

УДК 159.9
ББК 88.53
М34

Матох, Мария Сергеевна.

М34 Музыкант на сцене: как перестать волноваться и сделать выступление незабываемым / Мария Матох. — Москва : Эксмо, 2022. — 128 с. — (Мастер сцены).

ISBN 978-5-04-166437-4

Даже самый опытный музыкант может вспомнить историю выступления, омраченную неожиданными событиями: от сильного волнения до невозможности вспомнить ноты. Как подготовиться к таким ситуациям и можно ли, действительно, везде «постелить соломку»? Мария Матох, автор этой книги, преподаватель с 20-летним стажем, делится своими методами преодоления трудностей на сцене.

От психологических заминок (непривычное место, шумная аудитория, неуверенность) до физиологических проблем (онемение рук, перепады температур и прочее) — в этой книге разобраны всевозможные случаи, подстерегающие профессиональных музыкантов перед важными конкурсами или концертами. Бонусная глава — это подготовка ансамбля, где внимание нужно уделить сразу большому количеству людей.

Методы, о которых вы прочтете, помогут выступать более уверенно, без волнения, эффектно, эмоционально и выразительно. Каждый способ проиллюстрирован рисунками и интересными примерами из личной педагогической практики автора.

УДК 159.9
ББК 88.53

ISBN 978-5-04-166437-4

© М. Матох, текст, 2022
© Н. Якунина, иллюстрации, 2022
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2022

СОДЕРЖАНИЕ

Часть 1. Методы работы с возможными трудностями на этапе подготовки к концертному выступлению	11
Часть 2. Сценическое волнение и способы его преодоления во время выступления.	60
Часть 3. Методы работы с ансамблем в подготовке к выступлению на сцене	88

Благодарности

Я благодарна моим дорогим коллегам из детской музыкальной школы № 1 г. Минска. Вы сыграли огромную роль в моем становлении и всегда будете прекрасным примером для всех начинающих преподавателей.

Также я благодарна редактору Наталии Новиковой, верстальщице Елене Васильевой и художнику Наталье Якуниной за прекрасную совместную работу и профессиональный результат; главному редактору Бомборы Рамилю Фасхутдинову за то, что увидел потенциал в моей работе и предоставил эту прекрасную возможность — издать книгу.

И конечно, я благодарна своей семье за поддержку!



Введение



Музыкант на сцене — центр внимания, объект восхищения, но в то же время он может подвергнуться и строгой критике. Музыкант выходит на публику, и реальность меняется: смолкают все разговоры, перешептывания, люди отвлекаются от посторонних мыслей, сосредотачиваются на исполнителе. Вот как выглядит вживую тот артист, который улыбался с афиши! Оправдает ли он ожидания? Слушатели расслабляются, готовятся внимать музыке и получать эстетическое удовольствие. Не придется ли пожалеть, что потратили вечер зря, музыкант оказался скучным, а исполнение — невнятным и сухим?

Что чувствует сам музыкант, когда выходит на сцену? Примерно то же самое — получится ли сегодня выступить ярко и эмоционально? Удастся ли раскрыть замысел произведения, впечатлить слушателей, получить наслаждение от своего исполнения?

До выступления на сцене музыкант проходит долгий путь: от выбора программы до подготовки к концерту. Работа над произведением должна быть многогранной, кропотливой, она занимает много времени и включает в себя множество аспектов. Начинается все с теоретического знакомства с произведением,

Музыкант на сцене

когда учитель рассказывает ученику об авторе, эпохе и музыкальном направлении, которое было основным во время создания работы, о жанре, форме, стилистических особенностях и характере композиций. Далее следует чтение с листа, заучивание наизусть, работа над техническими сложностями, над драматическим развитием произведения, которое диктует динамический план и отклонения в темпе. Когда все выучено и проработано в нужном темпе, с правильными динамическими нюансами, штрихами, агогикой, наступает этап подготовки к выступлению на концерте.

Почему этот этап работы важен, почему им нельзя пренебрегать?

Инструментальное исполнительство, в отличие от других видов творчества, временное искусство. Художник пишет картину и потом преподносит публике готовый вариант. Ее можно рассмотреть в любое время. Законченное полотно можно выставлять сегодня, завтра, через месяц, ее не нужно создавать заново. То же можно сказать о пространственных видах искусства, скульптуре или архитектуре. Композитор же сначала продумывает только концепцию будущего произведения. Затем следуют многочисленные проигрывания за инструментом и основная работа внутренним слухом, которая нужна для создания многоголосной фактуры, непрерывающийся анализ замысла и уже проделанной работы направлен на создание новой пьесы. В итоге композитор записывает произведение нотами. Чтобы представить эту работу слушателю, пьесу нужно исполнить на музыкальном инструменте соло, в ансамбле или оркестре.

Да, пьеса уже создана автором, но, чтобы она ожила и предстала перед слушателем, нужна работа исполнителя, который

Введение

воссоздает ее во времени здесь и сейчас, перед аудиторией. Чтобы снова услышать произведение, понадобится новое живое исполнение. Каждый раз оно будет звучать уже немного по-другому, с новой эмоциональной силой, с чуть изменившимися динамическими нюансами, с новым содержанием. Даже отклонения в темпе будут отличаться от исполненных ранее. На все это влияют физическое и эмоциональное состояние музыканта во время исполнения.

«Я выхожу на сцену, чтобы наслаждаться. Иногда я чувствую себя самым лучшим, но чаще недоволен тем, как я играю», — говорил в интервью Пако Де Лусиа, известный испанский гитарист. Неподдельные чувства, погружение в новое для себя состояние, напряжение, «исполнительский нерв», кураж — именно это мы, как слушатели, больше всего ценим в живом концертном исполнении. Да, у нас есть записи многих прекрасных музыкантов, которые можно включать в любое удобное время, но когда мы узнаем о предстоящем выступлении того самого исполнителя, которого уважаем, любим и часто слушаем на YouTube или в аудиозаписи, то стараемся непременно попасть на концерт.

Ценность живого концерта для слушателей неоспорима. Не менее важна она и для самого исполнителя. Для чего мы хотим представить произведение в зале? Для того чтобы поделиться красотой, которую отыскали в пьесе, чтобы погрузить слушателей в атмосферу, в эмоциональное состояние, которое захватило и воодушевило нас самих, передать чувства, которые испытали при работе с конкретным произведением, получить эмоциональный отклик зрительного зала на прекрасное исполнение. Единение со слушателем — вот чего хотел бы в идеале

Музыкант на сцене

достичь музыкант. Блестящее, уверенное и эмоциональное выступление на сцене ценится как слушателем, так и самим исполнителем. К такому выходу необходимо готовиться.

Умение владеть на сцене своими эмоциями и своим физическим состоянием нужно воспитывать с самого начала исполнительской деятельности. Путь артиста часто начинается с решения о поступлении в музыкальную школу. Ребенок видит выступления музыкантов по телевидению, в интернете, возможно, родители занимаются его эстетическим развитием и берут с собой на концерты. Ребенку нравится музыка, нравится музыкант, который приносит в дар людям красивую мелодию и делится настроением пьесы с публикой, посредством музыки проводит слушателя по всем уголкам души — от лирической нежности до бурных сильных чувств в эмоционально напряженных произведениях. Ребенок с восторгом следит за реакцией публики: аплодисменты, вызов артиста на бис, эмоциональная отдача публики. Это кружит ему голову. И он впервые задумывается: а не попробовать ли ему самому тоже стать музыкантом?

Каждый из большой группы детей, пришедшей на приемные экзамены в музыкальную школу, хочет осуществить смелую мечту — попробовать стать артистом. Умение подать себя с выгодной стороны, публично показать свои способности понадобится начинающему музыканту уже в самом начале творческого пути — прямо там, на вступительных экзаменах. Дальше его ждут академические концерты, технические зачеты, экзамены, концерты (концерты класса для родителей, общешкольные, городские), возможно, участие в конкурсах. Путь исполнителя невозможно представить без выступлений. Даже экзамены

Введение

и зачеты не обходятся без выхода на сцену. Ученик-музыкант не может написать письменно ответ на заданную тему и спокойно сдать тетрадь на проверку, как в школе. Он должен показать перед комиссией все, что разучил в классе с преподавателем и во время домашних занятий. Музыканту нужно воссоздать пьесу на сцене, здесь и сейчас, и другого шанса переиграть не будет. Умение удачно и блестяще выступить, справляться с волнением необходимо даже тем ребятам, которые избегают участия в конкурсах и концертах. Открытая форма экзаменов в музыкальной школе не оставляет шансов тихо «отсидеться» и заниматься исключительно работой в кабинете.

Бывает, что желание стать музыкантом посещает и взрослых людей. Они решают самостоятельно заняться изучением, выбирают из множества инструментов тот, на который откликнулась душа. Как правило, такие начинающие артисты не планируют сделать музыку своей профессией, зачастую у них уже выбран карьерный путь. Однако и им пригодится умение ярко и качественно подготовить свое выступление, когда придет время сыграть выученную пьесу перед семьей или компанией друзей.

Каждый музыкант сталкивается в своей работе с этим важным этапом подготовки к концертной деятельности. Некоторые уделяют этому вопросу слишком мало внимания. Большая же часть музыкантов постоянно ищет новые способы успешного преодоления сценического волнения. Как свести к минимуму неизбежные потери в качестве исполнения во время концерта?

В этой книге я хочу поделиться методами, которые помогут развить и закрепить навыки уверенного и яркого выступления на сцене. Двадцать лет работы учителем в классе классической

Музыкант на сцене

гитары в музыкальной школе помогли мне изучить страх и волнение перед концертом, физическую скованность и иные трудности. В книге приводятся эффективные способы, которые мне приходилось применять в педагогической практике. Каждый метод проиллюстрирован примером из работы с учениками или из моих личных выступлений.

На сцене неподготовленный исполнитель может столкнуться с множеством психологических и физиологических нюансов, которые могут помешать хорошему выступлению. Методы, о которых вы прочтете далее, могут помочь выступать более уверенно, без волнения, эффектно, эмоционально и выразительно. Я работала с гитаристами-солистами, с гитарными ансамблями, а также с эстрадно-джазовым ансамблем, в который входили саксофонист, пианист, гитаристы, ударники, скрипачка и виолончелист. Способы подготовки к концертному выступлению, о которых пойдет речь далее, были использованы в работе с ними. С большой долей вероятности этот опыт позволяет судить, что данные методы будут уместны при подготовке исполнителей на разных инструментах. Разумеется, это не исключает индивидуальных требований, характерных для каждого отдельного инструмента. Эти методы можно использовать в сочетании, можно обращаться лишь к некоторым. Пусть каждый из вас найдет среди них наиболее подходящие вашим потребностям в красивом и благородном деле воспитания юных музыкантов!

Мария Матюх

Психологические и физиологические трудности, с которыми может столкнуться музыкант на сцене, и способы их успешного преодоления

ЧАСТЬ 1

Методы работы с возможными трудностями на этапе подготовки к концертному выступлению

Без уверенного знания наизусть текста и пьесы невозможно приступить к этапу работы со сценическим волнением — это необходимое условие для дальнейшей подготовки к выходу к зрителю. Произведение должно исполняться в правильном темпе, заявленном автором, с динамикой, с правильными штрихами, акцентами, темповыми отклонениями. Оправдания в стиле «я разволновался и забыл текст на экзамене» не должны быть спасительным островком. Где тонко — там и рвется, нужно это усвоить. Недочтенные части пьесы, трудные соединения, неотработанные пассажи обязательно дадут знать о себе во время выступления. Только подготовив качественное и уверенное исполнение, можно приступить к подготовке концертного выступления. Рассмотрим

методы и способы работы с возможными трудностями, которые могут встретиться на этапе подготовки.

Тренировочное проигрывание в быстром темпе

Умение сыграть пьесу на репетициях быстрее, чем нужно, поможет исполнителю во время выступления на сцене. «Полезно играть с техническим запасом» — этот совет часто можно услышать от опытных музыкантов. Иначе на сцене выступление будет проходить на пределе возможностей, а нам этого не нужно. Хорошо, когда у исполнителя есть чувство уверенности в себе: «Я без проблем сыграю в нужном темпе, потому что на репетициях я играл быстрее». Также большой плюс игры в быстром темпе — возможность лучше запомнить текст наизусть. В умеренном темпе мы чувствуем себя спокойно, уверенно, есть даже время подумать, какая впереди нота или какой аккорд. Быстрый темп не оставляет исполнителю такой возможности, на размышления времени нет. Пальцы должны точно знать все движения, нельзя тратить время на то, чтобы вспомнить текст, все должно быть доведено до автоматизма.

Периодически проигрывайте пьесу дома и на уроках в более быстром темпе, чем требуется, а во время концертного выступления берите темп чуть спокойнее.

Мы с ученицей Маей вот уже три недели готовили прелюд Маттео Каркасси к техническому зачету. Произведение

Часть 1. Методы работы с возможными трудностями
на этапе подготовки к концертному выступлению



написано в технике арпеджио. Мая играла его в умеренном темпе, уверенно, без запинок и остановок, в таком виде можно было бы выносить его на зачет и рассчитывать на хорошую оценку, но это означало довольствоваться удовлетворительным результатом. Никогда не стоит бояться испытать свои возможности. Может, ограничения нам только кажутся, а на самом деле за ними открываются новые горизонты?

После трех недель работы я предложила Мае попробовать сыграть прелюд существенно быстрее, чем она играла

Музыкант на сцене

раньше. Главное, в подобные моменты объяснить ученику, что ошибки неизбежны, не нужно их бояться.

– Ошибки закономерны, ведь ты еще не играла этот прелюд в таком быстром темпе, но, медленно ползая, бегать не научишься. Одно условие: если собьешься – не останавливайся, не старайся исправить ошибку, играй дальше и все время подгоняй сама себя. Сейчас наша задача не отработать трудные места, а приучить руки к быстрому темпу. На третий или четвертый раз пальцы уже немного привыкнут, ошибок станет меньше. Чем дольше будешь отрабатывать быстрый темп, тем меньше будет ошибок. Дома надо будет отдельно поработать над трудными местами прелюда в быстром темпе.

Для начала мы сыграли прелюд вместе на двух гитарах. Я играла с Маей, не позволяя ей вернуться к привычному и удобному среднему темпу. Были и ошибки, и желание остановиться и их исправить, но я не позволяла этого сделать. На третий раз Мая уверенно играла прелюд в быстром темпе и не сделала ни единой ошибки. Текст был несложный, а техника арпеджио удобна для гитариста и позволяла достичь довольно быстрого темпа исполнения.

– Надо же, теперь кажется, что раньше я играла очень медленно! – удивленно сказала Мая.

Я попросила ученицу исполнить прелюд в таком темпе, который был бы удобен и который нравится ей самой, и она сыграла пьесу так быстро, как получилось у нас на уроке. Казалось, что Мая поднялась на высокую скалу, а теперь с удивлением смотрит, как же низко она стояла раньше.

Часть 1. Методы работы с возможными трудностями на этапе подготовки к концертному выступлению

Исполнять пьесу на репетициях в более быстром темпе нужно не все время, а лишь изредка, сделав это одним из вариантов подготовки. Таким образом музыкант почувствует себя свободнее. Во-первых, отработанные в быстром темпе трудные элементы в будущем пойдут на пользу. Преодолевая трудности, мы совершенствуем технику. Во-вторых, возможна такая ситуация: если во время концерта музыканта захватят эмоции, от волнения руки могут взять быстрый темп сами по себе, стремясь к кульминации все быстрее и быстрее, накалив музыкальное развитие до предела. Опасная ситуация, правда? Значит, предварительная отработка пьесы в более быстром темпе позволит исполнителю обеспечить запас беглости, поможет выдержать подобное ускорение и в итоге чувствовать себя гораздо свободнее, что, безусловно, очень хорошо.

Наши помощники-«якоря»

Один из самых сильных страхов музыканта на сцене — забыть текст во время выступления. Да, такое случается: под пристальным взглядом десятков слушателей забываются текст, динамические оттенки и многое другое. Как справиться с этой трудностью?

Довольно часто ученики забывают текст пьесы на экзаменах и концертах. Любое публичное выступление сопровождается волнением, из-за которого можно забыть основную мысль устного доклада, стихи, ноты — все, что вы так старательно подготовили дома. Для музыканта это один из главных страхов. Чтобы такого не произошло, следует предварительно проанализировать форму пьесы, проговорить на уроке, где начинаются части,

Музыкант на сцене

предложения, фразы. Эти точки и будут нашими «якорями», на которых держится пьеса, с них ученик всегда сможет продолжить играть.

Предварительно договариваемся с учеником, ведем разговор доброжелательно: если на сцене случится беда и он забудет текст, то всегда можно продолжить игру с обозначенных точек. Причем в кризисной ситуации, если он остановился и забыл текст, *начинать следует от следующего «якоря»*, не от предыдущего.

К большому сожалению, каждый учитель может вспомнить случаи выступления нерадивых учеников, которые на сцене от волнения забывают текст, останавливаются, потом решают заново начать предложение и, снова забыв текст, повторно останавливаются в «заколдованном» месте пьесы. И ведь это может повториться несколько раз! Для юного исполнителя это огромный стресс, а происходит подобное потому, что злополучный эпизод вызывает страх и ожидание провала. Ученик начинает играть часть или предложение заново, а мысленно уже сжимается от волнения — забудется ли текст или на этот раз удастся проскочить? Семь шансов из десяти, что остановится снова.

Можно проиллюстрировать эту проблему на примере одного чудесного «Денискиного рассказа» Виктора Драгунского. Все читатели хохотали над эпизодом из «Где это видано?», когда Мишка и Дениска выступали на школьном концерте с песней «Папа у Васи силен в математике». Несчастный Мишка от волнения не мог соскочить с этой заколдованной фразы и повторял ее снова и снова. Веселились все: и зрители в школьном зале, и читатели книги. Вот только оказаться на его месте никому не хотелось бы.

Часть 1. Методы работы с возможными трудностями на этапе подготовки к концертному выступлению

Заранее обозначаем в произведении опорные места-«якоря», начинаем играть пьесу, потом в произвольном месте останавливаемся. Задача музыканта — продолжить играть пьесу со следующего «якоря», т. е. с начала следующей фразы или предложения.

Стоит потренироваться и на уроках начинать играть с таких ключевых мест, но не нужно делать чрезмерный акцент на подобной подготовке и заставлять ученика играть таким образом всю пьесу. Пусть это будет ненавязчиво и органично встроено в ход урока.

Ученик Влад исполнял на уроке сонатину Фернандо Карулли, а я внимательно его слушала. В кульминации мне захотелось больше forte, о чем я ему и сказала, пока он играл, и от неожиданности ученик остановился. На такое я не рассчитывала, мне хотелось, чтобы он добавил яркости и динамики во время исполнения кульминации, но раз уж так получилось и он остановился, то мы обсудили мое пожелание. Далее надо было продолжать играть, чтобы закончить пьесу. Влад предложил: «Я лучше начну с самого начала». В подобный момент будет уместно подключить навык исполнения от условного «якоря». Я ответила: «Нет, продолжай, пожалуйста. Начни со следующей фразы».

Так как на предыдущих уроках мы разбирали форму произведения, определяли начало частей, предложений и фраз, то эта задача оказалась для Влада посильной и он продолжил пьесу с начала следующей фразы, стараясь при этом исполнить forte, о котором я попросила.

Музыкант на сцене

Скорее всего, после качественной подготовки все пройдет хорошо, подобные уловки не понадобятся. Но для ученика даже простое знание, что он всегда сможет продолжить играть с этих хорошо известных ему мест в пьесе, придаст уверенность в своих силах и станет серьезным подспорьем для хорошего выступления на сцене.

Тренировка координационной памяти — предварительное проигрывание с закрытыми глазами

У нашей памяти сложная структура, состоящая из разных разделов. Чтобы выучить текст музыкального произведения, полезно работать с разными способами запоминания. О ключевых моментах пьесы, «якорях», мы поговорили ранее. Используя метод исполнения с закрытыми глазами, можно проработать координационную, мышечную и слуховую память.

Предложите ученику закрыть глаза и сыграть свою пьесу сначала медленно, затем чуть быстрее.

Скорее всего, с первого раза с закрытыми глазами сыграть хорошо не удастся. Во время игры на музыкальном инструменте мы постоянно помогаем рукам зрительным контролем, а когда «выключаем» зрение — остаются только звуки и тактильные ощущения. Приходится как будто заново узнавать свою пьесу, искать пальцами нужные ноты, пытаться осуществить мелодические скачки. Такой способ предварительной подготовки

Часть 1. Методы работы с возможными трудностями на этапе подготовки к концертному выступлению

к концертному выступлению позволяет развить координацию и начать свободно ориентироваться, взаимодействуя с инструментом. Да, не все музыкальные элементы можно сыграть с закрытыми глазами, например, большие скачки в мелодии, но все же этот метод заслуживает внимания и проработки.

Не обязательно стремиться сыграть пьесу в нужном темпе. Если у ученика получится сыграть пьесу с закрытыми глазами от начала до конца, пусть даже с частыми остановками, — это уже станет большой победой. Таким образом пьеса прорабатывается на тактильном и координационном уровнях. В итоге во время концертного выступления внезапная помеха (какое-то происшествие в зале или неожиданное появление знакомого зрителя) не отвлечет от грифа или клавиатуры и не нарушит стройность исполнения. Даже соринка в глазу не испортит выступления, ведь ученик уже готов к игре без постоянного зрительного контроля.

Рискнем предположить и такую невероятную ситуацию, как случайное непредвиденное отключение освещения, — в жизни всякое может случиться. Даже сценический приглушенный свет может оказаться непривычным, недостаточным для того, чтобы хорошо видеть свой инструмент. Чтобы это не стало для музыканта неожиданностью и причиной плохого выступления, стоит использовать в своей практике метод предварительного проигрывания с закрытыми глазами.

Также очень важным плюсом проигрывания без участия зрения является другое восприятие своего исполнения — слуховое, оно позволяет услышать свое исполнение в чистом виде. Как у слабовидящих людей, когда отключается зрительный канал восприятия информации об окружающем мире и для компенсации

Музыкант на сцене



обостряются другие органы чувств. При игре с закрытыми глазами мы, как исполнители, запоминаем свое произведение с другой, не менее важной стороны, активизируем слуховую и тактильную память.

Мы с джазовым ансамблем «Аккорд» участвовали в конкурсе, на который нужно было предоставить аудиозапись нашей программы. Возможность сделать запись на диктофон в телефоне мы даже не рассматривали – низкое качество совершенно не подходило для наших целей. Мы поставили перед собой серьезную задачу: добиться качественного результата, используя профессиональные микрофоны. Обстоятельства сложились так, что не мы поехали