

U praksi možete raditi na povećanju jačine otpočinjući udobnom situacijom, postupno pojačavajući, vrlo svesno održavajući relaksiranost i čuvajući normalnu govornu intonaciju.

- a* Lezite na pod i opustite se, a rebra i dijafragma neka rade slobodno. Posebno se koncentrišite na to da slobodnim držite vrat i ramena. Iz početka govorite stihove mirno, postepeno povećavajući jačinu, ali pazite da održite isti tonalitet i visinu zvuka. Ostanite u razgovornom načinu ali infleksije razrešavajte nadole prema istoj dubokoj noti - to jest, koristite što više infleksija ali nemojte podizati tonsku visinu teksta kao celine.
 - b* Ponovite to u stojećem stavu i u pokretu. Govorite tekst na način svakidašnjeg razgovora, neprestano povećavajući jačinu i držeći opseg slobodnim, sa puno visokih nota, a reči ostrim i istaknutim. Vrat neka bude potpuno slobodan i otvoren, a energiju pronađite iz svog centra. Morate, prema tome, centrirati misao i naći njenu težinu. Kad napetost počne da raste zastanite, uspostavite slobodu, a onda produžite.
 - c* Pokušajte istu vežbu, pevajući i šireći ruke dok to činite.
3. Sledeći problem je kako izaći nakraj sa preduvanjem, kako generalno s preduvanim zvukom tako i s preduvanim atakom, gde upotrebite sav dah na početku fraze i ne možete izdržati ton do njenog kraja. U takvim slučajevima vi ne pretvarate sav vazduh u zvuk. Ovo dolazi od unutrašnje želje za davanjem publici;
- a* Vežbajte jako puno s rukama iza glave. Budite koliko je moguće relaksirani i postarajte se da ne gurate glavu napred. Počnite izgovarati tekst sa rukama u tom položaju, postepeno ih spuštajući dok govorite.
 - b* Ponekad je veoma dobro izokrenuti vreme trajanja rebarnih vežbi, tako da udišete tokom dugog perioda brojanja do 10 ili 15, a izdišete tokom kratkog - do 3 ili 6.
 - c* Držeći rebra koliko je moguće otvorena, premda nikako kruta, dosegnite do svog dubokog dijafragmatskog udisaja i pevajte mirno na “**m**”, brojeći do 6, 8 i 10, povećavajući taj broj kako

pevanje postaje lakše i ujednačenije. Fokusirajte taj “**m**” na neki prilično udaljeni predmet i zamislite da vaša nota predstavlja nit koja izlazi iz vaših usta i vezuje se za taj predmet. To će pomoći da zvuk održite veoma mekim. Radite ovu vežbu na vokalima “**u**”, “**ou**”, “**a:**”, “**ei**” i “**ai**”, kao i na “**m**”.

- d* Sa otvorenim rebrima i posežući duboko dole za dahom pevajte na “**m**” i na ovim vokalima, fokusirajući zvuk na različite udaljenosti; počnite s nečim što vam je vrlo blizu i postupno povećavajte daljinu. Ne dopustite da se zvuk pojačava kako ide na veću daljinu; neka putuje dalje povećavanjem svoje gustine i čvrstoće, a ne jačine. Obratite pažnju da se visina tona ne podiže. Budite vrlo određeni u pogledu objekta na koji se fokusirate i neka zvuk popuni rastojanje. Treba da zapazite razliku u kvalitetu zvuka.

Kada je atak preduvan, tako da sagorite na početku svake fraze i ostanete bez daha pre njenog kraja, primenjuju se iste vežbe. Ova mana je sputavajuća, jer nameće ritam. To znači da možete izabrati kako da u reči napravite infleksiju, kao i da joj odredite ritam - na početku fraze, a da tu slobodu nemate na njenom kraju. Mogućnosti značenja, prema tome, ne mogu biti istinski istražene. Rezultat se, takođe, ritmički ponavlja. Možete dodati ovim vežbama:

- e* Prođite tekst praveći fraze koje ćete zahvatiti u jednom dahu, neprirodno dugo, naknadno im skraćujući dužinu do normalnog govornog fraziranja.
- f* Ekspesimentišite s hotimičnim naglašavanjem i produženjem poslednje reči u frazi: možete je, čak, pevati. I mada ovaj naglasak neće nužno biti pravilan, on otvara moguće puteve naglašavanja i infleksijâ, kojih ne možete biti svesni kada ste vezani dahom. Ovo je veoma zanimljivo raditi i to razbija vaš ritmički kliše. Čim vežbe postanu zanimljive otkrićete da automatski imate dovoljno daha.
- g* Još jedna dragocena vežba za iznalaženje čvrstog, neforsiranog tona je doslovno izbacivanje vokala. Zamislite da u ruci imate loptu, koju ćete baciti na određeno mesto - budite prilično

jasni u pogledu cilja. Kao što bacate loptu tako ćete baciti zvuk pevajući vokal. Dobro je uzeti vokale “ei” i “ai” jer su oni toliko otvoreni. Zamislite loptu u svojoj šaci, podignite ruku i dok to činite udahnite. Bacite loptu na odabrano mesto; dok bacate pustite zvuk i hitnite vokal puštajući ga da sledi zamišljenu loptu, držeći tako zvuk sve dok ne dosegnete vaš cilj. Čućete da je rezultirajući zvuk čvrst i jasan. Ovo pomaže i kod preduvanog i kod glotalnog ataka, tako što podupire koordinaciju između daha i zvuka.

4. Neravnoteža u korist rezonance glave*) je složen problem jer, kako sam ranije već kazala (v. na str. 13, prev.), ona je često u sukobu sa vašim ličnim sudom i uhom, pa vam je katkad potrebno da se oslonite na mišljenje nekog drugog. To se događa kada postoji snažna rezonanca glave koja nema dovoljnu protivtežu u nižim rezonancama iz grudi i vrata. Rezonanca glave ima svoju reskost, sjaj i nosivost i čini da izgleda kako se glasom lako manevriše. Međutim, uvek će zvučati kao da je veza sa telom na čudan način prekinuta i nedovoljno osmišljena, ukoliko nije u ravnoteži sa pravim i toplim grudnim notama. U stvari, to znači da glas neće biti realan, jer, uistinu, za njim ne posežete duboko dole, ukorenjujući ga ili centrirajući ga. Ako nije utemeljen, on onda ima metalni kvalitet i nedostaje mu dimenzija. Stoga je takav glas ograničen. Ovde je teškoća to što se glas oseća tako sigurnim da kada ga pustite i dodate niže grudne note, vama samima ne zvuči onoliko čvrsto. Kao što sam rekla, ovo može biti posledica uvežbavanja glasa za pevanje, gde je akcent stavljen na sve moguće rezonantne prostore a da se

*) Današnji govor srpskog jezika je intonativno dosta niži od govora zapadnoevropskih naroda, što direktno protivreči mogućnosti o kojoj autorica ovde govori. U govornoj navici naše sredine dominiraju - u poslednjih pedesetak godina - niže alikvotne komponente, a rezonanca glave ima sve manju ulogu. Držimo da je to jedan od osnovnih razloga nedovoljne čujnosti nekih glumaca na sceni, predavača i drugih javnih govornika kada se obraćaju u većoj prostoriji, b e z m i k r o f o n a. Više o ovoj temi videti na internet-sajtu www.studiolirica.com. (Prev.)

zvuk ne dovodi u specifičnu vezu sa glumčevom potrebom da iskaže sebe.**) Uspostava pravilne ravnoteže je stvar određivanja odakle zvuk treba da izađe i, takođe, opuštanja mekog nepca**) tako da se nižim alikvotima dopusti da odigraju svoju ulogu.

Za opuštanje mekog nepca, vežbajte grbinu jezika i zadnji deo nepca, izgovarajući “ge, ge, ge”, tako da postanete svesni mišića koji učestvuju. Onda pritisnite jezikom veoma snažno nagore o nepce i recite “ge”, zadržavajući se na konsonantu. Zatim svesno otpustite grbinu jezika i nepce, s otvorenom donjom vilicom, registrujući kako su vrlo relaksirani i teški. Uradite to ponovo, svesno napinjući jezik, tako da zvuk bude tvrd i sabijen; potom otpustite nepce i jezik i recite “ge”, držeći ih opuštene; zatim otvorite i recite “a:”, ostavljajući jezik i nepce apsolutno slobodnim. Osetite tu slobodu u zadnjem delu grla na trenutak. Onda udahnite i blago izgovorite “a:”, “ei” i “ai”, na dubokom dijafragmatskom dahu. Sada udahnite i recite nekoliko redova teksta zadržavajući osećaj otvorenosti u grlu i proveravajući je li dah taj koji stavlja zvuk u pogon. Tada ćete osetiti da je čitava oblast zadnjeg dela grla otvorena i da daje doprinos zvuku. Uzmite dovoljno vremena za ovu vežbu jer ona donosi vašem zvuku veliku razliku.

5. Infleksije i upotreba opsega moraju uvek dolaziti iz naročitog stava prema vašem tekstu. Međutim, vi možete povećavati fleksibilnost opsega eksperimentišući sa odlomcima teksta koji zahtevaju različite tonske visine i svesno navodeći sebe da ih

*) Prema našem mišljenju, ovo tumačenje g-đe Beri veoma je dobro promišljeno i ima čvrsto utemeljenje: zapadna muzička kultura tretira i koristi pevani glas na način na koji tretira i sve druge mehaničke muzičke instrumente. Videti u Berliozovoj *Velikoj raspravi o instrumentaciji i orkestraciji*, poglavlje o pevanom glasu (Beograd, *Studio Lirica*, 2007, srpski prevod D. Ilića). (Prim. prev.)

**) Izvršna opaska autorice, koja svedoči o njenom poznavanju tajni glasovne produkcije: u pevanju (mislimo ovde na zapadno pevanje u prostoru pozorišne sale ili koncertne dvorane, ne i na svako drugo pevanje) jedan od najvažnijih preduslova zvučne efikasnosti je podignuto i lučno napeto meko nepce, tzv. kupola. (Prim. prev.)