

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra hudební výchovy

Bakalářská práce

Mužský hlas a hlasové vedení v období mutace
Male voice and voice guidance in mutation period
Filip Jelínek

Vedoucí práce: Mgr., MgA. Marek Valášek, Ph. D.

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: Dějepis se zaměřením na vzdělávání – Hudební výchova se zaměřením na vzdělávání

Rok odevzdání: 2020

Odevzdáním této bakalářské práce na téma „Mužský hlas a hlasové vedení v období mutace“ potvrzuji, že jsem ji vypracoval pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury.

Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Univerzita Karlova, Praha 2020.

Mé poděkování směřuje k mnoha lidem. Vyzdvihnout bych chtěl však mé díky panu Mgr., MgA. Markovi Valáškoví, Ph.D. za vedení této práce, psychickou podporu a trpělivost, motivaci k řešení tématu mutace a za patřičné poznatky směrem k práci.

Dále děkuji všem sbormistrům a hlasovým pedagogům za nesnadné vyličení svých metod, poznatků z pěvecké praxe a za důvěru ohledně nakládání s poskytnutým materiálem. Jmenovitě jsou to: Zdeňka Součková, Ing., Mgr. Libor Sládek, BcA. Hana Blachutová, Mgr. Markéta Džuneva a Mgr. Václav Barth, Ph.D.

Anotace

Bakalářská práce se zabývá lidským hlasem. Popisuje fyziologii hlasového ústrojí a techniky, které společně ovládají schopnost nejen mluvit, ale také zpívat. Představuje různé metody výuky zpěvu, zejména u chlapců, a zaměřuje se na přechod mutací do vyzrálého mužského hlasu. Práce se snaží sumarizovat základní znalosti, jak pro pedagogy, tak pro aktivní zpěváky a vytváří jim osnovy k užití správné techniky. Jejím cílem je formulovat zásady a pravidla pro správné vedení hlasu během mutace i po ní.

Klíčová slova

Hlas, zpěv, mutace, pěvecká technika, pedagogika zpěvu.

Annotation

The bachelor thesis deals with the human voice. Describes the physiology of the vocal system and other necessary parts, which together control the ability not only to speak but also to sing. It introduces various methods of singing, especially in boys, and focuses on the transition of mutations to a full adult male voice. The work tries to capture the basic for every teacher and active singer and creates a curriculum for them to use the right technique. Its goal is to formulate principles and rules for proper voice guidance through and after the mutation.

Keyword

Voice, Singing, mutation, singing technique, pedagogy of singing.

Obsah

Úvod	8
Teoretická část	10
1. Anatomie a fyziologie lidského hlasu	10
1.1 Stavba hlasového ústrojí	10
1.2 Dýchací ústrojí	12
1.3 Artikulační a rezonanční ústrojí.....	14
1.4 Vznik lidského hlasu	16
2. Pěvecká technika.....	20
2.1 Dechová technika	20
2.2 Hlasová technika	23
2.2.1 Posazení tónu do rezonance (tzv. masky)	24
2.2.2 Nasazení tónu.....	25
2.2.3 Druhy vedení tónů.....	26
2.2.4 Rejstříky, přechody a krytí tónů	28
2.3 Artikulační technika.....	31
3. Mutace hlasu	34
4. Hlasová hygiena	36
Praktická část	37
5. První fáze mutace	37
5.1 Prvotní projevy	37
5.2 Působení hlasového klidu a tepla na počátku mutace.....	39
5.3 Rozpoznávání jednotlivých hlasů v začátcích	40
5.4 Porovnání s mutací u dívek	41
5.5 Urychlení mutace	41
6. Karanténa	43
7. V průběhu mutace.....	45
7.1 Metody a vedení	45
7.2 Představy o nasazení tónu	46
7.3 Problémové případy	47
7.4 Výzkum Vlastimila Koblého.....	48
8. Nové období po mutaci.....	50
8.1 Usazení hlasu po mutaci.....	50
8.2 Zapomenuté návyky	50
8.3 Falzet jako součást rejstříku	51
9. Komunitní a sólová inteligence	53

Závěr	54
Seznam použitých zdrojů	56
Literatura.....	56
Diplomové práce	56
Odkazy na užité webové stránky.....	56
Pedagogové spolupracující na praktické části.....	57
Přílohy	58

Úvod

Zpěv a jeho didaktika je specifickým a úzce specializovaným hudebním oborem. Zabývá se nejen zpěvem samotným, ale také například správnou dechovou technikou, patřičnou artikulací, postojem. To vše je navíc významně ovlivněno individuální psychikou každého člověka, jeho rozpoložením, myšlením a ovládním představ.

Schopnost zpěvu je od pradávna využívána k nejrůznějším rituálům. Procítěný tón ve spojení se silným obsahem textu písni dokáže přivodit opravdu hluboký emoční prožitek.

Člověk se s hlasem rodí, učí se ho používat při zpěvu od dětství, vyrůstá s ním. Pro zpěváka neexistuje lepšího způsobu, jak dát najevo city, myšlenky, postoje a názory. Dokáže zpěvem pobavit, ale také utiřit. Jedno období však přerušuje tuto stabilitu, které se zpěvák drží.

Mutace hlasu přichází v nejchoulostivějším období lidského života, v pubertě. Zpěv přestává fungovat na principech, na které byl zpěvák zvyklý. Všechny tóny jsou velmi nestálé a nejisté, výrazně se mění i jejich barva. V jedné chvíli se blíží naděje, že se hlas vrátí zpět do své původní síly, v druhé se bortí a nastává zmatení.

Existují mírné průběhy mutace, existují i bouřlivé. A nejrapidnější mutace, kde se mění téměř všechno, nastává u mužského hlasu.

Změna hlasu je typickým příkladem pohlavního dimorfismu, odlišuje ženu od muže. Nabírá jiného charakteru, barvy zvuku a celkově navozuje jiné nálady, než ženský soprán nebo alt.

Nejvyšším mužským hlasem je tenor, středním zas baryton a nejhlubším hlasem je bas. Zatímco žena se pohybuje v pěveckých stejných polohách, jako když byla dítě, muž ztratí své původní dětské tóny a získá zcela nový hlas jiné povahy. Než jej ale získá, musí projít složitým vývojovým obdobím.

Na této cestě hlasové proměny chlapce v muže může role hlasového pedagoga sehrát klíčovou roli.

Má práce se zaměřuje na anatomický a fyziologický rozbor lidského hlasu a jeho ústrojí, směřuje k základním poznatkům v užívaných technikách a praktickou částí otevírá studium mutace dětského chlapeckého hlasu.

Také zkoumá techniky současných pedagogů, kteří se na problematiku mutace specializují, objevuje pravidla dobrého a špatného přístupu učitelů k žákům, odhaluje důležitosti, na které se jako učitelé musíme zaměřovat, a zmiňuje informace pro pochopení mužského hlasu a jeho vývinu během mutace.

Cílem práce je ustanovit hlavní pilíře při vedení sólového nebo sborového zpěvu u chlapců, později mužů, upozornit na individualitu jedince a rozdílnost mezi ženskou a mužskou transformací hlasu.

Práce vychází převážně z ověřené literatury, prací na podobné téma, a hlavně ze zkušeností pedagogů a zpěváků, s nimiž jsem se setkal. Je rozdělena na teoretickou část s obecnějším popisem užívání hlasu při zpěvu a na praktickou s porovnáváním myšlenek a metod hlasových pedagogů.

Teoretická část

1. Anatomie a fyziologie lidského hlasu

Základním kamenem pro správné chápání a porozumění lidskému hlasu jako takovému je samotná anatomie a fyziologie hlasivek. Je nutné znát, jak lidský mluvní a zpěvní nástroj funguje, abychom mohli zkoumat a pracovat s metodikou samotného zpěvu.

1.1 Stavba hlasového ústrojí

Činnost hlasového ústrojí se skládá z několika orgánů a svalů, které umožňují fonaci, tj. vydávání zvuků. Hlasové ústrojí však nepracuje samo o sobě, Společně s ním fungují další typy ústrojí, které tvoří propojený fyziologický systém. Z ústrojí fonačního jsou to tedy: hrtan, v něm uložené hlasivky a rezonátor. Z ústrojí dýchacího: plíce, průdušky a průdušnice, mezižeberní svaly a bránice, a z ústrojí artikulačního a rezonančního, které bývá často opomínáno, a přitom je důležitou součástí, hltan společně s ústní a nosní dutinou a jejich složením.¹

Z hlasového ústrojí je nejdůležitější hrtan. Hrtan² je spojen s horní částí průdušnice v přední části krku a „je složen z chrupavek (největší je chrupavka štítná, u mužů vystouplejší, lidově zvaná ohryzek), vazů a svalstva. Pohyblivou chrupavkou (epiglottis) se přiklápí hrtan při polykání, aby nevnikla potrava, neboť sousedí s jícnem.“³

Chrupavka držící spojení mezi průdušnicemi a hrtanem připomíná pečetní prsten (proto také název chrupavka prstencová) a nepatrně nad ní leží štítná chrupavka. Z přední strany a z boků utváří velkou část vrchního hrtanu. Zadní část je vyplněna prstencovou chrupavkou společně s dvěma malými ohybnými chrupavkami hlasivkovými a nad celým hrtanem je pak zmíněná chrupavka epiglottis.

„Nad průdušnicí vystupují do dutiny hrtanu z obou stran útvary přibližně tvaru trojbokého hranolu – hlasivky neboli hlasové rty.“⁴ Hlasivky jsou párové svaly elastického vaziva, které mezi sebou při mluvě nebo zpěvu utvářejí hlasovou šterbinu tak,

¹ SOUKUP, Jaromír. *Hlas, zpěv, pěvecké umění*, str. 16.

² Průřez hrtanu a popis jednotlivých částí se nachází v příloze č. 1. (str. 55).

³ VRCHOTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 7.

⁴ VRCHOTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 7.

že díky chrupavkám hlasivkovým se od sebe oddalují a zpět zase přibližují. V hrtanu jsou ukotveny zepředu vodorovně dozadu jako hlasivkové vazy (každý asi 1-2 mm široký) pokryté sliznicí.⁵

Soubor několika dutin nad hrtanem nazýváme rezonátorem, kde rezonuje vzduch a dodávají tak hlasu jeho lidskou kvalitu.⁶ Jedny z nejdůležitějších dutin nad hlasivkami jsou „dvě dutiny neboli výchlípky Morgagniho, jejichž část tvoří, obdobně jako hlasivky napříč hrtanu běžící dvě řasy až k sobě nedosahující, řasy ventrikulární, jež bývaly nazývány také nepravými hlasivkami.“⁷ V případě, že jsou hlasivky poškozeny nebo musejí být vyjmuty, jsou právě nahrazeny těmito ventrikulárními řasami. Jejich schopnost jednoduchého kmitavého pohybu dokáže napodobit odstraněné hlasivky a vytvářet tzv. ventrikulární hlas.⁸

Celý hrtan je připojen na jazylku (obloukovitá kost), na níž se upíná několik svalů jazyka a další svaly krční, které s jazylkou manipulují. Ta je hlavním základem pro stavbu krku.⁹

Svaly hrtanu dělíme na dva druhy: vnitřní a vnější.

„Vnitřní hrtanové svaly spojují chrupavky hrtanu a kontrolují napětí a pozici hlasivek během dýchání a fonace a také uzavírání epiglottis při polykání. Jsou to především zavírače (adduktory) a otevírače (abduktory) hlasové štěrbiny a hlasivkový sval. Ten tvoří vlastní tělo hlasivky a umožňuje její pohyb.

Vnější hrtanové svaly tvoří oporu hrtanu a upevňují ho k ostatním strukturám – zejména ke kosti hrudní a jazylce. Ovlivňují velikost rezonančních dutin vokálního traktu a tím i kvalitu hlasu zejména při zpěvu. Všechny svaly hrtanu jsou tvořeny příčně pruhovanou svalovinou.“¹⁰

⁵ VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 7.

⁶ VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 7.

⁷ SOUKUP, Jaromír. *Hlas, zpěv, pěvecké umění*, str. 19. – ventrikulární řasy jsou vertikálně souběžné s hlasivkovými vazy.

⁸ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 20.

⁹ SOUKUP, Jaromír. *Hlas, zpěv, pěvecké umění*, str. 19.

¹⁰ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 20.

1.2 Dýchací ústrojí

Do dýchacího ústrojí, které zajišťuje přísun vzduchu, tedy kyslíku, jeho uchování a přeměnu v oxid uhličitý a následné vypuštění, řadíme plíce, průdušky a průdušnice, mezižeberní svaly a bránici.

První z nich je orgán napojený trubicí přímo pod hrtanem, průdušnice. Tato trubice je pružná s pevnými stěnami, tvořena 15-20 chrupavčitými kroužky, které jsou propojeny vazivem. Ve fonaci je důležitou součástí, protože se v ní spojují proudy plynné směsi, konkrétně kysličník uhličitý s vodní párou, jež známe jako výdechový vzduch, tedy dech.¹¹ V případě, že by byla narušen, byť nepatrně, její průsvit¹², může dojít k poruše znělosti lidského hlasu. Je tedy podstatné zmínit, že je součástí i hlasových rezonátorů, kteří dotvářejí zvukovou kvalitu.

„Průdušnice se rozděluje na dvě hlavní průdušky, jedna pro levou a druhá pro pravou plíci. Průdušky se dále dělí na větve a větévký, nejmenší se nazývají průdušinky.“¹³ Ty vedou vzduch do plic, kde se přímo v plicních sklípcích vyměňují plyny, a to zejména mezi vnějším vzduchem a krví.

Plíce jsou nejdůležitějším orgánem dýchacího ústrojí. Dochází v nich k příjmu kyslíku a vyloučení oxidu uhličitého. „Oxid uhličitý přichází do plic navázaný na krevní barvivo hemoglobin v červených krvinkách. Hemoglobin reaguje s vdechovaným kyslíkem a jako oxyhemoglobin odchází zpět do krevního oběhu, aby zásobil tkáň lidského těla kyslíkem.“¹⁴

K dýchacímu ústrojí, které napomáhá při dobrém zpěvu, řadíme nejen orgány, v nichž prochází a obměňuje se vzduch, ale také druhotné části, které funkčně souvisejí s vokálním traktem. Jsou jimi zejména dýchací svaly, které obklopují hrudní koš, v němž jsou uloženy plíce.

Hlavním z nich je sval horizontálně uložený pod žeberním košem. Leží na něm spodní část plic a odděluje svrchní část orgánů v dutině hrudní od dolních v dutině břišní.

¹¹ SOUKUP, Jaromír. *Hlas, zpěv, pěvecké umění*, str. 16.

¹² Jde většinou o zúžení průsvitu průdušnice, tedy její tloušťky.

¹³ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 21.

¹⁴ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 22.

Bránice¹⁵, jak se tento sval nazývá, je svaalem plochým, příčně pruhovaným a svým tvarem připomíná padák. Tak jak se upíná v těle má dělení na tři části:

„Pars lumbalis – upíná se k hrudním a bederním obratlům páteře

Pars costalis – upíná se k chrupavkám posledních žeber

Pars sternalis – upíná se k přední dolní části hrudní kosti“¹⁶

Dalšími svaly ovládající nádech i výdech dýchacího ústrojí jsou svaly mezižeberní a svaly tzv. brániční opory (pomocné svaly nádechové), jejichž činnost plně podporuje zmíněná bránice. Žeberní svaly dále dělíme na zevní – jsou nejaktivnější při nádechu – a vnitřní – při usilovném výdechu.¹⁷

K pomocným svalům je třeba přiřadit i nezbytnou svaly v břišní dutině, které spolupracují při nádechu stejně tak jako i ostatní. Bývají často zařazovány mezi pomocné svaly (konkretizované slovem břišní) a jsou jimi šikmé břišní svaly vnější a vnitřní, přímý břišní sval, příčný břišní sval a čtyřhranný sval bederní, který zpevňuje páteř, aby nedošlo při nádechu k přetíženému vyklenutí předních svalů a s nimi i celého těla.¹⁸

V nádechové fázi se působením nádechového svalstva, tedy zevních mezižeberních svalů a pomocných nádechových svalů, hrudní dutina zvětší. Hrudní koš se rozšíří a bránice ve tvaru padáku se z kupolovitého vyklenutí sníží a stlačí orgány břišní dutiny. To způsobuje hrudní vyklenutí.

Ve fázi výdechu se zapojují výdechové svaly. Ty společně s bránicí, která se klene vzhůru, vytlačí vzduch ven.

„Dýchání je ovládáno automaticky nervovými centry. Na dýchací pohyby můžeme působit vůlí: dech můžeme prodloužit, zrychlit, na určitý čas zastavit. Duševní stav i podmínky prostředí působí na změny v dýchání.“¹⁹

Kromě dýchacího a hlasového ústrojí využíváme ke zpěvu i v běžné mluvě třetí část z tohoto komplexu, a tou je artikulační ústrojí. Bez něj by byl hlas sice vytvořen na základě dechu, který prochází skrze hlasivky, nicméně by neměl podobu, jakou známe.

¹⁵ Obrázek bránice. Příloha č. 2 (str.55).

¹⁶ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 22.

¹⁷ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 22.

¹⁸ KOVERDYNSKÝ, Luděk. *Vliv držení těla na pěvecký projev*, str. 29.

¹⁹ VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 6.

Artikulačním ústrojím nejsou pouze dutiny nebo svalstva, ale stávají se zároveň důležitými rezonátory dobarvující vytvořený hlas.

1.3 Artikulační a rezonanční ústrojí

Podstatným ústrojím, které zahrnuje největší části rezonance a zároveň se ukládá a podíl tvorění artikulace a tvorbu hlasu, je hltan²⁰. Jak již bylo zmíněno, je rozdělen na tři části: horní – nosohltan, střední, a dolní část hltanu. Jak dolní, tak střední část je mimo jiné také nazývána prostorem Purkyňovým.²¹ Na jeden z těchto prostorů snadno dohlédneme, pokud se díváme do otevřených úst. Jeho ohraničení vnímáme počátkem měkkého patra a končí posledním dohlédnutím za jazykem. Střední část dále navazuje do dolní části Purkyňova prostoru a ta ústí do jícnu a dalších částí polykacího traktu.²²

Střední a jediná viditelná část obsahuje velmi důležité patrové mandle, které zřetelně ovlivňují barvu hlasu. Nicméně jejich funkce je pouze imunologická a v častých případech jsou mandle pouze obtížností. Proto se v mladém věku často odstraňují. „Jsou umístěny po stranách hltanu, mezi předním a zadním obloukem patrovým. Patrové mandle jsou tvořeny lymfatickou tkání...Stejně jako mandle hltanové mohou vlivem četných infekcí zbytnět, stát se tak překážkou v provzdušnění horních cest dýchacích a působit potíže – záněty, včetně poruch hlasu.“²³

Svrchní část hltanu, nosohltan, hraničí se střední částí za měkkým patrem, odkud má svůj prostor až k dutině nosní. Obsahuje hltanové mandle známé jako „nosní mandle“. „Z nosohltanu vede do středního ucha Eustachova sluchová trubice, která vyrovnává tlak mezi zevním prostředím a středouším.“²⁴

Hltanové, nosní, mandle nacházíme u dětí. Jejich funkce je obdobná jako u patrových mandlí, funkce imunologická. Spontánně se během vývoje člověka zmenšuje a postupně i vytrácí kolem věku 15-17 let. Velice často vytváří záněty, svou velikostí ucpává rezonanci a podílí se na zánětu středního ucha, díky propojení Eustachovou trubicí. Na

²⁰ Průřez horní části hlasového ústrojí, včetně artikulačního ústrojí, se nachází v příloze č. 3 (str. 56).

²¹ SOUKUP, Jaromír. *Hlas, zpěv, pěvecké umění*, str. 20.

²² VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 14.

²³ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 14.

²⁴ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 15.

základě problémů, které způsobují (chrápání, rýma, opakovaná infekce horních cest dýchacích) se velmi často odstraňuje v dětském věku.

Nosohltan považujeme za hlavní prostor hlasové rezonance. Využit je hlavně při vytváření vyšších zvuků nebo zpěvu.²⁵

K hlavnímu prostoru hlasové rezonance přidáváme i dutinu nosní s vedlejšími dutinami nosními. Dutina nosní je první přístup vzduchu do těla. Při zpěvu a u mluvy se nadechujeme většinou nosem i ústy. Správný nádech, vhodný pro organismus, je však pouze nosem. Ten, společně s hrtanem a průduškami, je kryt víceřadou cylindrickou sliznicí s řasinkami, které zachycují škodliviny, prach a slouží jako filtr pro tělo tak, aby se do plic dostal čistý vzduch. Tyto řasinky v oblasti dutiny ústní chybí, a tak organismus není chráněn. „Volná nosní dutina umožňuje kvalitní nádech nosem a významně se uplatňuje na zesílení základní frekvence hlasu,“²⁶ stejně tak jako zmíněné vedlejší dutiny, které jsou s nosem a nosohltanem propojeny nosními skořepami. Sedí na kosti, která se v nose proměňuje v chrupavku, přepážku.

Vedlejší dutiny jsou vzdušným prostorem v obličejové části lebky. Čichová kost obsahuje kolem 12 dutinek čichových, čelní dutiny párové jsou uloženy nad očními jamkami a čelistní, klínové, jsou párově uloženy nad vrchním patrem pod čichovou kostí.

Poslední částí artikulačního ústrojí je dutina ústní. Nejen, že jsou součástí polykacího ústrojí, ale obsahuje anatomické struktury umožňující funkce artikulace. Horní a dolní ret, dolní a horní čelist, zuby a jazyk. Strop dutiny ústní tvoří tvrdé a měkké patro a na jeho konci uprostřed je zakončeno čípkem. Dolní čelist je vystlána specifickým objemným svalem, který je nezbytným artikulátorem.

Jazyk nejen obsahuje chuťové buňky, které jsou nervovými detektory chuti. Jeho pohyblivá část tvořící 2/3 se výrazně podílí na artikulaci konsonant a tvorbě vokálů.²⁷

²⁵ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 16.

²⁶ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 13-14.

²⁷ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 14.

1.4 Vznik lidského hlasu

V předchozích kapitolách jsme se seznámili s anatómií ústrojí, která spolupracují na tvorbě a fyziologii hlasu. Tyto základní znalosti jsou potřebné pro chápání práce s hlasem obecně při mluvě, ale v daleko větší míře při zpěvu. Proto nyní specifikujme, jak jednotlivé orgány pracují, jak se při vzniku zvuku pohybují, kde se utváří barva tónů a jakými prostředky uzpůsobujeme tyto zvuky do smysluplného dorozumívání, do speciálního klíče, kterým dokážeme rozkódovat lidskou komunikaci. Do slova.

„Tvoření hlasu je koordinováno činností mozku. Centra v mozku koordinují funkce pohybové – nastavení hlasivek, jejich protažení, rychlost pohybu hlasivek či postavení artikulátorů v dutině ústní.“ Mozek tedy obnáší funkce, které plně koordinují interpretaci hudby. Vše je založeno na představě onoho zvuku. Ta je vyslána do precentrálního záhybu motorického centra, následně do jader mozkového kmene a míchy, kde je představa přetvořena do konkrétní dokonalé instrukce, jejíž výsledek je tím, co zamýšlíme. Tedy zvuk a hlas.²⁸

Zvuk řadíme jako sluchový vjem do akustiky. Vzniká mechanickým vlněním v určité frekvenci, kmitočtu.²⁹ V případě pravidelného kmitu nazýváme zvuk tónem. V případě nepravidelného získáváme zvuk „nehudební“, zvaný šramot nebo hluk, šelest.³⁰

Tón je ustáleným cyklem kmitů, u nějž rozpoznáváme určité vymezené charaktery. Sílu, barvu, výšku a délku.

Síla je dána dechovou funkcí a tlakem vyvíjeným na hlasivky, tedy na jejich rozkmit. Barva závisí nejen na anatomických poměrech těla, ale také na posazení do konkrétní výšky. Výška je určena danou frekvencí kmitočtu a délka dobou trvání tónu.³¹

Mimo tóny, které vnímá náš sluch musíme zmínit i tóny, které kmitající pružné těleso vytváří. Nerozlišujeme je sluchem, ale o jejich existenci víme. Jedná se o tóny vyšší, částkové. Jsou součástí základních tónů a dotvářejí jejich charakteristickou barvu.

²⁸ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 41.

²⁹ „Fyzikální jednotkou pro frekvenci je 1 kmit za sekundu: značí se též 1 Hz (Hertz)“ a jeho rozkmit nazýváme amplitudou. (SOUKUP, Jaromír. *Hlas, zpěv, pěvecké umění*, str. 21.).

³⁰ SOUKUP, Jaromír. *Hlas, zpěv, pěvecké umění*, str. 21.

³¹ VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 8.

Tyto tóny parciální nebo vyšší harmonické nejčastěji nazýváme tóny alikvotními. Při jejich frekvenci platí, že jsou celočíselnými násobky základního tónu, myšleno jeho frekvence. Představme si to na příkladu kytarové struny naladěné do C. Ve chvíli, kdy jí zahrajeme, slyšíme především její naladěný tón. Struna je však rozkmitána celá a nese s sebou nevnímané tóny po celé její délce. Tyto tóny můžeme zachytit například flažoletem.

Chris Amrhein, alikvotní zpěvák a hlasový pedagog, pracuje s alikvotními tóny a pro jejich lepší pochopení přidává příklad na podobnosti se světelným spektrem, protože fungují na stejném principu. „Denní bílé světlo v sobě obsahuje všechny barvy duhy, které můžeme vidět, až když světlo rozložíme pomocí průhledného hranolu. Stejně tak i všechny zvuky a zejména tóny nejsou jednoduché, nejsou to čisté tóny, ale směsice tónů. Všechny zvuky tak obsahují množství různých frekvencí.“ Tedy podle citovaného výroku jsou „aliquoty všechny ostatní tóny, které zní společně s tímto fundamentálním tónem: mají vyšší frekvenci a vytvářejí tzv. přirozenou alikvotní řadu.“ Podle výroku jsou tedy alikvoty „skrytými barvami zvuku.“³²

K vytvoření zvuku a tónu nám slouží z fyziologického hlediska hlasivky uložené v hrtanu, ale k jejich rozkmitání je třeba jednoho důležitého zdroje, a tím je dech.

Ten počíná, jak je psáno už v anatomické části, nadechnutím vzduchu skrze dutinu nosní a ústní. Vzduch proniká následně hltanem k hrtanu, kde je propuštěn hrtanovou příklopkou. Dostane se až do průdušnice, průdušek a v plicích se přeměňuje na oxid uhličitý, který je následně zpět vypouštěn. „Z plic proudí vzduch dvěma průduškami a spojí se v průdušnici až k hlasové štěrbině, v tom okamžiku uzavřené hlasivkami.“ Tam nastane zvýšení tlaku vzduchu – vzduchu, který přemůže tlak napětí sevřených hlasivek. Ty se rozestoupí do stran a propustí dech, který ihned narazí do dutin a jejich obsah nad hlasivkami. Jakmile se tak stane, uvolní se vytvořený tlak a hlasivky se zpět uzavřou a celý děj se opakuje. Časté střídání tlaků a propouštění vzduchu se děje rychlém cyklickém opakování vytvářející pravidelné nárazy v nadglottických dutinách, kde se ústrojí rozkmitá. Vytvořený zvuk pak nabere jisté barvy, výšky i síly, popřípadě délky a přetvoří se v hlas charakteristický daným hlasivkám, danému prostředí.³³

³² <http://www.muzikoterapie.cz/clanky/sramlova-l-2007-alikvotni-zpev-a-nektere-jeho-lecebne-ucinky>, 18. 10. 2020.

³³ SOUKUP, Jaromír. *Hlas, zpěv, pěvecké umění*, str. 22.

Kmitavý pohyb hlasivek je pasivní a jejich rozevírání a opětovné zavírání umožňují patřičné chrupavky společně se správnou funkcí zvrtného nervu.³⁴

Vzniklý hlas dále pokračuje do několika rezonátorů, kde se dotváří k dokonalosti ve své znělosti a putuje do poslední, nejpodstatnější části. Do artikulačního ústrojí. Společně se rty, čelistmi, zuby, tvářemi i jazykem dohromady utvářejí jednotlivé hlásky, slova a dávají dohromady věty. Pro vytváření hlásek je nejdůležitější jazyk, který rozdělujeme na tři části. Špička, hřbet a kořen.

Samotná hláska, tedy vokál je nositelem vytvořeného zvuku, tónu. Jejich tvoření rozdělujeme na několik způsobů.

Pro samohlásky máme první dělení na dlouhé (a, o, u) a krátké (e, i), přičemž u dlouhých uzpůsobujeme artikulaci na větší rozevření čelistí od sebe a jazyk bývá ve spodní části, mimo patro.

Druhé dělení samohlásek je rozdělené podle posazení vokálu na tvrdém patře. Máme samohlásky přední, střední a zadní. Do předních řadíme „e“, „i“, kdy se nám jazyk posouvá dopředu. Ve střední poloze je samohláska „a“. V zadní poloze, kdy nám jazyk „couvá“, se nachází „o“ nebo „u“.

Dělení pro souhlásky, pro jejich podstatnost rezonance a jejich zvuku máme na souhlásky párové a samostatné. Souvisí se spojením se souhláskami. Obě kategorie mají dělení dle znělosti a neznělosti. Znělé párové jsou např. b, d, d', z, ž... Neznělé párové známe jako p, t, k... Znělé samostatné jsou především nosového původu, tedy m, n... A jediným neznělým samostatným je hláska ch.

Pokud bychom tedy měli zobecnit a vyvodit jasnou definici, můžeme říct, že „souhlásky (konsonanty) jsou takové zvuky lidské řeči, při jejichž tvoření se staví do cesty výdechovému proudu různě postavené mluvní orgány. Na výslovnosti souhlásek nejvíce závisí srozumitelnost řeči a zpěvu.“³⁵

Artikulační ústrojí je poslední částí, kde se nám pevně dotvoří hlas. Nastavujeme ho do podoby, jakou my chceme, a zvuk jím dál prostupuje už ústy prostupuje do vnějšího akustického prostředí, kde je vnímán ve formě mluvy, pobrukování nebo zpěvu. Poslední

³⁴ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 35

³⁵ VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 10-11.

zmíněný, zpěv, je nejsložitější formou hlasového projevu, který se v případě profesionálního využití musí formovat, procvičovat, ale hlavně musí získat správnou techniku.

2. Pěvecká technika

Po kapitolách věnujících se anatomii pěveckého ústrojí a fyziologii hlasu přejdeme nyní k jednotlivým technikám určujícím profesionalitu zpěvu. Cílem technik je plně pochopit, uchopit práci s jednotlivými kategoriemi, aby byl pedagog nebo zpěvák schopen svůj hlas zdravě rozvíjet a plně využít svůj hlasový obor. Ani v tomto oboru, jako i jiných, nelze praktikovat um bez řádného pochopení teorie.

2.1 Dechová technika

Mnoho hlasových pedagogů považuje za podstatu zpěvu dechovou techniku. Bez dechové opory nelze plnohodnotně využít jakoukoliv jinou část těla nebo některou z dalších technik, protože dech propojuje všechny složky (hlasivky, psychologické myšlení, artikulace, svaly, prostor).

Aby byl zpěv kvalitní, musíme dobře pochopit všechny tři fáze dechu: Nádech, uklidnění dechu a výdech. Prvotní záležitostí je správné postavení a držení těla.³⁶

Držení těla bylo bráno už od samých počátků zpěvu i bel canta za mimořádně důležitou součást. Bývá přirovnáváno k základnímu kameni. Luděk Koverdinský uvádí ve své práci, že z historických záznamů máme informace o inspiraci držení těla, kterou doporučovali staří mistři. Snažili se napodobovat taneční tělo a popisovali jej jako uvolněné a přirozené vzpřímení.³⁷ K popisu správného držení těla používá doktor Koverdinský rady sepsané F. Pivodou, který výstižně rozepisuje stabilitu a přesné rozložení váhy těla k dobrému zpěvu. „Váha těla má být rozdělena na obě nohy stejně. Ramena mají být mírně zatažena vzad, což přispívá k uvolnění hrudního koše. Postavení hlavy má být takové, „aby nápadně se neuchylovala od kolmé čáry ani vpřed ani vzad“.³⁸ Tento výrok uvádím, protože je výstižným faktem, jak lze dojít k širokému pocitu

³⁶ VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 18.

³⁷ KOVERDYNŠKÝ, Luděk. *Vliv držení těla na pěvecký projev*, str. 12.

³⁸ KOVERDYNŠKÝ, Luděk. *Vliv držení těla na pěvecký projev*, str. 12. Citovaná část popisu správného držení těla společně s částečnou citací F. Pivody – PIVODA, F. *Nová nauka o zpěvu*. Praha: vlastním nákladem 1883, s. 149

nadechnutí a využití celého dechového prostoru, a který se využívá dodnes u většiny vyučovaných metod.

Lze se setkat i s popisem pěveckého postavení, které zdůrazňuje uvolnění v pánevní části a v kolenou. Tato forma postavení však zavádí k opačnému efektu, než jako zpěváci vyžadujeme. Ve chvíli, kdy podsadíme pánev a srovnáme jaksi páteř do nepřirozeného tvaru, ihned se nám uzavře hrudník, ramena se vyklenou do popředí a prostor pro dech je minimální. Jedná se o druh vysvětlení, ne metody, která má za cíl vyvolat u zpěváka volnost. Proto zmiňuji i kolena, která mají být pružná. Nicméně je třeba nesouhlasit a vyvrátit toto mylné učení. U dechu jde o prostor a ten navodíme přirozeností.

Přirozenost, a zvláště pro mužské tělo, jelikož se tato práce zabývá právě mužským tělem, vidíme určitě v pevném základu nohou. Je jednoduché přijít a zazpívat. Mnohem těžší je však přijít a vytvořit sebejistou energii, která spočívá v klidném rozvážení, jak rozložíme naše tělo. Je proto důležité zmínit tři body chodidla, která jsou pomyslnými kotvami. Jsou jimi pata, palec a malíček. Ve chvíli, kdy si uvědomíme rovnováhu na zemi mezi touto trojicí, jejich puls vydá instinktivní modelování těla, s nímž dále pracujeme. Na základě správného usazení nohou nám páteř vytvoří esovitý tvar, pánev lehce vystrčí hýždě a tělo je připravené na manipulaci s vrchní částí těla.

Vrchní část těla, tedy hrud' musíme u mužů srovnat tak, aby se od ramen směrem dolů utvářel pomyslný trojúhelník. Mezi rameny je široká základna a z ní jsou spuštěna ramena trojúhelníku, jehož hrot končí nad podbříškem, u zad pod křížem. Pocit tohoto útvaru vytvoříme zmíněnými rameny spuštěnými a uvolněnými dolů s lehce zataženými lopatkami k sobě. Tím rozšíříme hrudník a plicím připravíme dostatečný prostor. Zatažení se nejlépe vytváří krouživými pohyby ramen směrem dozadu a po třetím kruhu zanecháme ramena v zadní poloze dole. Lehké zakroužení hlavy nám uvolní napětí z předešlého cvičení a tím máme zpěvné postavení téměř u konce.

Hlava je v takovém úhlu, aby brada nevyčuhovala, ale směřovala směrem dolů. Tak se dorovná poslední část a zpěvák je připraven.

V tomto ohledu je důležité, aby byl zpěvák zprvu kontrolován. Stále je totiž podstatná uvolněnost a pohyblivost těla.

Jakmile je vyřešené správné držení těla, nezbytné pro dechovou techniku, můžeme přistoupit k první části, a to k nádechu. Nadechovat se můžeme nosem, ústy, nebo nosem

a ústy zároveň. „Hlavní nádech ved’me nosem, protože je vydatnější a klidnější.“³⁹ Sám o sobě je ale pomalejší, proto je doporučeno dodat vzduch i ústy tzv. *prozívnutím*.⁴⁰

Podle poznatků výzkumů, ale i z osobní zkušenosti rozeznáváme nádech bráničně žeberní, nádech svrchní (hrudní) a nádech břišní.

Bráničně žeberní nádech je nezbytný pro kvalitní hlasový výkon, kdy se nám bránice propíná směrem dolů a dolní žebra se roztahují do stran. „Pohyb bránice reflexně spíná svalové skupiny přímého břišního svalu, šikmých břišních svalů a svalů bederních.“⁴¹ Jde tedy o zapojení celé hrudi včetně předělu (bránice), která ovlivňuje svalstvo nápomocné při dýchání. To plně rozšíří prostory potřebné pro rozptyl plicních vaků. Bránice se při nádechu oploští a na základě „distantně orientovaného pohybu“ se zvětšuje hrudní prostor. Zatlačí do žeber, na která je připojená, zapojí tím automaticky mezižeburní svaly a rozšíření podporuje zapojení i svalů břišní stěny a pánevního dna.⁴² Tzv. zpětný chod nastává ve chvíli výdechu se zapojením brániční dechové opory, kdy se bránice opět vyklene nahoru a vytlačuje přeměněný vzduch užití ve zpěvu.⁴³

Svrchní nádech, někdy zmiňovaný jako hrudní, je ve většině vedený pomocí mezižeburních svalů. Pro tvoření hlasu, především klasického zpěvu, je nevhodný, protože se při nádechu nadzvedají ramena s hrudním košem. Nerozevře se tak prostor, nádech není plnohodnotný a výdech nelze plynule ovládat. U svrchního nádechu nedochází k dechové opoře a na fonující hlasivky není vynaložen potřebný tlak.⁴⁴

Stejně nevhodný, jako je nádech svrchní, je také nádech břišní. „Nadechnout se do břicha,“ užívá mnoho hlasových pedagogů jako zjednodušené vysvětlení pro pochopení plnohodnotného nádechu bráničního. Odborníci, kteří se zabývají zpěvem a jeho utvářením, kritizují toto špatné označování, protože z hlediska technik je břišní nádech „veden jen tlakem směrem do dutiny břišní, prudce se stlačí bránice a vyklene se břicho. Ani v takovém případě se nepodaří zapojit svaly, které slouží jako dechová opora, a

³⁹ VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 18.

⁴⁰ Prozívnutí – neoficiální pojem používaný u technik, kdy pedagog používá přirovnání zívání, aby si žák navodil pocit zvednutého patra, snížení zadní části jazyku a širokému rozevření hltanu.

⁴¹ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 29.

⁴² Brániční dechová opora nebo také pomocné svaly nádechové břišní. V pěvecké terminologii nazývané jako appoggio.

⁴³ KOVERDYNSKÝ, Luděk. *Vliv držení těla na pěvecký projev*, str. 27.

⁴⁴ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 30-31.

správně koordinovat výdech.⁴⁵ Spojení slov „nadechni se do břicha,“ není jednoznačně špatné. Z vlastní zkušenosti vím, že je možné tento způsob nádechu pochopit a osvojit si ho. Ne všichni pedagogové to však umějí správně zformulovat, a tedy předat.

Po nádechu následuje uklidnění zadržetí dechu. Jde o vědomou představu rozložení výdechu pro konkrétní pěveckou frázi a jeho nekřečovitě uvolnění. Slovo „zadržetí“, může být podle skript Vrchotové – Pátové zavádějící, zvláště pro začátečníky, a nevyvolává ve zpěvákovi pocit uvolněnosti.⁴⁶ Proto považujeme z hlediska didaktického vhodnější užívat slovo uklidnění.

Výdech je proces, který při mluvě a zpěvu utváří tón. Zde jde především o koncentraci a plynulé vypouštění dechu, dobrou přípravu rozfázování v celém průběhu zpěvu a správné načasování, tedy délku udržení výdechu. O dechové opoře, která je zde důležitá a užití appoggia, bylo již zmíněno, proto jen krátce definujeme, že „zpěvák zpomaluje výdech, aby trval co nejdéle tím, že udržuje hrudník, pokud možno, v nádechovém postavení,⁴⁷ a lehce dopomáhá spínáním podbřišních svalů k pulzaci a přísunu takového množství dechu skrze hlasivky, kterého je třeba.

2.2 Hlasová technika

Hlas je unikátní dispozice, již se dorozumíváme, sblížíme, či řešíme problémy. S hlasem se rodíme a celý život s ním pracujeme.

V kapitolách o dechové technice jsme rozebrali, jaké funkce přivodí hlasivky k pohybu a na co je třeba dbát při zpěvu, zvláště klasického. Tyto požadavky jsou cílem, ke kterému chce pedagog žáka dovést.

Techniky, které při zpěvu užíváme, jsou podmíněny především teoretickou psychologií, tedy představami, kterými dosahujeme práci s hlasem. Psychologie a utváření představ nebo emocí jsou zásadními prvky, které nám nejen navozují cílené nasazení tónu a průběh fráze, popř. skladby, ale zároveň jsou jedinou cestou, která dokáže

⁴⁵ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 30-31.

⁴⁶ VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 19.

⁴⁷ Tamtéž, str. 19.

odbourávat chybné ovládání jak hlasu, tak artikulace. Pokud dokážeme ovládat mysl, dokážeme užívat danou techniku.

Dalším hybatelem jsou pak samotní hlasoví pedagogové. Role učitele je charakteristická vedením žáka. Jeho práce je téměř slučitelná s rolí psychologa. Hodiny zpěvu mají probíhat jako realizace představ a inspirací. Bez pomoci učitele nedokážeme využít všechny složky naplno a stávají se z nás pouzí „přírodní zpěváci.“ Je to lidový hlas, který nemá dostatečnou průpravu, a přestože se může zlepšovat v mnoha věcech a napodobovat druhé, nedostane se mu nikdy profesionální techniky. Je tedy možno konstatovat, že pěvecká technika je převzetí a napodobení druhých a profesionální technika je převzetí a napodobování konkrétního člověka s plnohodnotným studiem jeho hlasu, založené na spolupráci s ním.

U hlasové techniky můžeme spatřovat neoddělitelnost hlasu a artikulace, a to hned podle několika aspektů. Soukupova kapitola „Technické problémy zpěvu“ sděluje, že technika je vývoj hlasového ústrojí a „na jeho funkční činnost trvale působí fonetika mateřského jazyka.“⁴⁸ Lze se tedy přiklonit k názoru, že technikou může být už samotný jazyk, který v artikulaci udává konkrétní ráz a formu. Ty jsou doplněny ozdobným členěním, užitě zvláště při pěvecké technice, a jsou pro nás možnostmi návaznosti, jak uvádí Vrchotová – Pátová: „V hlasové technice rozeznáváme různé druhy spojování (členění) tónů, kterým souhrnně říkáme zpěvní artikulace.“⁴⁹ Proto jak hlas, tak artikulace tvoří dvě složky určující si navzájem jednotnou techniku.

Pokud se bavíme o zpěvu, tak ve chvíli, kdy tyto dva články oddělíme, pro hlasovou techniku nám zůstane jen čisté utváření tónu a pohyby s ním (bez vokálních – pěvecky artikulačních složek).

2.2.1 Posazení tónu do rezonance (tzv. masky)

V první řadě je u práce s hlasem nejdůležitější představa tzv. „masky“. Jedná se o podvědomou práci s rezonancí v dutině nosní a vedlejších dutinách nosních (hlavových), které dobarvují vytvářený hlas. Obličejové části dobarvují a prohlubují vytvořený zvuk,

⁴⁸ SOUKUP, Jaromír. *Hlas, zpěv, pěvecké umění*, str. 80.

⁴⁹ VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 20.

ale jen na základě dobré techniky můžeme získat plné využití celého prostoru. Maskou je však myšlený prostor před těmito částmi ústrojí, zvláště před zuby, rty apod. Základem „zpěvu do masky“, či „z masky“, jak užívají někteří pedagogové, je představa místa tvoření tónu, jeho nasazení, pocit správného ukotvení tónu a sluchového dojmu.⁵⁰ Bez masky nelze vytvořit dostatečně kvalitní zvuk a nemůžeme být plně zkoncentrováni, protože maska dodává zpěvákovi pocit psychické opory, takže jedině s ní lze vyvinout plnohodnotnou barvu hlasového začátku, od něhož se odvíjí celkový průběh zpěvu.

2.2.2 Nasazení tónu

Reálný zpěv začíná nasazením tónu, jemuž dává impuls dechový proud. „Pěvci i badatelé rozeznávají nasazení tvrdé, měkké a dyšné, vycházejíce z toho, že fyziologický impuls k rozeznání hlasového ústrojí záleží v počátečním nárazu dechového proudu na sevřené hlasivky, a podle toho, jak byl tento impuls veden.“⁵¹

Moment nasazení, kdy proud narazí na těsně sevřenou hlasovou štěrbinu a svým tlakem ji prudce rozevře, nazýváme nasazení tvrdé. V klasickém zpěvu je způsob tvrdého začátku nevhodný a pro hlasivky škodlivý. Nevytvoří jemné nastoupení, nedostane zvuk do rezonance (masky) a „rozbourá“ tak barvu, která je v „klasice“ velmi podstatná. Vnímané centrum nasazení cítíme na hrudi nebo ještě hůře v krku. O tom se zmiňuje i tenorista Enrico Caruso, který varuje před tímto nástupem, protože „ani při nejpevnějším zdraví to ten nejlepší hlas nemůže vydržet. V tom tkví také odpověď na otázku, proč tolik umělců po brilantním debutu mizí velmi brzo ze scény nebo se musí spokojit s podřadnějším postavením.“⁵²

Dokonalejším a jediným správným nástupem je měkké nasazení. Hlasivky nejsou rozraženy, ale dechem jim je udáván minimální kmit, při němž máme dostatek času uložit znění tónu do rezonance, uvědomit si polohu masky, v níž je samotná energie tónu, a nástup se rozezná s pocitem uvolněnosti v širokém prostoru celé lebky, bez tlaku v hrdle nebo kdekoli jinde.⁵³ Carusova praxe vysvětluje, že jde o otevření hrdla v celé své šíři

⁵⁰ SOUKUP, Jaromír. *Hlas, zpěv, pěvecké umění*, str. 82.

⁵¹ Tamtéž. Str. 85.

⁵² CARUSO, Enrico. *Jak se má zpívat – několik praktických pokynů*, str. 21.

⁵³ SOUKUP, Jaromír. *Hlas, zpěv, pěvecké umění*, str. 85.

„nejen dopředu, ale také dozadu.“⁵⁴ Jeho tvrzení bychom však měli poupravit, neb může vyvolávat pocit tlaku a napětí krku. Uvolnění, o němž mluví, můžeme dosáhnout například lehkým zakroucením hlavy. Pro dosažení měkkého tónu do rezonance, v případě, že se to zpěvákovi nedaří, můžeme zkusit předklon s naprostou volností vrchní části těla. S hlavou svěšenou dolů nasadíme tón, který se nám opře do dutiny, což je účel, a žák nebo aktivní zpěvák má šanci pochopit, kam vést měkké nasazení.

Jaroslav Soukup zmiňuje i nasazení dyšné. Mluví o něm jako o špatném, které je dost zaměňováno s nasazením měkkým. Jedná se už o zmíněný nepříjemný tlak v hrdle a napětí krku společně s rameny, kdy není plně využita rezonance a vzniká nedobarvený zvuk, který nedostane svou energii a k tomu poškozuje hlasivkové svalstvo.

2.2.3 Druhy vedení tónů

Po správném nasazení přecházíme k technikám nebo spíše druhům vedení tónu, které nám napomáhají interpretovat hudbu. Zde můžeme používat už dříve vysvětlené označení „zpěvní artikulace“, neb právě ta člení jednotlivé techniky. A základní užívanou pěveckou technikou, která podkládá všechny ostatní, je legato⁵⁵. „Znamená těsné spojování dvou nebo více tónů bez přerušení“⁵⁶ a vytvoříme jím jednolitost řady tónů – melodii.

Staccato, má opačný význam oproti legatu, znamená krátce, odděleně. Je vytvářeno bráničními odrazy tak, aby dech rozvibroval hlasivky ostře. Je to jedna z nejtěžších technik a je potřeba upřednostnit její výcvik a nauku o ní v prvotních chvílích vedení hlasu.⁵⁷ Na ní a na legatu pak stavíme další techniky a používané zpěvní ozdoby, ale v případě jejich špatného pochopení může dojít i k brzkému unavení, nebo dokonce poničení hlasivek.

Odvozovanou zpěvní artikulací je například i tzv. portamento.⁵⁸ Je značeno především mezi dvěma tóny a jedná se o něžné přepuštění pocitu uvolnění z jednoho tónu na druhý.

⁵⁴ CARUSO, Enrico. *Jak se má zpívat – několik praktických pokynů*, str. 21.

⁵⁵ Tzn. vázaně.

⁵⁶ VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 20.

⁵⁷ VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 21.

⁵⁸ Tzn. nesené.

Podobná nuance vzniká s glissandem, které je samo o sobě specifické, ale nemůže být podkladem pro všechny ostatní. Považuje za neestetické přenesení (klouzání) zvuku z tónu na tón.⁵⁹

Abychom předešli glissandu v záměně za legato, všechny ozdoby, které těmito technikami podchycujeme, je doporučeno zpívat v polovičním legátu a cvičit zejména ve staccatu, pro ukotvení všech tónů. Jedná se o ozdoby jako trylky, příraz, odraz, obal atd.⁶⁰

„Někteří pedagogové doporučují mužským hlasům cvičit ozdoby se sotva slyšitelnou souhláskou „h“, a to kvůli tomu, že tyto hlasy netvoří staccato tak snadno“⁶¹ vzhledem k jejich větší robustnosti. Na tvrzení bychom měli upozornit, neb v sobě skrývá nebezpečí, že si zpěvák artikulační výpomoc vžije do paměti a bude ji užívat při jakémkoliv nástupu, v jakékoliv ozdobě. Je třeba stále dbát na to, aby hláska zůstala neslyšitelná a zpěvákovi zůstala, když už, tak aspoň její představa.

Způsob zmiňované výpomoci se často užívá v trylku nebo ozdobě zvané „gruppo“, jak jí označil Giulio Caccini. Oba dva výrazy bývají často zaměňovány, protože za trylek v nástrojové hře označujeme střídání dvou tónů (nejčastěji sekundu), zatímco u zpěvu je trylek ukryt v opakované primě. Pro zpěv je to nesmírně obtížná technika, tudíž je možné střídat nepatrně sekundu rychle za sebou. Trylek je takto obcházen snadnější formou, ale ve chvíli, kdy se dá důraz na všechny tyto noty a dojde k vyrovnání síly a důležitosti tónů, je lepší označovat to za gruppo. Jeho funkcí je přesné rychle střídání sekundy za sebou.⁶²

Podobný styl změn stupňů tónů, kde hraje roli tlak a síla, obnáší hlasová ozdoba označovaná jako tremolo. Bývá často vynucené, aby napodobilo přirozené vibrato, ale problémem je, že tremolo může škodit hlasivkám. Je rovněž označováno za kolísání, které způsobuje vady dvojího druhu. V jednom případě jako utváření tremola špatnou dechovou oporou a v druhém těžké hrtanové tremolo, které způsobuje únavu hlasivek. Proto je třeba věnovat špatně vžitému tremolu pozornost.⁶³

Oproti tomu vibrato je vyžadovanou technikou u klasického zpěvu. Jedná se o přirozené chvění hlasu, které je tvořeno v případě, že postavíme zpěv na správné dechové

⁵⁹ VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 21.

⁶⁰ SOUKUP, Jaromír. *Hlas, zpěv, pěvecké umění*, str. 99.

⁶¹ SOUKUP, Jaromír. *Hlas, zpěv, pěvecké umění*, str. 99.

⁶² Tamtéž.

⁶³ <https://pevecka-technika.webnode.cz/poruchy-hlasu/>, 28. 10. 2020.

technice. Dech, široké uvolnění krku a správné posazení tónu do masky, utvoří jemně rozvibrovaný zvuk, který zní více barvitě a rozrezonuje i vnější prostředí.

2.2.4 Rejstříky, přechody a krytí tónů

Posledními technikami, jejichž znalost vyžadujeme, zvláště u klasického zpěvu mužského, jsou techniky napomáhající udržení rozsáhlé škály tónů.

Škálu zpívaných tónů dělíme podle jejich zpracování a označujeme je jako rejstříky. Zpravidla máme tři. Hrudní, střední a hlavový.

Hrudní hlas je plný, charakteristicky barevný, hlasivky při něm kmitají v plnosti a centrum zvuku se ozývá z rezonujícího hrudního koše. Je však omezen směrem nahoru napínáním hlasivek, a proto, pokud zobecníme tenorový a basový rozsah, přechází hlas do středního rejstříku ve škále mezi tóny h – g.

Střední rejstřík, často opomíjený, vzniká propojením hrudního a hlavového rejstříku. Zní jasně a jeho centrum znělosti vnímáme především v hlavových rezonátorech. „Činnost středního rejstříku je vyvolána předním posazením hlasu – navozují ho přední světlé vokály e, i...je spojen s měkkými hlasovými začátky a s intenzivnější prací dechového svalstva.“⁶⁴ Jeho rozpětí vnímáme u mužů až k tónům od h – f1, podle typu hlasu.⁶⁵

Posledním rejstříkem je hlavový rejstřík. U mužů zaznamenáváme i pojem spojený s částí hlavového rejstříku, tedy „mezza voce“⁶⁶. Hlavový rejstřík je měkký, jemný a bývá doprovázen dyšnou příměsí. Je důležité dbát na rezonanci, jak v lebce, tak i měkké hrudi. Může být využíván od tónu h výše.

Technikou tohoto hlavového rejstříku, nejvíce charakteristickou pro mužský hlas, je druh zpěvu zvaný falzet. Umožňuje zpěvákovi vést tóny nad pěveckou škálu, kterou zvládne obsáhnout plnohodnotný hlas, tedy jdeme *nad rámeček svých možností*. Jeho vysoký zvuk připomínající ženské hlasy je tvořen výčnělky nazývanými také jako

⁶⁴ TICHÁ, Alena. *Učíme děti zpívat*, str. 15-16.

⁶⁵ Tenorový rozsah je většinou od tónu A až k tónu h1, výjimečně c2. Barytonový rozsah se pohybuje mezi tóny G až g1, někdy a1. Basový rozsah je v rozmezí tónů E-e1. Záleží ovšem také na individuálních schopnostech zpěváka.

⁶⁶ „mezza voce“ – polohlas.

„falešné hlasivky“, o nichž jsme se zmínili v anatomické části hlasového ústrojí. Falešné hlasivky se při fonaci falzetu přibližují těsně k sobě, podobně jako pravé hlasivky při normálním zpěvu. Tím pod nimi vzniká tlak, který je rozkmitává, a vzniká vysoký tón jemného rázu s pocitem „hlavového tónu“ – tím je myšleno, že necítíme napětí v oblasti hrtanu, ale tvoření zvuku vnímáme v rezonančních místech hlavových dutin.⁶⁷

Samozřejmě i ženy dokážou tvořit falzetový hlas, ale v jejich případech se nemění barva ani dynamika tak výrazně jako u mužů. Mužský přechod mezi modální polohou střední a falzetem je rapidně znatelný, neb charakter hlasu nabere zcela jiné povahy.

Je potřeba upozornit, že by se falzet neměl zaměňovat za tóny zpívané „mezza voce“ nebo za vysoké tóny kontratenorů. Jejich fyziologický postup je veden stále přes pravé hlasivky, nikoliv jako falzet přes řasy z výchlipek Morgagniho, kde jsou uloženy.

Podstatnou částí celé hlasové škály zpěváka jsou, nejen k falzetu, ale ke všem rejstříkům, amorfní tóny, jinak řečeno přechodné. Nacházejí se na hranici dvou rejstříků. Jejich charakteristickým znakem často bývá jejich obtížnost, někdy i neznělost při zpěvu. Jsou pro zpěváka limitem, který lze překonat jedině častým trénováním. Přechodné tóny jsou odlišné od jiných menší znělostí, jejich nasazování je doprovázeno obtížemi a musí se u nich uplatňovat pečlivější dechová technika. U mužů se zvláště po mutaci amorfní tóny dostávají do střetu s pěveckou technikou mezi rejstříkem modálním a hlavovým (falzetem). Překrývají se zde dvě barvy, a to dosti odlišné. Proto se s nimi musí pracovat pomalu a pečlivě. Nespěchat na ně, nepřetlačovat tlak, který je vyvíjen. Důležité je jejich vyrovnání a smíšení (*voix mixte*) s ostatními tóny (rejstříky), aby přechody byly neznatelné.⁶⁸

Neméně známým prvkem je tzv. krytí tónů. S tímto pojmem se zpěváci často nesetkávají. Osobně jsem se s pojmem setkal až v nedávných měsících a začal ho uvádět do pěvecké techniky. Je však potřeba vyzdvihnout jeho důležitost při zpěvu vrchních tónů, které by bez jeho použití byly nad rámec našich možností. Z praxe užívání krytí u mužského hlasu můžeme říct, že se jedná o techniku dosahující obtížných tónů z pěvecké škály daného hlasu bez použití falzetu. Setkáme se ale také s názory, že je krytí tónů nebezpečným a nevhodným prvkem ve zpěvu, jako je to u pedagožky Martienssenové-

⁶⁷ <https://cs.wikipedia.org/wiki/Falzet>, 28. 10. 2020

⁶⁸ VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 27.

Lohmannové, která se ve své knize *Vzdělaný pěvec* o krytí tónů zmiňuje. Její citaci, kritizující tuto techniku, použila i Kateřina Falcová ve své práci. „Nepříliš pěkné slovo označuje vokálně tmavé přebarvení vysoké polohy. Chvályhodným záměrem je, aby se směrem nahoru zabránilo stoupání hrtanu. Tak se má předejít onomu známému zúžení a sešněrování, které v naturalistickém zpívání způsobuje, výsledným zvukovým efektem je nepříjemný nedostatek rezonance a plochost výšky. Ve skutečnosti znamená krytí nedostatek schopnosti vyčkat vývoje, umělou snahu o dosažení stavu, který doposud přirozeně nevyzrál. Umělé tmavení ohrožuje ve vysoké míře přední posazení hlásky.“⁶⁹ V tomto kontextu zdůrazníme vysvětlení správného používání krytí tónů, protože pokud opravdu pedagog či zpěvák nabývá dojmu, že krytí není vhodným prostředkem pro klasický zpěv, ochuzuje se kompletní zapojení techniky, která je dosti účinná, a naopak zabezpečuje jakékoliv poškození hlasivek nebo posazení hlásky. Klasický zpěv, neméně tak operní, nevyžaduje zcela jednotlivé vyslovování a ostré zaznění konsonant. Tím, samozřejmě, nechci podporovat názor, že by se u klasického zpěvu nemělo dobře artikulovat. Naznačuji, že klasický zpěv preferuje technickou propojenost vokálů před přehnanou artikulací. Dosažením hraničních tónů se ztrácí většina hrudní znělosti, jazyk chce automaticky couvat dozadu a hrdlo se stahuje napětím. V takové chvíli je důležité myslet na volnost, na niž jsme apelovali na předešlých stránkách. Přichází i pečlivá pozornost nad dechovou oporou a její technikou. Jestliže je toto vše zajištěno, dostáváme se i ke krytí tónů.

Obecně je známo, že jsou vrchní tóny světlejší, méně barevné a ztrácejí svou „kulatost“. Proto se snažíme o zakulacení všech vokálů do barvy připodobněné hlásce „ó“. Jazyk musí volně ležet, důležitá je prostornost v hltanové části směrem k hrtanu a centrum tónu musí být zakotveno v rezonanci. Zde vypouštíme přesné artikulování a pouze naznačujeme zpívaná slova nebo vokály.⁷⁰ Docílíme tak vyrovnané barvy v celé škále zpívaných tónů, aniž by byly rozpoznatelné hranice mezi rejstříky.

⁶⁹ FALCOVÁ, Kateřina. *Základní shody a rozdíly v technice muzikálového a operního zpěvu*, str. 30-31. – Použita stejná citace z knihy *Vzdělaný pěvec* od Franzisky Martienssenové-Lohmannové, nakl. KORA, Pardubice, 1994.

⁷⁰ Můžeme to nazvat neutralizací vokálů, o které se zmiňuje Vrchatová – Pátová. Ta však odlišuje krytí tónů a neutralizaci. V naší práci zachycují tyto dva momenty v jeden.

2.3 Artikulační technika

Práce s artikulační technikou je posledním dílem komplexu pěvecké techniky, který dotváří tóny v určitý druh hlásek, z nich vyvozených slov, které utvářejí věty a skladba tak přechází do slyšitelné podoby.

V základní artikulaci a tvoření zvuku rozlišujeme hlásky vytvářené otevřeností mluvidel, apertura (vokály), tedy samohlásky, a hlásky, které musejí projít přes překážku (jazyk, patro, zuby atd.), zvané striktura (konsonanty), tedy souhlásky. Jedná se o rozdělení, které užívá téměř každý jazyk, a nejen pro pěvecké učení je univerzalem, které lidé v mluvě i zpěvu využívají.⁷¹

Abychom plně pochopili tvoření a užívání hlásek je třeba členit tyto hlásky podle jejich tvoření, znělosti, či neznělosti nebo podle posazení, abychom při zpěvu lépe pochopil charakter dané hlásky a uměli s ním pracovat v pozdější artikulační technice – vyrovnání vokálů.

Tabulka – Typy hlásek podle tvoření⁷²

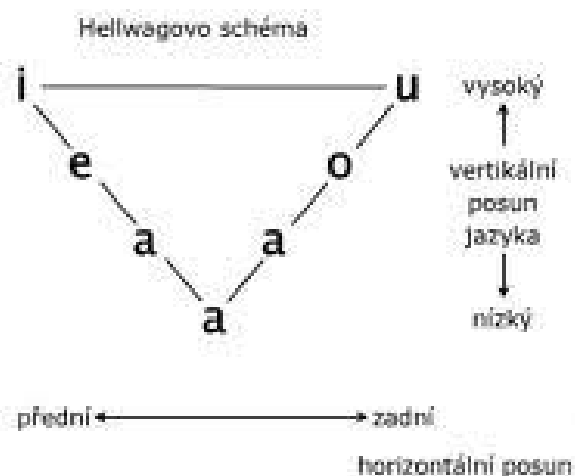
apertura (otevřenost mluvidel)		striktura (překážka v mluvidlech)				
vokál (monoftong i diftong) <u>vocoid</u>		konsonant <u>contoid</u>				
		aproximanta	sonora		(pravý, vlastní) konsonant, obstruent	
			likvida	nazála	znělý	Neznělý
např.	[a] [e:]	[j] [ʊ]	[l] [r]	[m] [n]	[b] [z]	[f] [k]

⁷¹ <https://is.muni.cz/do/1499/el/estud/ff/js08/fonetika/ucebnice/ch05s03.html>, 2. 11. 2020.

⁷² <https://is.muni.cz/do/1499/el/estud/ff/js08/fonetika/ucebnice/ch05s03.html>, 2. 11. 2020. Tabulka rozděluje hlásky na apertury (samohlásky) a striktury (souhlásky). Samohlásky jsou nazývané jako vokály (a, e, i, o, u, y). Souhlásky, konsonanty, jsou děleny na aproximanta (přiblížené samohláskám), sonora likvida (souhlásky plynné – zapojí artikulační ústrojí dechem) a sonora nazála (souhlásky nosní znělosti) a konsonanty vlastní (obstruentní – šumové), které se dělí na znělé (je nutné zapojení hlasivek) a neznělé (jejich symbol zaznívá skrze artikulační ústrojí bez využití rezonovaného tónu).

Tvoření samohlásek je postaveno na otevřeném mluvním ústrojí a jejich osobitost jim dodává měkké patro společně s jazykem. Důležité je, aby průchod zůstal otevřen a jen úhel a ztvarování jazyka vytvoří daný vokál.

Své centrum tvoření má každý z nich uložen v jisté části mluvidel. Jeho systemizaci zobrazil německý lékař Ch. F. Hellwag již v roce 1781. Je charakterizována trojúhelníkem vertikálního a horizontálního posunu. K systemizaci se ještě užívá lichoběžníkový vzorec anglického fonetika D. Jonese (1881-1967), nicméně pro náš výzkum postačí pouze zobrazení Hellwagova trojúhelníku.^{73 74}



Jak můžeme vidět, základním vokálem je „a“. Pokud ho vyslovíme (v našem případě zazpíváme), jazyk nám bude ležet ve spodní části ústní dutiny, měkké patro se nadzvedne a vytvoří se klenba utvářející tento vokál. Při tvorbě vokálů „e“ a „o“ se nadzvedávají strany jazyka, vytváří z něj tzv. „mističku“ a prostor se zužuje. Při artikulaci souhlásky „i“ se nepatrně nadzvedne jazyk, nejen po stranách, ale také uprostřed, takže vytvoří pouze úzkou šterbinu na průchod hlasu. Ve stejném postavení těsnosti, ale odlišném ztvarování jazyka, vzniká vokál „u“. Strany jazyka odstupují od zubu a místo zvednutého středu se k vrchnímu patru zvedá špička. Má také tvar „mističky“, avšak hlubší než u nižší kategorie. Trojúhelníkový vzorec poukazuje i na centra předního a zadního posunu. Tam, odkud tón vychází.

Pěveckým ideálem je setřit rozdílnost jednotlivých samohlásek a při zachování artikulační srozumitelnosti je všechny propojit do jedné barvy a posadit do nejbližšího centra tvoření. Tomuto způsobu říkáme „vyrovnání vokálů“. Jeho „cílem je přiblížit znění samohlásek (vokálů) tak, aby se sjednotily v barvě, a přitom zůstaly posluchači srozumitelné.“⁷⁵

⁷³ <https://www.czechency.org/slovník/MONOFTONG>, 2. 11. 2020.

⁷⁴ https://is.muni.cz/el/1441/podzim2015/SPROC_SP1a/um/fonetika_samohlasky.pdf, 2. 11. 2020.

⁷⁵ TICHÁ, Alena. *Učíme děti zpívat*, str. 131-132.

Jde tedy o záměrné ovlivňování všech samohlásek, abychom získali plynulou znělost všech hlásek a žádná z nich nevybočovala. O ovlivňování pedagožka Alena Tichá píše: „Při vyrovnávání se vokály ovlivňují navzájem např. přední, svítivé „i“ může přijmout kulatost a měkkost vokálu „o“, široké „a“ získá jas a koncentraci z „i“, vokál „e“ si vezme volnost z „o“ a rezonanční „špičku“ z „i.“⁷⁶

Postup k vyrovnání je započat a odvozován od barvy tmavých samohlásek. Ta samohláska, která je pro zpěváka nejpříjemnější, nejkulatější a dokáže nejlépe rezonovat (většinou se jedná o „a“ střední polohy nebo „o“, „u“ zadní polohy) je pro zpěváka základnou pro všechny ostatní. Od ní doslova kopírujeme barvu, zachováváme podobnou otevřenost⁷⁷ a ústa uzpůsobujeme do kulatého tvaru.

Směr samohlásek utváříme jako zpěváci dle toho, zda se snažíme hlas více zesvětlit a jejich centrum posadit do přední rezonance, kde je uložena samohláska „i“, nebo hodláme užívat temnějšího hlasu a soustředíme se na samohlásky zadní polohy.⁷⁸

U posazování tónů samohlásek do rezonance je potřeba dávat pozor na nešvar, který je s rezonancí dost často zaměňován, a to posazování tónů do nazálu. Nazálnost, tedy účast nosní dutiny při rezonování⁷⁹, je přirozená věc, která spolupracuje v pěveckých technikách a její přítomnost je vyžadována, její míra však nesmí převážet. Tón usazený z větší části do nazálu při klasickém zpěvu kazí kulatost vyrovnaných tónů, je „mečivý“ a rozbourává srozumitelnost celé artikulace, která zakončuje specifickou dokonalost zpěvu a užitých technik.

⁷⁶ Tamtéž.

⁷⁷ Myšleno uvolněnost. Otevřenost bez uvolněného pocit přetahuje svůj úhel, uzavírá hrdlo a tóny nemohou projít ven.

⁷⁸ TICHÁ, Alena. *Učíme děti zpívat*, str. 131-132.

⁷⁹ <https://is.muni.cz/do/1499/el/estud/ff/js08/fonetika/ucebnice/ch05s03s01.html>, 2. 11. 2020.

3. Mutace hlasu

Hlasy rozlišujeme na dětské, ženské a mužské. Dětské a ženské hlasy dělíme na nejvyšší – soprán, nižší – mezzosoprán a nejnižší – alt. Mužské hlasy, vyvinuté během pubescentního období, mají také své rozdělení dle výšky. S nejvyššími tóny pracuje kontratenor a tenor, středním hlasem je baryton a v hluboké poloze zpívá bas.

Každý hlas prochází během života člověka vývojem a hlasivky se mění, sílí, protahují se jako každý jiný sval. Nejdynamičtější proměnou ale procházejí v období dospívání, kdy se z malých dětských hlásků stávají plnohodnotné dospělé hlasy. Tomuto období říkáme „mutační období hlasivek.“

„V období puberty dochází v organismu člověka k hormonálním změnám a k růstové akceleraci. Součástí růstové akcelerace je zvětšení tkání hrtanu, zejména předozadní růst chrupavky štítné, která v dospělosti u chlapců nápadně na krku dominuje. Součástí růstu hrtanu je prodloužení hlasivek.“⁸⁰ Samotná přeměna hlasivkových svalů je přirozená. Problém nastává v okamžiku, kdy si mozek plně neuvědomuje schopnost využití transformovaných hlasivek. Tehdy slyšíme znatelně přeskakující, nevyrovnaný hlas.

Přeměna hlasivek (tedy i mutace) přichází u každého jedince rozdílně, ale obvykle jí slučujeme s počátkem dospívání.

U dívek se hlasivky začínají měnit (zdvojnásobovat) ve věku 9-13 let. Jejich délka se z dětských hlasivek mění na ženské, z 6-7 mm na 13-17 mm. Mutace není tolik nápadná, na rozdíl od chlapců. Rozsah se mění, výška hlasivek se posouvá, barva se ztemňuje a dochází k rozšíření o tercii nahoru a o kvintu dolů. Vnímáme při zpěvu zastřenost, dyšnost a zhoršenou kvalitu na přechodech mezi rejstříky.⁸¹

U chlapců je naopak mutace zřetelná, změny v kolísavosti hlasu jsou slyšitelné i během mluvy. Nárůst hlasivek se uvádí v období dospívání mezi lety 13-15. Samotná mutace však může trvat až do 20 let, záleží na práci s hlasem. Délka hlasivky se zvětší až trojnásobně, až 17-25 mm, poloha mluvního hlasu klesá a rozsah se sníží přibližně o jednu oktávu.

⁸⁰ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 45.

⁸¹ VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 45.

Průběh mutace je veden v několika fázích, jak představuje Vrchotová – Pátová ve svých skriptech o didaktice zpěvu. Dělí transformaci hlasu na tři stupně: období přípravy, období hlasové krize a období vyzrávání.⁸² Z hlediska praktického můžeme prokázat, že je toto rozdělení logické, protože jakmile hlasivky začnou růst, mění se stabilita, přichází mírné ochrptění a unavenost hlasu. Někteří zpěváci tyto počátky dokonce přisuzují k nastydnutí, přichází pocit anginy, ale reálně se jedná o příznaky nastupující mutace.

Jakmile se dostaneme jako pedagogové do situace, kdy vedeme hlas v období transformace, musíme dbát především na několikrát připomínanou osobitost. Každý jedinec vyžaduje jiný, individuální přístup a mnohonásobně to platí i s hlasem, pokud jde o sólovou přípravu. Záleží na složitosti mutace, intenzity práce a dalších aspektech, které nelze nijak urychlit, jak by mnozí tvrdili. Je ale nutno dodat, že lze bouřlivost mutace ovlivnit.

Pro naše domnění, že délka mutačního období je jiná, ale lze jí korigovat v jisté míře, existuje výzkum profesora Vlastimila Koblého, který se řadu let zabýval právě procesem mutace. Sledoval v dlouhodobém čase dospívající, které rozdělil na tři skupiny mutantů. Šlo o žáky, kteří se zpěvu nevěnovali, dále žáci s individuální hodinou týdně a poslední skupinou byli žáci pravidelně navštěvující sbor již od dětství. Jeho výzkum prokázal, že první skupina měla dobu trvání proměny delší, bouřlivější. Druhá skupina měla méně bouřlivý průběh a skupina třetí vykazovala plynulý přechod mezi dětskými a dospělými hlasy.⁸³ Je tedy pravděpodobné, že práce s hlasem od dětských let v hudebně založeném prostředí, kde působí sociální zapojení a „kopírování“ hlasu, podporuje mírnost průběhu mutace.

⁸² VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 12.

⁸³ VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 12.

4. Hlasová hygiena

Ještě, než přejdeme k praktické části práce, je třeba poznamenat i důležitou hygienu hlasu. Hlasové ústrojí nám nemohou poškodit jiní, jeho zanedbávání ovlivňujeme především my. Proto je nezbytné, aby byla dodržována pravidla hlasové hygieny, protože stejně jako běžci si musí chránit a pečovat o své nohy, vědci nesmí přetížít svou mysl a klavírista musí mít v pořádku prsty, i zpěvák potřebuje mít ochráněný svůj nástroj.

Dodržování hygieny hlasu není složité. Musí se jen myslet na praobyčejné zásady jako je správná životospráva, vyvarování se hlučných míst, ochrana před vlivy počasí, a dokonce i při zpěvu je zapotřebí dbát na to, aby nebyl hlas přepínán.

K životosprávě, jako jedné z nejdůležitějších složek, patří dobré stravování, omezení potravin a nápojů (alkoholu), které by způsobovaly reflux⁸⁴, omezení návykových látek, které škodí nejen hlasivkám, ale i dýchacím cestám, hlasový klid a fyzický i psychický odpočinek (spánek) atd.

Klimatické vlivy jsou nejnebezpečnější, protože stačí nepatrná změna počasí a hlasivky jsou ohroženy nachlazením. Proto je důležité udržovat je ve vlhku a teple, nebo nestřídat změny teplot prudce.

Posledním bodem, který řadíme k hlasové hygieně, je spjatý s pojmem markýrování.⁸⁵ Lze ho využívat při zkouškách, tréninku, při složitějších skladbách, vysokých polohách. Je to jeden ze základních způsobů šetření hlasu.

⁸⁴ Reflux – doslova znamená „tok zpět“. „Jedná se o tekutinu, která se vrací na sliznici horních a dolních dýchacích cest z oblasti žaludku.“ (VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*, str. 64.)

⁸⁵ Markýrování – předstírání plného zpěvu. (VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ, Jarmila. *Did. zpěvu*, str. 15.)

Praktická část

Po teoretické části, ve které jsme se snažili uvést základy technik a poznávání hlasu, a které jsou nedílnou součástí praktikování zpěvu, přecházíme v část, která se zaměřuje především na problematiku mužské mutace.

Třetí kapitola nastínila všeobecné povědomí o mutaci. Nyní se zaměříme přímo na mužský hlas v tomto proměnném období, na prvotní projevy mutace, průběh, srovnání se ženskou mutací, metody užívané v tomto období, dovršení mutace a následný rozvoj v plnohodnotný dospělý hlas.

Všechny uvedené poznatky vychází ze zkušeností pěti hlasových pedagogů, kteří s hlasem pracují několik let a jejichž praxi můžeme považovat za směrodatnou. Dva z nich, Zdeňka Součková a Libor Sládek, se naplno věnují vedení chlapeckého sboru *Pueri gaudentes*. Další tři, Markéta Džuneva, Hana Blachutová a Václav Barth, se nejen věnují výuce sólového zpěvu, ale mají i sborovou praxi a dvě z nich napomáhají při individuálních hlasových zkouškách ve zmíněném sboru.

Pedagogové byli vybráni na základě zkušeností s mužskou mutací a typů vedení svých žáků. Práce totiž neukáže jen mutaci jako takovou, ale uvede i porovnání mezi sborovou a sólovou praxí.

5. První fáze mutace

5.1 Prvotní projevy

Mutace u chlapců začíná o něco později než u dívek, protože je obecně známo, že děvčata dospívají dříve. „Dělám to už několik let a mám pocit, že se hranice věku mutace stále posouvá dolů. Normálně kluci začínali mutovat kolem 14. – 15. roku, pamatuji si i několik jedinců, kteří začali v 17 letech. Ale dnešní hranice se pohybuje přibližně kolem 12. – 13. roku.“⁸⁶

Kolem 12 let tedy přichází prvotní fáze změny. Příchod mutace je u každého jedince individuální záležitostí, kterou nelze předvídat dříve, než začnou nepatrné

⁸⁶ Zdeňka Součková. Rozhovor, 12. 11. 2020.

známky. Co bývá ale u většiny dětí podobné, jsou fáze, jak jsme již zmiňovali dříve. I pedagogové se o takovéto studie, které uvedla Vrchotová – Pátová, opírají a znovu je zmíníme. „Jsou tři fáze mutace, a ta první je taková, že po delším používání hlasu je barva znatelně unavenější, přichází šelest. To je prvotní věc, pokud nejde o jakékoliv onemocnění jako jsou chřipka a rýma.“⁸⁷

Na to navazuje i názor, na kterém se všichni shodují: „Většinou to začne šustotem. Protože jakmile se zvětší hlasivky, děti nemají technicky zvládnuté jejich používání a začnou vypouštět více vzduchu. Jakmile se pouští více dechu, zvuk je dyšný. Dále se samozřejmě začnou lámat rejstříky v přechodných tónech, spustí se hrudní hlas a v horních tónech nemají dobrou stabilitu a hlas zvukově *křupne*.“⁸⁸ Klesá mluvní hlas, mění se postava, tělo rychleji roste, získává dospělé křivky a ostré rysy, přichází ochlupení (mírné knírky), výkyvy nálad a nastupuje puberta.

Po první fázi nastává krizová mutace, nejbouřlivější období, které je pro hlas obtížné. Hlas bývá často unavený, střídají se rapidně polohy hlasu a je kolikrát nemožné s hlasem pracovat, dokud hlas nepřejde do třetí fáze vyžívání.⁸⁹

Přesto se podle tvrzení sborníků Zdeny Součkové a Libora Sládka může ojediněle stát, že se některým chlapcům mutace neprojeví tak, aby zpěváka omezila, a toto období překlene tak, že dlouhodobě vydrží v dětském hlasu a naráz „přepne“ do hlasu mužského. „Konkrétně jeden člen sboru zpíval do poslední chvíle v sopránu, naučil se používat falzet, a jednoho dne se přesunul do basu a tam už zůstal. Nemyslím si však, že by bylo vhodné pro chlapce, kteří dokážou regulovat svoji škálu, zpívat v obou rozdílných hlasech. Nicméně se dokázal vyhnout více pasivnímu⁹⁰ zpívání a mutace mu nedělala problém.“⁹¹ Takovéto výjimky lze pozorovat hlavně u tak specifického sboru, který má nejen chlapeckou a mužskou část, ale i oddělení nazývané *karanténa*. Té se budeme věnovat v samostatné kapitole, ale už zde ji zmiňuji, protože přestože je pro mutaci důležitý individuální přístup, jedinci s mírnou podobou transformace hlasu ho

⁸⁷ Václav Barth.. Rozhovor, 22. 11. 2020.

⁸⁸ Hana Blachutová. Rozhovor, 12. 11. 2020.

⁸⁹ VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ, Jarmila. *Didaktika zpěvu – pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pedagogy*, str. 12.

⁹⁰ Tzn. méně aktivnímu, kdy se žáci nezaměřují na detailní zpěv, nevystupují na koncertech a snižují i dobu zkoušení.

⁹¹ Libor Sládek. Rozhovor, 10. 11. 2020.

nepotřebují. Nestává se to však tak často a mělo by se dobře zvážit, zdali to není spíše na škodu.

5.2 Působení hlasového klidu a tepla na počátku mutace

V oblasti zahájení mutace pedagogové opakovaně zkoumají, kdy započne nejčastěji a zdali působí i hlasový klid, tudíž, jestli je ho třeba. Názory jsou různé, ale nakonec různými cestami přicházejí ke stejnému závěru.

Nejčastěji v období letních prázdnin, tedy v teplém období, je v chlapeckém organismu aktivován spouštěcí signál. Hana Blachutová tento jev popisuje: „V době, kde se nic neděje, psychika člověka se nastaví na pohodu, tak v tu chvíli celé tělo *bouchne*. Dostane *signál* toho, že je čas na proměnu, protože jsou pro mutaci vytvořeny příznivé podmínky.“⁹²

Je potřeba vzít v potaz, že psychologie člověka je u zpěvu základním pilířem a u období puberty obzvlášť. V letech dospívání si jedinec začíná vytvářet osobitý charakter dospělého člověka ve společnosti, začíná si klást otázky o svém původu, o svém chování a zaměřuje se jak na své schopnosti a dovednosti, tak nedostatky. Nastávají nové směry komunikace, stávají se události, které jedinec kóduje (nezapomene) a ponese si je celý svůj život. Psychická zranitelnost je křehká a jedná se o „střet protikladných tendencí v člověku.“⁹³

Zpěv mutujícího chlapce dostává, stejně jako jeho tělo a mysl, rapidní změnu. Barva hlasu se mění, škála udržitelných tónů se zmenšuje a s ohledem na intenzitu práce a hlasového klidu je lepší pracovat s hlasem méně častěji. „Člověk se stále točí v daném problému. Je to přerod a v této době nikoho nestresují koncerty, častou prací a nevyžadují výsledky. Vracím se v repertoáru k dětským písničkám, učím je improvizovat a hrajeme si tak, aby chápali pozitivní přístup.“⁹⁴ Pozitivní vedení sehrává velkou roli, protože zpěváci musejí pochopit, že jde jen o přerod, o fázi. A každá negace vytváří v jedinci pouze sebezklamání.

⁹² Hana Blachutová. Rozhovor, 12. 11. 2020.

⁹³ <https://duha.mzk.cz/clanky/zmeny-v-psyche-chovani-u-dospivajicich-ve-veku-11-15-let>, 25. 11. 2020.

⁹⁴ Hana Blachutová. Rozhovor, 12. 11. 2020.

Oproti tomu se stává (často ve smíšených dětských sborech), že jsou kluci vyřazováni ze sboru, protože jejich hlas narušuje dětské soprány a alty. A upozadování ovlivňuje i osobité rozvíjení nebo komunikaci ve společnosti. Metoda učitelů v chlapeckém sboru *Pueri gaudentes* zastává variantu nepřetržité práce, ale ne na stejné úrovni a se stejným přístupem, nýbrž dle možností jednotlivých hlasů. Chlapci, kterým se snížil hlas, jsou přeřazeni do nižších hlasů, aby nedošlo k přepínání neovladatelného hlasu. Pokud jsou hlasy nezvladatelné, nastupují do zmíněné *karantény*, ale všeobecně je cílem sbormistrů nechat mutaci plynule dojít do fáze dospělosti.

5.3 Rozpoznávání jednotlivých hlasů v začátcích

Chlapecké hlasy, na rozdíl od dívčích, procházejí v období mutace zásadní změnou. U dívek se mutací hlasy posouvají níže nebo ztrácí krystalické výšky už ze začátku. S tím se dál pracuje a rapidní změny nebývají tak časté.

Mutace u chlapců je jiná, specifická a naprosto individuální. Všichni pedagogové, jejichž tvrzení jsou v práci použita, se shodli, že předem určit typ hlasu (tenor, baryton, bas) na počátku přeměny nelze.

Markéta Džuneva, hlasová poradkyně, zpěvačka a učitelka sólového zpěvu uvedla příklad chlapce, který v proměnném období dokázal vyzpívat velké G, E, takže se zdálo, že postupně s hlasem přejde z altu do mohutného barevného basu. Nadále i v dospělosti zpíval bas, ale časem se hlas zpíváním dovyvinul a přes baryton prošel do tenoru, kde nakonec zůstal.

Typ hlasu se dá tedy pouze předpokládat podle různých statistik nebo vizuální stránky krku a posazení hrtanu. Většinou se ze sopránů stávají basi, z altů tenoři. Vysoké štíhlé postavy s prodlouženými krky a znatelným ohryzkem jsou předpokladem pro bas, kratší silnější krky zas pro tenor. I tak se jedná ale pouze o domněnky, v nichž může být opak pravdou.

5.4 Porovnání s mutací u dívek

„Rozdíl je v měnicích se hlasivkách. U chlapců se zvětšují více, proto jde o rapidnější změnu než u dívek.“⁹⁵ Není tak znatelná a člověk, který se nepohybuje v pěveckém oboru, nemusí ženskou mutaci ani zaznamenat.

Jsou-li již dětské hlasy barevnější, charakterističtější, mají výraznější i mutační průběh. Soprány se zvonivým hlasem se zabarvují do mohutného tónu, a zároveň ztrácí krystalické výšky. Alty se zas naopak mohou posouvat i do kovových výšek, přestože hlavový tón nikdy neměly.

Hlavový rejstřík je sám o sobě u žen problémem, pokud se nerozvine už v dětství. Dívky nepoznají sjednocování rejstříků, mutace tomu rozhodně nepomůže a v dospělosti se tato dovednost špatně dohání.⁹⁶

Všeobecně začínají dívky s mutací o něco dříve, většinou okolo jedenáctého roku. Naopak zase může trvat déle, právě z důvodu objevování a využívání hlavového rejstříku a ustálení jednotné zpívané škály. U chlapců jde o bouřlivější mutaci, ale většinou s jasným koncem, pokud se nejedná o výjimky.

5.5 Urychlení mutace

Proces přeměny je specifickou záležitostí a záleží pouze na osobnosti každého zpěváka. Rozhodně však nejde urychlit. „Jedná se o přirozenost, kterou v sobě mutace má. Podstatné je, aby kantor uměl nasměrovat žáka, co může a nemůže.“⁹⁷ Doporučuje se při mluvním projevu nekřičet a nepřepínat hlasivky. Dále pedagogové zmiňují, že by se měly děti naučit mluvit v nižší poloze, kam se jim hlas snižuje, a kde nebudou tolik vyčerpané.

Co naopak lze, je umělé prodlužování mutačního období. Pro zdravý vývoj hlasu může být i trochu nebezpečné a většinou je motivováno jen jedním důvodem – možností delšího setrvávání v dětském sboru. Všichni hlasoví pedagogové se shodli na jedné věci:

⁹⁵ Václav Barth. Rozhovor, 22. 11. 2020.

⁹⁶ Markéta Džuneva. Rozhovor, 11. 11. 2020.

⁹⁷ Václav Barth. Rozhovor, 22. 11. 2020.

„Nejsem zastánce tohoto typu výuky, kdy se v dětských sborech, mimo chlapecké, udržují chlapci, u nichž probíhá mutace, v altu, aby dobarvovali spodní tóny, které dívky nemají tolik znělé.“⁹⁸ Jedná se o umělé udržování, kdy chlapci vycházejí z techniky falzetu a hlasivky se nerozvíjejí přirozeně.

⁹⁸ Markéta Džuneva. Rozhovor, 11. 11. 2020.

6. Karanténa

Individuální přístup v hlasové výchově je v pubertě nedocenitelnou výhodou. V případě sborů se logicky upřednostňuje kolektiv před jedincem, z čehož omezené možnosti pro aktivitu zpěváka v mutačním období.

Chlapecký a mužský sbor *Pueri gaudentes* proto vytvořil mezi dětským a dospělým oddělením ještě jednu kategorii, kde je možno se chlapcům věnovat individuálně. Pracuje se s takovou intenzitou a náročností, kterou právě probíhající mutace umožňuje. Chlapci jsou tak víc motivováni k aktivitě v práci s hlasem. Navíc se v tomto období „znevýhodnění“ cítí ve společnosti sobě rovných sociálně v bezpečí.

Velkou roli v založení karantény sehrála i foniatřička MUDr. Jitka Vydrová, která se obdobím mutace začala zabývat ve svém výzkumu. „Setkali jsme se na kurzech pro pedagogy a ona tam byla jako lektorka. Měla přednášky o foniiatrii, o tom, jak pracovat s hlasem. Když zjistila, že pracuji s chlapeckým sborem, chtěla s námi spolupracovat a věnovat se právě klukům s mutací.“ Zmiňuje Markéta Džuneva.

Dalším faktorem, který se podílel na vytvoření *karantény*, byl problém změny hlasu, kdy chlapci nadále nemohli zpívat v dětských polohách, ale nedosáhli ani k dospělým mužským barvám. Sbor založila Zdeňka Součková v roce 1990, a aby si udržela zpěváky, s nimiž několik let pracovala, bylo zapotřebí vymyslet způsob, jak. „Karanténu jsem vytvořila asi až po desátém roce. Bylo to do té doby takové nahodilé. Je třeba si uvědomit, že mutace není nemoc, ale přirozený jev. U těch kluků mi to přišlo nejdříve zvláštní. Musela jsem si nastudovat literaturu, poradit se s odborníky a lékaři. Hlavně jsem ani nechtěla, aby zpívali falzetem, a ve sboru bez něj najednou nemohli fungovat. Tudíž, abych je neztratila, musela jsem vymyslet způsob, jak se s nimi budu potkávat. Protože nejde jen o přerušení, ale i sociální kontakt.“⁹⁹

Na základě doporučení hlasové poradkyně ve spolupráci s doktorkou a sbormistryní, která hodlala udržet sbor a pomoci mladým mužům při mutaci, dostal sbor po záštitou umělecké školy jednu vyučovací hodinu navíc, kde chlapci praktikují hlasová a dechová cvičení a poznávají svůj nový hlas na jednoduchých písních.

⁹⁹ Zdeňka Součková. Rozhovor, 12. 11. 2020.

Výhodou *karantény* je určitě napodobování mezi sebou. Jeden vidí u druhého, co dokáže s mužským hlasem, a tak se pokouší napodobit přístup a tón. Zároveň mají pouze hodinovou zkoušku jednou týdně, což je minimum, určitě by mohly být třeba dvě hodiny, ale vzhledem k tomu, že toto období nevyžaduje častější práci, není to nutnost. Na jedince v tomto období působí hned několik starostí: ze školy, z rodiny a dalších okruhů ovlivňujících život dospívajícího muže, a k tomu zpěv, který zpěvem moc není, jelikož se den, co den mění.

Zdeňka Součková zmiňuje, že „jiné sbory toto oddělení nemají. A ve chvíli, kdy kluci v dětských sborech začnou mutovat, jsou buď vyřazeni nebo úplně odsunuti.“ Dále podotýká, že se již mnohokrát stalo, že jí do tohoto oddělení přijdou na základě doporučení i chlapci, kteří ve svých mateřských sborech nemůžou zpívat, přestože zpívat dál chtějí.

Z výše uvedených postřehů a zkušeností a zejména z vynikajících výsledků působení karanténního oddělení jasně vyplývá přínosnost tohoto „mezioddělení“ a jednoznačné doporučení zavádět ho i u ostatních dětských sborů, což potvrzuje i potřebu dalšího vzdělávání sbormistrů a hlasových poradců o problematice mutace a potřebě ji ve svých sborech moudře řešit.

7. V průběhu mutace

7.1 Metody a vedení

Zpěv je specifický obor a učit jej bez pěvecké praxe nelze. Je dobré, když pedagog projde sborovou nebo sólovou praxí. Je totiž důležité poznat možnosti, které máme, pozorovat styly učení (z nichž vybíráme to, co budeme a nebudeme chtít praktikovat) a naučit se s hlasem zacházet tak, abychom s těmito znalostmi dokázali posléze pracovat.

Je důležité rozeznávat dva druhy práce. Práce se sborem je naprosto odlišná od práce s jedincem. Libor Sládek říká: „Pokud jde o práci ve sboru, musí to být rychlé, protože se nelze zabývat jedincem delší čas a upřednostnit ho tak před skupinou. I práce se skupinou jednoho hlasu musí být svižná, vysvětlení výstižné, protože, zatímco se jedna strana učí, druhá se nudí.“ Dále zmiňuje, že mysl sbormistra musí být nastavena tak, aby si pamatoval všechny nedostatky, v dané chvíli vyřešil jen nezbytnosti, a teprve po celém oficiálním zkoušení může vyzvat jednotlivce a vyřešit to, co stále drží na paměti.

Zaměříme-li se na individuální sólový zpěv, práci s žákem musíme vnímat naopak. U jedince, který zpívá sám a nemůže se spoléhat na ostatní, je třeba pozorovat kašdický nedostatek a napravovat ho, aby si neublížil. V takovýchto hodinách je na drobnosti naopak čas.

Jako pedagogové musíme vědět, na čem zpěv stojí. „Prvotní je nádech, protože bez dechu nikdo nic nezaspívá. Umět se nadechnout je základ, aby zazněl krásný zdravý a silný tón.“¹⁰⁰ K dechové technice, která je, zdůrazňuji, nejdůležitější, patří správný postoj a pocit uvolněnosti. Cokoliv křečovitého se odráží na zpěvu a bez uvolněnosti může dojít k nebezpečnému přepínání hlasivek. Závisí to také hodně na psychické pohodě a daném rozpoložení. Proto je důležité nestresovat se a nemít ze zpívání a dosahování výsledků strach.

Zpěv v období mutace je výrazně ztížen faktem, že nelze získávat pevné výsledky. Problémy se řeší delší dobu, a je důležité, aby učitel postupně rozšiřoval žákovi hlasový rozsah. Kolikrát chlapci nedokážou zaspívat více než pět tónů a postupuje se jen stěží po půl tónech. K rozšiřování škály je nejvhodnější vyrovnání tónů. „Snažím se nejdříve srovnat vokály, protože to ovlivňuje hodně nasazování tónů. A je to jeden z kroků, kterým

¹⁰⁰ Hana Blachutová. Rozhovor, 12. 11. 2020.

se můžeme dostávat k vyšším tónům s uvolněným pocitem. Stačí si ohlídat prostor mezi stoličkami, vyklenuté měkké patro a zpěvák náhle zjistí, že může kamkoliv.“¹⁰¹ Jako pomůcku k dobrému rozevření úst a sjednocení barvy samohlásek použila Hana Blachutová ruku v pěst, která se symbolicky zapasuje mezi přední zuby.

U rozezpívání je dobré vycházet z přirozených tónů zpěvákovy nasazení. Zjišťuje se to tak, že necháme chlapce, popřípadě děvče, zazpívat jakoukoliv lidovou píseň, snadnou, s malou škálou tónů (nejčastěji v intervalu kvinty). Dle jeho zpěvu určíme tóninu a z té při další výuce vycházíme.

Pro rozvíjení tónů a rozšiřování hlasového rozsahu jsou správnější pěvecká cvičení ze shora. Škály ze spodu nahoru navozují dojem stoupání a žáci většinou vytahují krky za tónem, čímž si uzavírají prostor v ústní dutině napínají oblast hrtanu a hlasivky tak nejsou dostatečně flexibilní.¹⁰²

Co se týče repertoáru, je dobré ho buď na čas změnit nebo postupně proměňovat skladby dle možností hlasu. „Jestliže není mužský hlas dovyvinut a nemá větší váhu nad dětským hlasem, repertoár se udržuje v altové poloze s tím, že rozezpíváním a různými cviky můžeme pomalu postupovat i do hlubších tónů. Ve chvíli, kdy začne převládat mužský hlas nad dětským, plynule opustíme repertoár a začneme tvořit na daném vyvinutém hlasu.“¹⁰³

7.2 Představy o nasazení tónu

Představit si, kam máme nasadit tón, kde máme vnímat jeho centrum, je velice složité a u každého platí něco jiného. Některým se o posazování tónu nemusí vůbec mluvit, pokud mají jazyk položený a dobře vyklenuté horní patro. S nimi pracujeme na jejich přirozenosti a dál už jen zdokonalujeme ostatní prvky.

¹⁰¹ Hana Blachutová, Rozhovor, 12. 11. 2020.

¹⁰² Hana Blachutová, Rozhovor, 12. 11. 2020.

¹⁰³ Markéta Džuneva, Rozhovor, 11. 11. 2020.

„Důležité je uvědomění si zubů. Přirovnávám představy k rovnátkům, za které chlapce někdo tahá, nebo používám lyžařské brýle, jednorožce, jehož roh míří daleko. Je důležité posílat tón do dálky, aby letěl a zněl.“¹⁰⁴

Dále můžeme používat pro uvědomování rezonance a směřování tónů představu periskopu, který vyjíždí z vrchu hlavy. Tam je centrum tónu a my ho posíláme dál.¹⁰⁵ Mluvíme o vertikálním uvědomování si šířky tónů, která opět stojí na dechu a dobrém postavení. Vyslovovat zřetelně konsonanty a popřípadě ukazovat na sobě samém nejen správné uchopení, ale rozdíl mezi špatným a správným nasazením.¹⁰⁶

„Říkám, že zpěváci žijí schizofrenní život,“ vyjádřila se Hana Blachutová k problematice chápání nasazování vyšších a vyšších tónů. Mnohé studie i učitelské praxe se shodují, že stoupáme-li s melodií, naše představa musí jít protipohybem. Nejčastěji používané příklady bývají ve formě výtahu, který jede dolů nebo, účinnější, dřep ve chvíli nasazení vrchního tónu. Důležité je, že nasazený tón musí mít také předem určený směr. K tomu pomáhá příměr k oku malé jehly nebo představa, že stojíme na pódiu a musíme dozpívat až k posledním řadám. Jehla je ovšem v tomto případě přesnější, protože se musíme soustředit tón poslat skrze jeho očko na hlavičce. Nasazení tedy musí být přesné, ne široké a musí se dostat až za jehlu.¹⁰⁷

7.3 Problémové případy

V první řadě je nebezpečné nenechávat chlapce rozvíjet se a udržovat je ve vysokých polohách, kde se hlas přepíná. Takovéto vedení spěje k horšímu průběhu mutace a celkové období se stává problémem.

Musíme si uvědomovat, že jde o složitou práci s psychologií. Učitel musí vážít všechna slova, promýšlet, co říká, a pomalu hledat jádro problému. To, jak se vyjadřujeme, ovlivňuje zpěváka a pokud učíme obor, který nemá vizuální složku (mluvíme-li o zpívaném zvuku), naše vyjadřování je o to důležitější.¹⁰⁸

¹⁰⁴ Markéta Džuneva. Rozhovor, 11. 11. 2020.

¹⁰⁵ Libor Sládek. Rozhovor, 10. 11. 2020.

¹⁰⁶ Václav Barth. Rozhovor, 22. 11. 2020.

¹⁰⁷ Hana Blachutová. Rozhovor, 12. 11. 2020.

¹⁰⁸ Hana Blachutová. Rozhovor, 12. 11. 2020.

Umět si poradit s problémem znamená naučit zpěváka pracovat s ním. „Se zpěvákem zkouším problematickou část. Ukazuji mu správnou techniku a ve chvíli, kdy zpěvák dobře zazpívá, ptám se ho, jak se u toho cítil, jak to udělal a žádám ho, aby to samé zopakoval.“¹⁰⁹ Pamatovat si je obtížné a napodobování ještě složitější. Jen na učiteli je, aby rozpoznal správné od špatného a naučil žáka pracovat se správným.

Někteří pedagogové tvrdí, že je třeba umět si přiznat i to, že je práce nad naše síly. Jiní zastávají názor, že s každým problémem si musíme umět poradit. Ze všech učení však v obou případech funguje jedna věc. Empatie. Hudební pedagog musí být empatický, musí se soustředit na žáka, neuplatňovat sebe více, než jeho, a žák zase musí umět posoudit, zdali mu učitel vyhovuje, či nikoliv.

„Když chce žák pracovat a má k tomu důvod, aby zpíval, vypořádání se s problémem jde vždycky. Ve chvíli, kdy žák nechce, problém vidím v komunikaci s kantorem. Kolikrát za mnou chodili kolegové s tím, že jejich žáci mají problém s danými věcmi. Nakonec jsem ale zjistila při práci s problematickým žákem, že jenom nechtěl nebo mu to bylo špatně vysvětleno. A to je o tom, že se začne uplatňovat myšlenka kantora nad potřebu žáka.“¹¹⁰ Markéta Džuneva se zmiňuje i tom, že učila mnoho problematických jedinců, ale nikdy se jí nestalo, že by byli nad její síly. Brala by to jako selhání, a v případě, že žák chce na sobě pracovat, tak jako učitelé jsme tu od toho, abychom žákům ukázali cestu, jak dojít k hlasovému sebepoznání. Jde totiž o naše poslání a jako pedagogové k tomu tak musíme přistupovat.

7.4 Výzkum Vlastimila Koblého

V rámci výzkumu jsme zmiňovali v teoretické části, kapitole o mutaci, výzkum Vlastimila Koblého, který rozlišoval bouřlivost mutace u nezpěváků, sborových zpěváků a sólistů. Proto jsem se pedagogů dotazoval, zdali platí pravidla, o nichž se výzkum zmiňuje. „Samozřejmě, ty děti na sólovém zpěvu jsou více hlídané a cvičené, takže si je kantor pohlídá. Ve sboru jsou chlapci bez propracované individuality, ale také hlas

¹⁰⁹ Libor Sládek. Rozhovor, 10. 11. 2020.

¹¹⁰ Markéta Džuneva. Rozhovor, 11. 11. 2020.

trénují. Přestup je pro ně jednodušší a méně markantní. U nezpěváků je to více bouřlivé, ale znovu zmiňuji osobitost každého hlasu.“¹¹¹

Důvodem, proč se tak děje, je právě korigování hlasu. Zpěváci při zpěvu s hlasivkami manipulují, umějí nasazovat správně dech, přemýšlet nad tím, co dělají. V případě afektu ovšem hlas *křupne*, protože si ho přestanou hlídat.¹¹²

Práce s nezpěváky, kteří nemají žádné pěvecké zkušenosti a začnou docházet na zpěv v období mutace, je náročná. Teprve poznávají složitější vnímání a pochopení práce s hlasem, protože nemají naučené návyky jako jedinci, kteří na zpěv chodili, ať už sborový nebo individuální. Tito žáci s minimální praxí, kterou si mohli přinést z dětství, většinou nerozumí, co po nich jako učitelé chceme, a co víc, nechceme jen jednu věc, ale hned několik najednou. „U nás zpěváků funguje několik faktorů najednou, které se musejí rychle pochopit a zvládat současně.“¹¹³

¹¹¹ Markéta Džuneva. Rozhovor, 11. 11. 2020.

¹¹² Zdeňka Součková. Rozhovor, 12. 11. 2020.

¹¹³ Hana Blachutová. Rozhovor, 12. 11. 2020.

8. Nové období po mutaci

8.1 Usazení hlasu po mutaci

Nové období mutace přináší novou práci. Mužský hlas je po mutaci čerstvý, stále ještě nevyzrálý. A přestože se v literatuře uvádí, že se hlas ukotvuje kolem 21. roku, nemusí tomu tak být. „Sice může být zpěvák úžasný i v 16 letech, ale není vyzrálý. To slovo vyzrálost a otázka životní zkušenosti je základním kamenem pro usazení hlasu.“¹¹⁴

Práce s novým hlasem by měla postupovat pomalu, přes cvičení, k základním písním, až k složitým skladbám. Nemělo by se nikdy nic uspěchat ani po mutaci. Chlapci poznávají nové hlasy, zjišťují své možnosti a hlas se může ještě stále posouvat.¹¹⁵

Také záleží na odvětví: sbor nebo sólo. U sólového zpěvu je ukotvování opět na několik let. Sbor vyžaduje co nejdříve aktivní účast.¹¹⁶

8.2 Zapomenuté návyky

Naučených návyků nemusí být v dětství moc, ale ty, které zpěvák umí, se během mutace dají využívat jen v omezeném množství. Chlapce po mutaci musíme vnímat jako nového člověka, znovuzrozeného s jinou povahou, myšlením a postavou. A nastává chvíle, kdy i oni si toto všechno uvědomují a začínají být samostatní. Práce s nimi je jiná, nová. Návyky a techniky nemusejí být však zapomenuté, nýbrž odsunuté, a na pedagogovi je v této fázi, aby rozkódoval a oprášil techniky zpěvu zpět.¹¹⁷

„Je to, jako když si zlomíš nohu. Techniku nezapomeneš, ale musíš ji znovu natrénovat a k některým věcem se vracet, protože to dlouho nepraktikuješ tak naplno, jako dřív.“¹¹⁸

Největší práce přichází s dechem a bránicí, protože vyvinuté hlasivky potřebují větší dechovou tenzi. Zpěváci musejí pochopit, že do nádechu se zapojuje celé tělo. „Mluví se o nadechování do břicha. Bohužel se kolikrát stává, že žáci začnou předvádět spíš

¹¹⁴ Libor Sládek. Rozhovor, 10. 11. 2020.

¹¹⁵ Václav Barth. Rozhovor, 22. 11. 2020.

¹¹⁶ Zdeňka Součková. Rozhovor, 12. 11. 2020.

¹¹⁷ Libor Sládek. Rozhovor, 10. 11. 2020.

¹¹⁸ Zdeňka Součková. Rozhovor, 12. 11. 2020.

gymnastická cvičení než správný nádech. Proto raději používám spojení *nadechnout se do zad a do žeber*.¹¹⁹ Při použití stejného výrazu můžeme chytnout dítě také na žebrech a vyzvat ho k nadechnutí do našich rukou. V té chvíli okamžitě udělají, co se jim řeklo. A samozřejmě je vhodné zabývat se tímto způsobem nadechování už v průběhu mutace, zmiňuje Markéta Džuneva.

Ve sborech se stává, nejčastěji v tenorech, že nemají dechovou techniku podchycenou. Proto se zpěváci přepínají a kolikrát musejí přepnout do falzetu, který se nachází v hlavovém rejstříku.

8.3 Falzet jako součást rejstříku

Technika falzetu je specifikum, na nějž jsou názory sjednocené v případě, pokud se bavíme o tom, zda mají už děti falzet. Je to spíše polemizováním, protože u dětských hlasů rozlišujeme hrudní rejstřík a rejstřík hlavových tónů. A barva dětského hlavového tónu je natolik podobná falzetu, že se nelze pokoušet o radikální rozhodnutí, je-li toto falzet, či není. Samotní pedagogové doporučují i pojem falzet při práci s dětmi nepoužívat, protože si pod ním nejde nic moc představit, kdežto hlavový tón vědí, kam mají posazovat nebo aspoň chápou, o jakou znělost má jít.

U menších dětí dochází při zpěvu ve vyšší poloze k zapojování hlavového rejstříku zcela spontánně. Není-li však využíván, a tedy procvičován, stává se vyšší pěvecká poloha méně a méně jistá a časem zcela odpojená od výhradně užívaného hrudního rejstříku. A jak už bylo zmíněno, znovuobjevování hlavového rejstříku v pozdějších letech je velice obtížné. Během mutace se rozvíjí i třetí, střední rejstřík, a ve chvíli, kdy se všechny rejstříky podchytí, bude v hlavovém rejstříku možno rozeznávat i barvu falzetu. Jinak je falzet brán jako „zvukomalebná ozdoba, která by neměla být využívána v normálních¹²⁰ polohách.“¹²¹

¹¹⁹ Markéta Džuneva. Rozhovor, 11. 11. 2020.

¹²⁰ Norma polohy se bere daná škála daného hlasu.

¹²¹ Markéta Džuneva. Rozhovor, 11. 11. 2020.

Falzet se může užívat jen do jisté míry, například při nácviu skladeb, ale platí to spíše pro sbory. Sólový zpěvák by se měl této techniky vyvarovat, pokud není od autora předepsáno zpívat falzetem. To samé platí i u profesionálních sborů při vystoupení.

9. Komunitní a sólová inteligence

Hana Blachutová zmiňuje: „Inteligence je důležitá, protože o zpěvu musíš pořád přemýšlet. Máš nejen představy, ale i tělo. Je to detailní mravenčí práce a vcelku jde o to, aby si posluchač řekl, s jakou lehkostí je to zvládnuto. O naší práci se musí pořád přemýšlet. Musíme předvídat to, co se bude dít dál. V případě vysokých tónů neřešíme jejich podchycení, až když se k nim dostaneme, ale řešíme už, jak chytíme celou frázi, ve které je obsažen. Řešíme tu celou cestu před tím, co se kde stalo za drobnost. A to bez inteligence a přemýšlení nejde.“

V přemýšlení nad zpěvem rozlišujeme dva druhy inteligenčního chápání. Komunitní neboli sborové, a sólové.

„U sólového zpěvu se člověk musí umět prosadit.“¹²² Důkladněji rozebírá jednotlivé techniky, hlídá si svůj pěvecký postoj a každou odchylku, která ovlivňuje barvu, sílu a celkové znění tónu. Musí uvažovat nad každým krokem a kolikrát nad několika dohromady.

Sborová inteligence se projevuje schopností rychlého vycítění nějaké potřeby (interpretační, sociální apod.) a dovedností rychlé reakce. Například při využití tzv. střídavého dechu - jednotlivec nemusí uzpívat celou frázi, tu musí zazpívat celá hlasová skupina, může se uprostřed fráze nenápadně nadechnout a následně se zase připojit k ostatním, ale musí rychle vyhodnotit, které místo je k nádechu vhodné, aby nenarušil jednotnost. Může se jednat i o schopnost rychlé výpomoci blízkému hlasu, vnímání dynamických nuancí apod. Sbor je specifickým typem komunity, ve které je pro klidné sociální soužití důležité uvědomění spoluzodpovědnosti a spolupráce, jak se říká, potřeby táhnout za jeden provaz.

Někteří hlasoví pedagogové sólovým zpěvákům zcela zakazují zpívání ve sboru, protože se techniky využívají jinak a preferují koncentraci pouze na sólový zpěv. Já se naopak kloním k názoru, že by všichni zpěváci měli projít sborem a naučit se hudebně sociálním vztahům, aby byli více připraveni v budoucnu pracovat i jako sólisti s kolektivem nebo jen korepeticí.

¹²² Libor Sládek. Rozhovor, 10. 11. 2020.

Závěr

Mutace je složité období. Nevyrovnané, kdy je třeba velké trpělivosti jak ze strany učitele směrem k žákovi, tak ze strany žáka směrem ke svému hlasu. Mutaci nelze urychlit, jde o přirozený vývoj, ale je možno napomáhat jejímu průběhu.

Na základě všech informací, které se v práci nachází, se dá vyvodit, že by hlasoví pedagogové měli dbát při výuce na přirozenost.

Přirozenost je podstatou zdravého a osobitého zpěvu a klíčem k ní je respektování potřeb žáka. Mnoho pedagogů si těchto aspektů nevšímá a spíše se snaží o to, aby žák kopíroval zpěv samotného učitele. Nenaslouchají, nejsou empatičtí a pak často vzniká problém. Proto je důležité, aby mezi učitelem a žákem došlo k symbióze, porozumění a důvěře.

Hudební pedagogové pracují i s dětmi, které se dostanou do mutačního období. Tato bakalářská práce podrobně popsala změny v době transformace u chlapců, u kterých je průběh výrazně dynamičtější a které by měl znát každý hlasový pedagog nebo sbormistr.

V období mutace je nezbytně nutné brát ohled jak na omezenost rozsahu a hlasovou indispozici, tak i na křehkou psychiku chlapců. Důležité je dbát na zcela specifický přístup k žákovi, který je rozdílný od běžného vedení hodin zpěvu.

Nelze určit, zda mutace trvá rok, dva. Nedá se ani určit doba, kdy se žák stane plnohodnotným zpěvákem, připraveným na aktivní vystupování. Individualita každého jedince je záležitostí, která se nedá podchytit. Je důležité pohlížet na zpěv jako na neustálé rozvíjení a zdokonalování této dovednosti, která má odlišných hranic u každého z nás a jedinou takovou hranicí, která by mohla být stejná u všech, je vytvoření „voix mixte“. Propojení všech rejstříků podchycené na základě dechové, hlasové i artikulační techniky je hlavní podstatou, která je pro zpěváky zásadní.

V práci se sborovými zpěváky se velmi dobře osvědčil model chlapeckého sboru *Pueri gaudentes*, oddělení tzv. karantény, ve které je výrazný podíl individuální práce respektující dané možnosti jednotlivých zpěváků.

Rád bych, aby má práce byla prospěšná pedagogům i studentům, kteří se začnou věnovat výuce zpěvu nebo sami začnou v dráze profesionálních zpěváků. Povědomí o

mutaci by pro ně mělo být nezbytné, a pokud by se tato práce stala základem pro jejich znalosti o hlasu, zpěvu a přerodu hlasu v dospělý mužský hlas, získají tyto stránky na hodnotě.

Seznam použitých zdrojů

Literatura

CARUSO, Enrico. *Jak se má zpívat – několik praktických pokynů*. Praha: Chronos, 1999. ISBN 80-902534-1-5.

MARTIENSSENOVÁ – LOHMANNOVÁ, Franziska. *Vzdělaný pěvec*. Pardubice: nakladatelství KORA, 1994.

SOUKUP, Jaromír. *Hlas, zpěv, pěvecké umění*. Státní nakl. Krásné literatury, hudby a umění, Praha 1959.

TICHÁ, Alena. *Učíme děti zpívat: hlasová výchova pomocí her pro děti od 5 do 11 let*. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0648-4.

VRCHOTOVÁ – PÁTOVÁ. Jarmila, *Didaktika zpěvu pro sólisty, sborové pěvce a budoucí pěvecké pedagogy*. Plzeň: Vydavatelství Západočeské univerzity, 1997. ISBN 55-052-97.

VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*. Praha: Tobiáš, 2017. ISBN 978-80-7311-169-4.

Diplomové práce

FALCOVÁ, Kateřina. *Základní shody a rozdíly v technice muzikálového a operního zpěvu*. Diplomová práce, Brno: JAMU, 2014.– Použita stejná citace z knihy *Vzdělaný pěvec* od Franzisky

KOVERDYNSKÝ, Luděk. *Vliv držení těla na pěvecký projev*. Diplomová práce, Praha: Pedagogická fakulta UK, 2012.

Odkazy na užité webové stránky

<http://www.muzikoterapie.cz/clanky/sramlova-l-2007-alikvotni-zpev-a-nektere-jeho-lecebne-ucinky>, 18. 10. 2020.

<https://pevecka-technika.webnode.cz/poruchy-hlasu/>, 28. 10. 2020.

<https://cs.wikipedia.org/wiki/Falzet>, 28. 10. 2020

<https://is.muni.cz/do/1499/el/estud/ff/js08/fonetika/ucebnice/ch05s03.html>, 2. 11. 2020.

<https://is.muni.cz/do/1499/el/estud/ff/js08/fonetika/ucebnice/ch05s03.html>, 2. 11. 2020.

<https://www.czechency.org/slovník/MONOFTONG>, 2. 11. 2020.

https://is.muni.cz/el/1441/podzim2015/SPROC_SP1a/um/fonetika_samohlasky.pdf, 2. 11. 2020.

<https://is.muni.cz/do/1499/el/estud/ff/js08/fonetika/ucebnice/ch05s03s01.html>, 2. 11. 2020.

<https://duha.mzk.cz/clanky/zmeny-v-psychice-chovani-u-dospivajicich-ve-veku-11-15-let>, 25. 11. 2020.

Pedagogové spolupracující na praktické části¹²³

Zdeňka Součková, sbormistryně chlapeckého a mužského sboru Pueri gaudentes.

Ing., Mgr. Libor Sládek, sbormistr chlapecké a mužského sboru Pueri gaudentes.

Mgr. Václav Barth, Ph.D., učitel sólového zpěvu na konzervatoři Jana Deyla.

BcA. Hana Blachutová, učitelka sólového zpěvu v ZUŠ Šimáčkova.

Mgr. Markéta Džuneva, učitelka sólového zpěvu v ZUŠ Šimáčkova.

¹²³ Viz. Přílohy

Přílohy

Příloha č.1

Svislý, příčný řez hrtanem.

SOUKUP, Jaromír. *Hlas, zpěv, pěvecké umění*. Státní nakl. Krásné literatury, hudby a umění, Praha 1959. str. 19.

Příloha č. 2

Uložení bránice.

VYDROVÁ, Jitka. *Hlasová terapie*. Praha: Tobiáš, 2017. ISBN 978-80-7311-169-4. str. 23.

Příloha č. 3

Průřez horní části hlasového ústrojí.

SOUKUP, Jaromír. *Hlas, zpěv, pěvecké umění*. Státní nakl. Krásné literatury, hudby a umění, Praha 1959. str. 17.

Příloha č. 4

Přepsaný záznam rozhovoru se Zdeňkou Součkovou ze dne 12. 11. 2020.

Příloha č. 5

Přepsaný záznam rozhovoru s Liborem Sládkem ze dne 10. 11. 2020.

Příloha č. 6

Přepsaný záznam rozhovoru s Václavem Barthem ze dne 22. 11. 2020.

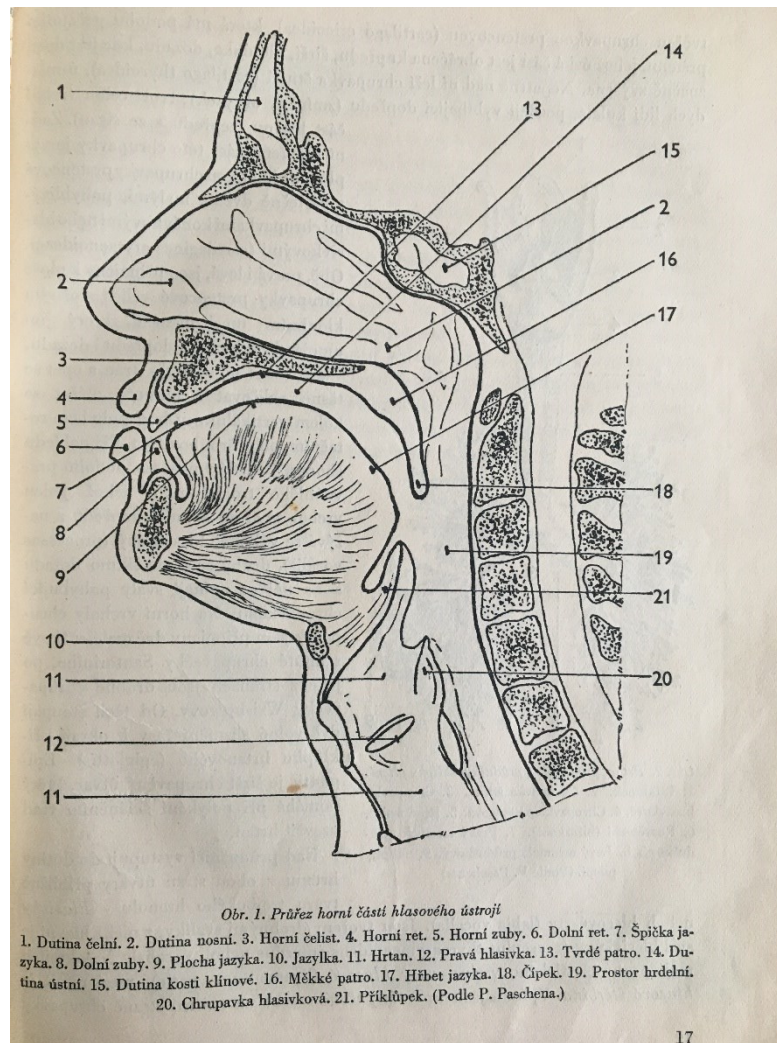
Příloha č. 7

Přepsaný záznam rozhovoru s Hanou Blachutovou ze dne 12. 11. 2020.

Příloha č. 8

Přepsaný záznam rozhovoru s Markétou Džunevou ze dne 11. 11. 2020.

Příloha č. 3



Příloha č. 4

Pedagog: Zdeňka Součková, datum: 12. 11. 2020

Kdy ses poprvé setkala s mutací jako takovou?

Setkala jsem se s ní poprvé, když jsem založila chlapecký sbor, a najednou ve 13 letech začal jeden z nich mutovat. Takže jsem se o to musela začít zajímat. Hodně jsem se učila z literatury a radila se s pedagogy.

Aby ten sbor nějak fungoval, tak jsem si tehdy vzala na pomoc mužské hlasy z Gaudia, kteří si mutací už prošli.

Pak jsem postupně pochopila, že pokud chci dělat chlapecký sbor a nechci o zpěváky přicházet, tak se musím zabývat i tou mutací.

Karanténu jsi vytvořila kdy?

Karanténu jsem vytvořila asi až po desátém roce. Bylo to do té doby takové nahodilé. Je třeba si uvědomit, že mutace není nemoc, ale přirozený jev. U těch kluků mi to přišlo nejdříve zvláštní. Musela jsem si nastudovat literaturu, poradit se s odborníky a lékaři. Hlavně jsem ani nechtěla, aby zpívali falzetem a ve sboru bez něj najednou nemohli fungovat. Tudíž, abych je neztratila, musela jsem vymyslet způsob, jak se s nimi budu potkávat. Protože nejde jen o přerušení, ale i sociální kontakt.

V momentu, kdy přestanou chodit, tak spoustu z nich ztratíš. Proto jsem zavedla tzv. karanténu, kam by oni mohli docházet na jednu vyučovací hodinu, kde s nimi dělám hlasová a dechová cvičení. Občas s nimi dělám písničky, ale tak jednoduché, aby v sobě objevovali chuť po zpívání, a především svůj mužský hlas.

Stačí k mutaci jedna hodina?

Určitě nestačí, ale v tomto období není třeba nasazovat moc. Nezapomínejme, že je to přechodné období, kde kluci bývají půl roku, maximálně rok. Souvisí to i s tím, že je na ně nakládáno v té době víc než dost. Škola, jiné zájmy a k tomu i ten zpěv.

Myslím si, že dvě hodiny by byly ideální, ale ono není dobré ten hlas v určitém období zatěžovat moc.

Ale hlavně, proč je to oddělení dobré: Můžu se tam *mutantům* věnovat víc individuálně. Každý kluk se mohl totiž ukázat jednotlivě, a slyšet tak i ostatní kolem.

Posouvají se společně, protože pokud jeden den zazpívají něco a další týden ne, jsou zklamaní, ale motivovalo je to. Nejsou na to sami a vidí i u ostatních, že mutace probíhá stejně. Takže to funguje i psychicky.

Z karantény by neměli být pouštěni, pokud nezvládnou aspoň oktávu. Dřív opravdu ne, ale nebylo třeba spěchat.

Malé skladby, které jsi jim dávala působily tak, že se vlastně poznávali? Zpěváci poznávali sami sebe?

Určitě. Oni se i vzájemně napodobují. V jednu chvíli vidí, že jeden kluk dokáže udělat ten pravý mužský tón, takže se snaží udělat totéž, a v tom to ten význam má.

Důvod toho, proč nelze být ani mezi dětskými hlasy ani dospělými? Protože u dětského hlasu to „křupe“ a mezi dospělými by se ten hlas mohl poškodit, protože vedle sebe slyší už hotové hlasy, které vše berou naplno a oni se neslyší ani vnitřně. A nedokážou předvést to samé co už dovyvinutý hlas.

Samozřejmě s nimi i vystupují na malých koncertech, aby neztratili to, co se v dětství učili ve sboru. Jinak hlavní a větší význam má pro nás to rozezpívání.

Názor na kluky, kteří přijdou rovnou do karantény z jiných sborů?

Tam je problém toho, že oni toto oddělení nemají. A ve chvíli, kdy kluci v dětských sborech začnou mutovat, jsou buď vyřazení nebo úplně odsunuti a nerozvíjejí se dál.

Když se dostanou do mých rukou, kolikrát nejsou schopni ze sebe vydat ani pořádný zvuk, protože byli tak dlouho upozadováni, že je pro mě velice obtížné naučit se zase zpívat.

Když kluci zůstávají v těchto sborech, jak to působí na psychiku?

Hloupé je to, že ve chvíli mutace se musejí stáhnout a nemůžou naplno zpívat, což zpěváci chtějí. A jakmile přijde chvíle, kdy mu to tam *křupne*, všichni se po něm otočí, on zaznamená, že je něco špatně a už je problém. Protože se stáhne a řekne si, proč ostatní můžou a já ne? A to je strašně špatně, protože člověk pak ztrácí i tu půdu pod nohama.

Když začnou prvotní známky mutace, jak to poznáváš?

První co, tak jde dolů mluvní hlas, přestože stále zpívají krásné výšky. Ale je to jinak hodně individuální a ve chvíli, kdy začnou být ve sboru nepoužitelní a sami cítí, že to nezvládají, tak odcházejí do karantény,

Ale jsou i výjimky, které nemusí do karantény chodit, protože jejich hlas se plynule překlene do mužského. Stalo se mi i, že se přes léto z altu stal hotový tenor.

Jak rozpoznáváš hlasy?

Nedovolím si určovat, co budou kluci za hlas. Paní doktorka Vydrová si troufne podle anatomie, ale jinak se čeká.

Jeden ze znaků může být i šíře a délka krku, ale je to jeden z aspektů, které nejsou zásadní. Určujeme to až na konci a stejně se to může v průběhu zpěvu v mužském hlasu změnit. Nejsnadněji poznáš tenor.

Jak myslíš, že trvá dlouho ustálení a ukotvení dospělého hlasu?

V literatuře píšou několik let. Ale záleží, co od hlasu požaduješ. Když je to sólo, tak určitě to bude několik let. Když chceš, aby zpívali ve sboru, tak přes rok minimálně.

Samozřejmě záleží na všem. Na vedení, na zdraví.

Když přijdou cizí kluci do karantény, jak se rozlišuje vedení mezi stálými kluky a těmito nováčky?

Je to kus od kusu. Je to lehce složitější, ale jen protože se poznáváme.

Kritická doba mutace?

Dělám to už několik let a mám pocit, že se hranice věku stále posouvá dolů. Normálně kluci začínali mutovat kole 14.-15. roku, pamatuji si i několik jedinců, kteří začali v 17letech. Ale dnešní hranice se pohybuje přibližně kolem 12.-13. roku.

Co od nich požaduješ?

Chci z nich přirozenost, klid a zachování si naučených technik. Setkám se i s kluky, kteří špatně dýchají, a to ve sboru nezjistíš. Proto se tomu můžeme věnovat i během té mutace. Dodělat to, co je nedodělané.

A je důležité nedělat z toho velkou vědu. Brát to selským rozumem, s chladnou hlavou, nejtít do extrému a být velice trpělivý.

Jak fungují rozezpívání?

Nejdou dělat velké skoky. Oni kolikrát nemají ani kvinty. A pokud s nimi v části hodiny dělám ty skladbičky, musím je kolikrát transponovat.

Jinak postupujeme klidně i po půl tónech. Mění se to od hodiny k hodině. A jde o to mít trpělivost, protože kluci jako takoví jsou soutěživí a všechno chtějí rychle. Tady to nejde. Hlavně si zvykají, že ve sboru byli schovaní a karanténě jsou vlastně nazí.

Rychlost mutace je závislá na čem?

Každý má do vínku dáno něco jiného. Někdo je více nebo méně hudebně nadaný. Ty lidé, kteří jsou méně nadaní, mají však kolikrát větší cílevědomost a větší chuť a vůli se zlepšovat, proto je mám i radši.

Jaký máš názor na falzet?

Jsem ráda, když ho umí. Ale speciálně já je k tomu nevedu a nerozvíjím. Ani nepoužíváme falzetisty. Pokud si kluci v tenoru uleví falzetem, dobře, ale dlouhodobé užívání nevedeme.

Co mám ráda je kontratenor. A určitě jde o propojení hlavového tónu s falzetem.

Myslíš si, že je nebezpečné chodit do sboru a zároveň zpívat sólo?

Někteří pedagogové to zakazují, ale špatné to rozhodně není. Je tam jiná práce, ale sbor má význam v tom, že tě naučí harmonickému cítění. A to je obrovská výhoda. Ale ve sboru se hlas podle sólových kantorů dusí a nerozvíjí se a spíše se vykřičí.

Může jedinec zapomenout naučené techniky v dětství?

Je to, jako když si zlomíš nohu. Techniku nezapomeneš, ale musíš ji znovu natrénovat a k některým věcem se vracet, protože to dlouho nepraktikuješ tak naplno, jako dřív.

Na rozvíjení mutace závisí teplo nebo přerušení?

Určitě to přerušení. Nemám procentuálně zjištěno, jak moc velký počet, ale k práci to nepotřebuji. Ale je pravda, že klid a teplo tomu dodává možnost a volnost nastoupení mutace.

Funguje Koblého výzkum?

Zpěváci to opravdu umějí korigovat. V normálním mluvním stavu to umějí korigovat, protože se učí používání hlavového tónu a dokážou tón dobře posadit, přestože se hlasivky mění. Když se dostanou do afektu, tak už to tam *křupne*, protože si to nehlídají.

Nezpěváci to mají rapidnější, protože nemají cvik a nevědí, jak hlas správně podchytit.

Nemyslím si ale, že by se mělo vynechat zpívání. Protože důležitá je práce s hlasem i v tomto období. Nesmí se na ně hodně nasazovat a stresovat je. Ale individuální práce je v pořádku a zdravá.

Pavel Jurkovič tvrdil, že nejkrásnější hlas je před mutací.

Příloha č. 5

Pedagog: Libor Sládek, datum: 10. 11. 2020

Kdy ses setkal poprvé se zpíváním a mutací?

Prošel jsem mutací v době, kdy jsem chodil do školního sboru, ale vůbec jsem to nevnímal. Někteří poradci, říkají, že v tomto období by se nemělo zpívat. Já si to nemyslím. Vypadnout celkově z nějakého rituálu je špatně. Rozhodně důležité je minimalizovat zpěv v kritických místech, ale za mě se to ve sboru neřešilo.

Když jsem začal učit, tak jsem vedl sbory s kluky, kteří už mutací dávno prošli.

Zmíníme chlapce, kterým hlas přechází plynule a nemusejí do zvláštního oddělení. Myslíš si, že by si toho nemuseli ani všimnout, kdyby na to nebylo upozorněno?

Konkrétně jeden člen sboru zpíval do poslední chvíle v sopránu, naučil se používat falzet a jednoho dne se přesunul do basu a tam už zůstal. Nemyslím si však, že by bylo vhodné pro tyto chlapce, kteří dokážou regulovat svoji škálu, zpívat v obou rozdílných hlasech. Nicméně se dokázal vyhnout více pasivnímu zpívání a mutace mu nedělala problém.

Je lepší úplné vysazení zpěvu nebo pokračování?

Někteří pedagogové a sbormistři vysadí kluky „ze hry“ a nemyslím si, že by to bylo správné.

My pracujeme tak, že přesouváme chlapce, u kterých začne mutace a ztratí danou výšku i se změnila barva, do altu. Nakonec mutace nastoupí rapidně, tak opustí i alt a přejde na mužské hlasy nebo do karantény.

Stalo se mi, že si jeden student prošel všemi hlasy. Ale nic nesmí jít na sílu.

Je inteligence důležitá?

Když je někdo nadaný a chce se to naučit, je inteligentní. A na základě větší nebo menší inteligence záleží na rychlosti a mírnosti mutace.

S mutací ses setkal u Pueri gaudentes?

Nejdříve ve smíšených sborech, ale hlavní zdroj byl tento sbor.

Kdybys měl porovnat smíšený a chlapecký sbor pro toto období, myslíš si, že je lepší chlapecký, pokud se bavíme o mužské mutaci?

Určitě. Je důležité si uvědomit, že smíšený a chlapecký sbor jsou úplně jiné skupiny, s nimiž se úplně jinak pracuje.

Po mutaci přichází užívání nového hlasu. Kdy myslíš, že se stane oporou pro ostatní ve sboru?

Rozhodně ne hned po mutaci. Hlas se vyvíjí celý život a zvětšuje se jeho barevnost a zvučnost. 15letý hoch nemůže nikdy dohnat 40letého muže. Je to důsledná práce. Proto bych byl rád, kdyby po mutaci ve sboru zůstávali déle, abychom dosáhli v mužském oddělení dostatečně dobré barvy.

Je rozdíl mezi sborovým vedením a individuálním?

Já na sbor nakládám, konkrétně na mužskou část, hodně věcí, spoustu nových informací a je třeba, aby byli kluci pohotoví, rychle reagovali. A opět se vracíme k inteligenci. Pokud nebudou dostatečně důvtipní a nebudou mi naslouchat, tak nedosáhnou našeho společného cíle.

Existují dva základní typy kantorů. Buď je přetváří k obrazu svému, tzn. mají stejnou představu a drží se toho a jde jen o to, jestli si opravdu sednou. Pokud ne, práce je na škodu. Druhý typ využívá schopností, vloh, barvy hlasu zpěváka a ne, že by se mu podbízel, ale formuje ho, posouvá a může z něj vychovat osobnosti.

Myslím si, že u dirigenta a pedagoga sborového zpěvu to musí být obráceně. Já jako sbormistr musím mít danou a jasnou představu, co po té dané skupině chci. Jak zvuk, tak celkové vnímání. A musím znát i hlasové schopnosti jednotlivců. Když sboru dám novou věc, je třeba, aby byl sbor jednotný. Aby se silné hlasy ujali těch slabších a společně došli k vyrovnání. Musejí být dostatečně inteligentní, aby tu barvu hlasu uměli vnímat od ostatních a naslouchat nejen sobě, ale celku. V tomhle to je mnohem obtížné pro zpěváka a pro pedagoga, protože je tam mnoho aspektů, které musejí zvládat.

Dobrá věc se mi v poslední době osvědčuje, a to jsou práce jednotlivých hlasů. Pokud se totiž věnuji jen sboru může podat dobrý výsledek, ale já se snažím, aby i členové

v jednotlivých hlasech dokázali pochopit, že zvuk musí zůstat stejný, i když jich je jen osm, i když jich je dvacet.

Jaké je maximum zkoušení?

Dvakrát týdně by to bylo super. Otázkou spíše je, jestli je to nutné pro sbor, který není stálý a funguje tam koloběh přicházení a odcházení. Není jednotný perspektivně. Je to tedy stálá a nekonečná práce a přesahování limitů k lepšímu je velice obtížné, možná i nemožné. Ale to mě na tom asi nejvíce baví. „Infikovat“ nové členy a z nich získávat nastavený cíl, kterého se držíme v delší dobové linii. Konstantně.

Má dětský hlas falzet?

Nedokážu si pod tím nic představit. Maximálně nepatrně jinou barvu. Pokud se tomu budou věnovat a mentálně rozvíjet funkci falzetu, je to asi možné. Ale jinak tam nevnímám tento druh.

Falzet vnímám až u mužských a ženských hlasů. A pak jde jen o to, jak ho dokážou spojit s ostatními rejstříky. Protože propojení znamená: ano, ten člověk umí zpívat.

Jaké metody používáš během svého vedení?

Rozezpívám od střední polohy. Má to svoji logiku, protože je to poloha většinou mluvního hlasu. Mluvní hlas bývá většinou položen níž, než zní jeho barva. Je možné, že by pro tenory byla tato poloha někdy i hraniční.

Snažím se o překonávání hranic, byť jen o půl tón. Jinak rozezpívání používám pro zahřátí hlasivek a беру ho jako nezbytně nutné. A kacířsky si dovolím říct, že pokud ho dělám logicky tak, abych neublížil hlasivkám, je jedno jakou formu použiji.

Jak vysvětluješ to, co učíš?

Myslím si, že učit zpěv bez toho, abychom si tím sami prošli, to nejde. Proto jsem začal chodit do několika sborů, hlavně do Gaudia ke Zdeňce Součkové, abych poznal nejdřív sebe, také učení ostatních a našel to, co chci dělat jinak.

Pokud jde o práci ve sboru, musí to být rychlé, protože se nelze zabývat jedincem delší čas a upřednostnit ho tak před skupinou. I práce se skupinou jednoho hlasu musí být svižná, vysvětlení výstižné, protože zatímco se jedna strana učí, druhá se nudí.

Je důležité si pamatovat všechny nedostatky, které nejdou stihnout probrat a musím si je pamatovat a vyřešit s jednotlivci na konci. V daném úseku totiž můžu vyřešit jen ty obecné věci, které se řeší rychle a motivují skupinu tak, aby neodcházela s negativním pohledem na zkoušku.

Co je velký problém, je otevírání pusy. Já vždy říkám, aby více otevřeli pusu, aby tón vyšel, přestože mi můj profesor zpěvu říkal, že musím umět zpívat i se zavřenou pusou, protože ten zdroj tónu je v masce. Asi to je forma, která by se dala praktikovat u sólového zpěvu, ale u sboru určitě ne. Proto po jednotlivcích vyžadují přirozené otevření pusy, ne přetažené tlakem. To je první věc. Na tom stojí 80 % sborového zpěvu.

Důležitá je také rezonance a posazení tónu a představa tónu. Používám příklad, jako když se vám nad hlavu vysune periskop a tamtudy vedeme tón a odtamtud ho posíláme dál. Tam se tvoří.

A posledním základním kamenem jde i o správné postavení.

Také jsem ve sboru nově začal praktikovat přezpívání a hlasové individuální dělené zkoušky. Tam teprve můžu pracovat detailně, ale časově je to také velmi omezené.

Jakmile začne jedinec mutovat, ve sborech to většinou funguje tak, že jde o co nejdelší udržení chlapce ve sboru, než se mu rapidně změní hlas. Praktikuješ to také?

Určitě. Udržujeme je, ale myslím si, že v našem sboru je to tak dobře podchycené, že to snad ani lépe nejde. Využíváme totiž hlasové poradce, foniatry a pokud oni rozhodnou, že by bylo zdravé, ponechat dětský hlas a začít se věnovat přetransformovanému hlasu, pokračuje jedinec do zvláštního oddělení, kde je stále se skupinou svých vrstevníků, většinou, ale mimo aktivní sbor. V tomto zvláštním oddělení „karanténě“ se rozvíjí jeho schopnosti dospělého hlasu a zůstává tam, dokud mutace nedojde do konečné fáze.

Já sám o tom nerozhoduji. Dám radši na rady hlasových poradců a foniatrů, kteří se na to specializují. A lépe ošetřený sbor neznám.

Myslíš si, že jedinci po mutaci zapomenou techniky naučené z dětství?

Ano. Ve chvíli, kdy přijdou chlapci po mutaci, jsou to jiné osoby. Jiná psychika, jiné tělo a jiný zpěv.

I oni sami si uvědomují, že jsou jiní a musí se s tím naučit pracovat. Samozřejmě, že nezapomene vše, ale musí to znovu zaktivovat. Je to nový člověk, má jen vzpomínky o svém minulém já a podle toho pracuje, vzpomíná, jak že to vlastně bylo.

Vidím to i na gymplu ve smíšeném sboru. Ty děti jsou v červnu stále ještě děti a po dvou měsících přijdou zpátky do školy a jsou z nich ženy a muži.

Kdy se mužský hlas ukotvuje?

Je to různé. Pevně se to ukotvuje až v dospělosti po dvaceti letech. Sice může být zpěvák úžasný i v 16 letech, ale není vyzrálý. To slovo vyzrálost a otázka životní zkušenosti. Proto mě fascinuje, když se dělají rozhovory se zpěváky, kteří vyhráli mediální soutěže. Ptají se jich na jejich postoje k životu, ale to není možné, protože zatím ho nemůžou mít. Několik let trvá a mělo by trvat, než začne být oporou a začne zpívat barevně dobře.

Sóloví zpěváci můžou zpívat ve sborech?

Je to úplně jiná technika. U sólového zpěvu se musí umět člověk prosadit. Musí prosadit sám sebe. Klade menší nároky na inteligenci, protože inteligence sborového zpěváka nezahrnuje jen sebe, ale i ostatní. Jde o komunitní inteligenci.

Sólový zpěvák méně přemýšlí nad kolektivem, nad tím, že má naslouchat ostatním. Je totiž sám sebou. To se ve sboru nestává.

Zpěváci by si měli projít sborem, protože se naučí i sociálním vztahům a jsou více připraveni pracovat ve skupině nebo klidně i jen ve dvojici.

Setkal ses někdy s obtížnými případy, kteří nedokázali pochopit tebe? Měl problémy s hlasivkami a muselo se to řešit?

Pokud řeším jakýkoliv problém, tak následovně. Ukazuji mu správnou techniku a ve chvíli, kdy zpěvák dobře zazpívá, ptám se ho, jak se u toho cítil, jak to udělal a žádám ho, aby to samé zopakoval.

Pokud jsou problémy ne psychosomatického původu, ale týká se to nedomykavosti, tam už je posílám za většími odborníky.

Také se mi stávalo, že nedokázali zazpívat zahraný tón. Slyšeli ho, ale nedokázali ho zopakovat. S těmito lidmi se pracuje obtížněji, ale vím, že to jde. Jde vycvičit mozek,

aby dokázalo pochopit, jak předvést a zkopírovat hrané nebo zpívané tóny. Nechápu to, ale jde to.

Jak rozpoznáváš hlasy po mutaci?

Musím zvážit více aspektu, rozsah, barvu a propojení nebo nepropojení amorfních tónů.

Nejčastěji je rozezpívávám. Jdu po škále stupnic nahoru, dolů a znovu nahoru. Souvisí to i se soustředěním, které máme před začátkem školního roku. Je to pro ně nová práce, protože zpíváme víkend téměř celé dny. A pro mě je důležité, aby domů odjížděli v hlasové pohodě. Pokud je tam jakýkoliv problém, který by se nevyřešil ve sborovém zpívání, vrací se do karantény.

Na začátku víkendu, zkouším jisté hranice a ty si zapíšu. A během víkendu se to samozřejmě mění a posune se to jinam, a to poté také zhodnocuji. Mám příklad na jednom klukovi, který jel na soustředění, jen aby zjistil, jak to funguje, a přestože všichni říkali, ať ho neberu, řekl jsem si, že to zkusit může. Pokud bych zjistil, že opravdu není ještě připravený, k čemuž jeho mutace napovídala, vrátil by se zpět do karantény a s tím bylo i počítáno. Mile mě pak překvapil, když se ani ne ze čtyř tónů rychle posunul a odjížděl s oktávou a půl. Do karantény se už nevrátil.

Příloha č. 6

Pedagog: Václav Barth, datum: 22. 11. 2020

Kdy jste se poprvé setkal s mutací a jejím vedením?

První setkání bylo v době, kdy jsem já jako dítě chodil do dětského sboru a o tom pojmu už jsem byl obeznámen, protože se tam často stávalo, že se starším členům měnil hlas a věk byl různý. Musím totiž zdůraznit, že je mutace naprosto individuální. Někomu to přijde v 15, někomu ve 13. A doba i průběh se také liší. Je to velice pragmatická záležitost, která může trvat rok, dva a u někoho méně nebo více.

Do toho sboru jsem chodil do 16let, protože pak už tam nešlo být déle. Sice jsme přecházeli do nižších hlasů, chodili jsme k hlasovým poradcům a měli různé přezkušování, ale nešlo si nadále udržovat dětský hlas a dospělé hlasy tam potřeba nebyly.

Jak se to řešilo dál, když přišla krizová chvíle mutace a dětský hlas začíná být neudržitelný?

Řešilo se to tak, že z toho sboru ti kluci odešli. Kdo zvládal zpívat v nižších polohách altu, tak zpíval. Dokonce si to rozdělovali na části, které zpívali ještě dětským hlasem a na hlubší části zpívané dospělým hlasem. Toto udržování si však nemyslím, že je úplně zdravé, protože jsme zkoušky měli třikrát týdně a repertoár bývá dosti náročný, a to pro mutační období není opravdu kladné.

Co není na udržování v dětských hlasech zdravé?

Hlas se mění. A časté zkoušení je dost nebezpečné, protože se hlas přepíná. Udržování zpěváka v dětském hlasu a upozadřování přeměny hlasu vede i k horšímu průběhu mutace, než kdyby se v tomto choulostivém období zvolila jiná forma vedení, klidnější pro hlas. Jinak to vede až k hlasové indispozici.

Když se vám dostane pod ruku zpěvák, kterého čeká mutace nebo jí prochází, tak jak s ním pracujete?

Pracuji s ním opatrně. To znamená, že respektuji ten hlas a tu práci s ním. Stává se dost často, že mi přijde student s dětským hláskem, pak ho vidím po delší době a on přijde s jinak posazeným hlasem.

Důležité je, aby nezpívali tvrdě, protože začnou používat více hrudní rezonanci a my musíme hledat znovu hlavové tóny, a to trvá delší dobu, podle individuality žáka.

Cvičení dělám opatrně rozsahově, aby vycházela z rozsahu mluvního hlasu, samozřejmě i repertoár měníme do lehčích forem. Věci, které máme rozpracované buď doděláváme nebo transponuji, aby to pohodlné. Je to zrádné období a záleží jen na hudební inteligenci jedince a na trpělivosti kantora.

Jak rozpoznáváte první známky mutace?

Jsou tři fáze mutace a ta první je taková, že po delším používání hlasu je barva znatelně unavenější, přichází šelest. To je prvotní věc, pokud nejde o jakékoliv onemocnění jako jsou chřipka a rýma.

Pak nastává druhá fáze, kdy přichází obtížnější ovládní hlasu. Většinou ten žák neví, co s tím. Hlas přeskakuje a jedinec tzv. zajódluje a dostává se do jiné polohy.

Ve třetí fázi začíná mít už jinou barvou, větší rozsah a začíná to být ustálenější.

Myslíte si, že teplo a hlasový klid působí na mutaci více?

Je dost možné, že to působit může. Nicméně si netroufnu tvrdit, že by to bylo dogma.

Lze urychlit mutaci?

To si nemyslím, a pokud ano, nedělal bych to. Jedná se o přirozenost, kterou v sobě mutace má. Podstatné je, aby kantor uměl nasměrovat žáka, co může a nemůže. Například, aby při mluvním projevu nekřičeli, nepřetěžovali hlas. Ideální je, když se jedinci snaží mluvit na dolním okraji rozsahu, protože v těch horních polohách bez hlavové rezonance se hlas namáhá.

Děti jsou zvyklé mluvit vysoko a nepřipouští si, že by mohly mluvit i v hlubší poloze, ale je třeba jim vysvětlit, že je to v pořádku. Hodiny zpěvu vést klidněji, nemít několik hodin týdně, protože nejsou třeba.

Má dětský hlas falzet?

Jsou na to různé názory, ale co se týče vysokých tónů u dětí, používá se spíše termín hlavový rejstřík, hlavový tón. Ten je pro ně více přirozený. Pojem falzet se užívá až od těch mladistvých, kdy začnou využívat více hrudní rezonanci a tam už se dá užívat podoba falzetu, ale zase je to dost riskantní, protože se ten hlas rozpojí a není srovnaný.

Jaký máte názor na používání falzetu při zpěvu?

V klasickém zpěvu by se využívat neměl. Ve sboru je to, samozřejmě, něco jiného. Tam by se člověk brzo unavil, zvláště v těch vrchních hlasech. Nebo například pop a další typy to využívat můžou. Ale v klasice by to nemělo být. U tohoto zpěvu jde spíš o vyrovnanost všech rejstříků a užití plných hlasů.

Mezza voce a falzet jsou jiné způsoby zpěvu?

Určitě. Mezza voce jako polohlas je označení pro měkčí nasazení, jemnější, ale stále užíváme podobnou barvu a plnost hlasivek. U falzetu ne.

Jde rozpoznat typ hlasu na počátku mutace?

Jsou názory, že když je někdo chlapecký soprán, stává se z něj bas a naopak. Jsou to tvrzení, které mají své výjimky. Hlasy zrají po celou dobu mutace a stejně tak barytonista nebo basista může klidně přestoupit do vyšších hlasů.

Jste zastáncem užívání přirozenosti a rozvíjení charakteristiky hlasu žáka nebo zrcadlení kantora na žáka?

Zásadně nejsem zastáncem toho druhého. Každý jsme jedinečný, individuální hlas a jsem proti tomu, když kantor učí zpěváky podle svého vzoru. Jsou ale opravdu kantoři, od nichž se poznají jeho žáci.

Já se snažím je vést pěvecky dobře, aby uměli používat dechovou techniku, hlasovou, aby měli na čem stavět a nechtěl bych, aby byli všichni přes kopírák. Měli by se rozvíjet přirozeně. To je spíš moje filozofie a pro mě je důležité, abych žáky naučil pěveckého řemesla.

Jaká technika a metoda je pro vás nejdůležitější?

Určitě dechová technika, správný postoj, uvolněnost. Aby byl soběstačný, aby si to uvědomoval. Musí fungovat pružný dech, správné nadechnutí vzhledem k frázi.

Jak vnímáte, když sólista zpívá ve sborech?

Jsem zastáncem různých kurzů a workshopů, inspirace u různých leaderů. Ale nejsem úplně zastáncem zpěvu i ve sboru, pokud člověk zpívá sólově, ale zase nejsem typ člověka, který by šel a zakázal to tomu zpěvákovi.

V případě, že má zpěvák před koncertem nebo soutěží, tak vyžadují, aby žáci nepřepínali svůj hlas. Jít jeden den do sboru a další den na soutěž nebo koncert není správné. Sbor i sólo jsou jiné složky, pracuje se tam jinak, a i ve sboru se hlas unaví. Proto si myslím, že jakmile jsou důležité akce sólisty, sbor by měl vynechat. Jinak se může stát, že jedinec nezaspívá tak, jak by chtěl. Proto si stojím za tím, že to úplně vhodné opravdu není.

Návyky naučené v dětství jedinci můžou zapomenout během té mutace?

No určitě ano. Celé tělo se rapidně změní, zvláště hlasivky a jedinci se musí naučit pracovat s hlasem znova. Je to něco jiného, nového.

Kdy se mutace ustálí?

Je to strašně individuální. Někdo má po mutaci v 16 letech a někdo ještě déle. Domnívám se, že pokud není mutace komplikovaná, tak určitě až v 18 letech, kdy je hlas připravený na důkladnou práci. Ale jsou i jedinci, kteří už jsou připravení v 16 nebo 15.

Jak se liší mutace mezi zpěváky a nezpěváky?

U zpěváku je ta mutace klidnější. Mají představu, jak ten hlas funguje, takže je to pro ně i mentálně snazší, protože to dokážou rychleji pochopit.

U nezpěváku to může být také klidné, ale stává se, že je to bouřlivější, protože nad tím zřejmě nemusí přemýšlet, nehlídají si to. Ale zase říkám, že je to naprosto individuální věc.

Kdy po ustálení mutace nastane chvíle pro aktivní zpívání? V případě, že je hlas pevně ukotvený.

Myslím, si, že například struktura konzervatoře, kde učím, je dobře uzpůsobená. Repertoár by se měl postupně od cvičení, přes písně až k áriím posouvat podle možností žáka. A důležité je znát své možnosti a podle nich zpívat. Je tam samozřejmě spousta faktorů, které vyloženě neurčují, kdy je člověk schopen zpívat všechno.

Mladý člověk, který začíná, nemůže brát árie Verdiho, ale také i lidé, kterým je 40 se musí hlídat a vědět, kam můžou a kam ne. Co zvládnou a co ne.

Člověk musí být vývoje schopný. A pokud je, má dobré psychické zázemí, tak to jde velice rychle. V řádkách let. Ideálně podle počtu let vystudování konzervatoře, AMU atd. Absolvovaní, by měli být připraveni, v ideálním případě.

Jak žákům vysvětlujete, kde mají hledat tón a jak využívat své představy?

Beru to od nádechu a dobrého postavení. Člověk by měl vnímat vnitřní prostor, zpívat vertikálně. Zpívat konsonanty zřetelně a krátce.

Snažím se mu dávat příklad na sobě, aby to viděl vizuálně. Tam, kde vidím problém, tam se zaměřím a snažím se zjistit původ chyby. Třeba špatné otevření pusy, položení jazyka a dalších drobností, na které se musí myslet.

Setkal jste se někdy s tak obtížným případem, že jste nebyl schopen ho zvládnout?

Asi se mi nikdy nestalo, že bych to nebyl schopen zvládnout, a že bych to vzdal.

Rozdíl mezi mužskou a ženskou mutací?

Rozdíl je v měnících se hlasivkách. U chlapců se zvětšují více, proto jde o rapidnější změnu než u dívek.

Kdy začíná mutace u kluků?

Myslím si, že může začít mezi 13-15.

Příloha č. 7

Pedagog: Hana Blachutová, datum: 12. 11. 2020

Kdy ses poprvé setkala jako kantor s mutací u žáků?

Já už jsem se s mutací potkala při svém studiu na konzervatoři, když jsem u toho učila. A tehdy jsem dostala žáka, chlapce, kterému bylo 13 let. Už v té době byl schopný zazpívat jen 4 nebo 5 tónů. Jemu to přeskakovalo, a tak jsem si začala načítat literaturu a radila jsem se se svou učitelkou zpěvu.

Jaké jsi používala metody?

Snažila jsem se na hlas netlačit. Nechala jsem ho zazpívat v jeho přirozené tónině a z ní jsem pak vycházela. Snažila jsem se s ním dělat převážně cvičení ze shora. Vůbec jsem se nesnažila dělat škály ze spodu nahoru, takže se mu zpívalo relativně dobře a on měl pocit, že dokáže vyvinout nějaký dobrý zvuk, který snesl poslouchat. Práce byla velmi jemná a opatrná

V čem myslíš, že je lepší cvičení ze shora?

Vycházím z nádechu. Všechno musí být uvolněné a pusa otevřená. Skrze to navozujeme hlavový tón a v momentě, kdy jde se shora dolů, tak tam není vytažený krk. Proto je to lepší, protože je to sestupné.

Když vedeš sólový zpěv, jak poznáš prvotní známku toho, že přichází mutace?

Většinou to začne šustotem. Protože jakmile se zvětší hlasivky, děti nemají technicky zvládnuté jejich používání a začnou vpouštět více vzduchu. Jakmile se použít více dechu, zvuk je dyšný. Dále se samozřejmě začnou lámat rejstříky v přechodných tónech, spustí se hrudní hlas a v horních tónech nemají dobrou stabilitu a hlas zvukově *křupne*.

A hlavně se to pozná, když se začne měnit hlas v běžné mluvě.

Ten hlas je u holek tedy většinou hlubší i u sopránů?

Holkám se to samozřejmě láme na jiných přechodných tónech. Když je to vyšší soprán, tak nemá první oktávu tak barevnou, ale poznáš to. Spíš tu barevnost vidíš u nižších hlasů, které nemají objevenou vrchní polohu.

Když se bavíme o rejstříkách. Máme tři. Hrudní, střední smíšený a hlavový. U dětí se ale mluví o dvou rejstříkách. Je tomu tak?

Já jako dítě si pamatuji spodní a hlavový rejstřík. A potřebovala jsem najít zlatou cestu uprostřed, kde se to lámalo, kde hlas potřeboval dobře podchycenou techniku, ale vlastně jsem se s ním jako s rejstříkem potkala až na konzervatoři, ale tam už jsem neřešila střední, ale hrudní rejstřík.

U dětí vnímám pouze jeden přechod, tedy dva rejstříky.

Myslíš si, že mají děti falzet?

Já jsem spíš zvyklá používat u dětí pojem hlavový tón. Protože oni nevědí, co falzet znamená. A pojem hlavový tón už sám o sobě vypovídá o tom, kam tón posadit.

Jaký názor máš na falzet?

Beru to jako přirozenost, pokud to člověku nedělá problém a umí se v tom pohybovat. Sama za sebe vím, že při nácviu je lepší používat falzet, který není tolik náročný na hlasivky. Zpívej „na jednu hlasivku“ jsme říkali.

Je správně, když v „mezza voce“ použiju pojem falzet nebo je to jiné specifikum?

Já si myslím, že „mezza voce“ bych nepouštěla do toho volného zpěvu falzetu. Pořád bych ho zpívala tělem.

Jak rozpoznáváš, co bude zpěvák za hlas po mutaci?

Pokud dostanu dítě v devíti letech, tak zatím nic nepoznám. Já vycházím na základě přirozenosti. Když ke mně přijdou úplně poprvé, nezahraji ani tón a chci, aby mi zazpívaly nějakou písničku. Podle toho zjistím, kam posazují svůj hlas a z té dané tóniny dál pracuji. Většinou pracuji v té tónině a po čase ji rozšiřuji. S dětmi ale nejdu výš než do e2. Dál to pro mě není třeba. Spíš se naopak soustředím právě na to, aby neměly manýry s podjížděním tónů, aby měly otevřenou pusou, aby měly srovnané vokály. Aby se uměly nadechnout.

Vše začínám řešit ve chvíli, kdy přijde mutace. A pak právě musíme poznávat hlavový tón, který je pro ně nejtěžší. Na to přicházíme nejčastěji sirénou. Na základě zahučení od spodního tónu ke svému přirozenému, pak pracuji s danou barevností a myšlenkou, co tak asi bude za hlas. A to je u dívek. U kluků je to specifitější.

Kdy se u holek objevuje mutace?

Je to různé, ale kolem 12–13 let a někdo i později.

Je rozdíl mezi zpěváky, co jsou i ze sboru nebo zpěváky „z venku“ během mutace?

Je to obrovský rozdíl. Ze sboru už totiž má nějaké návyky. Také musím brát v potaz, jestli ke mně chodili ještě před mutací nebo se ke mně dostali už v průběhu mutace.

Pokud se stane, že je u mě pouze rok a začne mutovat, tak je jasné, že ten hlas nemá pěvecké návyky. Kdežto, pokud někdo ke mně chodí od malička, tak pěvecké návyky má, a to zvláště dechové. Mimiku už zvládají také nebo když povolí pusu, tak vědí, že ta práce bude lepší. Takže s nimi je ta práce snazší, protože lépe reagují na povely, které jako kantoři dáváme, protože už znají spoustu pojmů.

Když máš dítě bez návyků, co je na tom to složité?

Většinou na začátku nerozumí, co po nich chci. Neposlouchá je tělo ani pusa. Zpěváci si myslí, že mají otevřenou pusu a oni nemají.

Ti žáci to mají strašně náročné, protože jako pedagogové po nich chceme několik věcí najednou. Zpěv nefunguje postupně, že pokud zvládneme jednu věc, můžeme na další. U nás zpěváků funguje několik faktorů najednou, které se musejí rychle pochopit a zvládat současně. A ty děti bez návyků mají veliký problém v porozumění a zvládnout všechny požadavky.

Co je prvotní věc, kterou po zpěvákovi požaduješ?

Prvotní je nádech, protože bez dechu nikdo nic nezaspívá. Umět se nadechnout je základ, aby zazněl krásný zdravý a silný tón.

Pracuješ u zpěváků s jejich přirozeností nebo na ně odrážíš svá specifika?

Přirozenost je nejzásadnější. Podle toho poznám samotného zpěváka, odvozuji od toho chyby i výhody a každý zpěvák by měl být originální. Neměli bychom být v jednom pytli. Měli bychom zpívat tělem a svou vlastní energií. Není totiž důležité stát a zpívat nějaký tón, ale jde o svou energii. Proto kolikrát odpustím různé detaily, ale vyžadují muzikálnost a nadšení v té práci. To je pro mě důležitější. Musí mi stát husí kůže.

Myslíš si, že zpěváci po mutaci zapomenou to, co v dětství používali?

Nemyslím si, že to zapomenou, ale neumějí to používat. Kolikrát jsem se setkala s tím, že mi řekli: „Já vím, co po mě chceš, ale já nevím, jak to udělat.“ Proto si myslím, že to v hlavě uložené mají a je-li to možné, rychle se ke všemu vracím, abychom to oživil.

Oni pracují s něčím novým a musejí se znovu najít. A to je velká psychická zátěž. Ale je to rychlejší, protože ta místa už jednou objevila.

Setkala ses někdy s někým, kdo nebyl schopen pochopit to, co po něm vlastně chceš? A jak s tím pracuješ?

V mutaci samozřejmě potkávám spoustu problematických studentů. U jednoho z mých žáků se stává, že jeden den zpívá sametově krásně a další hodinu nemůžeme chytnout jediný tón.

Každé dítě má místo, kde dokáže ovládat svůj hlas, dokáže používat techniky, tam já tomu říkám, ať pořádně rozbalí koberec, a ať si to pamatují a dělají to i na jiných místech, kde se najednou stáhnou a nedokážou to tam použít stejně.

Jde o tu složitou práci s psychologií. Člověk musí vážít slova, opatrně promýšlet, co říká a pomalu hledat jejich jádro. Mutace je totiž složitá psychologická práce.

Na všechny problémy chodíme jinak dechovými cvičeními.

Dechová cvičení jsou pro tebe zásadní?

Dechová cvičení jsou hodně. Nemyslím si, že klíčem ke všemu, ale jsou hodně. Protože pokud je tělo stáhnuté stresem, tak se nenadechneme a nic nezaspíváme. A to závisí na psychice a na daném rozpoložení. Proto je důležité, aby byl člověk v pohodě. A když je v pohodě, musí se umět správně nadechnout.

Jak v mutaci dosahuješ dalších tónů?

Snažím se nejdříve srovnat vokály, protože to ovlivňuje hodně nasazování tónů. A je to jeden z kroků, kterým se můžeme dostávat k vyšším tónům s uvolněným pocitem. Stačí si ohlídat prostor mezi stoličkami, vyklenuté měkké patro a zpěvák náhle zjistí, že může kamkoliv.

K tomu pomáhají různé pomůcky: nejúčinnější je ruka v puse pro otevření. Dále k masce používám příklad brýlí.

Důležité je překonat strach. A úkolem kantora je vysvětlit studentovi, že když to všechno udrží a uhlídají si to, tak to zvládnou. A postupně po půl tónech stoupáme nahoru.

Jaké používáš představy pro posazení tónu, dosahování vyšších tónů?

Říkám, že zpěváci žijí schizofrenní život, protože když stoupáme s melodií, naše mysl musí jít směrem dolů. K tomu používám například „výtah“ který jede dolů nebo „jdeme po schodech“. Nejúčinnější pro mě byl dřep, který člověk udělá u nejvyššího tónu.

K energii melodie říkám, že „jdeme s písničkou až do posledního tónu“. Dětem to představuji jako koně, kteří běží Pardubickou a musí dorazit až do cíle.

Dále pomáhá k dechové technice a postoji při dohře, že jejich poslední tón není závěrem, ale závěr je tón celkové skladby.

Nebo příklad oka u jehly. Když se přestanou zpěváci hlídat, vytvoří si pro sebe znělý a mohutný tón, ale není nosný. A s představou, kdy tón musí projít jehlou, dosáhnou té nosnosti dál. K tomu ještě používám, že „nezpíváme pro první řady v divadle. Ale pro ty úplně poslední“.

Setkala ses někdy s někým, u koho sis řekla, že to opravdu nezvládneš, a že je to nad tvé síly?

Ano. Příklad jedné dívky, u níž jsem si nevěděla rady, protože měla hlas tak rozhozený a čím dál více mi s hlasem odcházela. Proto jsem jí musela navrhnout, na základě doporučení, přerušení. Dokonce jsem jí posílala i na foniatrii a k mým kolegům a vzorům. Dívce bylo od doktorů doporučeno nezpívat a mluvit nahlas, protože dokázala zazpívat nanejvýše tři tóny a díky tomu, že měla v mluvě výrazný hlas, tak jeho znělost mizela.

Jak dlouho trvá, než si zpěvák usadí hlas po mutaci?

Já si myslím, že jeden rok na to nestačí. Přirozeně ukončenou mutaci máš po 17, někdy i déle. Zvláště u holek. U kluků se stane, že jednou přijdou a mají mužský hlas. Ale u holek jsou to detailní nuance, které je třeba opravdu vypilovat.

Ve chvíli mutace s nimi pracuji tak, jak je to možné, ale nelpím na maličkostech. Zatímco, když se dostaneme do poslední fáze, jdeme do detailu a neodpustím nic.

Myslíš si, že u zpěvu záleží na inteligenci?

Je strašně znát, když nad zpěvem lidé přemýšlí. Dokonce mají i tendence pracovat sami doma. To po nich nepožaduji, protože se může stát, že si to rozhodí jen na základě toho, že v sobě se slyší krásně, ale dál už nezní nic.

Intelligence je důležitá, protože o zpěvu musíš pořád přemýšlet. Máš nejen představy, ale i tělo. Je to detailní, mravenčí práce a vcelku jde o to, aby si posluchač řekl, s jakou lehkostí je to zvládnuto. O naší práci se musí pořád přemýšlet. Musíme předvídat to, co se bude dít dál. V případě vysokých tónů neřešíme jejich podchycení, až když se k nim dostaneme, ale řešíme už, jak chytíme celou frázi, ve které je obsažen. Řešíme tu celou cestu před tím, co se kde stalo za drobnost. A to bez intelligence a přemýšlení nejde.

Myslíš si, že na mutaci působí hlasový klid i teplo?

Určitě. V době, kde se nic neděje, psychika člověka se nastaví na pohodu, tak v tu chvíli celé tělo *bouchne*. Dostane *signál* toho, že je čas na proměnu, protože jsou pro mutaci vytvořeny příznivé podmínky.

Je u mutace potřeba intenzivnější práce?

V době mutace je častější práce spíše na škodu. Protože se člověk stále točí v daném problému. Je to přerod a v této době nikoho nestresuji koncerty, častou prací a nevyžaduji výsledky. Vracím se v repertoáru k dětským písničkám, učím je improvizovat a hrajeme si tak, aby chápali pozitivní přístup.

Nesmí za tu dobu ztratit lásku ke zpěvu. Musí vědět, že jde jen o přerod, o fázi.

Jde urychlit mutace?

Nesetkala jsem se s tím. Jde o specifické období každého jedince.

Může mít nezpěvák delší mutační období?

Jo. U sboristů a zpěváků není cítit rapidní bouřlivá mutace. Je to tím, že s tím pracují, umějí toho spoustu ovládat. Ale také jde o individualitu.

Je špatné pro sólisty zpívat zároveň ve sboru?

Ne. Ale musí se naučit zpívat jinak sólo a jinak sbor. Ve sboru se zpívá o trochu jinak, hlavně se používá jinak dech. Dále se musíš přizpůsobit a mění se definice dynamických pojmů.

Nejde sborovým hlasem zpívat sólo a naopak. Jinak se používá i tělo, trochu jinak to funguje i s artikulací.

Setkala ses někdy s metodou, se kterou vyloženě nesouhlasíš?

S několika. Česká pěvecká škola se vyznamenává tím, že každý pedagog má svou školu. To ve světě není. U nás má totiž každý pedagog pravdu. Já sama jsem prošla několika přístupy a spoustu z nich mě tolik ničilo, že jsem naopak ráda, že jsem je měla, protože díky nim jsem zjistila, že tudy cesta nevede, a díky nim jsem se z těchto problémů musela dostat a najít správnou cestu. Tak jsem poznala, co je dobře, a co špatně. A dovolím si říct, že jsem vůči studentům empatická.

Pedagog musí naslouchat. Musí chápat svého žáka a nesmí mu nutit své metody.

A žák musí vycházet nejen v kompromisy, ale musí si uvědomovat, jak moc je pro něj to dané správné. A to, co je špatné, musí brát jako výzvu.

Příloha č. 8

Pedagog: Markéta Džuneva, datum: 11. 11. 2020

Kdy jsi se mutací začala zabývat a kdy jsi přišla poprvé do kontaktu se zpěvem a jeho vedením?

Sborový a sólový zpěv, konzervatoř a pedagogická fakulta.

Podle čeho a jak vedeš práci s hlasem?

Velmi intuitivně. V pedagogických začátcích sehrála velkou roli doktorka Jitka Vydrová. Setkali jsme se na kurzech pro pedagogy a ona tam byla jako lektorka. Měla přednášky o foniatrii, o tom, jak pracovat s hlasem. Sama ona je výbornou doktorkou, dokonce i zpívala a spolupracuje s konzervatoři. Plachetka, Knižíková atd.: ona říká, že jsou její „dětí“. Má velikánskou zkušenost.

Když zjistila, že pracuji s chlapeckým sborem, chtěla s námi spolupracovat a věnovat se právě klukům s mutací, protože začala dělat na výzkumu, co se mutace týče. A my jsme potřebovali mít mutující kluky podchycené odborným lékařem, takže jsem se s ní domluvila.

Ve chvíli, kdy chlapečci začali mutovat a zdálo se, že už nemůžou zpívat, tak první bylo krok byl ten, že jsme je poslali k Jitce Vydrové. Ona za to byla nesmírně ráda a kluci byli živý materiál.

Celkově v tomto oboru mě hodně obohatila.

Jakmile se kluci dostali do mutace, vedla jsi je tím přetransformováním do mužského hlasu?

K Vydrové nechodili pravidelně. Šli na základě našeho úsudku, že dítě už ztrácí svůj dětský hlas. A pokud řekla, že ano, hlas je potřeba šetřit, tak jsme podle toho pracovali. I na základě jejího výzkumu a diagnostik se určovalo, jaký druh zpěváka dané dítě bude.

Takže ano.

Vedení: Jak zjistíš první nepatrné začátky mutace?

Jde o to, že vy si to musíte hlídat. Je to poznat na základních věcech. Hlas začíná být zastřený, začíná šustit. Mluvní hlas klesá. Velikánský skok bývá během letních

prázdnin, kdy v červnu odchází jako soprán a na začátku dalšího školního roku promluví mohutným mužským hlasem. A to jsou jen dva měsíce. A pak celkově fyzický vývoj. Nastupuje puberta.

Myslíš si, že ta velká proměna během léta je na základě minimální práce s hlasem?

To nevím. To si myslím, že ne. Naši kluci, kteří zpívají, mají trénované hlasivky. A přece jen u kluků, kteří mají vytrénované hlasivky, je mutace hladší, jednodušší. U nezpěváků to bývá daleko horší, rapidnější a bouřlivější.

Myslím si, že na to má vliv hodně příroda a léto.

Když se dostanou kluci do mutace a nastane jim tzv. „karanténa“, jaké jsou přístupy během hodiny?

Dám příklad na konkrétním jednom hlasu. Nejjednodušší forma přestupu je z altu do tenoru. Tam kolikrát dochází k mutaci, že jdeš spát jako alt a probudíš se jako tenor. Měla jsem žáka, který zpíval alt a hlavovým tónem mohl vyzpívat výšky a jeho barva byla krásná. Byl však unavitelný a křehký, kdy po pár dnech intenzivního zpívání ztrácel hlas, skoro se to přibližovalo až k hlasové dysfonii.

Tehdy jsme se začali připravovat na soutěž v době, kdy mu bylo 13–14 let. Do repertoáru jsme vložili lidovky, „Meine wunsche“ od Mozarta a mimochodem, tato písnička existuje ve vyšší i nižší poloze. Ty Mozartovy písně většinou jsou takto zdvojené. Zkoušeli jsme, korepetovali a do poslední zkoušky ve středu před páteční soutěží zpíval jako alt, ale už přicházely známky mutace. Nebyla to nijak zvlášť bouřlivá mutace, takže jsme rozhodli, že to ještě jako alt zvládne, rozezpívat se dokázal, a tak nebylo pochyb. Ve chvíli, kdy přišla středa, jeho hlas nedokázal absolutně uzpívat altový part. Proto jsme lidovky transponovali narychlo o oktávu níž a „Meine wunsche“ jsme dali z nižší polohy do vyšší polohy. Takhle jsme to zkusili během korepetice, ještě jednou zopakovali na čtvrteční zkoušce a v pátek jsem na té soutěži musela říct porotě, že soutěžící odmutoval před dvěma dny, a že přes všechny snahy zpívat repertoár v altu, jsme nakonec museli přesunout vše do tenorové polohy.

Kluk odzpíval repertoár jako tenor tak krásně, že dostal první cenu. Předsedkyně poroty dokonce řekla, že kluk roste do Národního divadla.

Takže tím bych ráda řekla, že pokud není mužský hlas dovyvinut a nemá větší váhu nad dětským hlasem, repertoár se udržuje v altové poloze s tím, že rozezpíváním a

různými cviky můžeme pomalu postupovat i do hlubších tónů. Ve chvíli, kdy začne převládat mužský hlas nad dětským, plynule opustíme repertoár a začneme tvořit na daném vyvinutém hlasu.

Jak se rozpoznává tenor a bas v prvotních chvílích. Jde to vůbec?

Další příklad kluka, který byl v pubertě velmi vyspělý a v době mutace vyzpíval velké G, velké E, takže jsem si říkala, že jeho hlas spěje z altu do mohutného krásně barevného basu. Dokonce i v převaze dospělého hlasu zpíval chvíli bas, ale jakmile se hlas dovyvinul, přešel přes baryton do tenoru a tam už zůstal.

Takže na začátku mutace se to u kluků nedá dle naší pedagogické práce určit. Přeměna hlasu je strašně individuální. U někoho předpokládáme už na začátku mutace, co bude mít žák za hlas, u někoho to nevíme do poslední chvíle. Ten hlas je tak specifický a jedinečný, že probíhá originálně a není šablona, podle které by to mělo fungovat.

Nejsem zastánce tohoto typu výuky, kdy se v dětských sborech, mimo chlapecké, udržují chlapani, u nichž probíhá mutace, v altu, aby dobarvovali spodní tóny, které dívky nemají tolik znělé. A sbormistři tyto kluky uměle udržují ve falzetu a nenechávají hlas přirozeně rozvíjet. Mám tu zkušenost, kdy ke mně docházel žák, který zároveň zpíval v nejmenovaném sboru. U mě byl už bas a ve sboru stále alt. A to nemá rozhodně žádnou cenu a není to zdravé.

Je vedení během mutace nebezpečné?

Záleží na vedení. Ale nemusí to být ani při mutaci. Špatné vedení celkově je pro zpěváka dost nebezpečné a je pouze na jedinci, jestli se nechá vést tak, jak mu to nevyhovuje. Nemůžu pochopit, že pedagog tlačí na zpěváka, není empatický a snaží se na žákovi odrážet svůj způsob zpěvu. Jedna nejmenovaná tvrdila: „Já se spíš přikláním k těm pevným hlasům,“ a všichni žáci od ní odcházeli se stejným hlasem, takže pokud vystoupili na soutěži, bylo znát, jaký žák je od koho. A ve chvíli, kdy je vidět na žákovi plný rukopis kantora, tak si myslím, že je to špatně.

Jsi zastánce zrcadlení svého způsobu zpěvu nebo se odrážíš od přirozenosti?

Vkládám důraz na přirozenost. Jen o tom to je. Ten člověk, který zpívá musí být v psychické pohodě. Protože když není, tak zpívání nejde. Proto musí fungovat jistá symbióza mezi pedagogem a žákem, protože jinak to přestane fungovat. Stačí jen strach, tréma, když je mu kantor protivný. Nebo pokud jsem v pubertě a mám kantora na háku.

S tím vším se ve zpěvu pracuje. Jak s kladnou, tak i negativní psychikou. A Negativní se neslučuje se zpěvem.

Kantor musí vnímat specifika hlasu, musí dbát na přirozenost a vše odvozovat od praktik žáka.

Samozřejmě, že něco jiného je technika. Všechny dovednosti dechu a hlasové techniky nebo artikulační, ty jsou dané. Na tyto aspekty se všude hodně hledí a hledá se učitel, který zpěváka vedl. Ale neberu to jako šablonu, ale jako základ. Dávám tomu příklad, jako když přijde houslista, smyčec tak nějak píchne a začne „šmrdat“. To samozřejmě nejde. Aby mohl hrát, musí mít správně podepřené housle, musí mít správné držení nejen těla, ale i nástroje, smyčce a s ním dobře manipulovat. A u zpěváka to je to samé. Kantor by měl naučit žáka, jak používat náš nástroj a tím je naše tělo.

Jak se snažíš vysvětlit posazení tónu, aby pochopili, jak tvořit tón?

Je to případ od případu. Někomu to nemusíš říkat. Kdo to má dané přirozeně (volně položený jazyk a dobře vyklenuté patro), nemusí se to zmiňovat a zbytečně ho na to upozorňovat, protože to už zvládá. Spíše se od toho dál pracuje a navazuje na zmíněnou přirozenost. Jedeš na módu, který má od přírody a dál to zdokonaluješ.

Důležité je uvědomění si zubů. Přirovnávám představy k rovnátkům, za které chlapce někdo tahá nebo používám „lyžařské brýle“, „jednorožce, jehož roh míří daleko“. Je důležité posílat tón do dálky, aby letěl a zněl.

Názor na kantory?

Nerozumím názoru, že mnozí kantoři zakazují žákům a nepřejí si, aby chodili na různé kurzy, lekce o zpívání a workshopy. Nechtějí, aby s žáky pracoval někdo jiný. Neuznávám to. Mám sice jako žák nějaký vedení, ale nikdo mi nemůže zakazovat, abych zjišťoval metody jiných kantorů, které by mi mohli naopak sednou daleko lépe. Jde o pochopení a jiné názory kantorů, které by žák přijal víc než ty od svého hlavního pedagoga, jsou bonusem pro něj.

Kantor by měl mít tzv. pocitoměr, aby se dokázal napojit na žáka. Ten sice neexistuje, ale musí být plně napojen na vědomí žáka, aby on sám zjistil svoje možnosti. Takže úplně odmítám styl učení: kantor něco předvede a přikáže žákovi, ať to udělá po něm, místo aby to pro něj vysvětlil. Vždy jde o vysvětlení a o to, aby si to žák sám v sobě uvědomoval a našel v sobě ten správný pocit. „Udělej to po mě“ je pro mě naprosto

diletantský a šílený pokyn. Kantor je tam jen proto, aby ho dobře kontroloval vizuálně a sluchově, co se týče znění, a když zjistí, že „teď to tam je, teď je to ten tón“, tak se ptám, co udělal jinak, proč to teď takhle zní a jaký máš u toho pocit. A děti většinou řeknou, že ano už je ten krk nebolí, už to vnímám jinak.

A názor, že je vše špatně a musíme to celé překopat je risk, že se psychicky rozhodí. Na všem se dá stavět.

Jakmile kluci dokončí mutaci, zapomenou naučené techniky z dětství, pokud se věnovali zpěvu?

Kolik si myslíš, že těch naučených technik to dítě má? Kolikrát se stává, že ani dostudovaní studenti konzervatoře neumějí plně dané techniky, hlavně dechu. Techniky se v dané míře může už v dětství naučit, ale důležitá je opět přirozenost. To je to vodítko, ten pojem, který je zásadním pro všechno. A jakmile dovrší po mutaci dospělosti a dospělého hlasu, je důležité, aby začal tyto techniky prohlubovat. Největší práce je s dechem, s bránicí, protože nově utvořené hlasivky potřebují jiný tlak a množství dechu. Musejí vědět, že se musí prostě nadechnout.

Mluví se o nadechování do břicha. Bohužel se kolikrát stává, že žáci začnou předvádět spíš gymnastická cvičení než správný nádech. Proto raději používám spojení *nadechnout se do zad a do žeber*. Když to dítě chytneš pod žebry a řekneš, ať se nadechnou do tvých rukou, tak se jim to nepovede. Proto je důležité už u transformace hlasu mutantům říkat a učit je správný nádech. Nádech do široka znamená alfu a omegu zpěvu. A když se nedokážou nadechnout, hrtan leze nahoru, škrťí se a jde o nezdravé zpívání.

Hloupé je, a bohužel se s tím moc nedá pracovat, že u sboru, zvláště v tenorech se kolikrát muži uřvou, protože nemají zvládnutou techniku. Sborový zpěv je založen na jiné bázi než sólový, a pokud začnou zpívat velice exponované skladby, které se ve sborech objevují, tak se tam škrťí a kolikrát musejí přejít do falzetu, kterým se trochu vyhlávají a jen lenost jim pak dovoluje používat falzet.

Názor na falzet?

Falzet beru jako zvukomalebnou ozdobu, která by neměla být tolik využívána v normálních polohách. Třeba Vojta Dyk na tom založil kariéru. Není to úplně dobře, pokud se v profesionálních sborech a profesionálním sólovém zpěvu užívá falzet.

Populární zpěváci ho užívají, takže jde spíš o vysvětlení pojmu. Hlavový tón není ekvivalent pro falzet, ale je to spíš na odbornou debatu.

Rozlišuješ hlavový tón a falzet?

To je debata, která je i v odborných kruzích. Děti mají (já sama jsem to měla) mají hrudní a hlavový rejstřík. Pak je „voix mixte“ uprostřed, což je ten smíšený rejstřík. Tohle se propojuje, a když je to propojené, tak je to dobře. Málo kdo to má ovšem přirozeně propojené. Opravdu málokdo. Profesoři tvrdí, konkrétně profesorka Zikmundová, která končila kariéru na Wagnerovi, že děti zpívající hrudním hlasem jsou neškolené. S takovými dětmi bychom se neměli vůbec zabývat. Ona byla kapacita, která byla lidsky zvláštní, ale já jsem si s ní rozuměla a velice si jí vážím. Nicméně si myslela, že žádné rejstříky nejsou.

Spoustu dětí si ani nepřijde na hlavový rejstřík. Používají jen mluvní strukturu a hrudní rejstřík, což je zásadní chyba. Kantoři by měli probouzet v dětech hlavový rejstřík, ať už houkáním nebo něčím jiným, protože děti sami neví, že ho tam mají.

Stává se to u dětí s altovým zabarvením. Zařvou d2, ale tam končí. A dál už je jen slabounký hlásek, který jim přijde nepřirozený a řeknou si, že tím zpívat nebudou, s tím je nikdo neuslyší.

Ve chvíli, kdy se dostane žák do konfliktu s učitelem, že on „hlavákem“ zpívat nebude a učitel mu není schopen vysvětlit, jak k tomu přistoupit, tak chápu, že je problém.

Jak se postupuje s rozšiřováním a zkvalitňováním dospělého hlasu v mutaci?

Každý jedinec to má jiné. S někým se musí postupovat půl tón po půl tónu.

Kdy se hlas ukotvuje po mutaci?

Kolem 21 let. Údajně.

Funguje Kebrleho výzkum?

Samozřejmě. Děti na sólovém zpěvu jsou více hlídané a cvičené, takže si je kantor pohlídá. Ve sboru jsou chlapci bez propracované individuality, ale také hlas trénují. Přestup je pro ně jednodušší a méně markantní. U nezpěváků je to více bouřlivé, ale znovu zmiňuji osobitost každého hlasu.

Jde mutace urychlit?

Urychlit nejde, ale uměle prodloužit ano!

Setkala ses někdy s tak obtížným případem, se kterým jsi nebyla schopná hnout?

Já jsem se setkala s mnoha komplikovanými případy a moje třída je jich stále plná. Ale hlasový problém jako takový je spíše psychického rázu. Například hyperkinetická dysfonie i reflux je psychosomatického původu.

Ale nikdy jsem neměla nikoho, s kým bych si nevěděla rady. Když chce žák pracovat a má k tomu důvod, aby zpíval, vypořádat se s problémem jde vždycky. Ve chvíli, kdy žák nechce, problém vidím v komunikaci s kantorem. Kolikrát za mnou chodili kolegové s tím, že jejich žáci mají problém s danými věcmi. Nakonec jsem ale zjistila při práci s problematickým žákem, že jenom nechtěl nebo mu to bylo špatně vysvětleno. A to je o tom, že se začne uplatňovat myšlenka kantora nad potřebu žáka.

Měla jsem opravdu, opakuji opravdu vážné případy, ale nikdy jsem neměla pocit, že by to bylo nad mé síly. Já bych to totiž brala jako svoje selhání. Protože já každého žáka, který může být sebevíc komplikovanější, beru jako výzvu. A když on na sobě chce pracovat, tak já jsem tu od toho, abych mu ukázala, jak jít správnou cestou, jak si dojít k hlasovému sebepoznání. A to vnímám jako svoje poslání a přistupuji k tomu tak. Nikdo není nad mé síly. A zjišťuji, že to je jen o těch kantorech. Jedině ten může motivovat žáka.

Nemusím tvořit nějaké sólisty oper, ale dělám to, aby to ty zpěváky těšilo, aby s tím uměli pracovat. A když chceme, tak to dokážeme.

Mutace má zázračný efekt. Když má někdo problém v dětském období, tak se mnohokrát stává, že během mutace se vše napraví a o problému ani zmínka.

Dívčí mutace?

Čím barevnější hlas, tím rapidnější forma transformace. Zvonivé sopránky se zabarvují a ztrácí krystalické výšky. Alty získávají i kovovou barvu do vyšších poloh, přestože hlavový tón neměli.

Když se začne stmelování rejstříků u holek v dětství, tak tomu mutace napomůže. Pokud ne, v dospělosti se to horko těžko dává dohromady.