



Марина Костик

ОТ ГАММЫ ДО БЕТХОВЕНА

Как легко и быстро научиться играть
на фортепиано во взрослом возрасте

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва 2022

УДК 780.7
ББК 85.31я7
К72

Автор пьес, приведенных в книге, *Марина Костик*

В оформлении обложки использована иллюстрация:
PLotulitStocker / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com

Костик, Марина.

К72 От гаммы до Бетховена : как легко и быстро научиться играть на фортепиано во взрослом возрасте / Марина Костик. — Москва : Эксмо, 2022. — 248 с. : ил. — (Неисчерпаемое искусство: классическая музыка в теории и жизни).

ISBN 978-5-04-159625-5

Хотели бы вы сыграть на фортепиано «Лунную сонату»? Или вальс из «Спящей красавицы» Чайковского? А может вам больше по душе Рахманинов или русские романсы?

Эта книга не только пошагово, с нуля, даст вам все азы нотной грамотности, но и с помощью творческих и доступных упражнений научит легко справляться со сложными аккордами, импровизировать и даже писать собственную музыку.

Кроме того, новые навыки помогут вам сделать мозг более пластичным, избавиться от зажимов в теле и открыть новые краски в повседневной жизни.

И совершенно неважно, кем вы работаете, сколько вам лет и учились ли вы когда-нибудь в музыкальной школе. Это самоучитель для взрослых выстроен на пошаговом изучении инструмента с постепенным увеличением сложности.

Марина Костик — профессиональная пианистка, композитор, педагог. Стаж преподавания игры на фортепиано более 46 лет. Работала в Таллинском музучилище, в Хельсинской консерватории, в муз. училище Эспоо. Последние годы преподает в Хельсинской школе для взрослых любителей. Среди учеников Марины и трехлетние малыши, и опытные взрослые с разными музыкальными способностями. Прочитав эту книгу вы совершенно точно сможете овладеть инструментом на том уровне свободы, чтобы сказать себе «я умею играть на фортепиано».

УДК 780.7
ББК 85.31я7

© **Марина Костик, текст, 2022**
© **Наталья Якунина, иллюстрации, 2022**
© **Марина Балакирева, дизайн-макет, 2022**
© **Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2022**

ISBN 978-5-04-159625-5

Оглавление

Пролог. На уроке8

I часть. ПОЧЕМУ МОЖНО И НУЖНО УЧИТЬСЯ ИГРАТЬ НА ФОРТЕПИАНО ВО ВЗРОСЛОМ ВОЗРАСТЕ

Глава 1. Неиссякаемый источник.....13

Почему музыка важна для людей. Моя личная история

Глава 2. Быть или не быть...22

Вопросы к себе: почему, зачем, как?

Внутренняя и внешняя мотивация. Музыка и мозг

Глава 3. Дерзания28

История развития обучения игре на фортепиано.

Педагогическая родословная. Споры в кулуарах

Глава 4. Волшебная палочка.....35

Подвергаем сомнению стереотипы представлений о процессе учёбы.

Сказанное слово — это волшебная палочка. Намерение и воображение — база для овладения игрой на фортепиано

Глава 5. Здравствуй, молодость!.....40

Мозг ребенка и взрослого, разница в восприятии окружающего мира.

Как использовать преимущества взрослого мозга и научиться играть так же естественно, как дети. Логика — база для построения систем овладения игрой. Необходимость состояния «я не знаю».

Влияние процесса обучения игры на фортепиано на взрослого человека — физический и эмоциональный интеллект

II часть. СОЗДАНИЕ СИСТЕМ, ПОЗВОЛЯЮЩИХ УСПЕШНО УСВАИВАТЬ НАВЫКИ ИГРЫ НА ФОРТЕПИАНО

Глава 1. Портрет себя с фортепиано47

История и архитектура фортепиано. Первый урок.

Развиваем отношения со своим Фортепиано

Оглавление

Глава 2. Рождение движения	54
<i>Двигательная система. Осознаем тело. Откуда растут пальцы. Освобождаем зажимы в теле. Второй урок. Умеем ли мы сидеть? Упражнения для развития моторики</i>	
Глава 3. Рождение звука.....	71
<i>Третий урок. Гнездо для звуков. Что такое портаменто, стаккато, легато и что в них общего. Подъемный кран. Прыгаем на батуте. Вдыхаем о чем-то или поем колыбельную? Быстро или не быстро?</i>	
Глава 4. Портрет музыки	84
<i>Учимся грамоте. Как все начиналось, история нотописси. Четвертый урок. Где живут ноты. Гамма. По чёрным и белым</i>	
Глава 5. Пульс сердца	96
<i>Музыкальный ритм. Пятый урок. Ритмы в действии. Не в такт и в такт. Математика в музыке, как же без нее! Пишем свои произведения</i>	
Глава 6. Портрет чувств.....	109
<i>Эмоциональная система. Шестой урок. О чем мы шепчем. Игры с темпом. Связно и не связно. Чувствуем — пишем — играем — чувствуем</i>	
Глава 7. Строим музыку	124
<i>Седьмой урок. Лад — грустный, веселый. Отношения между звуками: близкие и далекие. Два лица интервала. Построение музыкальной мысли — инструкция к визуализации музыкального здания</i>	
III часть. ОСВОЕНИЕ МУЗЫКАЛЬНОЙ ПЛАНЕТЫ	
Глава 1. Взгляд в глубь Вселенной. Планета Музыка	139
<i>Системы Музыкального мира. Восьмой урок. Деление на полушария. Карты для путешествий по планете</i>	
Глава 2. Да здравствует техника!	149
<i>Вооружаемся техническим арсеналом для освоения игры. Девятый урок. Гаммы, аккорды, арпеджио</i>	

Глава 3. Подготовка к путешествию.....	163
<i>Десятый урок. Чек-лист технического оснащения на примере близнецов — До мажора и ля минора. Песенка про Сату. Три ипостаси минора. Триоль</i>	
Глава 4. Что там, за правым поворотом?	175
<i>Путешествия по диезным тональностям (с приключениями)</i>	
Глава 5. Что там, за левым поворотом?	205
<i>Путешествия по бемольным тональностям. Приключения продолжаются</i>	
Глава 6. Минута, полет нормальный.....	232
<i>Внутреннее видение пейзажей тональностей. Настроения и краски тональностей. Учимся импровизации. Отпускаем тело на свободу. Игра по слуху</i>	
Заключение.....	239
<i>К чему мы пришли в процессе обучения игры на фортепиано</i>	
Эпилог	241
Источники.....	242
Благодарности	243
Словарь	244

Пролог

На уроке

В начале педагогической деятельности, набирая опыт преподавания, я обнаружила замечательное отличие в способах освоения игры у взрослых и детей.

Дети

В глубине комнаты молча ждет рояль. Я немного волнуюсь. Через несколько минут я встречу с моим новым учеником. На урок придет маленький мальчик. Ему всего три года, но он заявил родителям, что хочет научиться играть на рояле. Его родители — сотрудники моего мужа. Зная их, я предполагаю, что ребенок развитый. Но все равно его возраст меня пугает. Сможет ли такой маленький сосредоточиться на чем-либо хотя бы в течение нескольких минут?

Звонок в дверь. Я приглашаю в комнату пришедших. Родители немного растеряны, не совсем понимают, что надо делать, я их успокаиваю и усаживаю на диван. Заодно успокаиваюсь и сама. Мы знакомимся с будущим пианистом. Его живой любознательный взгляд обнадежил. Подходим к роялю. «Знакомься — Рояль», — говорю я. «Ух ты...» — выдохнул Лео и неожиданно, хихикнув, нырнул под рояль. Тааак! От неожиданности я растерялась. «Что делать? — учительница во мне схватилась за голову. — Не вытаскивать же его оттуда силком!»

В это время, к моему облегчению, из глубины моих лет появилась девочка, какой я когда-то была. «Ой, как интересно!» — в моем воображении маленькая Марина забралась под рояль. Когда я увидела, что видит маленький человечек, мне стало вдруг все понятно. Безусловно, сначала надо исследовать арену действия. И потом, там, под роялем, как в игрушечном домике — уютно, безопасно! Продолжаю быть маленькой и смотреть на все глазами ребенка. Что нам интересно?

Я сажусь за инструмент и начинаю тихонечко наигрывать известную всем детям песенку. Проходит несколько минут. Сначала из-под рояля

высовывается маленькая ручка и касается клавиатуры. А за ней и весь Лео. С любопытством он следит за движением моих пальцев. «Хочешь попробовать?» — предлагаю я. Он доверчиво садится рядом, и мы начинаем «шагать» пальцами.

В течение всего учебного года мы шагали, бегали, прыгали, танцевали и ногами, и пальцами. Летали и падали — всей рукой... Главное — пели его любимые песни. На пиюитре стояли ноты этих песен, и я показывала каждую спетую ноту в нотном тексте, вдобавок переставляя пальчики Лео на нужные клавиши. Я практически ничего ему не объясняла, мы все это делали просто так. На мое удивление, в конце учебного года мой маленький ученик уже сам играл красиво поставленными руками и каким-то удивительным образом научился читать ноты.

Когда Лео исполнилось пять лет, он объявил, что уже освоил рояль (это было правдой — к тому времени он уже умел играть легкие пьесы двумя руками, хорошо читал ноты в обоих ключах) и теперь хочет обучаться игре на флейте.

Дети учатся с лету, подражая учителю. А главное, схватывают его эмоциональное настроение и подсознательное отношение к изучаемому материалу. В этом смысле наши ученики — наше зеркало. Как это происходит физиологически, я могу только догадываться. Предполагаю, что это связано с недавно открытыми зеркальными нейронами. То, что восприятие ребенка действует именно так, знаю по опыту. У детей не развит логический взгляд на вещи, поэтому обучать их возможно только в игровой форме, используя видимый и ощущаемый ими мир. К тому же дети любознательны и не боятся пускаться в незнакомые путешествия, неумение для них — только лишь повод научиться.

Впоследствии я обучала многих маленьких детей. Более-менее все проходили той же дорогой, что и Лео. Постепенно, по мере роста ребенка, примерно к 12 годам начинает формироваться логическое мышление. Подключается осознанность.

Взрослые

Я немного волнуюсь: ко мне на свой первый урок через несколько минут должна прийти дама 73 лет. Она позвонила несколько дней назад и объявила, что теперь настало время для нее исполнить мечту своего детства и научиться играть на рояле.

Пролог. На уроке

Звонок в дверь.

Входит элегантная пожилая женщина. Она немного волнуется. Чувствую едва уловимый аромат дорогого коньяка. Знакомимся, приглашаю ее к роялю.

Усаживаемся.

Начинаем.

I часть

*Почему можно и нужно учиться играть
на фортепиано во взрослом возрасте*

Глава 1

Неиссякаемый источник

Почему музыка важна для людей.

Моя личная история

Сначала была тишина. Потом беззвучный взрыв.

Сколько времени понадобится пространству и материи для того, чтобы заполнить эту тишину?

Мгновение — или миллиарды световых лет.

И вот мы уже видим звезды, планеты, зарождающуюся жизнь.

Но вдруг, слышите? — вместе с живой материей рождается звук.

Он новый, он наполнен смыслом и обращен к тому, кто слышит. Звук озаряет пространство и время. И, наконец, разворачиваясь в мелодию и достигая нашего сознания, рассыпается гроздью чувств, превращающих наше существование в полноценную жизнь.

Так начал бы эту главу поэт.

Во многих исследованиях, проведенных в последнее время, музыка тесно связывается с видом *Homo Sapiens*. Именно человеческий мозг способен создавать и воспринимать звуки, выстроенные определенным образом с помощью мелодии, ритма и гармонии в музыку. Ученые, исследуя функции мозга, пришли к выводу, что музыка помогает созданию чувства общности у людей.

Так написал бы человек, близкий к науке.

А что напишет о значении музыки просто человек? Такой, как вы или я.

В повседневной жизни музыка окружает нас естественным образом, как и сама природа. Нам не обязательно специально слушать концерты или музыкальные записи. Она окружает нас с самого рождения, как воздух. Для новорожденного ласковые голоса звучат как пение. И сами песни, которые поют нам в младенчестве мама, папа или бабушка, оставляют в памяти эмоционально окрашенные образы, развивая нашу человеческую природу.

Прижимаю ухо к маминой груди. Она взяла меня на руки и, укачивая ко сну, поет песню про партизана Железняк. Ее голос, идущий из глубины тела, притягивает меня как мощный, волшебный, ласковый магнит. Прикрываю ладошкой другое ухо, чтобы яснее слышать магическое звучание. Мне хочется утонуть в этой темной, теплой глубине, раствориться в завораживающих колебаниях волны.

Вспоминая тот эпизод моей жизни, я никогда не задумывалась над значением тогдашних переживаний. Только сейчас, описывая их, начинаю понимать, почему ощущения именно такие.

«Внутренний» мамин голос я слышала, когда была еще в утробе, где царили полная безопасность и всё разрешающее изобилие. Это пространство всеобъемлющей любви, которое мы ищем потом всю жизнь после рождения.

До сих пор воспоминание глубинно звучащего голоса пробуждает нежное, сильное и немного щемящее чувство зовущего рая.

Но вернемся к песне. В том возрасте я еще не понимала содержания текста. Между словами отсутствовала ясная связь. Мне очень нравилась мелодия. Я представляла желтоватую траву на кургане, свежую насыпь, куда положили спать партизана Железняк, широкую степь, высокое небо, клубящийся пороховой дым. Чувствовала спокойствие, за которое дорого заплачено. Грустная, но светлая мелодия медленно вздымалась и опускалась.

Кстати, сейчас, будучи взрослым человеком с опытом музыканта, я уверена, что картины, возникавшие в моем сознании, отражали мамины фантазии. Если бы она представляла себе тогда что-то другое, то же самое видела бы и я.

Еще одно воспоминание.

Я стою рядом с папой. Яркое солнце светит в наши окна. У него в руках аккордеон. Мы поем песню за песней. Про яблони, которые будут цвести на Марсе, про «в парках и садах листья шелестят», про «ходят волны кругом вот такие». Папа ведущий, а я стараюсь попасть в проложенную им тропинку мелодии. Я немного путаюсь в словах, но не сдаюсь, продолжая доставать голосом до папиных высот. Особенно нравится мне песня про снег, и ветер, и звезд ночной полет. Приятно петь припев, в котором уже проторенная дорожка сама выводит к слаженному звучанию. Вон оно — звездное небо, тревожное сердце, молодость, даль, искристый снег, полет!

Вдруг доносится плач моей недавно появившейся на свет сестренки. Мы с папой смеемся — плач точно повторяет ритм только что спетой мелодии. Все пространство нашей квартиры заполнено солнечным светом и музыкой, рожденной нашими чувствами и голосами.

А вот случай в детском саду.

Той осенью папа отвел меня на первые уроки игры на фортепиано. Мне нравилось учиться и довольно быстро я добралась до первых маленьких пьесок. У нас дома еще не было пианино, и мама договори-лась с воспитательницей, чтобы мне разрешили заниматься в детском саду.

В тот день мне надо было выучить одну маленькую, длиною всего в несколько тактов, пьесу, которая меня особенно привлекала — простенькая, но очень ритмичная и даже с юмором.

Инструмент стоял в дальнем углу небольшого зала. Дети из моей группы в это время играли в противоположном конце. И вот я села за пианино. Пьеса была коротенькой, быстро заканчивалась, и приходилось начинать всё сначала. Время текло незаметно. Внезапно до меня донесся смех. Не переставая играть, я краем глаза попыталась увидеть происходящее. К моему изумлению, дети, подпрыгивая и кру-тясь, танцевали в такт моему исполнению. От неожиданности я рас-крыла рот, но пальцы почему-то продолжали играть, будто по велению увиденной картины. Приятно защекотало в животе. Мне казалось, что радость друзей выходит из-под моих пальцев и, удесятаясь, опуты-вает нас всех общим коконом веселья.

У меня много «музыкальных» воспоминаний. В них прослежива-ется одна интересная закономерность. Хотя события и происходят «под музыку», но роль ее отнюдь не главная. Наоборот, это только пи-тательная среда для чувств, связывающих меня с окружающими. Лю-бовь к маме, произрастающая из каждой клеточки моего тела; обо-жание папиной мужской силы, бережно и мощно несущей мою душу куда-то туда — вверх, ввысь, в будущее; нежность к маленькой се-стренке и очарованность чудом ее появления; удовлетворение и ра-дость от собственных усилий, которые струйкой вливаются в бурный, захватывающий поток всеобщего творчества.

Все детские воспоминания, купаясь в море звуков, оживают во мне прямо сейчас, пряча, словно в шляпу фокусника, годы и расстояния.

Способность музыки ярко раскрывать наши чувства незаменима, но не только эта ее функция важна.