

Jānis Lindenbergs

# Dirigēšanas mācīšanas metodika

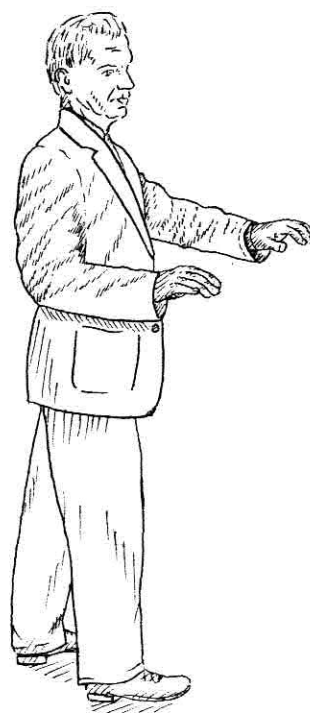
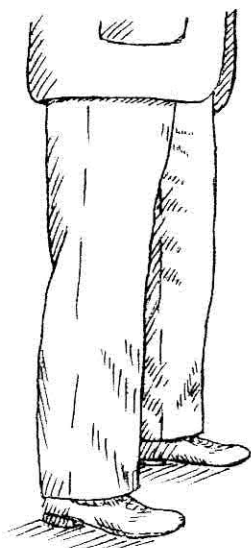
---



# **Dirigēšanas aparāta nostādīšana un darbība**

## Diriģēšanas aparāts

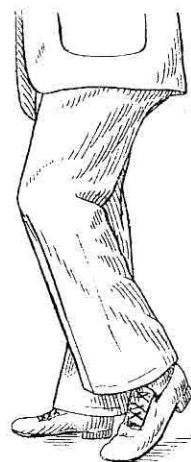
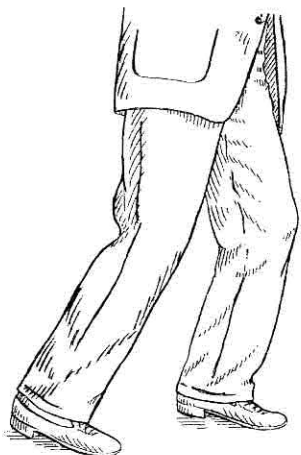
Diriģēšanā nozīmīgākais faktors ir kustību nepiespiestība, brīvība, ko nodrošina diriģēšanas aparāta visu sastāvdaļu maksimāla atbrīvotība un savstarpējā mijiedarbība. Fizisks sasprindzinājums ierobežo diriģenta žestu. Brīvs, nenaspringts diriģēšanas aparāts nenozīmē pilnīgi visu muskuļu atslābināšanu, jāatbrīvo tikai tās muskuļu grupas, kas nepiedalās kustībā. Visas diriģēšanas aparāta daļas ir vienlīdz nozīmīgas, tās nepārtraukti jāattīsta, lai nodrošinātu vienotu darbību. Diriģēšanas aparāts būtībā ir viss diriģenta ķermenis – kājas, korpuss, galva, rokas. Diriģēšanas aparāta visas daļas savā starpā ir cieši saistītas un pakļautas viena otrai. Viena no svarīgākajām lietām diriģenta profesionālajā darbībā ir viņa **stāja**. Tā ir diriģenta vizītkarte. Stājai kā arī diriģēšanas aparātam un līdz ar to arī diriģēšanas kustībām gan interpretiem, gan publikai jābūt estētiski baudāmai un patīkamai. Stingra un noteikta stāja ir atkarīga no stabilas smaguma centra izjūtas kāju pēdās, kad ķermeņa svars ir vienmērīgi izlīdzināts uz abām kājām, kas nodrošina stabilu un noturīgu pamatu korpusam, kā arī diriģenta koncentrēšanos uz diriģēšanas tehniku, kas pilnībā pakļauta muzikālajam izpildījumam un skaņdarba stilistikai.



Par ieteicamāko kāju stāvokli metodiķi atzinuši: pēdām jābūt nedaudz izvērstām leņķī un attālinātām vienai no otras sānu virzienā (ne platāk par plecu platumu). Turklāt kreisajai pēdai jābūt nedaudz pavirzītai uz priekšu. Vairums metodiķu uzskata, ka ir vienalga, kura kāja izvērzīta. Taču tā tas nav – diriģentiem, kuri par vadošo izmanto labo roku, uz priekšu būtu jāizvirza tieši kreisā kāja, tādējādi nodrošinot stabilu atbalsta plakni korpusam centra virzienā.

Ja uz priekšu izvērza labo pēdu, tad, ņemot vērā, ka labā roka ir vadošā, atbalsta plakne ļauj visās kustībās arī korpusam pagriezties pa labi. Tādējādi labās pēdas izvērzišana būtu ieteicama kreīļiem, kam vadošā roka ir kreisā.

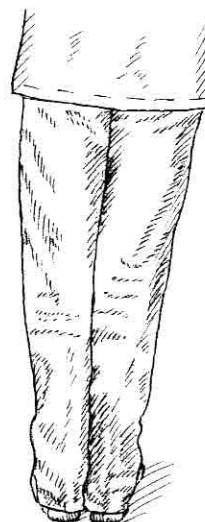
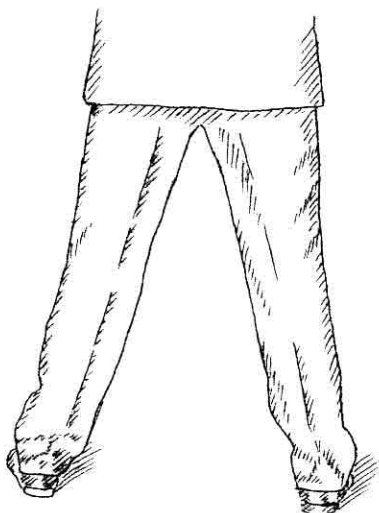
Dirigēšanas laikā kāju stāvokļa maiņa atsevišķos momentos epizodiski, it īpaši vēlākā apmācību periodā, kad tiek iestudēti izvērstāki vokāli instrumentālie darbi un uzmanības lokā ir orķestra pavadījums, ir pieļaujama vai pat nepieciešama.



Nepieļaujami kājas ieliekt ceļos it kā pietupjoties, arī pie *subito pianissimo* tas nav ieteicams paņēmieni. Nepārtraukti cilāt pirkstgalos arī nav ieteicams.

Staigāšana šurpu turpu, mīņāšanās, kāju sišana vai dipināšana nav pieļaujama arī mēģinājumos.

Dirigēšanas apmācību sākumā pedagogam konsekventi jāvairās no visvairāk izplatītām kļūdām:

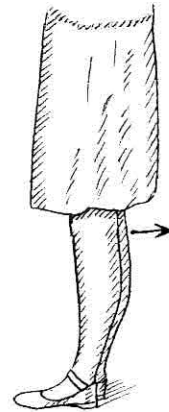
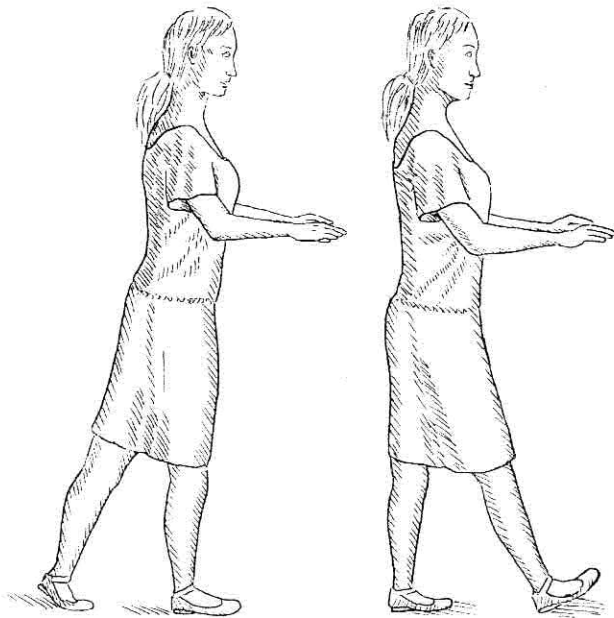


kājas par daudz atvirzītas viena no otras sānu virzienā, kas veido neestētisku skatu gan publikai, gan izpildītājiem.

kopā saliktas kājas samazina atbalsta plakni un reizē sasprindzina muguras muskulatūru, laupot brīvību arī rokām.



Abu kāju pēdas nostādītas paralēli. Tas, pārnesot svaru no vienas kājas uz otru, veicina korpusa šūpošanos sānu virzienā, un ir novērots ieradums diriģentēm – dāmām.



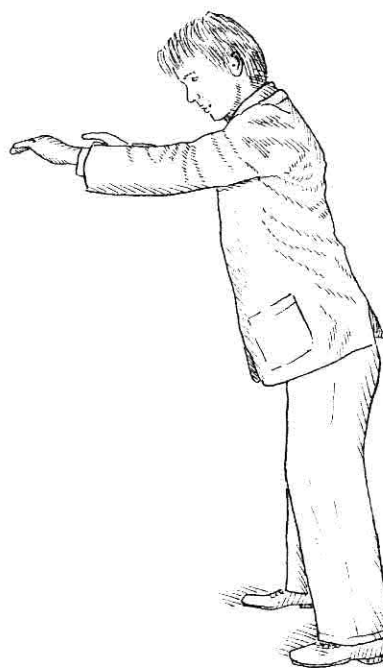
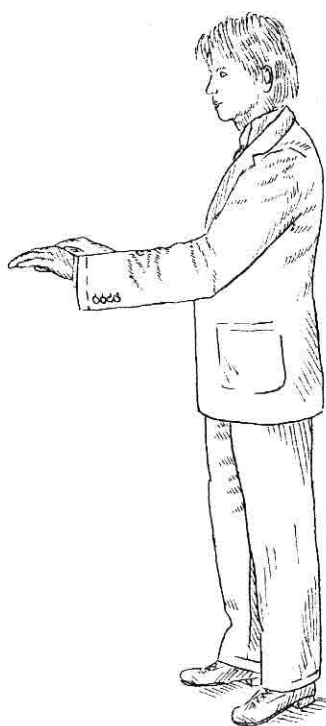
Par daudz uz priekšu izvirzīta kreisā kāja. Tas savukārt atļauj regulāru svara pārnesanu no vienas kājas uz otru un šūpošanos uz priekšu un atpakaļ. Arī šis netikums vairāk piemīt daiļā dzimuma diriģentēm.

Daži pedagogi, lai novērstu šūpošanos ceļos un nodrošinātu korpusa stabilitāti, rekomendē turēt kājas saspringti, maksimāli atliecot, iztaisnojot ceļu locītavas. Taču šāds paņēmieni nav pieļaujams, jo tas rada lieku sasprindzinājumu visā korpusā, it sevišķi muguras muskulatūrā.

Kāju muskulatūras saspringuma gadījumā, jo īpaši tad, ja audzēknim ir tieksme sasprindzināt ceļu locītavas un izbīdīt apakšstilbus uz aizmuguri (svars tiek pārnesti uz papēžiem), veicami šādi vingrinājumi:

a) Taisna stāja, rokas gar sāniem, 1 – pacelties pirkstgalos, 2 – nemainot pēdas stāvokli, ar taisnu muguru (perpendikulāri grīdai) notuities, 3 – nemainot pēdas saliekto stāvokli, iztaisnoties (mugura visu laiku perpendikulāri grīdai), 4 – nolaist papēžus uz grīdas.

b) Ar taisnu stāju nostāties pie sienas tā, lai tai pieskartos pakausis, plecu daļa, lāpstiņas, papēži un nedaudz sēžamvieta, bet nedrīkst pieskarties apakšstilbi. Tiem jāatrodas 1-2 cm no sienas. Šādā ķermeņa pozīcijā ieteicams nodirīgēt nelielu skaņdarbu (tas var būt arī polifons ar plaknes maiņām). Pedagoģa un pašā audzēkņa uzdevums ir sekot līdzīgu kāju (augšstilbu kontaktam ar sienu, ceļu locītavu un pēdas saspringumam) darbībai.

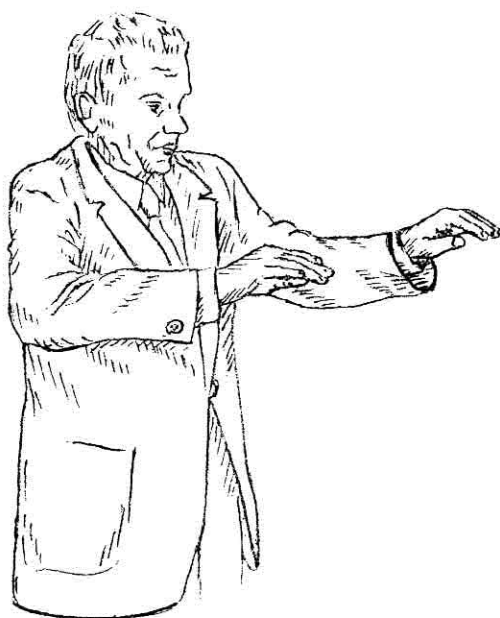


**Korpuss** diriģēšanas laikā jātur taisni un pēc iespējas mierīgi, nenasprindzinot muskuļus nevienā korpusa daļā.

Nedrīkst par ieradumu pārvērst visu laiku korpūsā saliekties uz priekšu it kā tiecoties pie izpildītājiem. Tas sasprindzina muguru un plecus, rokām liek darboties tikai augstā pozīcijā un ir netiekams arī no skatītāju viedokļa.

Lai labotu šāda veida kļūdas, atkal jāizmanto siena. Ja audzēknim vērojama diriģēšana ar ķermeņa izliekšanos uz priekšu vai pārlietu iztaisnojot rokas, tad būtu ieteicams vingrināties, stāvot pretī sienai, novietojot rokas sākuma pozīcijā 2-4 cm attālumā un, brīvi diriģējot, censties to neaizskart.

Diriģējot nedrīkst nevajadzīgi grozīties, klanīties vai šūpoties, tas atstāj estētiski nepatīkamu iespaidu uz klausītāju un novērš izpildītāju uzmanību no diriģēšanas aparāta galvenā instrumenta – diriģenta rokām. Tajā pat laikā diriģenta korpuss nedrīkst būt pilnīgi nekustīgs, sastindzis. Tas pagriežas, vērsoties pie atsevišķām balsis vai instrumentu grupām vai dinamikas maiņu vietās pie *cresc.* nedaudz sasveras uz priekšu, bet pie *dim.* nedaudz atvirzās atpakaļ. Protams, no mūzikas rakstura atkarīga arī korpusa līdzdalība, taču nekad tā nedrīkst būt uzkrītoši pārspīlēta. Diriģēšanas apmācības sākuma periodā īpaša vērība jāvelta plecu un plecu muskuļu darbībai, kas koordinē roku kustības.



Pleci nedrīkst būt pacelti un plecu muskuļi sasprindzināti.



Plecu cilāšana roku kustību virzienā ir nepieļaujama kļūda, kas bieži vērojama diriģentiem – iesācējiem.

Stājas trūkumu un kļūdu neatlaidīga novēršana ir viens no būtiskākajiem audzētāja un pedagoga kopīgiem sākumposma uzdevumiem. Stājas un korpusa sasprindzinājuma likvidēšanai eksistē virkne fizisku vingrinājumu dažādu muskuļu grupu atbrīvošanai.

Mūzikas vidusskolās topošo diriģentu – pusaudžu fiziskās attīstības veicināšanai un diriģēšanas aparāta attīstībai varētu būt noderīgi fizikultūras tipa vingrojumi, kuri veicami mājās, ārpusklases nodarbībās.

**Saspringtu kāju problēmas mazināšanai** noder vingrojumi, kas aktivizē un nodarbina saspringtās muskuļu grupas, veicinot to atbrīvotāku lietošanu diriģēšanas procesos:

a) vingrinājums veicams guļus uz vēdera: sākuma stāvoklī rokas aiz galvas, piere pret grīdu, viena kāja atrodas taisni, bet otra ceļa locītavā saliekta 90 grādu leņķī, pēda pret griestiem. (Skaitot nosacītu sekunžu veidā) 1–2 celt saliekto kāju pret griestiem, 3–4 saglabāt sākuma stāvokli. Izpildīt 5–8 reizes, pēc tam tas pats ar otru kāju. Šis vingrojums aktivizē jostas daļas un augšstilba priekšējās grupas muskuļus.

b) veicams četrpūs: ieņemt pozīciju balstā uz apakšdelmiem, skaitot 1–2, saliekt celi, ceļot pret griestiem, 3–4 – ieņemt sākuma stāvokli. Jāseko līdz mugurai, lai tā paliktu taisna un netiktu izgāzts vēders.

b,) arī veicams četrpāpus: ieņemt pozīciju balstā uz apakšdelmiem, viena kāja izstiepta taisni, pēda vērsta pret sevi, 1–2 – izstiepto kāju celt uz augšu, 3-4 sākuma stāvoklis.

Pēc šo vingrojumu veikšanas ieteicama stiepšanās uz ceļiem ar rokām uz priekšu, it kā pieplokot grīdai. Pēc tam atslābinoties pagulēt 2 minūtes uz muguras.

#### Vingrojums **jostas daļas muskuļu saspringuma mazināšanai:**

veicams guļus uz sāniem: sākuma stāvoklis – guļot uz sāniem, apakšējā kāja saliekta, augšējā taisna, apakšējā roka saliekta zem galvas, bet augšējā roka taisna, gar sāniem. 1–2–3 – atcelt augšējo kāju uz augšu, 4 – sākuma stāvoklis. To pašu izpilda uz otriem sāniem.

#### Vingrojumi **plecu muskulatūras saspringuma mazināšanai:**

a) veicams guļus uz vēdera: sākuma stāvoklī zods balstās uz elkoņos saliektām rokām. 1 – rokas iztaisnot priekšā (neskarot grīdu), 2 – sākuma stāvoklis. Jāuzmanās, lai nebūtu atliekta mugura.

b) 1 – veikt apļveida kustību ar labo plecu uz aizmuguri 10 reizes, 2 – to pašu ar kreiso plecu, 3 – apļveida kustības ar abiem pleciem uz priekšu (arī 10 reizes).

c) veicams sēdus uz krēsla: svaru pārnesot uz pēdām, nedaudz noliekties uz priekšu, rokas iztaisnotas virs galvas. Veikt peldēšanas imitāciju.

d) rokas gar sāniem: 1 – plecus atlikt atpakaļ, 2 – virzīt uz priekšu, 3 – rokas sākuma stāvoklī.

#### Dažādi vingrinājumi **muguras muskuļu sasprindzinājuma mazināšanai:**

a) sākuma stāvoklis guļus uz muguras, kājas saliektas ceļos: 1 – atcelt gurnus no grīdas, sasprindzināt sēžas muskuļus, 2 – sākuma stāvoklis.

b) lai mazinātu liekšanos sānis un tā veidoto sasprindzinājumu: sākuma stāvoklis guļus uz vēdera, rokas priekšā saliektas, zods balstās uz plaukstām: 1 – pacelt taisnu labo kāju, 2–3 noturēt, 4 – sākuma stāvoklis. Tas pats ar kreiso kāju.

c) sākuma stāvoklis guļus uz muguras: ar kājām veikt kustības, imitējot braukšanu ar velosipēdu.

Protams, šie ir tikai daži no iespējamiem vingrojumiem, kurus var papildināt un variēt, piemērojot individuālām vajadzībām.

Nesasprindzinot kakla muskuļus, diriģentam **galva** jātur dabīgā, brīvā stāvoklī ar skatu uz priekšu.



Nedrīkst galvu uzkrītoši noliekt uz priekšu



vai atlikt atpakaļ.



Apmācību procesa sākumposmā bieži katra roku kustība tiek dublēta ar galvas kustību, kas uzskatāms par lielu kļūdu. Diriģēšanas laikā nedrīkst galvu nevajadzīgi grozīt, kas rada nervozu nenoteiktības sajūtu. Galvas kustībām sānu virzienos, vēršoties pie atsevišķām izpildītāju grupām, jābūt neuzkrītošām, minimālām un dabīgām. Galvas stāvoklis daudzreiz nosaka izpildījuma raksturu. Nedaudz noliekta uz priekšu – pārdomas, skumjas, bēdas; nedaudz atliekta atpakaļ – prieks, svinīgas vai sapņainas izjūtas. Bet šeit jāievēro, ka nekas nedos negatīvāku iespaidu, kā iestudētas pozas. Arī kakla muskulatūras saspringuma gadījumā, kas mēdz veicināt nevajadzīgu saspringumu arī muguras augšdaļā un plecos, muskuļu atbrīvošanai iespējami fiziskie vingrinājumi:

1) Taisna stāja, skatiens uz priekšu, lēni galvas (un tikai) pagriešana pa labi, skatienam sekojot līdz galvas kustības virzienam. Maksimāli pastiepjās kreisās puses kakla muskulatūra. Šo pozīciju noturēt 2 sekundes (bet ne ilgāk) un pagriezt galvu atpakaļ sākotnējā stāvoklī. To pašu veikt pa kreisi.

2) Taisna stāja, skats uz priekšu, lēni galvu noliekt uz leju, pēc divām sekundēm atgriežoties sākuma stāvoklī. Pēc tam galvu atliekt atpakaļ ar skatienu uz augšu. Šajā gadījumā svarīgi ir zodu celt uz augšu, nevis bīdīt pakausi atpakaļ, kas radītu kakla mugurpusē nevajadzīgu sasprindzinājumu.

3) Taisna stāja, skatiens uz priekšu, lēni galvu pagriezt pa labi. Nemainot galvas pagriežto stāvokli, to noliekt tā, lai zods pieskartos atslēgas kaulam (*clavicula*), noturēt divas sekundes, lēnām pacelt galvu (stāvoklis sāņus) un atgriezties sākuma stāvoklī. To pašu veikt pa kreisi.

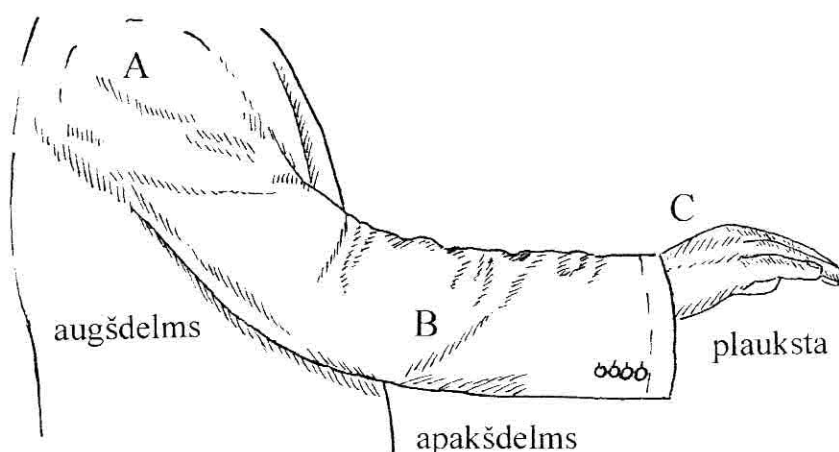
Ne mazāk iedarbīgs līdzeklis uz kori vai orķestri ir diriģenta mīmika un skatiens. Mīmikā atspoguļojas muzikālās ieceres un emocijas, jūtas, kādas diriģentam rodas izpildījuma laikā, parādās viņa griba un nodomi, skaņdarba raksturs. Mīmikai jābūt izteiksmīgai, kustīgai, bet patiesai, atbilstoši mūzikas raksturam un muzikālo tēlu radītam diriģenta iekšējam pārdzīvojumam. Ja tā nenāk no iekšējās pārliecības, bet radīta ārēji, mākslīgi, to nepieņem izpildītāji. Protams, ne katram diriģentam seja ir pietiekoši izteiksmīga no dabas, bet katram lielākā vai mazākā mērā mūzikas izjūta atspoguļojas mīmikā. Mīmikas izteiksmes pakāpe sevišķi atkarīga no diriģenta emocionālās uztveres iespējām. Mīmika nedrīkst atspoguļot neko tādu, kas neattiecas uz atskaņojamā darba saturu. Kaitīgas ir visas grimases, nepārtraukti grumbās saraukta piere, saviebta seja u.tml. Sejas izteiksme ir koncentrēta, bet dabīga, atbilstoša izpildāmā skaņdarba saturam. Nepieļaujama ir neapmierinātības, neizpratnes, apjukuma izteiksme diriģenta sejā, tramīgs, šaubu pilns skatiens. Skatam jābūt atklātam, noteiktam, savāktam un vienmēr vērstam pret izpildītājiem, tam jāaptver visi izpildītāji arī tad, kad kāda grupa vai viss koris starpspēlēs pauzē. Skatiens ne tikai veicina mīmikas izteiksmību, tas palīdz iestāju ierādīšanā, sagatavo kori vai orķestri dinamikas, tempa maiņai u.c.

Pirms katras iestājas diriģents noteikti ar skatienu vēršas pie attiecīgiem izpildītājiem, pirms katra nozīmīga dinamikas momenta arī ar skatienu par to brīdina izpildītājus. Dažkārt iesācēji pārmērīgas koncentrēšanās rezultātā visu laiku skatu vērs par daudz uz augšu, it kā meklēdami glābiņu debesīs, un pilnīgi zaudē kontaktu ar izpildītājiem. Dažkārt, dziļas pārdomas imitējot, visu laiku skatās grīdā. Šie netikumi jācenšas novērst jau pašā sākumā, kamēr tas nav pārvērties par ieradumu. Dabīga izteiksmība sejā atkarīga no iedvesmas, aizrautības, dziļas mūzikas izpratnes. Slikti, ja mīmika ir neīsta, iestudēta. Daži metodiķi iesaka lietot speciālus vingrinājumus – mīmikas etīdes. Ir pat pasniedzēji, kas liek diriģēt tikai ar seju. Taču te jāpiekrist Konstantīnam Staņislavskim – mācīt, trenēt mīmiku nedrīkst – no tā veidojas nedabīgas grimases, kas sasprindzina arī izpildītājus. Izteiksmībai jāveidojas pakāpeniski pašai no sevis, dabīgi, caur intuīciju, no iekšējās izjūtas. Kad diriģents jutīsies komfortabli, seja pati sāks darboties līdzī.

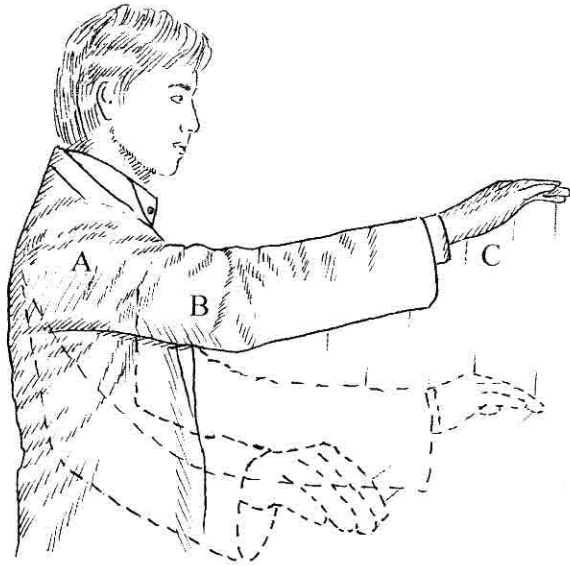
**Mutei**, resp., lūpām, diriģēšanas laikā jābūt aizvērtām, bet ne sakniebtām. Izpildījuma laikā diriģents nekādā gadījumā nedrīkst dziedāt līdzi. Arī mēģinājumos jāvairās no nepārtrauktas līdzdziedāšanas. Dažos gadījumos bezskaņas veidota artikulācija ir pieļaujama un atsevišķu posmu iesākumos, atsevišķu balsgrupu grūtās, sarežģītās vietās ir pat ieteicama. Taču lietojot šo paņēmienu, jāuzmanās no pārspilētības lūpu kustībās, kas var pārvērsties teatrāli uzspēlētās grimāsēs.

Neizteismīga, pārāk koncentrēta, saspringta sejas izteiksme diriģēšanas apmācības sākumā bieži ir nervu vai fiziska sasprindzinājuma rezultāts, pārāk liela koncentrēšanās pakāpe, ko mazināt palīdz līdzdziedāšana vai teksta marķēšana, bet to drīkst lietot tikai epizodiski un īslaicīgi.

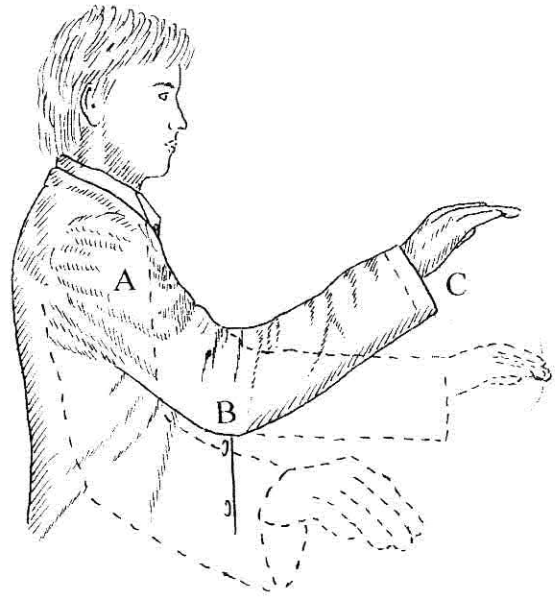
Galvenais "ierocis" darbā ar kori ir **diriģenta rokas**, ar kuru palīdzību viņš iedarbojas uz izpildītājiem, veido un vada visu skaņējumu. Tām jābūt pilnīgi brīvām, nesasprindzinātām. Diriģēšanas kustībā piedalās trīs rokas sastāvdaļas – augšdelms, apakšdelms un plauksta.



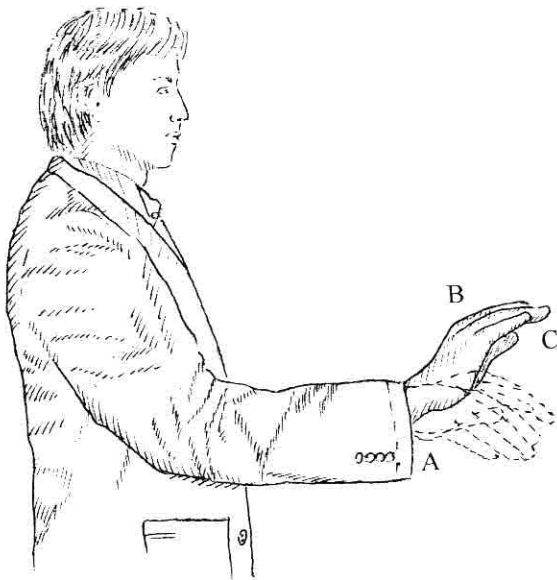
Diriģēšanā atkarībā no skaņdarba rakstura, dinamikas, tempa un štriha kustības galveno uzdevumu piešķir vai nu visai rokai, vai tās atsevišķām sastāvdaļām, bet jau apmācību sākumā nevajag visu laiku kustībā iesaistīt augšdelmu un plecu. Diriģēšanas laikā diriģenta roka darbojas kā saskanīgs aparāts, kur katra rokas daļa savstarpēji iedarbojas viena uz otru. Kustības ass vai centrs ir pleca locītava, vienalga, vai galvenais uzdevums ir visas rokas, apakšdelma vai plauksta kustībai. Rokai, kas pilda it kā sviras funkcijas, ir trīs darbības punkti – atbalsta punkts (A), spēka pielikšanas punkts (B) un pretestības punkts (C).



Ja kustība notiek ar visu roku, atbalsta punkts (A) ir pleca locītavā, bet spēka pielikšanas punkts (B) ir augšdelmā, bet pretestības punkts (C) plaukstā. Augšdelma līdzdalība kustībā nodrošina plašumu un spēku.



Ja kustība līdz elkonim (apakšdelmā), atbalsta punkts (A) – elkoņa locītavā, spēka pielikšanas punkts (B) apakšdelmā, bet pretestības punkts (C) plaukstā. Taktsfigūras zīmējums, pamatā izmantojot apakšdelmu un plaukstu, nepieciešams kustīgākos, viegla rakstura, ātra tempa skaņdarbos, kā arī pie *p*, *mp* dinamiskām gradācijām.



Pie plauksta kustības atbalsta punkts (A) delnas locītavā, spēka pielikšanas punkts (B) delnā (plaukstā), bet pretestības punkts (C) ir pirkstos.

Kustības plūdums tiek panākts līdzsvarojot spēka pielikšanas un pretestības punktu mijiedarbību. Diriģēšanas pedagoga pirmais, vissvarīgākais uzdevums ir pareizi **nostādīt rokas**, ievērojot katra audzēkņa individuālo fizisko uzbūvi. Galvenai prasībai pie roku nostādīšanas jābūt pilnīgai muskuļu brīvībai, ērtai, dabīgai sajūtai. Tikai patiesi brīvs diriģēšanas aparāts dos iespēju pareizi attīstīties diriģēšanas tehnikai. Kā tad pareizi nostādīt rokas?



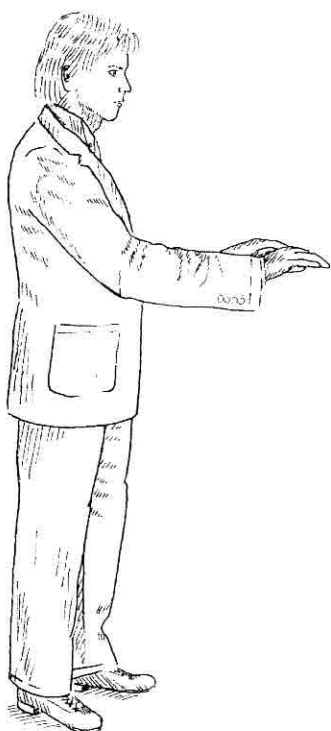
---

Sākuma stāvoklis – stabila stāja, rokas gar sāniem kā pamatstājā,



---

brīvas rokas no pamatstājas, saliec elkoņos 90 % leņķī,

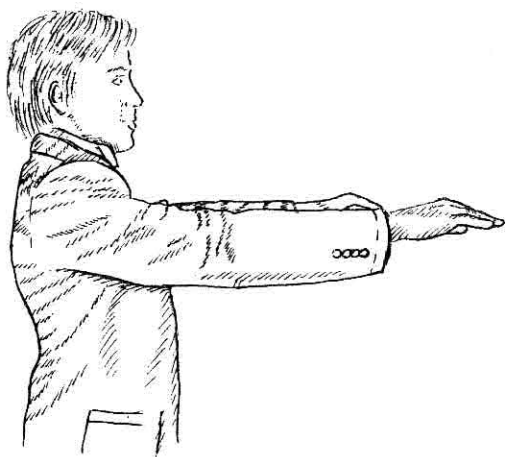


---

nedaudz pastiepj uz priekšu (roka nedaudz ieliekta) un no elkoņa locītavas pavisā uz sāniem (*uz āru*), plauksta ne platāk par plecu platumu, *skats* uz priekšu. Plauksta nedaudz augstāk par elkonī (elkonīm vienmēr jābūt zemāk).

Atbalsta punkti – pirkstu gali, elkoņa locītava, plecu locītava. Roka no pleca līdz pirkstu galiem veido nosacīti taisnu līniju.

Raksturīgākās kļūdas, kas novērotas roku nostādīšanā un kas jānovērš pašā sākumā, un jāuzmana arī vēlākā apmācību periodā:



Par daudz izstieptas, gandrīz iztaisnotas rokas, kā rezultātā iespējamas tikai stūrainas, kokainas kustības.

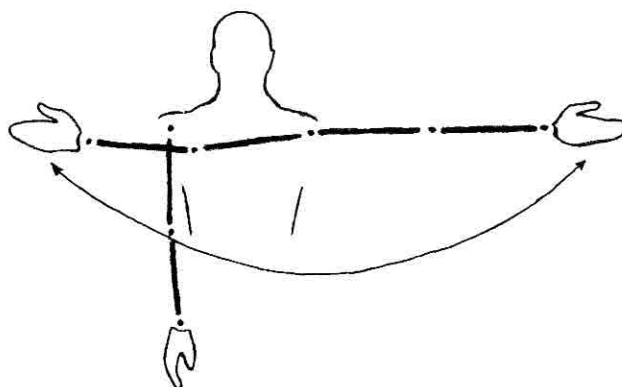
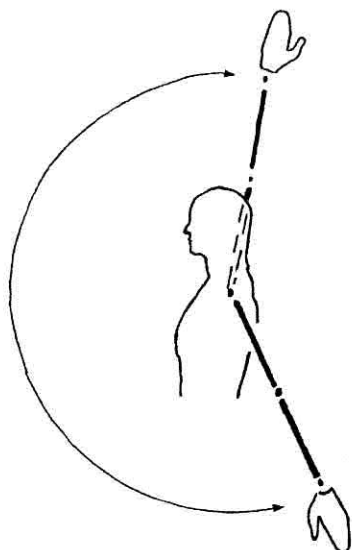
Ļoti plati nostādītas rokas.



Uz sāniem izvērsti elkoņi (kā pulksteņa rādītāji starp 4 un 5) un atvirzīti no korpasa. Apakšdelms pret augšdelmu nostādīts leņķī. Šādi rokas nostādīt rekomendē Kennet H. Phillips, taču tas ir slikts variants, jo sasprindzina augšdelmu un veicina tā saucamo "elkoņu diriģēšanu", laupa izteiksmību plaukstas un apakšdelma kustībās, diriģēšanas tehniku padara smagu un kokainu.

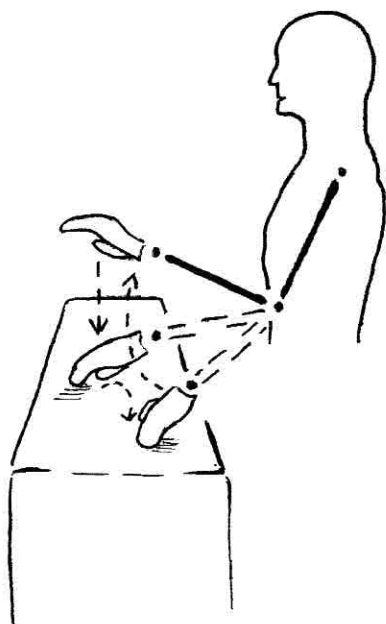
Apakšdelms un plauksta pacelta pret izpildītājiem traucē plastiska *legato* žesta veidošanu un izskatās manierīgi.

Veicinot ķermeņa augšdaļas un roku atbrīvotību dirigēšanas procesos, vienlaicīgi palielinot kustības amplitūdu, ieteicami šādi vingrinājumi:



a) Viena taisni izstiepta roka augšā, otra – lejā, abas rokas, kustoties viena otrai pretī, zīmējumā attēlotajā virzienā, vienmēr saglabājot taisnu roku stāvokli, ieņem otras rokas iepriekšējo pozīciju. Plaukstu stāvoklis vērsts gan pret grīdu, gan uz iekšu.

b) Viena roka atbrīvota gar sāniem, otra taisni izstiepta sānis pleca augstumā, to tuvināt otram plecam, nesaliecot roku elkonī. Plaukstu pozīcija sākotnēji uz iekšu, vēlāk pret grīdu. Pēc tam šo vingrinājumu izpildīt ar nedaudz elkonī ieliektu roku. Svarīgi, lai elkonis nebūtu izcelts uz āru, bet pēc iespējas būtu vērsts uz leju. Tas īpaši attiecināms uz vingrojumu ar plaukstu, kas vērsta uz leju. Arī šādā situācijā svarīgi ir panākt nesaspringtu roku kustību. Pēc tam to pašu veic ar otru roku.

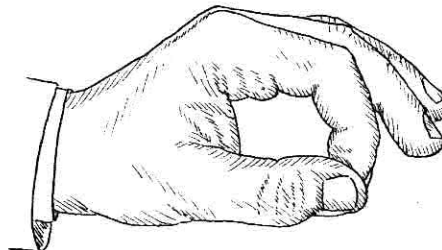
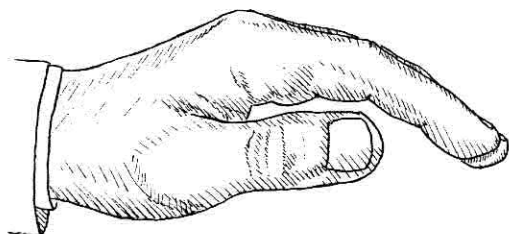


c) Šim vingrinājumam būtiski ir atrast atbilstoši elastīgu virsmu (piemēram, divāna malu vai lielāku, bet cietāku spilvenu), vingrojumu ieteicams veikt stāvus. Virsmai jābūt pāris centimetru zem elkoņa locītavas līmeņa, lai ikšķim saskarsmē ar elastīgo virsmu nebūtu tik tiešs kontakts kā pārējiem pirkstiem, kuri ir vairāk piekļauti viens otram. Punkta un gravitācijas sajūtas veicināšanai sākotnēji jāveic 15–20 cm augstas vertikālas kustības no virsmas, būtībā izmantojot tikai elkoņa locītavu. Šajā gadījumā plaukstu un pleca locītava vēl netiek aktīvi lietotas. Vingrinājumā ir svarīgi panākt, ka ar minimālu kontroli pār apakšdelmu, elkoņa locītavā roka īsajā laikā un attāluma sprīdī (15–20 cm) spēj brīvi krist lejup. Sākotnēji šīs sajūtas var trenēt, paceļot apakšdelmu (pilnībā atbrīvotai rokai) ar otru roku un palaižot, lai tā

brīvi, ar ļenganu plaukstu locītavu krīt pret elastīgo virsmu. Pēc tam to var mēģināt panākt bez otras rokas vai pedagoga palīdzības. Šajā reizē svarīgi, lai plauksta būtu nedaudz fiksēta, bet ne sasprindzināta plaukstu locītava. Sākumā nevajadzētu starp pirkstu galiem un virsmu pārsniegt

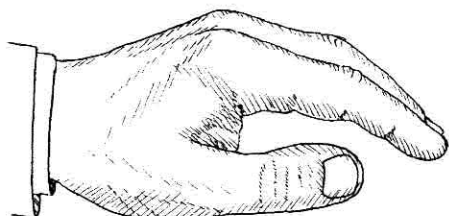
20 cm attālumu, lai elkoņa locītavai apakšdelma kustības (krišanas) rezultātā nebūtu jāpretojas lauzienam. Pie šī vingrinājuma ieteicams atgriezties regulāri, jo attīstīt sajūtu par fiksēto plaukstu un atbrīvoto elkoņa locītavu, nav vienkāršs uzdevums. Pēc vingrinājuma sekmīgas pielāgošanas vadošajai rocai, to pašu veikt arī ar otru roku. Vēlāk šo vingrinājumu var iekļaut trijdaļīgā taksfigūrā.

Visizteiksmīgākā rokas daļa ir plauksta, tā ir muzikālā izpildījuma vadītāja, diriģēšanas aparāta "runājošā" daļa. Tieši plauksta rāda raksturu, štrihu, frāzējumu u.t.t. Tāpēc vislielākā uzmanība jāpievērš plaukstu nostādīšanai.



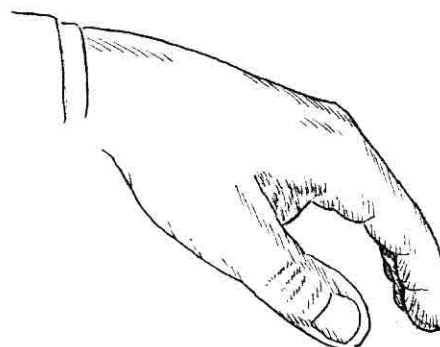
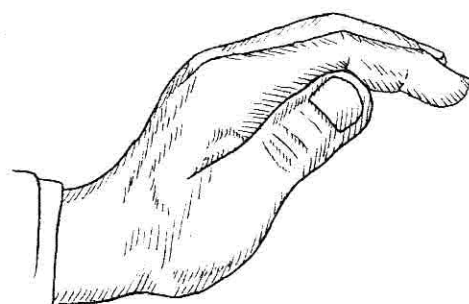
Plauksta pamatpozīcijā nostādīta horizontāli, nedaudz it kā noapaļota pirksti brīvi noapaļoti.

Lai iesācējs izprastu pirkstu noapaļojumu un ikšķa stāvokli, sākumā var salikt kopā pirmo un otro pirkstu,



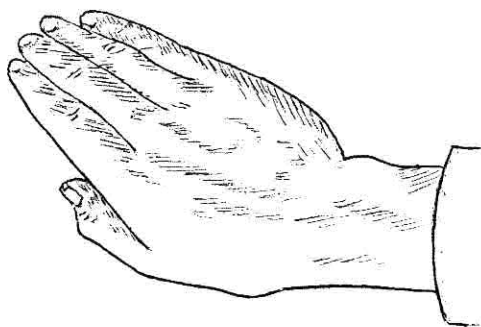
tad tos atlaiž. Diriģēšana ar kopā sakniebtiem pirkstiem ir nevēlama maniere.

Arī pie plaukstu nostādīšanas ierastākās kļūdas novēršamas pašā sākumā un nav pieļaujamas arī vēlākā apmācību procesā:

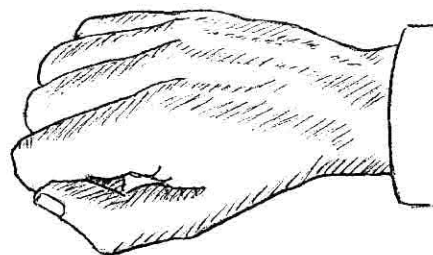


Sasprindzināta, uzlauzta plauksta; līdz ar to punkts no pirkstu galiem tiek atvirzīts līdz plaukstu locītavai un ļoti traucē sasniegt plastiskas kustības un izteiksmīgu *legato* dziedājumu.

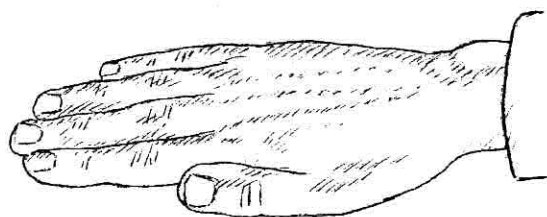
Ļengana plaukstu locītava (pingvīnu plastika) traucē žestā sasniegt skaņas artikulācijas saprotamību.



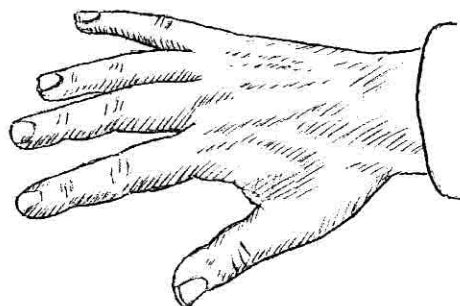
Izvērstas plaukstas (kurmis) sasprindzina plaukstas locītavu.



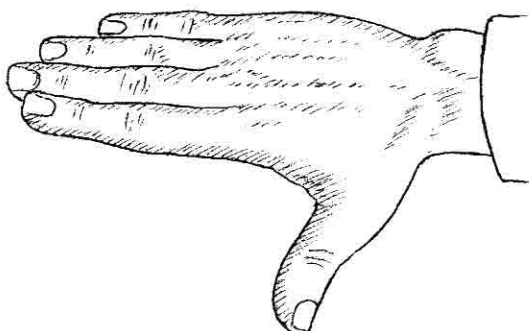
Savilkta dūrē, varētu īslaicīgi lietot kā efektīgu izteiksmes līdzekli vēlākā apmācību periodā, bet apmācību sākumā no tā vajadzētu vairīties.



Saspiesti pirksti sasprindzina plaukstas locītavu un ievērojami traucē žesta izteiksmībai.



Izplesti pirksti atstāj neestētisku iespaidu.

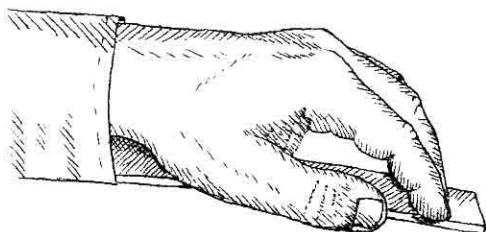


Plakani nostādīta plauksta un atstiepts ikšķis sasprindzina plaukstas locītavu.



Lai panāktu vēlamo efektu plaukstas pareizai nostādīšanai un punkta sajūtas veicināšanai, noder nelielas (piem., tenisa) bumbiņas izmantošana. Tā it kā neapzināti palīdz fiksēt arī plaukstas locītavu, tādēļ, ja plaukstas locītava ir par ļenganu vai, gluži pretēji, par stīvu, šo vingrinājumu ir iespējams kombinēt ar iepriekšējo.





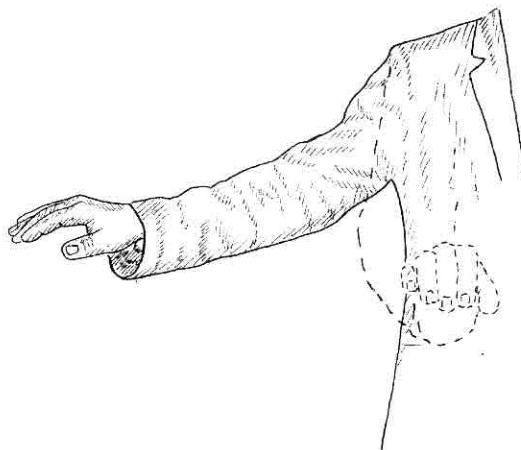
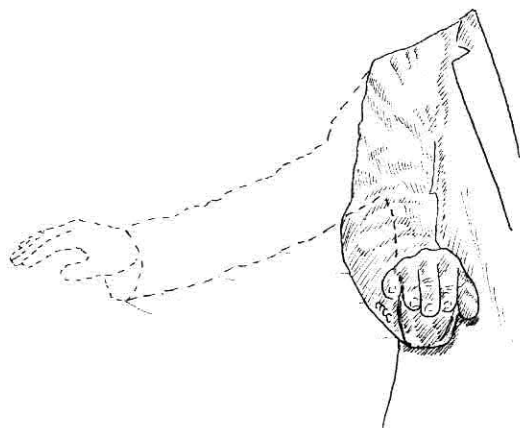
Efektīgs vingrinājums dubultā punkta, lēnganas plauksts un pārspīlētas plauksts locītavas kustības likvidēšanai ir nedaudz elastīga dēlīša (apm. 4 cm platumā un 30–35 cm garumā) lietošana. Šajā gadījumā ideāls variants būtu ne pārāk elastīgs, vidējas cietības, plastmasas lineāls, uz kura var uzlikt vismaz divus rokas pirkstus. Lineālu iebīda stingrā un diezgan piegulošā

krekla piedurknē, divi pirksti bez sasprindzinājuma stabili tur plaukstu uz lineāla, lineāla otrs gals no plauksts svara atbalstās apakšdelmā. Sākumā veikt vertikālas, atsperīgas kustības 30 cm amplitūdā, lai sajustu, kā lineāls un plauksts locītava mazliet ieliecas, panākot, ka tieši pirkstu gali nonāk kustības zemākajā punktā (tas būtu 2–3 cm zem elkoņa stāvokļa). Svarīgi sekot līdzi arī tam, lai nebūtu sasprindzinājuma nevienā no locītavām (arī elkoņa un pleca). To pašu uzdevumu veikt ar otru roku. Pēc tam ieteicams sinhronai kustībai pievienot otru roku, lai skaidri sajustu atšķirības. Dēlīša vai lineāla vienlaicīga izmantošana abām rokām ir pieļaujama tikai tad, ja tie ir identiski. Vēlāk šo vingrinājumu iekļaut taksfigūru apgūvē, to veikt lielākā un pēc tam mazākā amplitūdā nekā iepriekš minēts, nezaudējot punkta sajūtu pirkstu galos.

Roku nostādīšana pedagogam jāveic ļoti uzmanīgi, nesteidzoties, izlabojot vismazāko kļūdu, kamēr tā nav pārvērtusies par ieradumu. Roku nostādīšana nav vienas stundas darbs, pie tā jāatgriežas katrā stundā, pat tad, kad iestudējami jau sarežģītāki kora darbi, nereti nākas atgriezties pie tehnikas pamatelementiem.

Katram diriģentam nedaudz var mainīties rokas nostādīšanas paņēmieni, pašas rokas vai pirkstu un delnas stāvoklis. Trafaretu nedrīkst uzspiest, taču pamatelementi, pamatprincipi būtu jāievēro.

Diriģēšanā katru atsevišķu taksdaļu (ja mūzika ir mērenā tempā) apzīmē ar roku kustību noteiktā virzienā – uz leju, uz augšu vai sāniem. Jebkurā kustības virzienā roka veido nepārtrauktu, taisnu līniju, neatkarīgi no tā, vai kustības pamatā izmanto visu roku, tikai apakšdelmu vai plaukstu. Pirmā vienmēr virzās plauksta, kam seko apakšdelms, un pēc tam, augšdelms.



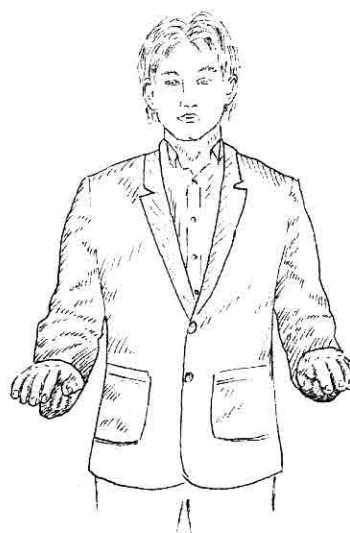
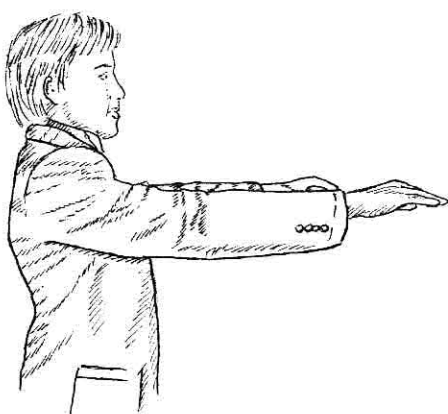
Žestu valodai, salīdzinājumā ar runāto vārdu, ir zināmas priekšrocības – pārliecinošs, noteikts **žests** izsauc momentālu atbildes reakciju, viens žests aizvieto veselu runas frāzi, jo tas vienlaicīgi iemieto tempu, ritmu, dinamiku, raksturu, štrihu utt. Diriģenta žests pēc būtības ir bifunkcionāls, kas no vienas puses fiksē tajā brīdī skanošo mūziku, bet no otras puses pakļauts tālākās attīstības uzdevumiem (iestājas, akcenti, tempa un dinamikas maiņas utt.). Diriģenta žesta raksturīgākie elementi ir amplitūda, temps, spēks un plastiskums, turklāt žestam vienmēr ir jāatbilst mūzikas raksturam. Liela nozīme ir žesta ekonomijai, lakoniskām kustībām. Neliela apjoma žests veicina ne tikai diriģēšanas spilgtumu, metriskās shēmas zīmējuma skaidrību un kontrastainību, tas disciplinē emocijas un to ārējo izteiksmi. Diriģenta žestā uzsvērtai, smagai taktsdaļai ir jābūt visskaidrākai, un tā vienmēr ir kustībā uz leju, pēdējā – neuzsvērtā taktsdaļa – kustībā uz augšu, relatīvi smagā – pa labi, relatīvi vieglā – pa kreisi. Šis pamatprincips piemērots visa veida taktsmēriem – gan vienkāršiem, gan saliktiem un jaukiem. Smagās taktsdaļas atšķiras no vieglajām ne tik daudz ar amplitūdu, cik ar iekšēju saturu, piesātinātību. Māka apvienot muskuļu darbības aktivitāti ar pilnīgu atbrīvotību, nodrošina skaidru žestu un brīvu tehniku arī pareizam smago un vieglo taktsdaļu atspoguļojumam žestā. Mūzikas daudzveidīgais raksturs nosaka smagās taktsdaļas dažādības nepieciešamību.

Diriģēšanā izšķir aktīvo un pasīvo žestu. Ar **aktīvu žestu** atzīmē jebkuru skanējuma sākumu, iestāšanos, izmaiņas tempā, dinamikā, raksturā, harmonijā utt. Dažādas aktivitātes mājienu lietojums palīdz atklāt mūzikas raksturu, piešķir diriģēšanai izteiksmību un daudzkrāsainību. Relatīvi **pasīvs žests** tiek lietots pie viena akorda ilgstoša skanējuma nemainīgā dinamikā, tukšo taktu atlikšanas orķestra diriģēšanā un citos gadījumos, kad mūzikā nenotiek izmaiņas. Tāpat diriģēšanā izšķir sagatavotu un nesagatavotu mājienu. **Sagatavots** mājiens nozīmē, ka pirms galvenā mājiņa ir vēl kāda kustība, kas to sagatavo (auftakts). Pats par sevi saprotams, ka pie **nesagatavota** mājiņa šīs kustības nav.

Katrs mājiens sastāv no trīs daļām:

- 1) **kritiens jeb vēziens**; vēziņa amplitūdu nosaka dinamika, temps un skaņdarba raksturs. Taču pat pie *ff* dinamikas ne vienmēr žestam jābūt lielam, tam jābūt drīzāk intensīvi piesātinātam. Parasti žesti palielinās pie *cresc.* un pakāpeniski samazinās pie *dim.* Žesta lielumu ietekmē arī stilistika.
- 2) piesitiena **punkts** ir galvenais organizējošais moments. Punkta intensitāte atkarīga no mūzikas rakstura, tas var būt ass, atsperīgs, mīksts pieskāriens, atsitiens vai atlēciens u.t.t., bet punktam vienmēr jābūt skaidram un precīzam. Liriska mūzika ar maigu raksturu un samtainu skanējumu pieprasa mīkstāku punktu, spēcīga, ritmiski akcentēta – asas kustības. Starp šiem galējiem variantiem pastāv daudzveidīga, bagātīga nianšu skala. Punkts praktiski ir pirkstu galos, delnas kustībā, bet tas jāsaņūm visā rokā. Liela kļūda, ja punkts tiek pārnesta delnā vai delnas locītavā.
- 3) atlēciens, **atsitiens**, kas seko pēc punkta, nedrīkst būt lielāks par apmēram trešdaļu no mājiņa.

Visas šīs daļas būtībā nevar atdalīt vienu no otras, tās ir savstarpēji cieši saistītas un turpina viena otru, pakāpeniski pāriet viena otrā. Katra mājiņa atsitiena punktam jābūt noteiktā (nosacītā) plaknē. Diriģēšanā izšķir divas plaknes. **Vertikālā plakne** ir plaukstas un pirkstu darbības attālums no ķermeņa diriģēšanas kustību laikā.



Tas nedrīkstētu būt pārāk attālināts no korpusa (izstieptas rokas) vai arī pievilkts pārāk tuvu ķermenim.

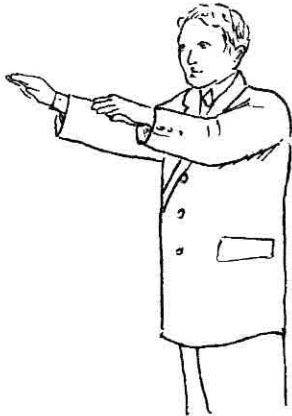
Diriģēšanas procesā nav ieteicams vertikālās plaknes attālumu pakļaut pēkšņām izmaiņām – pie *p* un *pp*, sevišķi pie *sub. p* rokas pievelk pārāk tuvu vai pie *f* rokas izstiepj, tādā veidā mainot vertikālo plakni. Visbiežāk tas nesasniedz cerēto rezultātu, jo izpildītāji no priekšas nevar saskatīt šīs izmaiņas. Tomēr epizodiski tādas metodes lieto pieredzējuši diriģenti.

**Horizontālā plakne** – taktēšanas līmenis. Atkarībā no izmantotās relatīvās plaknes un žesta lieluma diriģēšanā izmanto zemo, vidējo un augsto roku pozīciju. Atbilstoši mūzikas raksturam un diriģēšanas uzdevumiem diriģēšanas laikā pozīcijas mainās.



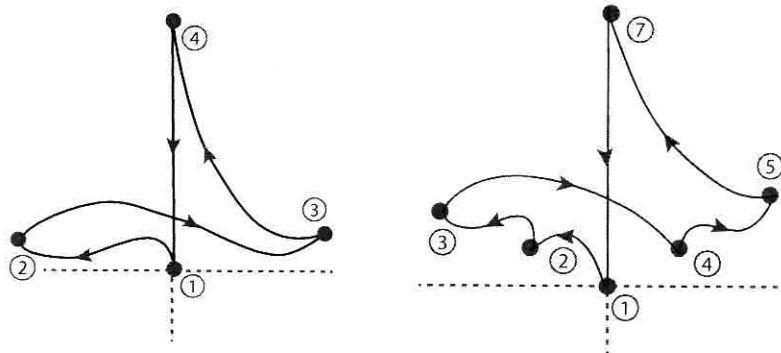
Visbiežāk izmantojamā ir vidējā pozīcija (mājiens no ķermeņa augstāk par jostas vietu līdz zodam). Vidējo pozīciju visvairāk izmanto kā kora, tā orķestra diriģēšanā.

Parasti orķestra starpspēlēs, lielas formas kora darbos izmanto zemo plakni, bet to var lietot arī *a cappella* darbos. Daudzi teorētiķi (Jegorovs) noliedz zemo pozīciju kora diriģēšanā kā korim neredzamu, neskaidru, sasprindzinātu. Viņš atzīst tikai vidējo pozīciju. Te varētu oponent – katrs dziedātājs gan mēģinājuma laikā, gan koncertā redz ne tikai diriģenta rokas, bet arī kurpes.

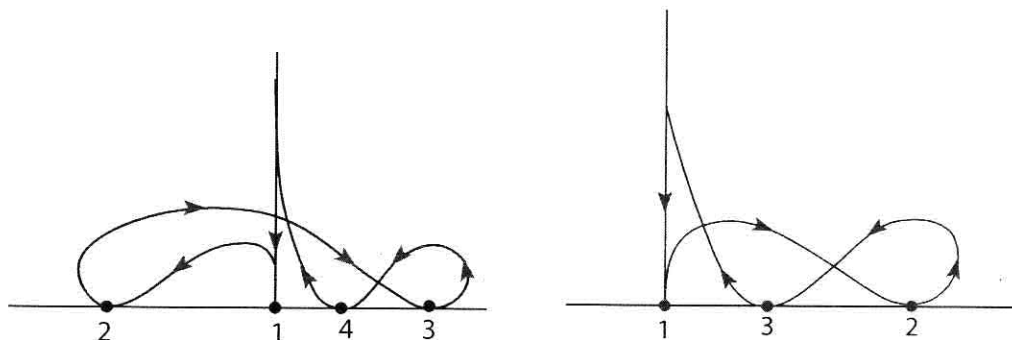


Daudzi teorētiski pareizi norāda, ka nevajadzētu aizrauties ar kordiriģentiem raksturīgo augstās pozīcijas nepārtrauktu lietošanu, jo tad arī dziedātāju skats tiek vērsts uz augšu, zūd kontakts ar diriģenta seju un skatu, bet diriģenta rokas bieži ir sasprindzinātas, žestam tiek atņemts plastiskums un ierobežotas amplitūdas iespējas. Augsto plakni ieteic izmantot iestāju momentos korim atšķirībā no orķestra, dažkārt augstas tesitūras gadījumā, bet arī tad to ilgstoši lietot nevajadzētu.

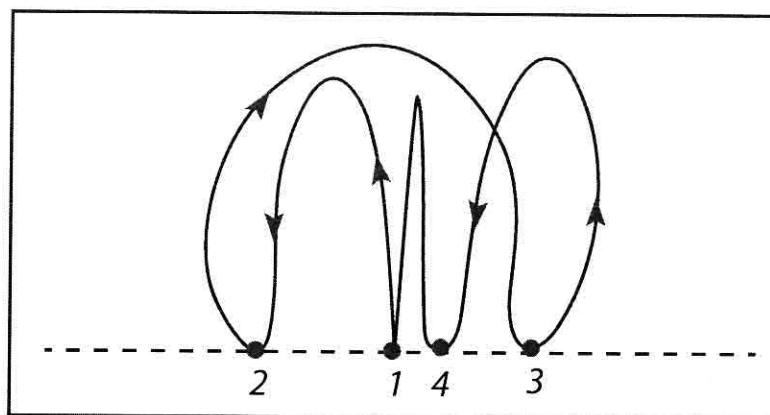
Mājienu forma var būt dažāda – noapaļota, elipsveidīga, viļņveidīga, zigzagveidīga, asiem stūriem utt. Parasti gandrīz visi diriģēšanā lietotie mājienu tiek noapaļoti (stūraini ir reti, atsevišķās raksturam atbilstošās vietās). Mājienu noapaļošanas ziņā pastāv divējādas diriģēšanas skolas. Tā saucamā vācu skola, pēc kuras strādā arī vairāki Pēterburgas un Maskavas konservatoriju diriģēšanas profesori, katru mājienu apaļo ar loku no augšas, kas it kā asāk un skaidrāk iezīmē punktu, bet tad taktsfigūru zīmējumi veidojas ar daudziem lokiem, elipsēm un lauztām līnijām, tādējādi tos ļoti saraibinot. Šādus taktsfigūru zīmējumus vēl mūsdienās piedāvā arī vācu un amerikāņu metodiķi.



Kurt Redel grāmatā *Taktschlagen oder Dirigieren* (München, 2011)

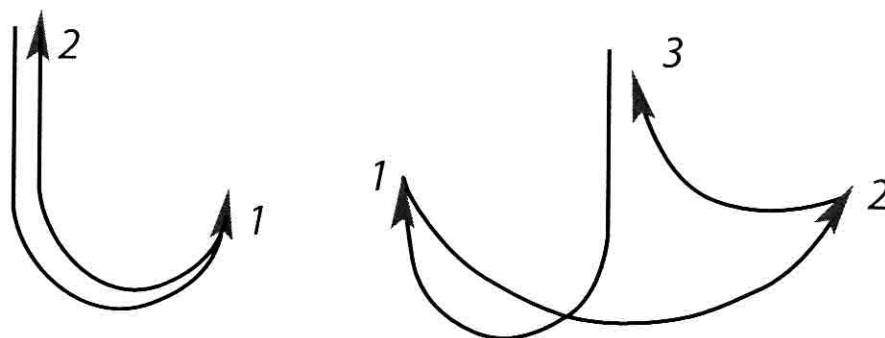


Brock Mc Elheran *Conducting Technique* (Oxford, 2004)



Kenneth H. Pnillips *Basic Techniques of Contucting* (Oxford, 1997)

Latvijas diriģēšanas skola balstās uz paņēmieni – žesta apaļošana virzienā uz leju, un to jau 1947. gadā rekomendēja Jēkabs Vītoliņš.



Mūsdienās, vērojot pasaules labāko diriģentu koncertus un videoierakstus, (Mezzo) arvien vairāk izpaužas tieksmās uz vienkāršāku, maksimāli skaidrāku žestu valodu, kur viens no nosacījumiem ir žestu apaļošana virzienā uz leju, un pat tie diriģenti, kuri mācīti pēc vecās skolas, pārsvarā lieto šo paņēmieni.