



Iš kairės: Zajančkauskai – mama Ineta ir sūnus Pijus; Žilvino Sadausko namelis medyje



(Atkelta iš 39 p.)

je“ (aukštaičių garsas aukštas, pratisas); **suvalkiečių** pozicija labiau atitinka taisyklingą suvalkietiško kalbėjimo poziciją (jų formuojamas garsas aiškus, skambus, konkretus).

Dainuoti patogiai reiškia dainuoti taip, kad gerklos nebūtų įsitempusios ir balsas nepavargtų nuo šaukimo (ne rėkimo ar staugimo!). Išsižioti reikia tiek ir burnos aparatą reikia formuoti taip, kad dainavimas nebūtų nosinis ir gerklinis (jei to nepaisysime, skambesys bus negražus ir dainavimas varginas).

Geriausia ieškoti „aukso vidurio“ – tarp vertikalaus ir horizontalaus garso formavimo pozicijų – ir **siekti erdvinio skambėjimo**. Svarbu tai, kad dainuotume ne sau po nosim (toks dainavimas primena labiau niurnėjimą), o kitiems, tiems, kurie mūsų klausosi kažkur erdvėje, galbūt net Anapus. Dainavimas atsipalaidavus, su pilnu įsijautimu ir laisve padeda pajusti, jog dainuojant rezonuoja ne tik krūtinės ląsta, bet ir visas kūnas.

Ieškant patogios dainavimo pozicijos, galima pritaikyti ir naudoti įvairiausių dainavimo pratimų. Raginame kiekvieną vadovą, dainininką sugalvoti prasidainavimo, „prasišaukimo“ pratimų, kuriuos galima atlikti net sportuojant. Nepatogiose situacijose (pvz., sportuojant, einant, šokant ir kt.) nesunku pajusti, kokie organai,

raumenys dirba dainuojant (dažniausiai tie raumenys ima kiek skaudėti), o balsas tiesiog priverstas ieškoti patogios pozicijos dainavimui, nes kitu atveju dainuoti kažką papildomai veikiant tampa tiesiog neįmanoma (balsas persitempia ir pavargsta).

GARSO ATAKA

Ji būna įvairi, priklausomai nuo dainos intonacinių muzikinių niuansų, dainininko atlikimo manieros, nuotaikos, regioninių savitumų. Tačiau svarbiausia tai, kad folkloriniam dainavime garsas yra aiškus, su tvirta atrama. Formuojant muzikinį garsą neturėtų būti pašalinių garsų – nepaaiškinkamo balso švokštimo, didelio vibrato, garso „pūslių“ ir kt. Pati garso ataka turėtų būti aiški, konkreti, tiksli, dažnai pagražinama įvairiais foršlagais, „įvažiavimais“ į garsą (ypač būdinga žemaičiams), glisandavimais ir kt. Folkloriniam, kaip ir gyvos tarmės, garsui būdingas tam tikras intensyvumas, garso „išskleidimas“, „paspaudimas“ (labai būdinga atliekant žemaičių tęstines dainas ir aukštaitiškas sutartines).

KVĖPAVIMAS

Teisingas kvėpavimas – bet kokio dainavimo pagrindas. Folkloriniame dainavime kvėpavimas taip pat



Iš kairės: „Saldžioji porėlė 1“ Anelė Valančiauskaitė ir Pijus Zajančauskas; Asta Matuliauskienė su sūnumi Jurgiu

yra svarbus – ir minties, frazės pasakymui, ir emociinei išraiškai, ir garso stiprumui, ir net pačiam garso formavimui. Kvėpavimas – **giluminis**: dainuojant oras įkvepiamas giliai ir jis valdomas diafragmos raumenų pagalba. Priklausomai nuo dainos pobūdžio ir atlikėjo charakterio, nuotaikos, situacijos, įkvėpimas gali būti greitas, staigus arba ramus, lėtas.

Teisingo kvėpavimo mokomasi būnant ramybės būsenoje. Atsigulkime, atsipalaiduokime ir ramiai pakvėpuokime. Nesunkiai pamatysime, kaip lėtai, ritmingai „kilnojasi“ pilvas (ne krūtinės ląsta) – oras įkvepiamas giliai, kvėpuojama tolygiai. Svarbiausia, kad ir dainavimo metu žmogus būtų atsipalaidavęs – neįsitempęs, nesusijaudinęs. Mokytojas ar vadovas turi psichologiškai nuteikti dainuojantįjį, kad jis nesijaudintų, dainuodamas kvėpuotų ramiai ir pajustų tikrąjį dainavimo džiaugsmą.

KVĖPAVIMO PRATIMAI

Kartas žmonės tiesiog nesuvokia, ką reiškia įkvėpti orą „į pilvą“ – jie įkvepia tik į plaučius ir ten užfiksuoja įkvėptą oro srautą, neleiddami jam patekti giliau. Tuomet galima atlikti keletą pratimų: 1) išpūsti balioną pilve – įkvepiant oro balionas pripučiamas, iškvepiant – oras išleidžiamas; 2) imituoti baliono staigų pripūtimą ir lėtą oro išleidimą pro mažą skylutę; 3) giliai įkvėpti

orą, jį užfiksuoti diafragmos raumenų pagalba ir ramiai, tolygiai, lėtai tęsti patogaus aukščio garsą tiek, kiek užtenka oro (kuo ilgiau ir tolygiau ištęsi garsą, tuo geresnis buvo įkvėpimas ir diafragmos raumenų darbas). Toks darbas ir treniravimasis neįmanomas be sąmoningo suvokimo to, ką darai. Taigi ne mažiau dirba ir galvos smegenys.

Labai naudingas kvėpavimui yra dainavimas sportuojant. Tuomet labai svarbu suvokti, kad dainuoti reikia ne rėkiant, o ramiai ir su atsarga – pamažu išmokstama taupyti balsą ir tinkamai valdyti įkvepiamą orą.

Kol kas nei vienas lietuvių etnomuzikologas, muzikos pedagogas nesiryžo sukurti, parengti tradicinio lietuvių dainavimo metodikos. Tai rodo, jog folklorinio dainavimo dalykai yra gana sudėtingi ir reikalauja ypatingų žinių, patirties, išmanymo ir gebėjimo derinti įvairių mokslų (etnomuzikologijos, balso akustikos ir fiziologijos, folkloristikos, dialektologijos ir kt.) teorines žinias ir praktinį patyrimą. Tikimės, kad keletas pastebėjimų, patarimų pravers tiems, kurie domisi tradicinio dainavimo specifika. Na o jei kyla klausimų, jei norite šiame straipsnyje siūlomus pratimus išbandyti, mielai kviečiame apsilankyti folkloro ansamblio „Virvytė“ repeticijose! Rašykite mums.

El. p. adresas lsungailiene@gmail.com.