshoduje s výsledkem na nahrávce. Kombinují se široké a úzké vokály. Probíhá zde snaha vysvětlit rozdíly přechodových tónů mezi klasickým a popovým zpěvem (od otevírání pusy, přes vedení dechu, aktivity těla až po barevné nuance), které jsou při dobré práci s mikrofonom, rychlé sebereflexi a technické vybavenosti potom možné. Každé cvičení je prováděno v různé dynamice, jiným rejstříkem s jiným výrazem. Spousta věcí se daří, díky čemuž se rozšiřuje spektrum barevných možností, do kterého bude moci v budoucnu zpěvačka „sáhnout“, aby docílila požadovaného zvukového efektu v žánru, jemuž se celkem profesionálně a zodpovědně věnuje. Její hodnocení výuky je součástí diplomové práce.

17 SPLNĚNÍ CÍLŮ DIPLOMOVÉ PRÁCE

- shrnutí dosavadních poznatků o pěvecké technice
- popis aparátu z anatomicko- fyziologického hlediska včetně názorných příloh
- V textu v jsou uvedeny současné poznatky o sledování tématu práce. Zároveň jsou v diplomové práci uvedeny odkazy na celé zdroje v seznamu použité literatury.
- Realizace doporučených postupů v pěvecké technice podle zvolené odborné literatury s odborným doporučením včetně pozorování výsledků.
- Ověření kvality dosavadních poznatků v pedagogické činnosti
- Vyhodnocení výsledků půlročního pozorování konkrétní problematiky viz. kapitola č 15

18 ZÁVĚR

Tato diplomová práce je doporučena všem pokročilým studentům zpěvu, aby ji mohly využít k vlastním reflexím a porovnání. Práce umožňuje načerpat informace z několika důležitých zdrojů zároveň.

V této diplomové práci jsou předloženy všechny důležité skutečnosti a poznatky pro kvalitní pěvecký provoz a pedagogickou dovednost.

Výsledkem práce je také subjektivním porovnáním a zhodnocením pěvecké techniky užívané v pravidelné pěvecké praxi. Je podložena rozhovory důležitých pěveckých pedagogů, kteří se opírají o své dosavadní zkušenosti vyplývají z dosavadního a aktivního působení.

Ze získaných subjektivních výstupů vyplývá, že pěvecká gramotnost je obsáhlou a systematickou záležitostí, která je závislá na několika výše zmíněných faktorech. Vyplývá také, že vlastní pedagogická činnost přispívá k formování vlastní pěvecké kondici a regulaci.

19 POUŽITÁ LITERATURA

- [1] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.308 s
- [2] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.241 s
- [3] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.240 s
- [4] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.240 s
- [5] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.192s
- [6] LEHMANN, Lilly. *Umění zpívat: Praha mého dětství a mládí (1853-1868)*. Praha: Edition RESONUS, 2004. ISBN 80-902827-3-3.27s
- [7] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.24s
- [8] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.254s
- [9] LEHMANN, Lilly. *Umění zpívat: Praha mého dětství a mládí (1853-1868)*. Praha: Edition RESONUS, 2004. ISBN 80-902827-3-3.75s
- [10] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.61s
- [11] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.90s
- [12] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.140s
- [13] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.301s
- [14] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.59s
- [15] HARTMAN, Emil. *Královna zpěvu Ema Destinová ve vzpomínkách Marie Martínkové*. Praha: Orbis, 1995. Svět hudby. ISBN 80-235-0043-0.68s
- [16] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.194s
- [17] RISHOI, Niel. *Edita Gruberová: portrét*. Bratislava: SLOVART, 2005. ISBN 8080850410.148s
- [18] RISHOI, Niel. *Edita Gruberová: portrét*. Bratislava: SLOVART, 2005. ISBN 8080850410.155s
- [19] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.71s
- [20] RISHOI, Niel. *Edita Gruberová: portrét*. Bratislava: SLOVART, 2005. ISBN 8080850410.144s

- [21] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.123s
- [22] RISHOI, Niel. *Edita Gruberová: portrét*. Bratislava: SLOVART, 2005. ISBN 8080850410.150s
- [23] Dolora Zajick - při zpěvu mi vibrují uši. *Harmonie* [online]. 2012 [cit. 2018-04-22]. Dostupné z: <https://www.casopisharmonie.cz/rozhovory/dolora-zajick-pri-zpevu-mi-vibruji-usi.html>
- [24] HARTMAN, Emil. *Královna zpěvu Ema Destinová ve vzpomínkách Marie Martínkové*. Praha: Orbis, 1995. Svět hudby. ISBN 80-235-0043-0.67s
- [25] LEHMANN, Lilly. *Umění zpívat: Praha mého dětství a mládí (1853-1868)*. Praha: Edition RESONUS, 2004. ISBN 80-902827-3-3.99s
- [26] RISHOI, Niel. *Edita Gruberová: portrét*. Bratislava: SLOVART, 2005. ISBN 8080850410.154s
- [27] RISHOI, Niel. *Edita Gruberová: portrét*. Bratislava: SLOVART, 2005. ISBN 8080850410.144s
- [28] LEHMANN, Lilly. *Umění zpívat: Praha mého dětství a mládí (1853-1868)*. Praha: Edition RESONUS, 2004. ISBN 80-902827-3-3.37s
- [29] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.162s
- [30] RISHOI, Niel. *Edita Gruberová: portrét*. Bratislava: SLOVART, 2005. ISBN 8080850410.146s
- [31] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.113s
- [32] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.190s
- [33] MARTIENSSEN, Franziska. *Vzdělaný pěvec: pěvecký lexikon v heslech*. Pardubice: Kora, 1994. ISBN 80-85644-04-5.118s
- [34] Vedlejší dutiny nosní. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z https://www.wikiskripta.eu/w/Vedlejší_dutiny_nosní
- [35] Základy anatomie. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z https://is.muni.cz/do/fsps/elearning/zaklady_anatomie/zakl_anatomieIII/pages/dychaci_soustava.html
- [36] Anatomy of larynx and pharynx. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <https://impremedia.net/anatomy-of-larynx-and-pharynx/>
- [37] Základy anatomie. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z https://is.muni.cz/do/fsps/e-learning/zaklady_anatomie/zakl_anatomie_II/pages/hlavova_cast.html
- [38] Symptomy. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <https://www.symptomy.cz/anatomie/hrtan>
- [39] Horní cesty dýchací cavitas nasi, pars nasalis pharyngis (nosohltan) Dolní cesty dýchací larynx, trachea, bronchi, pulmones. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <http://docplayer.cz/5673621-Horni-cesty-dychaci-cavitas-nasi-pars-nasalis-pharyngis-nosohltan-dolni-cesty-dychaci-larynx-trachea-bronchi-pulmones.html>

- [40] Hlasivky. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <https://www.symptomy.cz/anatomie/hlasivky>
- [41] Stavba a funkce hlasového ústrojí. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <http://pfyziolmysl.upol.cz/?p=2661>
- [42] Der Kehlkopf als Ganzes. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <https://eref.thieme.de/cockpits/clAna0001/0/coAna00026/4-5811>
- [43] Dýchací soustava. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <http://slideplayer.cz/slide/3739689/>
- [44] Základy anatomie. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z https://is.muni.cz/do/fsps/e-learning/zaklady_anatomie/zakl_anatomieIII/pages/dychaci_soustava.html
- [45] Dutina ústní. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <https://www.symptomy.cz/anatomie/travici-soustava/horni-travici-trakt/dutina-ustni>
- [46] Sobo 1906 438. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Sobo_1906_438.png
- [47] Eref.thieme.de. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z https://eref.thieme.de/images/l/869313_25.jpg
- [48] Anatomická soustava svaly jazyka. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <https://www.yumpu.com/es/document/view/34545550/ha-anatomicka-1-2-astav-1lf-uk-univerzita-karlova/36>
- [49] Cranial nerves. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <http://slideplayer.com/slide/7435945/>
- [50] Muscle. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <https://medicine.academic.ru/5376/Muscle>
- [51] Muscle. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <https://medicine.academic.ru/5376/Muscle>
- [52] Thoracic wall and Pleurae. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <https://www.studyblue.com/notes/n/thoracic-wall-and-pleurae/deck/11546763>
- [53] Dýchání-detailnější pohled. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <http://pilatesvysocina.cz/dychani-detailnejsi-pohled/>
- [54] AMÉLIORER SON ENDURANCE AVEC UN BON DIAPHRAGME. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <https://www.topdusport.com/blog/anatomie/ameliorer-son-endurance/>
- [55] Úloha farmakologie v léčbě bolesti. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <http://slideplayer.cz/slide/3634472/>
- [56] Spirometrie. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <http://vesin.sunpter.com/spirometrie>
- [57] motorická část x aktivace při vnímání pohybu jiného subjektu sulcus centralis sensorická část x částečně ovládá svalstvo trupu a končetin. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <http://docplayer.cz/42036107-Motoricka-cast-x-aktivace-pri-vnimani-pohybu-jineho-subjektu-sulcus-centralis-sensoricka-cast-x-castecne-ovlada-svalstvo-trupu-a-koncetin.html>

- [58] Senzorické systémy. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <http://slideplayer.cz/slide/2335875/release/woothree>
 - [59] Pěvecká interpretace. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <http://slideplayer.cz/slide/2452341/>
 - [60] Základy akustiky hlasu. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný ze <http://slideplayer.cz/slide/11177520/>
 - [61] Pěvecká interpretace. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <http://www.cnsonline.cz/?cat=1>
 - [62] Ta, která se podívá jen do krku a hned ví vše aneb Lidský hlas pod lupou [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <https://operaplus.cz/ta-ktera-se-podiva-jen-do-krku-a-hned-vi-vse-aneb-lidsky-hlas-pod-lupou/>
 - [63] Lívia Obručník Vénosová. Napětí mezi postavami je nad všechny rekvizity!. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <https://operaplus.cz/livia-obrucnik-venosova-napeti-postavami-nad-vsechny-rekvizity/>
 - [64] Olga Borová – Valoušková. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <http://operasingers.web.cz/nd/valousk.htm>
 - [65] ZÁNĚTY NOSNÍCH ZÁNĚTY NOSNÍCH A PARANAZÁLNÍCH A PARANAZÁLNÍCH DUTIN U DĚTÍ DUTIN U DĚTÍ. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <https://www.pediatricpropraxi.cz/pdfs/ped/2006/01/04.pdf>
 - [66] Při zpěvu mi vibrují uši. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <https://www.casopisharmonie.cz/rozhovory/dolara-zajick-pri-zpevu-mi-vibruji-usi.html>
 - [67] Oxford handbooks online. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <http://www.oxfordhandbooks.com/view/10.1093/oxfordhb/9780199660773.001.0001/oxfordhb-9780199660773-e-015>
 - [68] Základy otorinolaryngologie a foniatrie. [online]. [cit. 2018-04-11]. Dostupný z <https://is.muni.cz/do/1499/el/estud/pedf/js09/orl/web/index.html>
 - [69] HUDÁK, Radovan a David KACHLÍK. *Memorix anatomie*. Vyd. 2. Praha: Triton, 2013. ISBN 978-80-7387-712-5. Sobottův atlas anatomie, Putz Reinhard, Pabst Reinhard, Grada, 2007
 - [70] KITTNAR, Otomar. *Lékařská fyziologie*. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3068-4. Vzdělaný pěvec, Franziska Martienssenová-Lohmannová, Kora, 1994
 - [71] LEHMANN, Lilly. *Umění zpívat: Praha mého dětství a mládí (1853-1868)*. Praha: Edition RESONUS, 2004. ISBN 80-902827-3-3.
- HARTMAN, Emil. *Královna zpěvu Ema Destinová ve vzpomínkách Marie Martínkové*. Praha: Orbis, 1995. Svět hudby. ISBN 80-235-0043-0.

20 VYSVĚTLIVKY

ⁱ **Hypernazalita**- patologická zvýšenost nosovosti- nastává v případě, že artikulační proud hlásek směřuje do úst, namísto do nosu. Nazální rezonance je zapojena do nosovek a dochází tak k narušení zvyku řeči.

ⁱⁱ **Forze**- nadměrný tlak a síla, která má za důsledek změnu stavu tónu

ⁱⁱⁱ vedlejší dutina nosní paranazální v čichové kosti.

^{iv} lat. horní čelisti, kosti obličejové části lebky. Tvoří součást kostěné části patra, očníce a nosní dutiny

^v kosti klínové, jedny z kostí spodiny baze lební.

^{vi} **pars nasalis**- nosohltan

^{vii} **isthmus faucium**- hltanová úžina

^{viii} **pars laryngea**- hrtanová část hltanu

^{ix} **aditus laryngis**- vstup do hrtanu

^x **Nasopharynx**- nejvýše položená část hrtanu

^{xi} **Glottis**- hlasivková štěrbina

^{xii} **Epiglottis**- příklopka hrtanová

^{xiii} **cavitas infraglottica** - dolní část hrtanu plynule přecházející v dutinu trachey

^{xiv} **Inervace**- zásobování částí těla nervovými vlákny přes určité nervy

^{xv} **nervus laryngeus superior**- větev nervu vagus

^{xvi} **n.laryngeus recurrens**- motoricky inervuje všechny svaly laryngu

^{xvii} **Ligament**- vazivo

^{xviii} **Conus elasticus**- hrtanové vazivo

^{xix} **processus vocales**- přední výběžky hrtanového vaziva

^{xx} **Somatosenzitivní**- z povrchu těla a pohybového ústrojí

^{xxi} **Intraglosální**- vnitřní

^{xxii} **Extraglosální**- vnější

^{xxiii} **Senzoricky**- smyslově

^{xxiv} **Autonomně**- nezávisle, samovolně

^{xxv} **Retrahovat**- smrštít, stáhnout

^{xxvi} **Jařmový oblouk**- (lícni oblouk) spojení lícni kosti s horní čelistí vpředu a s kostí spánkovou

vzadu

^{xxvii} **Mandibula**- dolní čelist, nepárová kost, je součástí obličejové lebky

^{xxviii} **Discus**- chrupavčitá ploténka

^{xxix} **sulcus nasolabialis**- nazolabiální nosoretní rýha

^{xxx} **Elevovat**- zvedat, zvětšovat, stoupat

^{xxxi} **propriocepce** - Schopnost koordinovat tělo v prostoru

^{xxxii} **Orofaciální**- týkající se oblastí úst a obličeje