

**Akademie múzických umění v Praze
Divadelní fakulta**

Katedra alternativního a loutkového divadla
Alternativní a loutkové divadlo

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Téměř všichni moc imaginaci

BcA. Lenka Karaka

Vedoucí práce: doc. Mgr. Ivana Vostárková

Přidělovaný akademický titul: MgA.

Praha, květen 2023

**The Academy of Performing Arts in Prague
Theatre Faculty**

Department of Alternative and Puppet Theatre
Alternative and Puppet Theatre

MASTER'S THESIS

Nearly all Power to Imagination

BcA. Lenka Karaka

Thesis supervisor: doc. Mgr. Ivana Vostárková

Awarded academic title: MgA.

Prague, May 2023

P r o h l á š e n í

Prohlašuji, že jsem magisterskou práci s názvem

Téměř všechnu moc imaginaci

vypracovala samostatně pod odborným vedením vedoucí práce a s použitím pouze uvedené literatury a pramenů a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu. Souhlasím s tím, aby práce byla zveřejněna v souladu se zákonem a vnitřními předpisy AMU.

Praha, dne

.....

[Jméno Příjmení, podpis]

Poděkování

Na tomto místě bych chtěla poděkovat vedoucí práce Ivaně Vostárkové, za její důvěru. Ta je koneckonců metafyzickou podstatou metody, kterou tato práce pojmenovává. Dále děkuji Šárce Malíkové, za péči a možnost navštěvovat její výuku. V neposlední řadě patří mé díky Evě Spoustové a Pavle Fendrichové, pedagožkám, jejichž výuky jsem se během studia účastnila a jejichž poznatky a východiska byla základními stavebními kameny mého zájmu o obor hlasové a zpěvní výchovy.

Abstrakt

V diplomové práci se věnuji interpretaci a analýze imaginativních obrazů, které jsou základem metodiky některých pedagogů zpěvu. Konkrétněji analyzuji představy, jež ve svých hodinách zpěvu na DAMU používá Šárka Malínková. (Nejen) na DAMU je pedagogická praxe při výuce zpěvu založena na metodách imaginace, za pomoci kterých student/ka dosahuje požadovaného tónu, výrazu a emoce. Využití imaginace při výuce zpěvu je běžnou a tradičně používanou metodou, nicméně se často dostává do střetu s exaktním jazykem, který pro své závěry volí vědecká sféra. Hlavními východisky teoretické části jsou poznatky o zpěvu a zpěvním hlase, ohledání pojmu představivost a nastínění debaty, která v této oblasti probíhá. Výzkumná část je založena na analýze pěveckých cvičení, které Malínková se svými studenty/kami praktikuje. Cílem práce pojmenování univerzálních atributů užívaných obrazů a snaha o nalezení průsečíku mezi představou a tělesným projevem. V neposlední řadě je cílem práce zapojení do debaty mezi vědeckým a nevědeckým jazykem pomocí vlastní zkušenosti.

Abstract

In my master thesis I focus on the interpretation and analysis of imaginative images, which are the basis of the methodology of some singing teachers. More specifically, I analyse the imagery used by Šárka Malínková in her singing lessons at DAMU. (Not only) at DAMU, the pedagogical practice in teaching singing is based on the methods of imagination, which help students to achieve the desired tone, expression and emotion. The use of imagination in teaching singing is a common and traditionally used method, however, it often comes into conflict with the exact language that the scientific sphere chooses for its conclusions. The main starting points of the theoretical part are the findings about singing and the singing voice, an overview of the concept of imagination and an outline of the debate that takes place in this field. The research part is based on the analysis of singing exercises that Malínková practices with her students. The thesis aims at naming the universal attributes of the images used and trying to find the intersection between imagination and bodily expression. Last but not least, the thesis aims to engage in a debate between scientific and non-scientific language by means of her own experience.

Obsah

1	Úvod.....	7
2	Zpěv.....	9
2.1	Fyziologie vokálního traktu.....	9
2.2	Zpěv v neurologické perspektivě.....	11
2.2.1	Zapojení oblastí v mozku.....	11
2.2.2	Zpěv ve vývoji dítěte.....	12
2.3	Multismyslové vnímání hudby.....	13
2.4	Emoce ve zpěvu.....	15
2.4.1	Původ emocí ve vokálním projevu člověka.....	16
2.4.2	Vyjádření emocí hlasem.....	16
2.4.3	Faktory určující emoční projev ve zpěvu.....	18
2.5	Zpěv a hlas v perspektivě biologického vlivu na zdraví.....	19
3	Představa, představivost, imaginace.....	22
3.1	Vymezení pojmu.....	22
3.2	Historická perspektiva spojení zvuku a představivosti.....	24
3.3	Představivost a zpěv.....	28
3.4	Neurologie hudební představivosti.....	29
4	Výuka zpěvu.....	30
4.1	Spor vědeckého a nevědeckého jazyka.....	30
5	Analýza výuky Šárky Malínkové.....	33
5.1	Fáze výuky.....	33
5.2	Imaginativní metodika.....	34
5.3	Kategorie kvalit a princip dialogu.....	35
5.4	Analýza cvičení.....	35
	Závěr.....	44
	Seznam použitých zdrojů.....	46

1 Úvod

Práce s hlasem je holistickou aktivitou. Může být zdrojem sebepoznání, ale i traumat a neurotických projekcí, může ve společnosti figurovat jako nástroj sjednocení komunity, či získání vlivu, může navozovat stavy rozšířeného vědomí. Zpěv je uměleckou disciplínou, stejně jako disciplínou psychologickou, filozofickou, biologickou, neurologickou a estetickou. Jakožto studentka DAMU jsem přišla do kontaktu s praktickou výukou zpěvu, která mne nechala pracovat v čistě intuitivní a metaforické sféře, prosté teoretických poznatků ve všech výše uvedených oborech. Skrze vlastní pocitovou zkušenost jsem se dostala k zájmu o tuto aktivitu v intelektuální rovině, která u mě zpravidla prožitkům předchází. Zpěv se ukázal být jednou z aktivit, kterou je nutné nejprve prožít, aby se nad ní mohl člověk zamýšlet, což je princip, který mi dal nahlédnout mimo mou komfortní zónu. Pedagožky, jejichž hodiny zpěvu jsem na DAMU navštěvovala, používají při výuce imaginativní metody, díky kterým se studentovi pomocí evokativních sugescí daří dosahovat požadovaného pěveckého výkonu. Schválně se zde vyhýbám termínům “lepší”, či “horší”, jelikož takové formy hodnocení dostatečně plastické. Při zpěvu si tak navozujeme obraz šněrování tkaniček, jabloně ohýbané větrem, nebo třeba pohybu medúzy. Zdánlivá neprovázanost těchto představ a pěveckého výkonu mne vedla k zamýšlení, kde se nachází přechod mezi představou a fyzickým použitím hlasu. Nabídl se mi otázka, zda je mentální představa pouze mentální reprezentací, či zda má svou fyziologickou podobu. Výuka, kterou jsem absolvovala, s touto sférou zachází intuitivně a ve prospěch prožitku nechává prostor nevyřčenosti, nedefinovanosti a nedefinovatelnosti. To jsou atributy, kterými disponují bezesporu všechny umělecké obory. Podstata diplomové práce ale tkví v opaku, snaží se pro poznatky z bádání najít jazyk, konkrétněji jazyk vědecký.

První část diplomové práce je věnována fyziologickým a psychologickým aspektům zpěvu, ohledává jej v jeho exaktní rovině a přibližuje některé základní principy, které pro člověka představuje na neurologické a somatické úrovni. Kapitulu, která se věnuje psychologii jsem pojala jako oblast emocí. Jejich vzájemná vývojová provázanost s hlasovým projevem a fyziologická podstata z nichž totiž činí psychologickou jednotku, která je zaměřením mé práce nejbližší. Popisuji zde i vývojový kontext emocí ve zpěvu a nastiňuji, jakým způsobem jsou skrze zpěv komunikovány.

Stejně tak představivost se ukázala být fenoménem lidské psychiky, na který je nahlíženo mezioborově. Pojmy vjemu, představy, imaginace a jejich korelace s hudbou se zabýval už Aristoteles. Další kapitoly teoretické části práce se tedy věnují pojmu představy a imaginace, jejich chápání v historii filozofie a psychologie, a jejich propojenosti s hudbou v životě člověka. V závěru druhé části nastiňuji neurologickou stránku představivosti. Oba fenomény se ukázaly být hutně zkoumanými a materiálu o nich vzniklo opravdu mnoho. Byla pro mne tedy výzva ohraničit materiál, který by pojal základní myšlenky všech oborů, které se

ke spojitosti imaginace a zpěvu řadí a zároveň dával odpovědi na otázky z umělecké praxe, která využívá jiný jazyk. Svě teoretické poznatky jsem tedy čerpala primárně z vědeckých sborníků z Oxfordu, které mi imponovaly svou zevrubností, zároveň ale k tématům přistupovaly s kreativním multioborovým přístupem. Další nespornou kvalitou těchto materiálů je jejich aktuálnost, která činí vědecké poznatky v určitém smyslu slova validnějšími.

Při svém bádání jsem následně narazila na debatu, která pro mne znamená částečné zodpovězení mé otázky po spojnici zpěvu a imaginace, nicméně také naznačuje, že na tuto otázku z principu odpovědět nelze. Diskuze dlouhodobě probíhá mezi hlasovými (potažmo pěveckými) pedagogy a vědeckou obcí, která přichází s novými poznatky o lidském hlase. Pro vědeckou sféru jsou imaginativní metody nedostatečně ozdrojované a často nerespektují anatomickou realitu, což je staví do pozice nebezpečného hazardu s vlastním zdravím. Hlasoví pedagogové na druhou stranu poukazují na určitou ingredienci uměleckého výrazu, která tkví právě v abstrakci a subjektivitě, a která pěveckému projevu dodává uměleckou kvalitu. Absence mostu mezi imaginací a fyzickým aktem se ve světle této debaty stala jakýmsi zrcadlem stejné neschopnosti propojit jazyk exaktní a jazyk intuitivní. I pro mne je dichotomie vědeckého a nevědeckého jazyka předmětem částečné fascinace a částečné frustrace.

Ve výzkumné části práce se věnuji analýze a interpretaci imaginativních gest a obrazů, které ve svých hodinách používá pedagožka zpěvu na DAMU Šárka Malínková. Pojmenovávám základní strukturu cvičení, která se v těchto hodinách používají k rozezpívání a analyzuji obrazy, jež pedagožka se svými studenty používá. Analýzu provádím pomocí vlastních subjektivních vhledů a asociací, které ale činím s vědomím exaktních poznatků, nabytých prostřednictvím psaní této diplomové práce.

V konečném důsledku je diplomová práce dialogem. Jde o dialog mého subjektivního prožívání a objektivitu vědeckých poznatků, čímž se zapojuji do trvající debaty o přístupu k výuce zpěvu, přičemž jako jediné východisko vidím konstantně aktualizovaný kompromis. V širší metaforické perspektivě práce poukazuje na neslučitelnost určitých sfér. Sféry umění a vědy, jazyka a vjemu, exaktního a vágního světa. I přes tuto neslučitelnost se ale práce pokouší odpovědět na některé otázky týkající se individuální představivosti při zpěvu: Je mentální představivost pouze mentální? Jaké jsou univerzální atributy imaginativních obrazů, které ve své praxi používá Šárka Malínková? Jsou exaktní poznatky pro intuitivní praxi podnětné?

2 Zpěv

V následujících kapitolách přibližuji základní fyziologické, neurologické, vývojové a biologické faktory, které se ke zpěvu vážou.

2.1 Fyziologie vokálního traktu

Pro popis fyziologie vokálního traktu jsem použila souhrnné poznatky hlasové pedagožky Gillyanne Kayes, která ve své publikaci přehledně a srozumitelně interpretuje starší výzkumy jiných autorů v této oblasti a navrhuje jednoduchou strukturu.

Kayes označuje hlas jako komplexní biomechanismus, který zahrnuje aktivitu několika tělesných systémů. Tyto systémy umožňují zpěvu a řeči pracovat jako funkční jednotka. Řeč a tedy i zpěv jsou komplexní úkony, jež obsahují fyziologické, neurologické, aerodynamické a psychologické procesy.¹ Když posloucháme hlasový projev, registrujeme a reagujeme na jeho výšku, hlasitost, barvu a jazykový obsah. Zkušenější pěvci jsou schopni manipulovat vibrační vzorce svých hlasivek a změnit konfiguraci hlasového traktu tak, aby vytvořili požadovaný výstup. Nejzákladnějším prvkem znělého zvuku jsou vibrující hlasivky, které „rozsekávají“ proud vzduchu na kratší úseky. Za normálních okolností musí být tlak vzduchu v plicích vyšší než tlak vně plic a hlasivková štěrbina buď uzavřená, nebo částečně uzavřená.² Toto uzavření hlasivkové štěrbiny přeruší proud vzduchu, což způsobí vybuzení vibrujících molekul vzduchu ve vokálním traktu a poskytne surovinu znělého zvuku. Periodicita je znakem harmonického pohybu a zdravé hlasivky se v pravidelných intervalech střídají. Pěvecký hlas je podle Hayes řízen třemi fyziologickými systémy: fonačním, dýchacím a rezonančním. Tyto systémy přiblížím v následujících kapitolách.

Fonační systém

Vibrace iniciovaná hlasivkami je známá jako fonace a v lidském hlase bylo identifikováno několik fonačních nastavení. Fonace není primární funkcí hrtanu. Ten slouží jiným důležitým fyziologickým funkcím, např. jako ochrana dýchacích cest (při polykání), udržování homeostázy (při dýchání) a vyvažování tlaku (při porodu a defekaci). Dýchací systém generuje aerodynamickou sílu pro oscilaci hlasivek, které pak poskytují zdroj pro tvorbu znělého zvuku. Hlas je také akustický nástroj, pro nějž je dech zdrojem energie a některé pohyblivé části

¹ Kayes, Gillyanne, 'Structure and Function of the Singing Voice', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, Oxford Academic, 2014, s.1

² Kayes, Gillyanne, 'Structure and Function of the Singing Voice', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, Oxford Academic, 2014, s.2-3

fungují jako oscilátory. Jako hlasové ústrojí (neboli vokální trakt) se označuje oblast od horního povrchu hlasivek po vnější povrch rtu a skládá se ze tří částí: nosohltan, ústní část hltanu a hrtanová část.³

Dýchací systém

Primárním účelem dýchání je výměna plynů mezi vnější atmosférou, krví a buňkami. Během procesu výměny plynů musí být kyslík absorbován z atmosféry a vypuzen oxid uhličitý, aby se v těle udržela homeostáza. Na dýchání se podílejí pasivní i aktivní síly: povrchové napětí spolu s elastickými silami hrudní dutiny vytváří „elastický zpětný ráz“ (pasivní síla) a více než dvacet svalů poskytuje sílu aktivní. Pasivní dýchání neboli přílivové dýchání probíhá asi 24 400krát denně a je z velké části reflexní akcí.⁴

Popis dechového cyklu

Nervové impulsy z mozku způsobí stažení bránice, čímž se zvětší objem hrudní dutiny, a tak se v plicích vytvoří podtlak vzhledem k tlaku vnějšího vzduchu. Vzduch je nasáván do plic, aby se vyrovnal podtlak, čemuž se říká nádech neboli inspirace. Tlak vzduchu v plicích dosáhne stejné úrovně jako venku a proudění vzduchu se zastaví. Této fázi se říká klidová úroveň. Bránice se uvolní a plíce a hrudní stěna ustoupí. Tato fáze se nazývá výdech, tedy expirace. Inspirační a expirační fáze dechového cyklu se mohou lišit podle účelu, s jakým dýcháme. Při pasivním dýchání jsou časově přibližně stejné, zatímco při mluvení lze očekávat kratší nádechovou fázi a relativně dlouhou výdechovou fázi. Při mluvení a zpěvu reguluje dýchací systém hlasitost, výšku tónu, tlak a také působí při organizování zvuků do samostatných jednotek pro fráze, slova a slabiky. Zpěváci mohou dodatečně měnit dechové vzorce, aby odpovídaly délkám frází a rytmické struktuře jejich hudebního materiálu. Dech při zpěvu je tedy specifickým, „nepřirozeným aktem“. Funkčně je nejdůležitějším aspektem kontroly dechu ve zpěvu udržení vhodné rovnováhy subglotálního tlaku pro požadovanou kvalitu zvuku, dynamickou úroveň a cílený rozsah výšky tónu. Subglotální tlak je forma přetlaku, ke kterému dochází, když vydechovaný vzduch proudí

³ Kayes, Gillyanne, 'Structure and Function of the Singing Voice', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, Oxford Academic, 2014, s.3

⁴ Kayes, Gillyanne, 'Structure and Function of the Singing Voice', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, Oxford Academic, 2014, s.3-4

proti částečně uzavřeným hlasivkám. Je to hlavní složka hlasitosti vokálu a v menší míře výšky tónu.⁵

Rezonanční systém

Rezonance se může objevit v jakémkoli prostoru, kde jsou molekuly vzduchu přímo buzeny zdrojem zvuku. Tvar struktury držící vzduch má důležitý vliv na to, jak se zvuk nakonec přenese z vibrujících hlasivek do rtů a poté do ucha posluchače. Vnitřní svalová skupina jazyka zahrnuje čtyři párové sady svalů: horní a spodní podélná vlákna a příčná a vertikální vlákna. Tato vlákna se prolínají s vlákny vnějších svalů jazyka a mohou měnit tvar jazyka: zkracování a rozšiřování (podélná vlákna); zúžení a rozšíření (příčná vlákna); zploštění a rozšíření (vertikální vlákna). Podélná vlákna mohou také zkroutit špičku a strany jazyka, aby vytvořily konvexní tvar. Jazyk tak hraje hlavní roli při formování rezonance ústní dutiny.⁶

2.2 Zpěv v neurologické perspektivě

Poznatky o neurologii zpěvu jsou velice obsáhlé. Pro svou práci se zaměřuji na ty neurologické aspekty zpěvu a hudby, které mohou korelovat s představitivostí. Materiál pro tuto kapitolu jsem čerpala ze souhrnných poznatků Grahama Welche a Constanzy Preti, které pracují s oblastmi paměti a vjemů, které jsou pro proces imaginace zásadní. V druhé části kapitoly stručně shrnuji, jakým způsobem figuruje vnímání zvuku a zpěvného hlasu v prenatálním vývoji dítěte.

2.2.1 Zapojení oblastí v mozku

Welch na základě studia výzkumů v oblasti muzikoterapie a neurologie konstatuje, že hudební vnímání zahrnuje zapojení obou hemisfér a hudební percepce tak není záležitostí jen jedné části mozku. Zpočátku rozeznáváme konturu melodie a její metrum skrze pravou hemisféru, systémy levé hemisféry následně identifikují interval tónu a rytmický vzor. Podle některých výzkumů existují specifické okruhy na rozpoznání disonance a ty jsou propojeny s emočními centry. V mozku existují určité „znalostní banky“ pro oblast percepce hudby. Jedna z nich je fonologická a druhá hudební. Oddělené systémy v mozku tedy analyzují řeč a texty

⁵ Kayes, Gillyanne, 'Structure and Function of the Singing Voice', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, Oxford Academic, 2014, s.4

⁶ Kayes, Gillyanne, 'Structure and Function of the Singing Voice', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, Oxford Academic, 2014, s.16

písní a jiné analyzují jejich hudební kvality.⁷ Tyto systémy navíc spojují příchozí informace s předchozí emocionální zkušeností.

Při samotné představě písně mohou být aktivovány oblasti mozku, které jsou odpovědné za sluch. Konkrétně jde o aktivaci temporálního a frontálního kortexu a doplňkové motorické oblasti mozku. Welch dále pojmenovává existenci systému sluchově-tonální a sluchově-verbální pracovní paměti, což potvrzuje výše uvedené teze o dvojích percepčních systémech. Model Peretze a Colthearta uvádí, že každý akustický podnět je skrze různé systémy rozložen na své jednotlivé vlastnosti, tedy výšku tónových intervalů a rytmickou strukturu (která zahrnuje i dobu trvání akustického podnětu). Tyto tonální a časové podněty jsou následně vyslány do hudební znalostní banky, která obsahuje neustále aktualizované databáze hudebních vjemů, jež člověk za svůj život zažil. Výstup z této hudební banky závisí na požadavku vjemu. Pokud je cílem vjemu reprodukce slyšené písně, je zapojena fonologická znalostní banka, která melodii páruje s přidruženým textem. Tato hudební reprodukce není prakticky nikdy ideální. Většina dětí na obvykle velmi přesně pamatuje a reprodukuje písňové texty, ale při reprodukci melodické složky písní jsou často méně přesné. Podobná neshoda v jiném poměru byla zaznamenána u dospělých lidí. Fonologická znalostní banka malého dítěte je často vývojově pokročilejší než jeho banka hudební.⁸

2.2.2 Zpěv ve vývoji dítěte

Děti jsou při narození zvláště citlivé na zvuk hlasu vlastní matky, který vnímaly už v době těhotenství, zejména v období třetího trimestru. V tomto trimestru se také vyvíjí některé klíčové prvky nervového, endokrinního a imunitního systému plodu, které souvisí se zpracováním afektivních stavů dítěte. Percepce matčina zpěvu pro ně indikuje dobrý emoční stav matky a skrze neuroendokrinní reakci, která je možná díky propojení krevního řečiště matky a plodu, navozuje souběžnou emoci. Dítěti je tak matčin emoční stav sdělen vokálně i

⁷ Welch, Graham F., and Costanza Preti, 'Singing as Inter-and Intra-personal Communication', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, 2014, s.4

⁸ Welch, Graham F., and Costanza Preti, 'Singing as Inter-and Intra-personal Communication', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, 2014, s.4-5

hormonálně. Tyto emoční asociace pak poskytují základ pro hudební komunikaci po celou dobu života.⁹

2.3 Multismyslové vnímání hudby

V této kapitole uvádím, jakým způsobem mohou být smysly kombinovány při zpracování vjemu hudby a hlasu. Tato kapitola nepostihuje jev, který se nazývá synestezie. Ta nastává, pokud smyslový stimul v jedné dimenzi vyvolává percepční prožívání tohoto stimulu v dimenzi jiné (často jsou uváděny příklady lidí, kteří vidí čísla barevně a tóny jim voní specifickými vůněmi). Synestezie je bezpochyby jev, jehož parametry se do tematiky, kterou postihují, dá zařadit, nicméně zde se soustředím spíše na standardní situace, v nichž zažíváme kombinaci smyslových stimulů a my je musíme určitým způsobem propojit do společné reprezentace. K tomu využíváme logický úsudek, nebo právě představivost.

Uvádím poznatky Franka Russoa, který použil rozdělení vnímatelných hodnot do tří kategorií: výška tónu, barva tónu a rytmus. Pro jednotlivé kategorie poté popisuje smyslové kombinace, které se při vjemu vyskytují. Russo nejdříve rozděluje způsoby, jakým je smyslová informace integrována, na kognitivní a percepční. Kognitivní integrace nastává poté, co byly informace ze dvou nebo více kanálů zpracovány nezávisle. Jako příklad Russo uvádí vliv atraktivity interpreta na celkové hodnocení kvality jeho výkonu posluchačem. Percepční vnímání pak definuje jako integraci všech smyslů dohromady. Autor také podotýká, že i přes rozsáhlé zapojení nesluchoových struktur do zpracování vjemu hudby považuje sluchovou kůru za hlavní centrum pro zpracování hudby. Sluchovou kůru chápe jako jakousi síť, která umožňuje zpracovat různé složky hudby samostatně.¹⁰

Multismyslové vnímání výšky tónu

Vizuálně motorické vlivy

Russo poukazuje na studie, které prokázaly, že velikost zpívaného intervalu lze posuzovat prostřednictvím vizuálního systému. Účastníci výzkumu sledovali beze zvuku videa, na nichž byly zpívány melodické intervaly. Větší intervaly byly odhadnuty díky

⁹ Welch, Graham F., and Costanza Preti, 'Singing as Inter-and Intra-personal Communication', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, 2014, s.7

¹⁰ Russo, Frank, 'Multisensory Processing in Music', in Michael H. Thaut, and Donald A. Hodges (eds), *The Oxford Handbook of Music and the Brain*, Oxford Library of Psychology, Oxford Academic, 2018, s. 212-218

pozorování výraznějšího pohybu hlavy, zvednutého obočí a otevřených úst. Může to tedy být například tělesné zapojení zpěváka, které nám na základě zkušenosti výšku noty evokuje.¹¹

Somatosenzorické vlivy

Vzhledem k tomu, že hudba a veškerý zvuk je mechanickou vibrací, může být i výška tónu vnímána skrze vibraci kůže. Různé části těla mají různou vnímavost k vibraci, kterou zvuk představuje.¹²

Multismyslové vnímání barvy tónu

Vizuálně motorické vlivy

Účastníkům výzkumu byly ukázány audiovizuální nahrávky hry na violoncello, ve kterém se tahy smyčcem a brnkání strun prolínalo napříč smysly. Účastníci častěji slyšeli zvuk smyčce, pokud byl doprovázen i pohybem hráče, který hru na smyčec evokuje. Sluchové úsudky byly tedy ovlivněny vizuálním vjemem.¹³

Somatosenzorické vlivy

Russo ve svých studiích zjistil, že neslyšící i slyšící pozorovatelé byli schopni poměrně přesně rozlišit tonální zabarvení nástrojů pouze na základě vibrotaktilních informací. Podobně jako sluch, i hmat disponuje různými kanály, které jsou schopny vnímat specifickou část frekvenčního spektra vibrací. Tyto podněty jsou pak kódovány sloučeně.¹⁴

¹¹ Russo, Frank, 'Multisensory Processing in Music', in Michael H. Thaut, and Donald A. Hodges (eds), *The Oxford Handbook of Music and the Brain*, Oxford Library of Psychology, Oxford Academic, 2018, s. 218-220

¹² Russo, Frank, 'Multisensory Processing in Music', in Michael H. Thaut, and Donald A. Hodges (eds), *The Oxford Handbook of Music and the Brain*, Oxford Library of Psychology, Oxford Academic, 2018, s. 220

¹³ Russo, Frank, 'Multisensory Processing in Music', in Michael H. Thaut, and Donald A. Hodges (eds), *The Oxford Handbook of Music and the Brain*, Oxford Library of Psychology, Oxford Academic, 2018, s. 221-222

¹⁴ Russo, Frank, 'Multisensory Processing in Music', in Michael H. Thaut, and Donald A. Hodges (eds), *The Oxford Handbook of Music and the Brain*, Oxford Library of Psychology, Oxford Academic, 2018, s. 222

Multismyslové vnímání rytmu

Vizuálně motorické vlivy

Russo popisuje rytmus jako kombinaci metrického vzorování a seskupování tónů, které je formováno intenzitou a trváním. Za pomoci výzkumu, kdy účastníci sledovali nahrávky různých pohybů rukou při tleskání, bylo prokázáno, že vizuálně vnímané gesto má vliv na úsudek (zde jde o prakticky stejný princip jako v případě barvy tónu).¹⁵

Somatosenzorické vlivy

Somatosenzorický systém bezpochyby přispívá ke vnímání rytmu. Ve studii byli požádáni neslyšící a slyšící účastníci, aby synchronizovali pohyby s vibrotaktilním rytmem, který jim byl dodáván pomocí vibrační platformy. Slyšící účastníci byli navíc požádáni, aby synchronizovali pohyby na stejný rytmus provedený během poslechu a bez vibrační stimulace. Výsledky ukázaly jen minimální rozdíly mezi oběma skupinami.¹⁶

2.4 Emoce ve zpěvu

Další složkou zpěvního hlasu, kterou v této práci pojmenovávám, je emoční náboj. Hudbu považuji za silné médium pro vyjádření emocí a jejich komunikace s okolím. Způsob, jakým je hudba schopna vyjadřovat emoce a vyvolat je u posluchače jsou a byly předmětem diskuzí napříč vědními obory. V této oblasti hraje zpěv specifickou roli vzhledem k souvislostem mezi vývojem neverbálních afektivních projevů u člověka, původem hudby a její schopností vyvolat (nejen) u posluchače emoční stavy. Pro tuto kapitolu používám jako hlavní zdroj poznatky ženevského profesora psychologie Klause Scherera a jeho kolegů Eduarda Countinha a Nicolý Dibben. V předchozí kapitole jsem se mimo jiné věnovala prenatalnímu vývoji dítěte ve spojení s hlasem. V této kapitole se věnuji evolučnímu původu hlasu a jeho napojení na emoce. Schererovy longitudinální výzkumy jsou pro tuto oblast zásadní a vychází z nich mnoho dalších badatelů, zároveň své poznatky představuje v aktualizovaném vydání, což je pro mne zásadní vzhledem k mohutnému vývoji tohoto oboru (napojení emocí na fyziologické struktury je jedním z ústředních motivů rozvíjejících se kognitivně psychologických

¹⁵ Russo, Frank, 'Multisensory Processing in Music', in Michael H. Thaut, and Donald A. Hodges (eds), *The Oxford Handbook of Music and the Brain*, Oxford Library of Psychology, Oxford Academic, 2018, s. 223-224

¹⁶ Russo, Frank, 'Multisensory Processing in Music', in Michael H. Thaut, and Donald A. Hodges (eds), *The Oxford Handbook of Music and the Brain*, Oxford Library of Psychology, Oxford Academic, 2018, s. 224-225

oborů). V další části této kapitoly shrnuji Schererovy poznatky o fungování vokalizace a emocí v mezilidské komunikaci. Používám též Schererovu strukturu faktorů, které emoci v lidském hlase určují, jelikož ji považuji za logickou a jednoduchou.

2.4.1 Původ emocí ve vokálním projevu člověka

Klaus Scherer provedl přehled výzkumu komunikace mezi zvířaty, který ukazuje, že u mnoha druhů jsou afektivní stavy, obecně spojené se změnami fyziologického vzrušení, externalizovány ve vokalizaci a slouží specifickým komunikačním funkcím, často zahrnujícím akustické vzorce, které jsou u různých druhů podobné. Vokalizace afektů u zvířat se velmi podobají zárodkům neslovesných vokalizací afektů u lidí, které nazýváme citoslovce (např. "au", "ai", "oh" nebo "fuj"). Klaus Scherer vycházel z obecné teorie emočních procesů a pro tyto vokalizace navrhl termín „afektivní výbuchy“. Mnoho výzkumů navazuje s předpokladem, že řeč a hudba se vyvinuly z těchto vokalizací. Tyto výzkumy poté nazírají původ jazyka a hudby v procesu zdokonalování preverbálních afektů.¹⁷

Je pravděpodobné, že k tomuto zdokonalování docházelo v těsné souvislosti s evolucí mozku. Na limbický systém, který je odpovědný za zpracovávání emocí se navršily novější “neokortikální” struktury s vysoce kognitivními způsoby fungování. Stejně tak evoluce lidské řeči využila primitivnější systém signalizace vokálního afektu jako nosného signálu, který se tak nadále mohl obohacovat o složitější funkce. V řeči tak může různá fonace sloužit ke sdělení fonologických kontrastů, skladebných rozhodnutí, pragmatického významu, nebo emocionálního vyjádření. Podobně v hudbě mohou melodie, harmonická struktura nebo časování odrážet záměry skladatele (které jsou však samy závislé na specifické hudební tradici) a zároveň vyvolávat emoční stavy. Pokud tedy hudba vychází z hlasového projevu emocí, pak má zpěv potenciál emoci vyvolat.¹⁸

2.4.2 Vyjádření emocí hlasem

“Emoce vyvolávají v organismu jako celku všudypřítomné, i když zpravidla krátkodobé změny. Představují reakce na události, které mají pro jedince zásadní význam, a mobilizují potřebné a dostupné zdroje organismu ke zvládnutí příslušné situace, ať už pozitivní, nebo negativní. Tyto změny zahrnují složitý soubor fyziologických a

¹⁷ Coutinho, Eduardo, Klaus R. Scherer, and Nicola Dibben, 'Singing and Emotion', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, 2014, s.2

¹⁸ Coutinho, Eduardo, Klaus R. Scherer, and Nicola Dibben, 'Singing and Emotion', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, 2014, s.2

psychologických procesů a stavů a jedním ze základních výsledků emoční epizody je produkce expresivních projevů". Na komunikaci emocí se podílejí všechny expresivní modalita, zejména tělesný postoj, nastavení (či výraz) obličeje a vokalizace. Produkce řeči je většinou řízena neokortexem, neboli mozkovou kůrou.¹⁹

Vliv emočního vzrušení na proces vokalizace je řízen především limbickým systémem. Obecně se vytvářejí prostřednictvím aktivace v tělesném nervovém systému (zejména aktivitou příčně pruhovaného svalstva) a sympatické, ale i parasympatické aktivace autonomního nervového systému. Kromě toho mohou vokalizaci ovlivnit přímé sympatické nebo parasympatické účinky, jako jsou změny dýchání, nebo třeba sekrece hlenu. Vzhledem k množství proměnných, které tvorbu hlasu ovlivňují, můžou být i minimální změny ve fyziologickém nastavení příčinou výrazné změny hlasového projevu.

Scherer podotýká, že tyto akustické vzorce nejsou pouze zrcadlem změn, které byly v těle vyvolány emocemi. Vzhledem k tomu, že se vokalizace vyvinula také jako sociální komunikační systém, neslouží pouze externalizaci vnitřních stavů, ale disponuje též mechanismy, které u posluchače vyvolávají specifický dojem. Ten však nezávisí na vnitřním stavu komunikátora. Jako příklad lze uvést různé formální sociální situace, které vyžadují specifickou emoci navzdory vlastním pocitům. Tato emoce pak produkuje odpovídající kvalitu hlasu.

Klaus Scherer zavedl rozlišení mezi tzv. push- a pull-efektem. Tyto dvě třídy efektů rozlišují faktory, které na vokalizaci působí. Push-efekt je vyvolán fyziologickou změnou, která doprovází emoční vzrušení. Následně podle stereotypu mění mechanismus, jakým je hlas produkován (příkladem může být změna napětí hrtanových svalů). Pull-efekt je naopak nezávislý na vnitřních fyziologických procesech. Svůj původ má ve vnějších faktorech, například ritualizovaných komunikačních vzorcích, nebo například potřebou sebeprezentace, která je závislá na pravidlech tvorby dojmu v dané situaci.²⁰

¹⁹ Coutinho, Eduardo, Klaus R. Scherer, and Nicola Dibben, 'Singing and Emotion', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, 2014, s.2-3

²⁰ Coutinho, Eduardo, Klaus R. Scherer, and Nicola Dibben, 'Singing and Emotion', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, 2014, s.3

2.4.3 Faktory určující emoční projev ve zpěvu

Výzkumů na toto téma není mnoho, jelikož extrakce samotné individuální emoce je jen těžko proveditelná a samotné její provedení je závislé na současné kombinaci různých faktorů. Scherer nicméně rozlišuje tři faktory: emocionální vyjádření záměrů skladatele (dále jen "emocionální scénář"), emocionální interpretace zpěváka a emocionální stav zpěváka během vystoupení. Tyto tři faktory na následujících stranách stručně přibližují.²¹

Emocionální scénář

Jako emocionální scénář jsou označovány parametry, které zahrnují třeba melodii, rytmus, tempo, dynamické značky, výšku tónu, intervaly, modus, harmonii a instrumentaci. To se však netýká všech žánrů. Zejména populární a lidové žánry zdánlivě tento scénář postrádají, jelikož není definován v notových zápisech. Často ale existuje ve formě nahrávek, či předávané zkušenosti, proto se interpreti řídí částečně předávanou zkušeností a částečně vlastní interpretací.²²

Umělecká interpretace

Dalším faktorem je podle Scherera zpěváková vlastní interpretace. Ta se též může lišit v závislosti na hudebním žánru, či hudebním typu. Určité hudební umění vykazuje vlastní recepční a interpretační ideologii, která apeluje na ztvárnění skladatelova záměru, jiné žánry zase kladou důraz na představu autenticity interpreta. Tou se zde rozumí především upřímnost, se kterou je zpěvák schopen prožít emoce své, či postavy, kterou ztvárňuje.

Zpěváková interpretace se nemůže odehrávat nezávisle na veškerém historickém a společenském kontextu. Interpreti manipulují s výškou tónu, časováním, dynamikou, artikulací a barvou hlasu tak, aby se případně odchýlili, či naopak naplnili stylové normy, které jsou určeny jejich momentálním (nejen) sociopolitickým kontextem. Jako historický důkaz je zde uvedeno užití portamenta v hudbě. Do druhé světové války bylo portamento hojně využíváno, po válce však zaznamenalo ústup a bylo považováno až za nevhodné pro klasickou hudbu. Ve stejném období ale vzrůstala jeho oblíbenost v rámci populárních žánrů.

²¹ Coutinho, Eduardo, Klaus R. Scherer, and Nicola Dibben, 'Singing and Emotion', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, 2014, s.3

²² Coutinho, Eduardo, Klaus R. Scherer, and Nicola Dibben, 'Singing and Emotion', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, 2014, s.4

Tato změna vychází z momentálního odmítnutí sentimentality určitou společenskou sférou. Portamento je tedy důkazem, že emoční výraz je v konkrétních případech utvářen širším společenským kontextem.²³

Emocionální stav zpěváka

Fyziologické změny, které doprovázejí emocionální reakce, často ovlivňují dýchání, fonaci a artikulaci mluvčích. Z toho lze odvozovat, že emoční stav zpěváka má též vliv na jeho hlas. Scherer považuje za pravděpodobné, že výkonnostní aspekt zpěvu omezuje rozsah a intenzitu emocí, které interpreti pociťují. Jinak je tomu však u neprofesionálních výkonů, které se dějí v „přirozeném prostředí“, tedy mimo aranžmá jeviště. Jako příklad může posloužit něha matky, která zpívá ukolébavku, nebo nadšení sportovního fanouška.

2.5 Zpěv a hlas v perspektivě biologického vlivu na zdraví

Světová zdravotnická organizace (WHO) definuje zdraví jako „stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody, nikoliv pouze nepřítomnost nemoci a slabosti“.²⁴ Stephen Clift dále tuto definici doplňuje o požadavek zabývat se pojmem „duchovního zdraví“, které zahrnuje smysl, účel a transcendenci lidského prožívání, které přesahuje čistě fyzickou a všední realitu života. Mnohé záznamy od nejstarších dějinných pramenů přes sdílenou lidskou zkušenost až po současný moderní výzkum zmiňují zpěv jako činnost, která nám výše uvedené atributy zdraví pomáhá navyšovat. V následující kapitole jmenuji základní přínosy zpěvu na biologické úrovni.²⁵ Jing Kang²⁶ ve své studii pro *Journal of Voice* uvádí základní rozdělení biologických účinků zpěvu na tři typy změn:

Respirační změny

Změny dechu jsou pravděpodobně nejzřetelnější a nejvýraznější změnou, která se s pěveckou praxí pojí. Vzduch, který je vydechován z plic, je zdrojem energie pro artikulaci a

²³ Coutinho Eduardo, Klaus R. Scherer, and Nicola Dibben, 'Singing and Emotion', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, 2014, s.4-5

²⁴ <http://www.who.int>

²⁵ Clift, Stephen, 'The perceived benefits of singing', in *The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health*, 2002, s. 248 – 249

²⁶ Kang Jing, Scholp Austin, Jiang Jack, 'A Review of the Physiological Effects and Mechanisms of Singing' in *Journal of Voice*, 2017, s. 1-4

zpěv. Soustavně stabilní tlak vzduchu rozkmitává hlasivky, zatímco rezonanční aparát a artikulační aparáty upravují své postavení tak, aby vytvářely různé barvy zvuku. Mimo koordinaci těchto systémů a jejich subsystémů též dochází k procvičování dýchacích svalů, čímž je zlepšována funkce plic. U profesionálních zpěváků se správnými a vhodnými pěveckými vzorci lze pozorovat lepší "dechovou rezervu". To znamená, že přizpůsobují svůj dechový režim tak, aby efektivněji převáděli kinetickou energii na energii zvukovou, což vytváří lepší toleranci vůči účinkům hlasových patologií (například zauzlení hlasivek, polypy, laryngitidu a další).²⁷

Změny krevního oběhu

Spolu s dýchacími změnami se může v závislosti na respirační sinusové arytmií (RSA) měnit i oběhový systém. RSA je zvláštní fyziologický jev, kdy výdech může zvýšit napětí bloudivého nervu a tím inhibovat mimovolní reakce organismu. Jedním z důsledků stimulace oběhového systému může být změna HRV, což je variabilita intervalů srdečních úderů. Ta mimo jiné souvisí s psychiatrickými poruchami, jako jsou deprese a úzkost. Zpěvem lze opakovaně trénovat součinnost mezi dýchacím a oběhovým systémem, aby se dosáhlo co nejlepší shody a vykazovala se lepší energičnost dechového cyklu. Kang a její kolegové popsali případ 76leté ženy s chronickou stabilní hypertenzí, u které došlo před operací totální náhrady kolenního kloubu k výraznému zvýšení krevního tlaku a která nereagovala na medikaci. Krevní tlak pacientky dramaticky klesl poté, co si zazpívala několik religiózních písní.²⁸

Hormonální změny

Kromě změn v kardiovaskulárním systému bylo prokázáno, že zpěv pomáhá lidem zmírnit úzkost, přináší euforii a navozuje pocit sounáležitosti. Mnoho vědců si tohoto fenoménu všimlo a snažilo se prozkoumat mechanismy, které za těmito chemickými reakcemi stojí. Svou roli v této oblasti hrají adrenokortikotropní hormony (ACTH) a glukokortikoidy. Jde o hormony, které tvoří složky osy HPA (hypothalamus – hypofýza – nadledviny) a jde o základní hormony pro navození vzrušení. Aktivita osy HPA je spojena s reakcemi na stres. Jde o přirozenou reakci „útok nebo útek“, která vede ke zúžení tepen,

²⁷ Kang Jing, Scholp Austin, Jiang Jack, 'A Review of the Physiological Effects and Mechanisms of Singing' in Journal of Voice, 2017, s. 1

²⁸ Kang Jing, Scholp Austin, Jiang Jack, 'A Review of the Physiological Effects and Mechanisms of Singing' in Journal of Voice, 2017, s. 2

zvýšení hladiny adrenalinu a zvýšení krevního tlaku.²⁹ Stephen Porges tuto reakci uvedl ve své polyvagální teorii, která vysvětluje, jakým způsobem organismus reaguje na stresovou situaci. Základem je funkce bloudivého nervu (nervus vagus), který je nejdelším nervem autonomního nervového systému (systém, který je odpovědný za mimovolní reakce). Stimulaci tohoto nervu můžeme mimo jiné provádět právě skrze hlasový projev a snižovat tak hladinu stresových hormonů (např. Kortizol).³⁰

²⁹ Kang Jing, Scholp Austin, Jiang Jack, 'A Review of the Physiological Effects and Mechanisms of Singing' in Journal of Voice, 2017, s. 2-3

³⁰ Porges W. Stephen, The polyvagal theory: New insights into adaptive reactions of the autonomic nervous system, W.W. Norton & Company, 2009

3 Představa, představivost, imaginace

3.1 Vymezení pojmu

Z hlediska psychologie může být pojem představy definován jako soubor vjemů a zážitků, které vstupují do vědomí člověka. Tento vstup do vědomí může být záměrný, či bezděčně vyvolaný podvědomím – jinak řečeno spontánní. Představy jsou zároveň takové vjemy, které sice do vědomí vstupují, ale zároveň nejsou souběžně vnímány smyslovými orgány. Představa se tedy odehrává pouze „v duchu“.³¹ Poledňák definuje představu jako odloupený kus obsahu paměti, který je vtažen do aktuálního obsahu vědomí a vystupuje zde v úloze velmi podobné úloze vjemu.³² Existuje tedy definovaný rozdíl mezi vjemem a představou. Vjem vzniká stimulací smyslových receptorů (nejen) člověka určitým objektem. Tento objekt je před člověkem přítomen. Naopak proti tomu představa objektu nezahrnuje jeho přítomnost. Člověk si vybavuje prožitou zkušenost, či její část, tedy jakousi paměťovou stopu, která je uložena v dlouhodobé paměti. Takto vyvolaná představa často není věrná původní skutečnosti, je neúplná a některé její aspekty jsou potlačeny ve prospěch jiných, jež mohou naopak být zvýrazněny. Jde tedy o jakousi „mentální reprezentaci“ žité skutečnosti, či vzpomínky na minulou skutečnost.³³ Mareš dále zmiňuje definici představivosti podle českého psychologa Josefa Švancary: „*Představy leží, metaforicky řečeno, na složitě křížovatce cest od vnímání k myšlení, od vědomí k podvědomí či nevědomí, od minulosti k budoucnosti, od reality ke snu, od reprodukce k produkci, tvořivosti, od paměti ke všem složkám kognitivního systému, od konkrétních pojmů k abstraktním ...*“.³⁴

Lidská představa může být pasivní i aktivní povahy. Zatímco pasivní představa se v lidském vědomí projevuje bezděčně, často vtíravě až invazivně (například v případě zpětného přehrávání traumatických událostí), aktivní představa zahrnuje vědomou manipulaci, která podléhá lidskému záměru. Člověk může tuto schopnost trénovat a využívat při seberozvoji.

Carl Gustav Jung na základě svého bádání v oblasti imaginace ustanovil metodu jménem „aktivní imaginace“. Tato metoda se pomocí částečně řízených představ pokouší vynášet na povrch lidského vědomí nevědomé obsahy mysli. Verena Kast, jungiánská

³¹ Mareš Jiří, 'Hudební představy, hudební představivost a mentální reprezentace hudby' in *Živá hudba*, 5., 2014, s. 93

³² Poledňák Ivan, *ABC: Stručný slovník hudební psychologie*, Supraphon, 1984, s. 303

³³ Mareš Jiří, 'Hudební představy, hudební představivost a mentální reprezentace hudby' in *Živá hudba*, 5., 2014, s. 94

³⁴ Švancara Josef in Mareš Jiří, 'Hudební představy, hudební představivost a mentální reprezentace hudby' in *Živá hudba*, 5, 2014, s. 95

psychoanalytička k rozdílu mezi vjemem a imaginací poznamenává: „Čím méně máme informací při tvoření vjemového obrazu, tím více si pomáháme svými představami, respektive fantazií, abychom si přece jen udělali „jednoznačný obraz“ situace. Tato potřeba nám pomáhá zacházet s vlastním strachem a dosáhnout vnitřního klidu, protože se dokážeme zorientovat a máme přehled.“ Kast tak naznačuje vzájemnou provázanost vjemu a představy, které společně mohou tvořit subjektivní obraz světa. Tento obraz je o to subjektivnější, napomáhá-li jako obranný mechanismus při pocitech ohrožení ega. Kast poznamenává, že k vytváření vjemu, či imaginace jsou v mozku používány stejné neurální dráhy a okruhy.³⁵

Psychologická obec se neshoduje na jednotném odlišení pojmu představivost od pojmu imaginace. Někteří s těmito pojmy pracují jako se synonymy, jiní mezi nimi rozlišují co do kvality i kvantity. Kebza navrhuje rozdělení do dvou skupin:

Obrazivost, představivost, imaginace

Mají charakter dispozic, tedy předpokladů

Obrazotvornost, fantazie

Vyjadřují aktivní práci s imaginativním procesem

Typologií představ se zaobírala řada psychologů, mezi nimi třeba třeba K. Jaspers, či W. Stern. Pro svou práci používám systém, jež na základě studia příslušné psychologické literatury konstruoval Mareš. Ta rozděluje představivost na následující složky:

Pamětní představy

Jde o zapamatování si minulé zkušenosti, místa, či události z jedincova života

Eidetické představy

Představují schopnost vidět věci „duševním zrakem“ do detailů s téměř fotografickou přesností, je od nich též odvozená fotografická (eidetická) paměť

Imaginativní představy

Podobají se představám paměťovým, ale vyvolaný obraz se od původních vjemů liší, není úplný a často je obohacen o jiné zkušenosti a vjemy, zároveň má ale bázi zkušenosti

Fantazijní představy

³⁵ Kast Verena, Imaginace jako prostor setkání s nevědomím, Portál, 2010, s. 17-21

Tvorba nových obrazů kombinací dřívějších představ

Anticipační představy

Princip předjímání určitých dějů na základě předpokladů

Perservativní (vtíravé) představy

Objevují se ve vědomí proti vůli jedince, například při opakované představě traumatického zážitku.³⁶

O blízké spojitosti mentální imaginace a reálné vizuální percepce pojednává efekt, který za pomoci výzkumu pojmenovala americká psycholožka Cheves Perky. Efekt se podle autorky jmenuje "efekt Cheves Perky" a vysvětluje spojitost mentální imaginace a reálné vizuální percepce. Perky nechala účastníky svého experimentu, aby si při pohledu na prázdné projekční plátno představovali určitý předmět. Aniž by to subjekty tušila, zároveň na plátno promítala slabé rozmazané objekty (těsně nad prahem vnímatelnosti), které připomínaly tvar a barvu představovaného objektu. Prakticky všechny subjekty se domínvaly, že obraz, který pozorují, je kompletním výplodem jejich fantazie. Subjekty, které si předmět neměly představovat, byly schopny projikovaný obraz vnímat. Tento experiment tak naznačuje, jak blízký je subjektivní prožitek vjemu a imaginace.³⁷

3.2 Historická perspektiva spojení zvuku a představivosti

Tato kapitola pojmenovává některé historické způsoby uvažování o vjemu, zvuku a představivosti. Základem je mi zde pojednání Svena Hroara Klempeho, který tematiku rozebírá skrze interpretace některých významných filozofů a psychologů. Autor se zaměřuje na souvztažnost počítka a imaginace a jejich blízkému vztahu k hudbě. Klempeho analogie byly pro mne srozumitelné a přínosné ve věci vlastního vnímání, proto některé z nich uvádím. Zaměřuji se především na Klempeho interpretace Immanuela Kanta, Gustava Theodora Fechnera, Wilhelma Wundta a Carla Stumpfa.

Klempe zmiňuje teze Immanuela Kanta, zejména jeho Kritiku soudnosti. Až do doby Kanta byla sféra smyslů a pocitů řazena k Metafyzice. Ta zahrnovala sféru duše, počítků a emocionální reaktivity. Cokoli, co se tedy vztahovalo k subjektivní zkušenosti jedince, bylo přiřazeno do oblasti metafyziky a přisouzeno k aktivitě duše. Mimo jiné byla schopností duše právě i představivost. Christian Wolff rozděloval schopnosti duše na vyšší a nižší. Nižší se týkaly vjemu a pocitu, vyšší obsahovaly různé aspekty poznávání. Představivost byla

³⁶ Mareš Jiří, Hudební představy, hudební představivost a mentální reprezentace hudby in Živá hudba, 5., 2014, s. 95-96

³⁷ Kast Verena, Imaginace jako prostor setkání s nevědomím, Portál, 2010, s. 17

nicméně podle tehdejší psychologie závislá jak na pocitu, tak na poznání, proto Wolff samotnou sféru představivosti rozdělil na reproduktivní a produktivní, přičemž reproduktivní zahrnuje vjemy a produktivní odkazuje k intelektuálním procesům. Klempe vidí tuto dichotomii jako klíčovou tezi pro Kantovo pozdější nazírání na představivost.³⁸

Kantova Kritika soudnosti se mimo jiné zaobírala vjemy, a to pocity libosti a nelibosti. Libost je podle něj přítomna na dvou úrovních, v reflexi předmětu a v jeho existenci. Kant tímto způsobem definuje "krásu" jako něco, co může těšit, aniž by pro tuto věc člověk vykazoval jakýkoli zájem. Čistě krásná věc je podle Kanta poznána bez intelektuálního zájmu po uspokojení. Tuto definici krásy vztahuje na různé oblasti umění, mezi nimi právě i hudbu. "Vážíme-li naproti tomu hodnotu krásných umění podle vzdělání, které dávají mysli, a bereme-li jako měřítko rozšíření schopností, které se v soudu musí spojit v poznání, pak zaujímá hudba mezi krásnými uměními nejnižší místo v tom smyslu, že si jen hraje s počítky."³⁹

Kant postuluje, že koncept krásy je hrou vjemů a představivosti, která je regulována soudy a úvahami. Hudba tak podle Kantovy Kritiky soudnosti představuje ideální příklad toho, jak se poznání získává formálně, tedy sjednocením vjemů, reprezentací a reflexí, které dohromady tvoří základ intelektuální činnosti. Kant rozlišuje afekt, vášeň a pocit a podotýká, že afekty „souvisejí pouze s cítěním, jsou bouřlivé a nepromyšlené. V případě afektu je podle Kanta svoboda mysli ztížena a v případě vášně dokonce odstraněna“. Afekt je podle něj druh stavu, který lze částečně konceptualizovat, stejně jako vášeň. Jako příklad uvádí hněv, který je afektem, zatímco nenávist je považována za vášeň. Afekt podle něj inhibuje svobodu mysli, zatímco vášeň ji odstraňuje. Základnější pojem „pocit“ však odkazuje na tělesnou reakci. Pocit definuje jako jednu ze tří schopností lidské mysli: "Všechny schopnosti lidské mysli bez výjimky můžeme vysledovat k těmto třem: ke schopnosti poznávání, k pocitu libosti a nelibosti a ke schopnosti touhy".

Pochopení povahy pocitů může být klíčem k pochopení hudební imaginace. Kromě toho, že je nevyhnutelnou tělesnou reakcí v procesu vnímání, může být charakterizován i jako „momentální inhibice“. Kant zdůrazňuje volnou hru nesouladu mezi smyslovým vnímáním a myšlením, které je tak jako tak sjednoceno procesem integrace nové

³⁸ Klempe Hroar Sven, 'The Sensation of Sound and Imagination in a Historical Perspective' in Mark Grimshaw-Aagaard, Mads Walther-Hansen, and Martin Knakkegaard, *The Oxford Handbook of Sound and Imagination*, Volume 1, Oxford University Press, 2019, s. 31-33

³⁹ Kant Immanuel, *Kritika soudnosti*, Oikoymenh, 2015, s. 132

reprezentace odvozené z vnímaných předmětů. Hudba pro Kantovy poznatky hraje roli, protože je svobodnou hrou představivosti. Na jednu stranu je zakotvena ve vjemech a na stranu druhou obsahuje matematický řád, čímž „sjednocuje mysl ve dvou protichůdných směrech.“

Na základě těchto poznatků ustanovuje Ernst Cassier tzv. psychologický axiom: „Nic, co nebylo nejprve ve smyslu, nemůže být v intelektu.“ Tato teze potvrzuje vztah mezi vjemem a představivostí a je považována za jeden z pilířů moderní psychologie. Matematik Leonard Euler přispěl do debaty poznatky o podobné povaze zvuku a barev. Eulerovo stanovisko zní, že barva i zvuk jsou ve své podstatě vibracemi, které narušují vzduch a mysl nejen že vnímá jejich fyzický účinek, ale je schopna je i reflektovat.⁴⁰

Experimentální psycholog Gustav Theodor Fechner zkoumal vztah mezi vjemem a mentální reprezentací. Jeho psychologické experimenty zkoumaly, do jaké míry lze tvrdit, že naše představy jsou výsledkem vjemů. Pro tyto výzkumy hledal podněty, které by omezily kognitivní činnost a smyslové aspekty tak byly dominantnější. Fechner na základě těchto myšlenek nazíral hudbu jako „přímý faktor“, tedy nepřerušovanou spojnici mezi „nižšími“ a „vyššími“ kognitivními procesy. Fechner o hudbě hovořil jako o směsi abstraktnosti a konkrétnosti, která se liší od všech ostatních druhů komunikace. Na základě experimentů s geometrickými objekty došel k závěru, že proces představivosti se neřídí ani matematickými závěry a pojmy, ale spíše pocity libosti a nelibosti. Smyslový vjem totiž podle něj nevnímáme dříve, než v nás vyvolá pocit potěšení, či nelibosti. Fechner tvrdí, že tyto pocity tvoří základ našeho vědomí a zavádí termín „psychofyzika“, a dále ustanovuje termín "estetické prahy". Tyto prahy jsou ukazatelem lidské vnímavosti podnětu. Fechner dále pracoval s fenoménem asociací. Podle něj jsou právě asociace odpovědny za naše estetické prožitky. Pokud například vidíme barevný kruh, můžeme si představit obraz pomeranče a ten nám zároveň asociuje i chuť a vůni ovoce, nebo dokonce sociální zážitky s ním spojené. Asociace se v nás objevují současně a zároveň jsou velmi individuální a subjektivní.⁴¹

Na Fechnerovy myšlenky navazoval Wilhelm Wundt, který také viděl hudbu jako přímého činitele vjemu. Wundt napsal úvod do psychologie, ve kterém představil metronom jako nástroj k pochopení základních lidských fyziologických funkcí, jelikož považoval dispozice lidského vědomí za rytmické. Wundt popisuje čistotu vjemů jako ladičku, či rezonátor, které jsou laděny do svého základního tónu. Wundt dále navrhl svou strukturu

⁴⁰ Klempe Hroar Sven, 'The Sensation of Sound and Imagination in a Historical Perspective' in Mark Grimshaw-Aagaard, Mads Walther-Hansen, and Martin Knakkegaard, The Oxford Handbook of Sound and Imagination, Volume 1, Oxford University Press, 2019, s. 31-37

⁴¹ Klempe Hroar Sven, 'The Sensation of Sound and Imagination in a Historical Perspective' in Mark Grimshaw-Aagaard, Mads Walther-Hansen, and Martin Knakkegaard, The Oxford Handbook of Sound and Imagination, Volume 1, Oxford University Press, 2019, s. 39-42

základních počitkových reakcí. Ke slasti a nelibosti, se kterými pracovali jeho kolegové, přidal napětí a uvolnění, přičemž poukázal, že uvolnění nemůže být plně uspokojivé, pokud mu nepředchází napětí. Dále pracoval s dichotomií excitace a klidu, přičemž všechny tyto dvojice přirovnával k významům v hudbě. Excitace pro něj například ilustrovala tóny vysoké a klid tóny nižších poloh.⁴²

Další psycholog, který je zde zmíněn, je Carl Stumpf. Ten se zabýval principy relativity a neurčitosti, které jsou spojeny s dojmem. Následně začal provádět výzkum dojmu tónu a jeho návaznosti na tonální vlnění. Stumpf přichází se závěrem, že jen málokdo je schopen vyloudit tón, aniž by jeho produkci transformoval do vlastní paměti. Příkladem může být třeba zpěvák, který zatne svaly, jako by se chystal vyloudit určitý tón, hráč na strunný nástroj si představí správný prstoklad a svým způsobem pouze reprodukuje vlastní vzpomínku na správnou výšku tónu. Kvalita tónu se tedy podle jeho poznatků odvíjí od pocitu této kvality. Stumpf tyto své poznatky představil v knize *Tonpsychologie*. Poznatky z jeho nauky byly nadále použity pro fenomenologický termín "Gestalt" který následně poskytl bázi k ustanovení psychoterapeutického směru se stejným názvem.⁴³

Anglický fyzik Francis Mott se zabýval vztahem představivosti a hlasového projevu. Mott mimo jiné položil základ termínu "Biosyntéza", který je též moderním psychoterapeutickým směrem. Tento směr pracuje se somatickou a buněčnou pamětí člověka. Mott došel k závěru, že řeč je pokusem kopírovat v dýchacích trubicích konfigurační afekt, který se tvoří v mozkomíšních drahách. "Vzduch se v dechovém ústrojí a v hltanu stává analogií k mozkomíšní tekutině. Pohyb vzduchu průdušnicí odpovídá rytmům pulzujícím cerebrospinalním kanálem. Ústní a nosní dutiny odpovídají mozkovým komorám. Samohlásky a souhlásky se k sobě vztahují stejně jako jádrové a periferní jednotky mozkomíšního afektu. Řeč je tedy vnější kopíí vnitřního procesu. Její hodnoty jsou konfigurační. Je to pokus vyjádřit pomocí proudu vibrujícího vzduchu to, co se odehrává ve vibrujících mozkomíšních tekutinách. Zdá se mi, že prapůvod hlasu leží v dutém míšním kanálu, v němž myšlenkové vlny vybubnovávají své rytmy, které se zvukové vlny snaží napodobit." Mott takto pojmenovává myšlenku, že mentální představa má svou vibrační, a tedy somatickou podobu, čímž naznačuje, že imaginace a myšlenka jsou tělesné povahy.

⁴² Klempe Hroar Sven, 'The Sensation of Sound and Imagination in a Historical Perspective' in Mark Grimshaw-Aagaard, Mads Walther-Hansen, and Martin Knakkegaard, *The Oxford Handbook of Sound and Imagination*, Volume 1, Oxford University Press, 2019, s. 41-43

⁴³ Klempe Hroar Sven, 'The Sensation of Sound and Imagination in a Historical Perspective' in Mark Grimshaw-Aagaard, Mads Walther-Hansen, and Martin Knakkegaard, *The Oxford Handbook of Sound and Imagination*, Volume 1, Oxford University Press, 2019, s. 44-45

Tyto teze tedy mají tendenci vyvracet například Marešovy závěry, které jsem zmiňovala v kapitole "vymezení pojmu".⁴⁴

3.3 Představivost a zpěv

V předchozí kapitole jsem se orientovala na korelaci hudby a představivosti a její odkaz v dějinách filozofie a aplikované psychologie. Následující kapitola se orientuje na představivost ve spojení se zpěvem v praktické rovině hudební tvorby.

Halpern ve své práci poznamenává, že pro hudebníky je využití sluchových představ obvyklou praxí, třeba při vymýšlení hudebního díla, nebo mentálního nácviku svého vystoupení. Jsou schopni skládat novou partituru, aniž by vyžadovali přítomnost hudebního nástroje. Nicméně hudební představivost není pouze doménou profesionálních hudebníků. Halpern, stejně jako jiní výše zmínění badatelé, je toho názoru, že všem a představivost mají řadu společných vlastností, a tak definuje představivost jako "kvazipercepční" zkušenost. Taková zkušenost je vědomá, ale existuje v nepřítomnosti externích podnětů. Zároveň tato zkušenost může zahrnovat všechny fyzické smysly.

Halpern provedl výzkum, ve kterém byli nehudebníci požádáni, aby si v duchu vybavili výšky tónů, které odpovídaly slovům převzatým z různých částí známé písně. Výsledky ukázaly, že doba odpovědi se systematicky lišila podle počtu taktů, které tato slova oddělují v reálné melodii. Bylo identifikováno několik takových společných rysů mezi představami a vnímáním, zahrnujících tempo, výšku tónu, barvu a hlasitost. Aby si tedy člověk dokázal navodit co nejpřesnější hudební představy, je v zásadě závislý na vybavování z paměti a očekávání založeném na dříve nabytých znalostech o hudbě, kterou si má představit. Na kognitivní úrovni to zahrnuje znalost struktury skladby a jejích hudebních prvků, zatímco na percepční úrovni to vyžaduje rozvoj smyslových dovedností prostřednictvím praxe. Zkušenější hudebníci mají podle Halperna vlivem tréninku ve srovnání s nehudebníky lepší sluchové dovednosti. Tato přednost se neukazuje pouze při poslechu a praxi hudby. Praktikující hudebníci podle výzkumu vykazují zvýšenou přesnost představivosti i v úlohách, které zahrnují každodenní nehudební zvuky.⁴⁵

⁴⁴ Mott Francis in Boadella David, 'Životní proudy', Triton, 2013, s. 100

⁴⁵ Kleber, Boris A., and Jean Mary Zarate, 'The Neuroscience of Singing', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, 2014, s. 31-32

3.4 Neurologie hudební představivosti

Aktuální neurologické

výzkumy umožnily badatelům zlepšit povědomí a pochopení představivosti. Mentální představy mají schopnost zapojovat stejné nervové sítě, které mají svůj podíl na skutečném vnímání a motorické kontrole. Hudební představy zapojují sluchovou kůru i v případě, že zvuk není přítomen. Svou roli na této reakci má pravděpodobně čelní lalok mozku, který je přímo spojen se sluchovými oblastmi. Ten podporuje vyvolávání vzpomínek na známé melodie, které jsou kódovány ve sluchových korových oblastech. Dalším elementem je pravděpodobně temenní lalok, který podporuje společné prožívání kinestetických pocitů během řečové motorické imaginace, a to za pomoci mechanismů, které vytvářejí odhad somatosenzorických důsledků zamýšlených motorických příkazů. Jednou z forem hudební představy je "subvokalizace". Jde vlastně o tichý zpěv. Subvokalizace se podle výzkumů pojí s aktivací oblastí v mozku, které se podílejí na motorické kontrole. Toto zjištění též dokazuje přítomnost smyslových a motorických interakcí v hudebních představách. Riecker se svými kolegy provedl experiment, při němž požádal účastníky, aby zjevně, či skrytě vyslovovali názvy měsíců v roce, či zpívali melodii. Účastníci se po dobu experimentu nacházeli ve skeneru magnetické rezonance. Sken prokázal, že při obou těchto činnostech se zapojují stejné senzomotorické oblasti mozku. Výše uvedené poznatky naznačují, že existuje těsný vztah mezi představou a reálnou hlasovou produkcí. Zpěv, který si pouze představujeme, tedy může být užitečný pro nácvik reálného hlasového výkonu.⁴⁶

⁴⁶ Kleber, Boris A., and Jean Mary Zarate, 'The Neuroscience of Singing', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, 2014, s. 31-33

4 Výuka zpěvu

4.1 Spor vědeckého a nevědeckého jazyka

Tato kapitola přibližuje náhled na dichotomii dvou přístupů v oblasti výuky zpěvu. Čerpám ze studií zpěváka a učitele zpěvu Antonia de Lillis a z na něj navazujícího pojednání zpěvačky a učitelky Jenny Brown. Oba jakožto praktikující umělci disponují orientací v tématu a přehledně nastiňují hlavní názorové proudy, které v této věci figurují.

De Lillis nejdříve nastiňuje probíhající debatu mezi hlasovými vědci a pedagogy. Představuje teze, které tvrdí, že obrazotvornost byla a je využívána pro vědeckou praxi po staletí. Mnohé zdroje a výzkumy uvádějí jako milník období školy Bel Canto, ve kterém započala debata mezi jazykem poetickým a vědeckým, mezi jazykem subjektivním a objektivním. "Představa je chápána jako připuštění si možnosti, že to, co si dokážeme představit, tak ve skutečnosti je, protože to tak být může". Dlouholetá tradice neexaktní výuky zpěvu do debaty navíc vnáší argument funkční žité tradice. Mc Kinney poznamenává, že představivost také napomáhá vizualizovat gesta a somatické procesy, které se odehrávají uvnitř těla a ke kterým neexistuje přímý smyslový vstup. Miller označuje zpěv jako částečně subjektivní činnost, výsledek Gestaltu, který vyvolává předchozí zkušenosti fyzické koordinace a smyslového vnímání.

Michael naproti tomu poznamenává, že obrazotvorná výuka zpěvu má svá nebezpečí. Mnoho zpěváků podle něj zakládá svou praxi na představě, která je v rozporu s fyziologickou realitou, není možné ji jakkoli fyziologicky popsat a v momentu, kdy by se z ní stalo základní přesvědčení, by mohla být pro zpěváka nebezpečná. Hlavním argumentem proti užívání imaginativního jazyka je jeho subjektivita. Co může být užitečnou pomůckou pro jednoho studenta, může být pro druhého, který disponuje jinou žitou zkušeností, zavádějící a v konečném důsledku nebezpečná pro funkci vokálního mechanismu. Fyziologický jazyk je pro ně naproti tomu výhodný ve své univerzalitě.

Tezím tohoto typu oponuje známá hlasová pedagožka Kristin Linklater, která vyjadřuje obavu, že preference vědeckého jazyka povede k mechanizovaným výkonům, vynucené produkci hlasu a v konečném důsledku k problémům s hlasovým projevem. Linklater podotýká, že mechanistické využití hlasu zabraňuje tomu, aby hlas fungoval celostně (holisticky), tedy aby jeho produkce byla fúzí psychosomatickou. Verdolini dodává, že pro efektivnější spojení vědeckého a nevědeckého jazyka je nutné věnovat pozornost psychologickým rozdílům mezi „vědět to“ a „vědět jak“. Poznamenává, že hlas je komplexní systém a ne pouze „součet svých částí“.

Neshoda mezi dvěma přístupy vedla mnohé vědce ke snaze dospět ke konsenzu. Vennard se domníval, že úlohou vědy ve vokální pedagogice je shromáždění objektivních poznatků z různých spolehlivých zdrojů, které je následně třeba vztáhnout k umění zpěvu. Poukazuje tak na důležitost subjektivní žité skutečnosti jako na primární zdroj, pro který je vědecký jazyk doplňkem. Hemsley tvrdí, že nejdůležitější složkou povolání hlasového pedagoga je najít a upevnit spojnici mezi představivostí a zvukem, který nakonec vychází z úst zpěváka.

Nové vědecké poznatky jsou bezesporu i pozitivním přínosem pro hlasovou pedagogiku. Učitelé zpěvu nyní například využívají teze, že hlasivkové záhyby se skládají z více vrstev, z nichž každá má jiné mechanické vlastnosti. To je v rozporu se starší teorií, která hlasivky viděla jako struny ve strunném nástroji. Učitelé zpěvu tak do určité míry kombinují vědecké poznatky s poznatky nevědeckými, přičemž mnozí stále nechávají značný prostor pro vlastní představivost a v neposlední řadě víru.

De Illis následně uvádí některé příklady terminologie, která je v hlasové výuce používána a která je předmětem sporu podle výše uvedených argumentů:

„Hrudní rezonance“

„Vnímejte bránici“

„Představte si chuť tónu“

„Zpívejte do určité části těla“⁴⁷

Brown přispívá k debatě tvrzením, že by spory mezi disciplínami nemusely existovat, kdyby se dosáhlo konsenzu pomocí kombinovaného jazyka využívajícího potenciál obou stran. Podotýká, že nedůvěra vědy v intuitivní a somatické vědění má své historické základy v platónském dualismu mysli a těla, který byl následně prohlouben utvrzováním patriarchálních struktur v období renesance. Navrhuje novou definici jazyka používaného ve výuce a přehodnocení chápání obrazů, které se v tradičních přístupech používají, k čemuž používá Wiltsherovu teorii čočky. Wiltsher chápe představivost jako čočku, která pomáhá zostřovat naše vnímání a tak prohlubovat znalost. Jako nefunkční protipól vidí model zrcadla, které existující zkušenost pouze odráží. Pomocí této teorie u každého obrazu posoudit, zda funguje jako čočka, tedy zda upřesňuje naše chápání vokální aktivity při zpěvu. Pro Brown je oporou i Damasiova hypotéza somatických markerů. Ta tvrdí, že veškeré porozumění žité realitě je určeno nevědomými fyziologickými reakcemi na podněty. "Somatický marker je

⁴⁷ Antonio de Lillis, Imagery and Science in Singing Pedagogy: A Debate Introduction and Literature Review in 'Voice and Speech Review', 2020, s. 90-93

specifickým případem pocitu vzniklého na základě sekundárních emocí. Tyto emoce a pocity jsou učením propojeny s předpokládanými následky určitých scénářů jednání v budoucnu. Pokud se k určitému možnému následku pojí negativní somatický marker, funguje jejich kombinace jako výstražné znamení. V případě, že je příslušný somatický marker pozitivní, působí jako stimul.⁴⁸ Pokud tedy vyvoláme určitý obraz, který je pro nás napojen na emoci, můžeme tak ovládat různé fyziologické procesy, které na vědomé úrovni manipulovat neumíme. Příkladem může být právě stimulace určité části vokálního traktu.⁴⁹

V této kapitole jsem nastínila debatu mezi „vědeckým“ a „nevědeckým“ přístupem k výuce zpěvu. Představila jsem některé hypotézy a argumenty, ze kterých usuzuji, že debata bude nadále pokračovat a je pro ni nutné neustále porovnávat aktuální poznatky z vědeckého výzkumu se subjektivní zkušeností, která sama prochází neustálým vývojem.

⁴⁸ Damasio R. Antonio, *Descartesův omyl*, Mladá fronta, 2000, s. 155

⁴⁹ Brown Jenna, *Imagery and Science in Singing Pedagogy: Redefining Imagination – A First Step to Resolving the Debate in 'Voice and Speech Review'*, 2021, s. 26-35

5 Analýza výuky Šárky Malíkové

Cílem výzkumné části mé práce je analyzovat imaginativní obrazy, které ve své výuce zpěvu na DAMU používá Šárka Malíková a zapojit tak svou zkušenost do debaty, jež v oblasti metodiky výuky zpěvu probíhá. Po dobu jednoho semestru jsem navštěvovala hodiny Šárky Malíkové a pozorovala pěveckou praxi jiných studentů DAMU. Následně jsem s touto pedagožkou provedla částečně strukturovaný rozhovor, ve kterém jsme se věnovaly jednotlivým cvičením a motivům, které jsou jimi sledovány. Poznatky tohoto výzkumu jsou tedy spojením pozorování praxe tří studentů a studentek, vlastní zkušenosti s hodinami zpěvu a našich rozhovorů. Hlavním zdrojem jsou zde intuitivní a empirické poznatky všech zúčastněných.

5.1 Fáze výuky

Šárka Malíková své hodiny strukturuje do dvou fází. Nejdříve se pomocí cvičení student rozezpívá, poté následuje nácvik vybraných písní, jejichž výběr závisí na oboru studenta a konkrétním semestrálním sylabu. Pro výzkum používám pouze část úvodního rozezpívání, jelikož jde o aktivitu, která má pro všechny studenty stejnou strukturu, byť s mírnými variacemi s přihlédnutím na individualitu zpívajícího, jeho zkušenosti, úroveň a momentální psychické a fyzické rozpoložení. Při rozezpívání se také používá většina imaginativních obrazů, protože student zpívá pouze abstraktní stupnice bez kontextu, který propůjčuje píseň. Při zpěvu písně se člověk může zaměřit na konkrétní emoční náboj, ať už jde o vlastní interpretaci, či záměr autora (jak je uvedeno v kapitole 1.3 Emoce zpěvu). Rozezpívací cvičení tyto obsahy postrádá a pěvec je tak zaměřen čistě na provedení tónu. Malíková zpravidla začíná všechna cvičení na tónu C1 a se studentem zpívá základní stupnici C dur. Student odzpívá stupnici tam a zpět, obsáhne tedy oktávu vzestupně a sestupně, načež skončí na počátečním tónu. Poté se přesouvá o půl tónu níž a cvičení opakuje s postupným snižováním až k tónu G (zde opět záleží na individuálních dispozicích studenta). Dále se začínou tóny zvyšovat se stejným systémem, přičemž student zpívá do takové výšky, do jaké mu to jeho momentální aparát dovolí. Toto schéma se vztahuje na všechna cvičení úvodního rozezpívání.

Postup zpěvu do nižších poloh a následně do vyšších má své opodstatnění. "Většinou nejdu hned nahoru, ale jdu kousek dolů do nižších tónů, aby se nástroj trochu uvolnil, prohloubil, aby se člověk hned nešrouboval nahoru." Se zvyšující se polohou se snižuje komfort zpěváka, lidé se bojí zpívat vysoké tóny, s čímž jsou spojeny somatické reakce úzkosti a snahy se fyzicky vypnout do výšky, což je motiv opačný k uvolnění. A je to právě pocit volnosti, který je pro dobrou a zdravou pěveckou praxi klíčový. Malíková proto volí postup prvotního zpěvu nižších poloh, které se pojí s větším psychickým komfortem,

následovaným "šířostí". Tato šíře má své fyzické parametry, zejména uvolnění hrudního koše a vokálního traktu a široký nádech, pojí se ale i s představou nízkých tónů jako širokých. Nízké tóny mi evokují pevnější základ a stabilitu. Na synestetické úrovni jsou pro mne nízké tóny spojené s tmavými barvami, hořkou a sladkou chutí, vyšší teplotou a těžkými vůněmi. Představují pohodlí a zemitost. Při navození pohodlné a bezpečné báze se poté pěvec s větší odvahou pouští do vyšších poloh. Vysoké tóny pro mne evokují opak, tedy světlé barvy, vzdušnost a neukotvenost, pocit úzkosti a tenkosti, kyselou chuť. Malínková zmínila termín "nástroj", kterým je v tomto případě myšleno fyzické tělo. Hlasová pedagožka Ivana Vostárková ve své habilitační práci též pracuje s metaforou těla jako nástroje a pojmenovává prostorové asociace, které se k práci s ním v její praxi pojí. "Tělo můžeme vnímat jako hudební nástroj, či jako ozvučnici hlasu. V této souvislosti se zaměřujeme na jeho vnitřní prostory, které se spolupodílejí na vytváření hlasu a jeho rezonančních možnostech a ovlivňují jeho barevnost i objem. Jsou to jednotlivé dutiny (kostra, lebka, hrdlo, ústní dutina, čelní i čelistní dutiny, zvukovody, nos, hrdlo, hrudní, břišní a pánevní dutina). Při zaměřování se na ně využíváme představou navozená připodobnění- metafory: chodba, tunel, sál, chrám, chýše, zvon a potom konkrétněji - například slavnostní sál s křišťálovým lustrem, příšeří sklepa, temná chodba, široký sál, potrubní pošta, průhled tunelem."⁵⁰

5.2 Imaginativní metodika

Malínková sama ke své praxi podotýká, že se řadí mezi pedagogy, kteří využívají intuitivní prožitkový jazyk. "Kdyby k těmto popisům přišel exaktní vědec, tak si bude ťukat na čelo, že nic z toho není pravda. Protože já popisuji jakýsi pocit, který ale tkví čistě v představě. Nic z toho se vám reálně neděje. Je to jakási pomůcka, která není opřena o reálné děje v těle, ale pomáhá. Kdyby někdo přišel, a to tělo rozpitval, možná by zjistil, že se v něm děje úplně něco jiného." Dále poznamenává, že pro praxi lidí, kteří studují obory volných múzických umění, je důležité, aby sami zvládali přemýšlet nad procesy, které se v jejich těle dějí. Studenti DAMU by si tak podle ní měli sami hledat příklady a metafory, které pro ně představují vhodnou polohu a které jsou opřené o jejich vlastní zážitky. "Myslím, že je zásadní mít tu rovinu imaginace. Protože když se učíte zpívat, tak pracujete z vysokého procenta na základě představivosti. Kdybyste šla čistě po linii exaktní definice, tak se zpívat nenaučíte. Můžete to mít načtené a vědět, co se ve vás při zpěvu děje, ale to z vás zpěváka neudělá." Důležitý je zde tedy subjektivně prožívaný vjem, zároveň se ale imaginativní příklady opírají o určité univerzální kategorie a kvality, které jsme se spolu pokusily pojmenovat.

⁵⁰ Vostárková Ivana, Cesta (k) hlasu, Předpoklady a možnosti hlasové pedagogiky, Habilitační práce, AMU, 2021, s. 27

5.3 Kategorie kvalit a princip dialogu

Pro Šárku Malínkovou je při pojmenování kategorií důležité fungovat v dialogu protistran, nejde tedy nikdy o jeden pokyn, ale o uvědomění jeho opaku. V případě, že má být člověk uvolněný, si musí zároveň dávat pozor, aby nebyl povolený. Pokud je pokyn být pevným, je důležité se zároveň vyvarovat křečovitému postoji, což je i případ artikulace. Ta by měla být zřetelná, ale neměla by způsobovat zatuhlost (nejen) obličejových částí. Dalšími kvalitami jsou výška a hloubka. Malínková podotýká, že výška sama nemůže existovat bez hloubky a obráceně. V případě, že student zpívá ve vysokých polohách, musí si uvědomit opačné hluboké polohy, které zpěvu dávají bázi, jakési “nohy”. Při zpěvu nízkých tónů zase apeluje na pocit, že se stále něčeho přidržujete, že do hloubky cele nespádnete a nejste jí pohlčeni. Při jakékoli poloze je tedy důležité uvědomění jejího protikladu a snaha nepřilnout ke krajní poloze, mít okolo sebe vždy prostor a zároveň udržovat široký prostor sám v sobě. Pro tuto tendenci by se dal použít i psychologický příměr “zůstat ve svém středu”, nicméně ani ten není přesný, evokuje totiž nutnost setrvat ve statickém bodu, nikoli ve spektru. Další sledovanou kvalitou je plynulost. Malínková k plynulosti přidává asociaci živosti. Používá pomůcku ve formě představy něčeho živého, pulzujícího a dýchajícího, co je potřeba udržet v aktivním chodu. Dalším principem, který pojmenovává je pohyb a vůle k pohybu. Představy, které evokují určitý specifický pohyb (například trefit se míčem do basketbalového koše), totiž využijí vůli, kterou z pohybu známe. Takto lze použít vzpomínku na aktivitu a použít její určitý atribut, v tomto případě prostorovou trajektorii.

V neposlední řadě Malínková poukazuje na další aspekt představ, který tkví v odvedení pozornosti. “Když se najednou začnete zabývat něčím, co se zpěvem zdánlivě nesusouví, představou něčeho vzdáleného, tak své tělo paradoxně uvolníte. Tělo je vždy v tenzi, když se jde učit něco nového, když se pouštíte do neznámých vod.”

V následujících podkapitolách jmenuji jednotlivá cvičení a představy, které se k nim pojí. Tyto představy analyzuji a interpretuji dle vlastního asociativního vhledu s přihlédnutím k dosavadním poznatkům a zážitkům. Abych podpořila asociativní podstatu mých analýz, doplňuji cvičení o jakési grafické kaligramy, které jednoduše znázorňují, jakým způsobem je vnímám. Tomuto zobrazení dávám intuitivně přednost před notovým zápisem, navíc tak nechávám vůli pro představu popěvku v jakékoli tónině.

5.4 Analýza cvičení

Plné vydechnutí

Úvod hodiny začíná co největším vydechnutím vzduchu a následným nádechem nosem. Malínková pro tuto aktivitu používá metaforu hrnku s nápojem. “Hrnek musíme vždy vyprázdnit, abychom do něj mohli nalít něco nového.” Tuto dechovou praxi nepoužívají

zdaleka jen učitelé zpěvu. Jogínská praxe, uvádí princip “plného jógového dechu”, jehož jednou složkou je úplné vydechnutí vzduchu z plic. Další dechové cvičení se nazývá Kapalabhati a dosahuje maximálního vytlačení vzduchu z plic pomocí břišních stahů a prudkých výdechů, které napodobují překotný smích (slabiky “HA HA HA”).⁵¹ Toto cvičení je prováděno s cílem očisty a stejnou motivaci vidím i v úvodním vydechnutí při rozezpívání.

Brumendo

“Když začínáme s rozezpíváním, tak ještě nechci, aby student šel do plného hlasu. Potřebuji, aby si nejdříve probudil tělo. Proto používám brumendo, které, když ho nepoužíváte na sílu, pomáhá rozvibrovat a rozrezonovat celý nástroj. Celé tělo.” Malínková nejdříve volí cvičení, které neobsahuje vyslovované hlásky, aby pěvec mohl začít z intimnější, tišší a uzavřenější polohy. Jde zde opět o navození pocitu komfortu, kdy se pomalými kroky dostáváme do otevřenějších pozic. Malínková tvrdí, že kdybychom bez tohoto mezistupně začali rovnou zpívat směrem ven do prostoru, mohli bychom se ze strachu stáhnout. Toto cvičení začíná a končí na stejném tónu, přičemž jde do výše a zpět. Tím evokuje obraz kopce.

hm
hm hm
hm hm
hm hm
hm hm

Představy:

- *Nadechněte se ve stejné rovině, jako máte nos a ve stejné rovině to vydechněte.*
- *Vdechněte ten proud a po stejné přímce ho vydechněte. Tím si zajistíte, že neposunujete bradou a hltanem nahoru a dolů.*
- *Jako by se vám tetelil vzduch v rovině před očima a nosem.*
- *S každým výdechem jako byste otvírala prostor pod hlasivkou.*

Tyto představy se zaměřují na vnímání dechu a udržení postoje. Snaha o udržení stejné roviny nádechu a výdechu brání člověku zaujmout postavení krku, které by bránilo

⁵¹ <https://yogainternational.com/article/view/learn-kapalabhati-skull-shining-breath/>

vokalizaci. Obraz tetelivého vzduchu umocňuje pocit, že to, co dýchám, je hmota, která disponuje určitým objemem. Vjem takovéto hmoty v mém těle vytváří tendenci rozšiřovat jeho objem. Obraz otevřeného prostoru pod hlasivkou se pokouší udržet zvětšený tělesný objem i po vydechnutí, které se pojí s tendencí tělo stáhnout, není to však nutnost.

- *Jde to pořád směrem pryč od vás.*
- *Měkce to pošlete pryč.*

Následující dvě představy se zaměřují na evokaci směru, ale i energie, kterou od sebe tón “posíláme”.

- *Je tam vzpomínka.*
- *Nezpívejte, probouzejte ten hlas.*
- *Je vám to příjemné, ten tón vám chutná.*
- *Voní vám to.*

Tyto představy se pojí s vyvoláním dřívější zkušenosti a s propojením smyslové percepce. Se zvyšujícím se tónem se zpěvák dostává do úzkostlivější polohy a myšlenka něčeho příjemného mu pomáhá uvolnit stahující se svalový tonus. Pro představu chuti vysokého tónu, jsem osobně používala vzpomínku na chuť vanilky. Ta chutná sladce, působí univerzálně a navíc má světlou barvu, která mi též evokuje výšku. Opačnou představou by pro mne mohla být třeba chuť čokolády, temná a hutná, kterou jsem používala pro nízké tóny a v zádumčivých hudebních žánrech. Zajímavé je, že jsem si nikdy nevybavovala chutě a vůně slaneho jídla, které mi sice příjemné jsou, nicméně pro mne automaticky navozují žánrovější charakter noty. Samostatnou kategorií je pro mne vybavování vůně. Ta se totiž může částečně pojit s chutí jídla (třeba v případě pomeranče), je ale obsažena v širším spektru objektů, se kterými denně přicházím do styku. Vůně určité květiny pro mne tak může navozovat barvu a výšku tónu, nicméně ji s chutí nespojuji.

- *Hladce, jako byste chtěla pohladit plyš.*
- *Změkčujte a zmenšujte čím výš jdete.*
- *Jako roztomilé kotě, které mňouká.*
- *Jako byste se chytl okolo letících vibrací a začal s nimi bzučet.*

Další zmíněné jsou představy taktilní. Pojí se s pocitem dotyku a ohledávání tvaru a materiálu určitých předmětů. Vzhledem k tomu, že cíl je držet se v pocitu jemnosti, který zabraňuje, abychom tóny tlačili silou a tím vokální trakt stahovali a uzavírali, používá Malínková vjemy měkkých a hladkých

předmětů. Dojem asfaltové silnice, nebo smirkového papíru by v tuto chvíli byl kontraproduktivní. Zvláštním případem je představa sama sebe jako zvířete v tuto chvíli kotěte. Verena Kast v jedné ze svých kazuistik z praxe aktivní imaginace uvádí obraz zvířete jako ztělesnění naší vitální a pohyblivé stránky. Motiv koček pro ni odkazuje na egyptské bohyně, které samy vystupují s částečně kočičí podobou. Pro Kast je výběr kočky v imaginaci klienta principem ženství, nicméně obraz kotěte ukazuje na touhu po hravosti a bezstarostnosti. V případě pěvecké praxe kotě představuje aspekt vtělení se. Mládě nepozorujeme, představujeme si jej jako sama sebe a jeho atributy používáme při vyluzování noty. Mňoukání kotěte je také zvuk, který mají tendenci napodobovat děti, proto je zde i možnost vyvolání pamětní představy.⁵²

Bim bam bim bom

Po brumendu následuje první cvičení, které obsahuje vyslovované slabiky. Toto cvičení pojímá celou oktávu stupnice C dur, přičemž má sestupnou tendenci, první tón je tedy nejvyšší. Podle Malínkové jde o veliké rozpětí, přičemž je důležitý pocit, že končíme na stejném tónu, na jakém jsme začali (C-C, D-D, G-G). Funguje zde představa jakéhosi kříže, tedy spojení horizontální a vertikální osy nastavující prostor, který musíme udržet nezmenšený. Představujeme si rozpětí prostoru do všech směrů. Na fyzické úrovni to může znamenat udržení (nejen) vokálního traktu, aby se nestáhl. Důležitou pozorovací složkou tohoto cvičení je hudební styl staccato. Tento styl dbá na výrazné oddělení not a citelné pauzy, čímž vyjadřuje hravost. Cílem cvičení je tedy i v představě velkého prostoru udržet akcent na drobně artikulovaných tónech.

bim

bam

bim

bom

Představy:

- *Konkrétní malé "b".*
- *Jako špendlíková hlavička.*
- *Špendlík je maličký a zabodnu ho do konkrétního místa.*

⁵² Kast Verena, *Imaginace jako prostor setkání s nevědomím*, Portál, 2010, s. 65

- *Jenom to ťukněte.*

Tyto obrazy sledují pocit vnímavosti miniaturních předmětů ve velkém prostoru. Student se snaží obsáhnout celek a zároveň akcentovat detaily, které jsou konkrétní. Pomocnou složkou je v tomto případě výběr hlásky “b”. B je retná hláska, je tedy artikulována na úplném povrchu těla. Snaha hlásku b “nespolknout” a vyslovit ho jako drobný předmět podporuje rytmus staccata. Zpěváci u cvičení často používají gesto, jako by drželi špendlík a ten zapíchl. Jde o příklad multisenzorického zpracování podnětu, které jsem nastínila v jedné z předchozích kapitol.

- *Pošlete to před sebe.*
- *Hodte to co nejdál.*

Opět se zde objevují motivy, které se pojí se směrem. V těchto případech ale nejde pouze o směr, nýbrž i o změnu tenze. Akt hodů navozuje pocit velké počáteční energie, která je doprovázená sledováním letu hozené věci, přičemž toto sledování má energeticky sestupnou tendenci. Úbytek energie může být i spojen se sestupností cvičení. První nota je nejvyšší, zpěvák tedy vynakládá největší množství energie na její čisté nasazení.

- *To “m” musíte cítit v čele, netlačte ho krkem a hrudí.*
- *Jede vám to po zádech.*

Příklady motivů, u kterých se fyziologická realita nemusí shodovat s představou. Může jít o efekt odvedení pozornosti, v tomto případě ale není pozornost odváděna z těla a zpívaného tónu ke zcela jiným imaginativním podnětům, je pouze odvedena do jiné části těla. V konečném důsledku nejde o to, abychom cítili konkrétní věc v konkrétní části těla, ale o prosté uvědomění této části. Opět zde hraje roli, kde se daný bod na těle nachází. Malínková pracuje s metodou uvědomění vysokých tónů, které rezonují skrze lebku, středních tónů rezonujících skrze žebra a nízkých tónů, které jsou posazeny do pánve. Toto je přístup, který někteří výše uvedení muzikologové a pedagogové neschvalují. Ve své osobní praxi Vipassana (mindfulness) meditace jsem ale objevila možnosti silného soustředění a uvědomění různých částí vlastního těla, díky kterému jsem byla schopna jimi na vědomé úrovni manipulovat. Z hlediska této praxe proto považuji představu lokace tónů v těle jako bezpečnou a užitečnou.

- *Jděte na to “b” shora.*
- *Zkuste to “b” zpívat, jako když házíte balon do basketbalového koše.*

Toto jsou motivy, které indikují potřebu dialogu mezi různými tendencemi. V úvodu této kapitoly jsem popisovala, jakým způsobem Malínková pracuje s potřebou uvědomovat si vždy protichůdnou polohu. Obraz basketbalového koše je pro to příhodným zobrazením. Pocit vhození míče do koše evokuje tendenci trefit něco vysokého, co musí zároveň být trefeno s přesností, analogicky tedy nasadit vysokou notu tak, aby zároveň byla falešná. Důležitý je ale pokyn “shora”. Za předpokladu, že basketbalový koš zde vyjadřuje polohu tónu a míč je naším zpěvem této polohy, pak trajektorie míče je energie, s jakou notu zpíváme. Podmínkou vhození basketbalového míče do koše je jeho přehození. Je zde tedy nutná přítomnost prostoru nad basketbalovým košem. Tímto principem Malínková sleduje potřebu neupínat se k nejvyššímu momentálně zpívanému tónu jako k nejvyššímu tónu obecně. Zpěvák by si měl udržovat vědomí, že nikdy nemůže dosáhnout vrcholu a že vždy může jít výše. Toto vědomí by ani tak nemělo nastolovat frustraci z nemožnosti dosáhnout vrcholu, jako spíš otevírat víru ve vlastní schopnost se do vyšších poloh dostat.

Voo vii voo vii voo vii voo vii vo

Tomuto cvičení Malínková přezdívá vyšívání. “Vyšívání, protože jde o detailní práci. Musíte proběhnout všechny ty uličky, prokličkovat všechny kličky a háčky a všechno to motáte okolo kvintakordu. Důležité je, že je to vázaně. Podstatné je, abych byla schopná skočit a zároveň i větší skok vázat.” Jak Malínková naznačuje, styl cvičení je legato, tedy plynule a vázaně. Narozdíl od staccata nejsou od sebe noty artikulačně oddělovány, ale plynule přechází jedna v druhou. Pavla Fendrichová, též pedagožka zpěvu na DAMU, pro tento styl používá motiv tektonických desek. Jedna tektonická deska se ve zlomu podsouvá pod druhou a člověk přes ně může bez namáhavého skoku přejít.

i vo

o vi

i vi o vo

o vo i vi

vi o vo

vo i

Představy:

- *Plujete, lehce.*
- *Plynule, jako když teče řeka.*
- *Je to jako lod'ka.*
- *Jako když provlékáte tkaničkou boty.*
- *Jenom to plyne.*

Všechny tyto metafory odkazují k legatu, obecně se k tomuto cvičení nejlépe vážou motivy vody, nebo materiálu, který je flexibilní. Dalším vhodným příměrem je pohyb po klikaté trajektorii, který je zde znázorněn pomocí tkaničky.

- *Začnete na tónu a pak si ho nabalujete jako hovnívál kuličku.*
- *Kulatě.*

Podobně jako v předchozích případech, i zde se pokoušíme dosáhnout představy nějaké vázanosti, nabalující se kulička neustále zvětšuje svůj objem. Mimo zaoblenou trajektorii směru zde ještě pokyn "kulatě" evokuje pocit zvětšování.

- *Uvolněte ten pocit, že to tam musíte mít přesně.*
- *Prozpívejte celé tělo.*
- *Zpívejte na celý prostor.*
- *Zpívají vám záda.*
- *Zpívá vám koleno, malíček pravé nohy, zápěstí levé ruky.*
- *Je důležité si na to nasednout. To nesouvisí s otevřením úst. Jenom ten hlas netlačte dolů při nízkých tónech.*

Toto je opět příklad dialogického jednání. Zpěvák při zpěvu nízkých tónů potřebuje propojení s vysokými tóny, respektive povědomí o jejich existenci. Díky tomuto vědomí jsme schopni zpívat i alikvótní tóny, které ve své práci zmiňuje i Ivana Vostárková: "Barvu hlasu totiž charakterizuje také množství částkových (aliquotních) tónů, které se namnožují pronikáním hlasu do kostí a jejich dutin a jejich rozezníváním."

Ne ne ne ne ne

Malínková u tohoto cvičení upozorňuje na důležitost již zmíněného dialogu protistran. Cvičení obsahuje veliké rozpětí, je

pro ni tedy důležitá představa tohoto intervalu v jeho zrcadlově obrácené rovině. Přirovnává představu k vytvoření jakéhosi mentálního negativu. Studenti si při tomto cvičení často pomáhali gestikulací, při které ruce tento negativ napodobovaly.

ne

ne

ne

ne

ne

Představy:

- *Tohle cvičení musíte obejmout a udělat oblouk.*
- *Cítit to a jít do toho tím protipohybem.*
- *Jdete dopředu.*
- *Jde to směrem zprostředka do stran.*
- *Objímáte to vertikálně.*
- *Udržte vertikálu.*
- *Cítíte celý prostor vertikálně i horizontálně.*

Tato série pokynů se zdá být protichůdná, ale koresponduje dobře s nutností vytvořit a pak neustále aktivně udržovat prostor. Studenti často při zpěvu imitovali pohyby vzednutí, při tomto cvičení měli také největší tendence se narovnat.

- *Kloužete po notách.*
- *Taháte smyčec.*

Tyto obrazy mají prakticky stejný motiv jako u předchozího cvičení ve stylu legato, vyjadřují plynulost, nicméně s jinou trajektorií. Tentokrát není potřeba "kličkovat", student potřebuje docílit jednoduššího obloukového pohybu, který je velice podobný představě tahu smyčcem.

Džójo džójo džójo džójo džójo džójo džó

Posledním cvičením je opět staccato, které ale začíná na nízkém tónu a má vzestupnou tendenci. Používá také narozdíl od předchozích repetované tóny, čímž student procvičuje nasazení tónu ve stejné výšce, v jaké předchozí skončil. Malínková u tohoto cvičení podotýká, že zásadní je lehkost a posazení zpívaných tónů na dechu.

jo džó
jo džó jo džó
jo džó jo džó
džó jo džó

Obrazy:

- *Jak když zapichujete prst do mechu.*
- *Představte si pohyb medúzy nahoru a dolů.*
- *A ještě do toho zvládáte driblovat.*

Obraz medúzy evokuje pohyb pulzace směrem z centra do všech stran. Někteří zpěváci přirovnávají pohyb medúzy k pohybu bránice, což koresponduje s cílem tohoto cvičení, které aktivně zapojuje dech. Obraz mechu zde figuruje jako poetická mnemotechnická pomůcka, jelikož slova mech a dech se rýmují. I takto je možné navodit pocit. Mech navíc poukazuje na vágní a příjemnou hmotu, která se rozprostírá v prostoru a vybízí k ulehnutí, což je velice častý literární motiv. Stejně tak dech má být (nejen) v tomto cvičení vnímán jako něco všeprostupujícího a podpůrného. Obraz driblování je dalším příkladem podobného pohybu, jenom v aktivnější verzi.

- *Když otevřete pusu, tak to “jo” musíte odhodit.*
- *“Džo” je velmi konkrétní zobák.*
- *Jako škrtnutí sirkou.*

Poslední tři pokyny sledují rozdílnou energii obou slabik cvičení. Zatímco “džo” je protáhlé a hutné, “jo” je úsečné a rychlé.

Závěr

V této diplomové práci jsem se věnovala interpretaci imaginativních obrazů, které ve své výuce zpěvu na DAMU používá Šárka Malínková. Při zevrubnějším ohledávání tématu imaginace a zpěvu jsem narazila na veliké množství literatury, které mě zprvu zaskočilo, následně však začalo sloužit jako opěrný prvek mé práce. Množství teoretického a exaktního materiálu je totiž v rozporu empirickou zkušeností, která mne k tomuto tématu přivedla. Tato zkušenost zahrnovala maximum intuitivní praxe a minimum teoretické přípravy. Práce se skládá ze čtyř částí, přičemž první tři jsou teoretické a čtvrtá obsahuje můj osobní praktický výzkum.

V první části práce jsem popsala základní fyziologickou skladbu vokálního aparátu a systémy, které jsou zodpovědné za tvorbu (nejen) zpěvního hlasu. Tyto systémy jsou tři: fonační, dýchací a rezonanční. Následně jsem popsala některé základní neurologické faktory a oblasti mozku, které jsou při zpěvu aktivovány. Zmínila jsem též vývojové aspekty, které v prenatálním období rozvíjejí vztah dítěte k hlasu a hudbě, a které poté tvoří základ hlasového projevu jedince. Následně jsem se věnovala multisenzorickým kombinacím, které člověk zapojuje při hudební percepci. Další složkou, kterou jsem v kontextu zpěvu ohledávala, je jeho psychologický a emoční kontext. Popsala jsem jakým způsobem se vyvíjela vokalizace a proč je úzce spojena s vyjádřením emočních a afektivních stavů. Zmínila jsem též možnosti emoční manipulace, kterými hlasový projev disponuje a jak jsou tyto emoce používány ke komunikaci, nebo uměleckému vyjádření. Kapitola též obsahuje popis změn, které jsou v organismu člověka zpěvem vyvolány a které mají vliv na celkové zdraví.

Druhá část se věnuje představivosti, uvádí tento pojem v historickém, psychologickém, filozofickém kontextu a stručně nastiňuje i jeho neurologickou stránku. Tato kapitola akcentuje zejména kontext představivosti ve spojení s hudbou a naznačuje existenci fyziologické podstaty mentálních reprezentací, čímž odpovídá na otázku, zda jsou mentální představy pouze otázkou mentality.

Poslední kapitola teoretické části se věnuje dichotomii, která vznikla v oblasti hlasové výchovy. Základem tohoto "sporu" je právě užití imaginativního a intuitivního jazyka při výuce zpěvu, které je často v rozporu s aktuálními teoretickými poznatky o hlase. Praktikující pedagogové nicméně dlouhodobě užívanou abstraktní metodu obhajují s přihlédnutím na vlastní pozitivní výsledky.

Ve výzkumné části jsem popsala systém, jakým ve svých hodinách pracuje Šárka Malínková. Popsala jsem metodiku této pedagožky a argumenty, které pro svou výuku má. Zaměřila jsem se na úvodní rozezpívání v jejích hodinách a jednotlivá cvičení poté analyzovala s přihlédnutím na vlastní zkušenost a poznatky, které jsem nabyla studiem materiálu pro teoretické části. Se Šárkou Malínkovou jsme naznačila základní kvality, které jsou skrze imaginativní obrazy pozorovány. Tyto kvality se nejčastěji týkají motivace pohybu,

percepce prostoru, směru, tvaru, chutě, vůně nebo taktilních vjemů specifického materiálu. Mají tedy ve svých obsahových vrstvách určité univerzální sensorické atributy, ke kterým se může člověk vztahovat na základě standardních životních zkušeností.

Teoretické studium a následná analýza imaginací, se kterými jsem měla původně pouze empirickou zkušenost mne obohatila o další podněty k úvahám nad oblastí zpěvem. Ačkoli nyní mohu manipulovat s některými znalostmi z oblasti hlasu a imaginace na teoretické úrovni, v praktické rovině stále chápu intuitivní přístup ke zpěvu jako adekvátní způsob učení i za cenu nižší kredibility ve sférách exaktního vědeckého jazyka.

Seznam použitých zdrojů

BROWN Jenna, Imagery and Science in Singing Pedagogy: Redefining Imagination – A First Step to Resolving the Debate in 'Voice and Speech Review', 2021, DOI: 10.1080/23268263.2021.1999584

CLIFT, Stephen, 'The perceived benefits of singing', in The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health, 2002, DOI: 10.1177/146642400112100409

COUNTINHO, Eduardo, Klaus R. SCHERER, and Nicola DIBBEN, 'Singing and Emotion', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, 2014, ISBN: 9780192576071

DAMASIO R. Antonio, Descartesův omyl, Mladá fronta, 2000, ISBN: 80-204-0844-4

DE LILLIS Antonio, Imagery and Science in Singing Pedagogy: A Debate Introduction and Literature Review in 'Voice and Speech Review', 2020, DOI: 10.1080/23268263.2020.1753342

KANG Jing, SCHOLP Austin, JIANG Jack, 'A Review of the Physiological Effects and Mechanisms of Singing' in Journal of Voice, 2017, DOI: 10.1016/j.jvoice.2017.07.008

KANT Immanuel, Kritika soudnosti, Oikoymenh, 2015, ISBN: 9788072985005

KAST Verena, Imaginace jako prostor setkání s nevědomím, Portál, 2010, 978-80-7367-702-2

KAYES, Gillyanne, 'Structure and Function of the Singing Voice', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, Oxford Academic, 2014, 9780191750915

KLEBER, Boris A., and Jean Mary ZARATE, 'The Neuroscience of Singing', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, 2014, 9780191750915

KLEMPE Hroar Sven, 'The Sensation of Sound and Imagination in a Historical Perspective' in Mark Grimshaw-Aagaard, Mads Walther-Hansen, and Martin Knakkegaard, *The Oxford Handbook of Sound and Imagination*, Volume 1, Oxford University Press, 2019, 9780190460167

MAREŠ Jiří, 'Hudební představy, hudební představivost a mentální reprezentace hudby' in Živá hudba, 5., 2014, ISSN 0514-7735

MOTT Francis in BOADELLA David, 'Životní proudy', Triton, 2013, ISBN: 978-80-7387-692-0

POLEDŇÁK Ivan, ABC: Stručný slovník hudební psychologie, Supraphon, 1984, ISBN: 02-008-84

PORGES W. Stephen, The polyvagal theory: New insights into adaptive reactions of the autonomic nervous system, W.W. Norton & Company, 200, ISBN: 978-0-393-70700-7

RUSSO, Frank, 'Multisensory Processing in Music', in Michael H. Thaut, and Donald A. Hodges (eds), *The Oxford Handbook of Music and the Brain*, Oxford Library of Psychology, Oxford Academic, 2018, ISBN: 9780192895813

VOSTÁRKOVÁ Ivana, Cesta (k) hlasu, Předpoklady a možnosti hlasové pedagogiky, Habilitační práce, AMU, 2021

WELCH, Graham F., and Costanza PRETI, 'Singing as Inter- and Intra-personal Communication', in Graham F. Welch, David M. Howard, and John Nix, *The Oxford Handbook of Singing*, Oxford Library of Psychology, 2014, ISBN: 9780191750915

Definice zdraví: <https://www.who.int/about/governance/constitution>

Definice kapalabhati dechu: <https://yogainternational.com/article/view/learn-kapalabhati-skull-shining-breath/>

