

Brent Hugh

Assistant Professor of Piano  
Missouri Western State College Department of Music

# Η ΜΕΛΕΤΗ ΤΟΥ ΠΙΑΝΟΥ

## Αρχές και μέθοδοι

Μετάφραση :  
Απόστολος Σιόντας  
Βασίλης Αντωνόπουλος  
Λήδα Παπασωκράτη

Σχόλια :  
Απόστολος Σιόντας

Πειραματικό Μουσικό Γυμνάσιο - Λύκειο Παλλήνης

Παλλήνη 2009



Αφιερωμένο  
στους μαθητές και μαθήτριες  
του Πειραματικού Μουσικού Γυμνασίου - Λυκείου Παλλήνης.



## **Εισαγωγικό σημείωμα**

Το μικρό αυτό βοήθημα, που προορίζεται για τους μαθητές και τους καθηγητές του πιάνου, είναι ελεύθερη απόδοση ενός κειμένου του Brent Hugh, καθηγητή πιάνου του τμήματος μουσικών σπουδών του Missouri Western State College. Το κείμενο αυτό βρίσκεται στο διαδίκτυο στην διεύθυνση [www.brenthugh.com/piano/piano-practice](http://www.brenthugh.com/piano/piano-practice). Κάποιες δικές μου απόψεις διατυπώνονται υπό μορφή υποσημειώσεων.

Θέλω να ευχαριστήσω την μαθήτριά Λήδα Παπασωκράτη, η οποία συνεργάστηκε με ενθουσιασμό μεταφράζοντας και αυτή μέρος του κειμένου καθώς επίσης και τον καθηγητή του πιάνου κ. Βασίλη Αντωνόπουλο για τις διάφορες υποδείξεις του.

Απόστολος Σιόντας

Φεβρουάριος 2009



## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

<b>ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....</b>	<b>1</b>
<b>ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΜΕΛΕΤΗΣ ΤΟΥ ΠΙΑΝΟΥ.....</b>	<b>1</b>
1 Να ακούτε προσεκτικά!.....	1
2 Να παίζετε σωστά από την αρχή.....	1
3 Να προσπαθείτε να κατανοείτε την μουσική.....	2
4 Να κρατάτε σημειώσεις.....	2
5 Να είστε ο δάσκαλος του εαυτού σας.....	3
6 Να αντιμετωπίζετε την μελέτη ως τη λύση ενός προβλήματος.....	3
7 Να θυμάστε τρία σημαντικά ερωτήματα.....	4
<b>ΜΕΘΟΔΟΙ ΜΕΛΕΤΗΣ ΣΤΟ ΠΙΑΝΟ.....</b>	<b>6</b>
1 Μελέτη τμήμα - τμήμα.....	6
2 Τα χέρια χωριστά .....	7
3 Ολόκληρο το έργο - μέρος - ολόκληρο το έργο.....	8
4 Παύσεις.....	8
5 Ομάδες δακτύλων .....	9
6 Στακάτο.....	10
7 Παίξιμο σιγανά .....	11
8 Παίξιμο δυνατά .....	11
9 Μετρονόμος.....	12
10 Ο μετρονόμος από αργά σε γρήγορα.....	13
11 Ο μετρονόμος πάνω - κάτω με βήματα.....	13
12 Ο μετρονόμος με αιφνίδια άλματα στην ταχύτητα .....	14
13 Μέτρηση δυνατά.....	15
14 Μέτρηση δυνατά με διάφορες συλλαβές.....	16
15 Μελέτη με στόχο την τελειότητα.....	17
16 Μελέτη με το μολύβι.....	18
17 Να ηχογραφείτε τον εαυτό σας.....	19
18 Μελέτη χωρίς πεντάλ.....	20
19 Νοητή εικόνα.....	21
20 Να χρησιμοποιείτε ποικιλία μεθόδων .....	21
21 Σχέδιο μελέτης.....	22





## Εισαγωγή

Η εφαρμογή αυτών των αρχών και μεθόδων μελέτης θα σας βοηθήσει να μαθαίνετε τα κομμάτια σας ταχύτερα και καλύτερα. Θα σας βοηθήσει επίσης να βελτιώσετε χρόνο με το χρόνο την τεχνική σας. Εφαρμόζοντας ορθές μεθόδους μελέτης στο πιάνο μπορείτε να μάθετε τα διπλάσια κομμάτια στο μισό χρόνο, και μάλιστα πετυχαίνοντας ένα πολύ καλύτερο ήχο.

Κάθε άνθρωπος μαθαίνει με τον δικό του ξεχωριστό τρόπο. Λόγω της εμπειρίας σας, του υπόβαθρου και των ικανοτήτων σας, θα μαθαίνετε μ' έναν τρόπο που διαφέρει από τον τρόπο που μαθαίνει κάποιος άλλος. Έτσι, τεχνικές μελέτης και μέθοδοι εκμάθησης που είναι κατάλληλες για κάποιον μπορεί να μην είναι εξίσου κατάλληλες για κάποιον άλλον. Επιπλέον, μια τεχνική που είναι πολύ χρήσιμη για τη μελέτη ενός ορισμένου κομματιού, π.χ. του Μπαχ, μπορεί να είναι άχρηστη για κάποιο άλλο κομμάτι, π.χ. του Ντεμπυσσύ.

Πρέπει να είστε συνεχώς δημιουργικοί, να πειραματίζεστε και να δοκιμάζετε διαφορετικές μεθόδους, ώστε να ανακαλύψετε ποια μέθοδος είναι η πιο κατάλληλη για να μάθετε ένα συγκεκριμένο κομμάτι ή κάποιο τμήμα του.

## Βασικές αρχές μελέτης του πιάνου

### 1 Να ακούτε προσεκτικά!

Όλα τα υπόλοιπα στην μελέτη σας εξαρτώνται από το πόσο προσεκτικά εσείς ακούτε τον εαυτό σας.

### 2 Να παίζετε σωστά από την αρχή

Να έχετε πάντοτε ως στόχο την τελειότητα στους φθόγγους, τον ήχο και τη μουσική έκφραση. ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΤΟ ΠΕΤΥΧΕΤΕ! Είναι εύκολο, αν μελετάτε από την πρώτη στιγμή με στόχο την τελειότητα. Αν όμως παίζετε κάτι εκατό φορές με λάθος τρόπο, θα είναι τελικά πολύ δύσκολο να το παίξετε τέλεια. Θυμηθείτε : Είναι καλύτερο να παίζουμε κάτι μια φορά σωστά παρά να το παίζουμε χίλιες φορές λανθασμένα.

Οι ψυχολόγοι υποστηρίζουν : Ένα ερέθισμα εισέρχεται στη μακροπρόθεσμη μνήμη μας (δηλαδή το μαθαίνουμε), αφού το έχουμε παρατηρήσει προσεκτικά 7 φορές. Αν όμως μάθουμε στην αρχή ένα «λανθασμένο» ερέθισμα, τότε απαιτούνται κατά μέσο όρο 35 (!) επαναλήψεις για να μάθουμε το «σωστό» ερέθισμα! Το να μάθουμε κάτι σωστά από την αρχή είναι πέντε φορές πιο εύκολο από το να το ξαναμάθουμε, αφού το μάθαμε στην αρχή λανθασμένα.

### 3 Να προσπαθείτε να κατανοείτε την μουσική

Να εφαρμόζετε στα κομμάτια που παίζετε ό,τι έχετε μάθει στις τάξεις σας της θεωρίας και όλα όσα γνωρίζετε για τη μουσική. Να βρίσκετε στα κομμάτια σας την τονικότητά τους, τις συγχορδίες, τα μοτίβα, τα τμήματα που επαναλαμβάνονται, τη μορφή, τις φράσεις, τα συνοδευτικά σχήματα, τα ρυθμικά μοτίβα – οτιδήποτε μπορείτε να βρείτε.

Αν έχετε κατανοήσει το κομμάτι σας, θα το μάθετε πιο γρήγορα, θα το απομνημονεύσετε καλύτερα και θα το παίζετε πιο μουσικά. Να έχετε πάντοτε ένα μολύβι στο πιάνο και να σημειώνετε όλα αυτά τα πράγματα μέσα στο κομμάτι, καθώς τα ανακαλύπτετε.

Οι ψυχολόγοι που μελετούν τη μάθηση υποστηρίζουν : Η ανάλυση ενός αντικειμένου που μαθαίνουμε μάς βοηθάει να το θυμόμαστε για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.<sup>1</sup>

### 4 Να κρατάτε σημειώσεις

Η καταγραφή σας βοηθάει να θυμάστε καλύτερα τα πράγματα που μελετάτε. Όταν ξαναβλέπετε κάτι μία, δύο μέρες ή μια εβδομάδα αργότερα, επανέρχεται στη μνήμη σας και έτσι μπορεί πιο εύκολα να εγγραφεί στη μακροπρόθεσμη μνήμη σας. Όταν καταγράφετε κάτι, αυτή η διαδικασία εγγραφής στη μακροπρόθεσμη μνήμη γίνεται αυτόματα. Αν δεν το καταγράψετε, πιθανότατα δεν θα το ξανασκεφθείτε και θα το ξεχάσετε.

Τα πράγματα που πρέπει να σημειώνετε :

Τα πράγματα που σας λέει ο καθηγητής. Πληρώνουμε εκατοντάδες ευρώ για μαθήματα πιάνου, τη στιγμή όμως που τελειώνει το μάθημα και φεύγουμε από την αίθουσα του καθηγητή, έχουμε ξεχάσει το 90% των όσων μας έχει πει. Είναι σαν να έχουμε σπαταλήσει το 90% των χρημάτων που πληρώνουμε για τα μαθήματα. Ο καθηγητής προσπαθεί να καταγράψει κάποια πράγματα για σας, αλλά απλώς δεν μπορεί να καταγράψει τα πάντα. Θα πρέπει να πάτε στο σπίτι, να παίζετε τα κομμάτια σας και να σημειώσετε αμέσως πάνω στο βιβλίο σας ή σ' ένα σημειωματάριο οτιδήποτε μπορείτε να θυμάστε σχετικά με το μάθημα. Δεν χρειάζεται να είναι πλήρεις προτάσεις – απλώς σημειώσεις και φράσεις που καταλαβαίνετε και που θα ενισχύουν την μνήμη σας. Αν το κάνετε αυτό, θα καταπλαγείτε από το πόσα περισσότερα θυμάστε και πόσο λιγότερο θα είναι υποχρεωμένος ο δάσκαλος να επαναλαμβάνει κάθε φορά τα ίδια πράγματα.

<sup>1</sup> Θεωρώ την ανάλυση ενός κομματιού τελείως απαραίτητη προϋπόθεση για μία ολοκληρωμένη ερμηνεία του. Ο μαθητής πρέπει να αποκτήσει σταδιακά τις απαραίτητες μουσικές γνώσεις, ώστε να μπορεί, και με την βοήθεια του δασκάλου του, να κατανοεί τη δομή κάθε μουσικού κειμένου που μελετά : Μέρη, περίοδοι, φράσεις, αρμονική ανάλυση. Μελέτη ενός μουσικού έργου δεν πρέπει να σημαίνει για τον μαθητή μόνο την σωστή του ερμηνεία, αλλά και την κατανόηση της αρμονικής και μορφολογικής του δομής. Γι' αυτό τον λόγο, οι θεωρητικές γνώσεις του μαθητή πρέπει να συμβαδίζουν με τις τεχνικές πιανιστικές του δεξιότητες.

Πράγματα που συμπεραίνετε για τα κομμάτια σας. Αν συμπεραίνετε ότι ένα κομμάτι είναι γραμμένο στη ΡΕ μείζονα, σημειώστε: «ΡΕ μείζων». Αν βρείτε μια συγχορδία ΦΑ μείζονα, γράψτε την. Αν αναγνωρίσετε ότι το κομμάτι σας είναι σε μορφή ΑΒΑ, σημειώστε το. Δεν έχει απολύτως κανένα νόημα να αναγνωρίσουμε όλα αυτά τα πράγματα στην αρχή και στη συνέχεια να τα αφήσουμε να ξεχαστούν.

Ερμηνεία. Κυκλώστε όλα τα σημάδια της δυναμικής και της ρυθμικής αγωγής (tempo). Σημειώστε πώς θέλετε να ερμηνεύσετε το κομμάτι σας. Για παράδειγμα, σημειώστε τα crescendo και τα decrescendo για να δείξετε πώς θα αποδώσετε μια συγκεκριμένη φράση.

Ψυχολόγοι που μελετούν τη μακροπρόθεσμη μνήμη μάς λένε : Το κλειδί για να κάνουμε ένα συγκεκριμένο ερέθισμα να εγγραφεί στη μακροπρόθεσμη μνήμη μας, είναι να το επαναλαμβάνουμε κάθε τόσο επί μακρό χρονικό διάστημα. Ερεθίσματα που δεν επαναλαμβάνονται κατ' αυτό τον τρόπο εξασθενούν βαθμιαία με την πάροδο του χρόνου. Η καταγραφή όμως ενός ερεθίσματος μάς επιτρέπει να το επαναλαμβάνουμε για κάποιο χρονικό διάστημα, ώστε να γίνει έτσι μέρος της μακροχρόνιας, μόνιμης μνήμης μας.

## **5 Να είστε ο δάσκαλος του εαυτού σας**

Μη περιμένετε από τον καθηγητή σας να σας λέει κάθε τι που θα πρέπει να κάνετε. Να το συμπεραίνετε μόνοι σας. Συχνά, μπορείτε να καταλάβετε ποιο είναι το πρόβλημα και να το επιλύσετε εξ ίσου καλά μόνοι σας. Επομένως, γιατί να περιμένετε;

Σε τελευταία ανάλυση, εσείς οι ίδιοι μαθαίνετε τον εαυτό σας να παίζει πιάνο, με λίγη βοήθεια από κάποιους άλλους.

## **6 Να αντιμετωπίζετε την μελέτη ως τη λύση ενός προβλήματος**

Μη θεωρείτε την μελέτη σας απλώς σαν ένα ορισμένο χρονικό διάστημα που πρέπει να αφιερώσετε στο πιάνο ή απλώς σαν την επανάληψη των κομματιών σας ορισμένες φορές την ημέρα. Να θεωρείτε τη μελέτη σας ως τον εντοπισμό και τη λύση προβλημάτων μέσα στα κομμάτια σας.

Υπάρχουν τρία βήματα στη διαδικασία αυτή :

**Αναγνωρίστε το πρόβλημα.** Βρείτε πώς θα πρέπει να ακουστεί το κομμάτι σας και αναγνωρίστε τη διαφορά μεταξύ τού πώς πρέπει να ακουστεί και πώς ακούγεται στην πραγματικότητα, όταν το παίζετε.

**Κατανοήστε τι προκαλεί το πρόβλημα.** Μήπως το πρόβλημα οφείλεται σε αδυναμία τεχνικής; Κακή δακτυλοθεσία; Σ' ένα μεγάλο άνοιγμα ή πήδημα σε κάποιο σημείο; Ή σε μια ασαφή εικόνα της μουσικής στο μυαλό σας; Ό,τι και να είναι, πρέπει να εντοπίσετε την αιτία του προβλήματος, πριν προχωρήσετε στη λύση του.

**Λύστε το πρόβλημα.** Αυτό μπορεί να σημαίνει τη χρησιμοποίηση ορισμένων από τις μεθόδους μελέτης που περιγράφονται παρακάτω ή αλλαγή της δακτυλοθεσίας, ανάλυση του κομματιού ώστε να το κατανοήσετε καλύτερα ή (ως έσχατη λύση!) μελέτη του μέρους ξανά και ξανά μέχρι να μπορείτε να το παίζετε άνετα. Για προβλήματα που δεν μπορείτε να λύσετε μόνοι σας ρωτήστε το δάσκαλό σας ή τους συμμαθητές σας.

### **7 Να θυμάστε τρία σημαντικά ερωτήματα**

Πώς γνωρίζετε ότι αποδίδετε καλά ένα συγκεκριμένο σημείο (passage) ενός κομματιού; Πώς είστε βέβαιοι ότι είναι, τεχνικά και μουσικά, όσο καλύτερο γίνεται;

Θα κάνετε μια καλή αρχή, αν υποβάλετε στον εαυτό σας τα εξής τρία ερωτήματα. Αν η απάντηση στις τρεις ακόλουθες ερωτήσεις είναι «ναι», μπορείτε να είστε βέβαιοι ότι είστε στο σωστό δρόμο. Εάν υπάρχει πρόβλημα με μια ή περισσότερες από τις τρεις ερωτήσεις, τότε πρέπει να λύσετε κάποια προβλήματα.

**ΑΚΟΥΓΕΤΑΙ σωστά;** Έχει τις σωστές νότες, το σωστό ρυθμό, τη σωστή δυναμική και τις σωστές φράσεις, τη σωστή ταχύτητα, τη σωστή άρθρωση, το σωστό άκουσμα των φωνών;

**ΑΙΣΘΑΝΕΣΤΕ εντάξει;** Είστε όσο πιο χαλαροί γίνεται παίζοντας το συγκεκριμένο σημείο ή αισθάνεστε υπερβολική ένταση στα δάχτυλα σας, τα χέρια, τους ώμους, το λαιμό, ή οπουδήποτε αλλού; Γενικά, αισθάνεστε τις κινήσεις σας ομαλές και άνετες ή απότομες και νευρικές; Έχετε καν την αίσθηση των χεριών σας, των βραχιόνων, του κεφαλιού και ολόκληρου του σώματός σας ή έχετε αποκλείσει ολοκληρωτικά αυτά τα αισθήματα;

**ΒΛΕΠΕΤΕ ότι οι κινήσεις σας και η στάση ολόκληρου του σώματός σας είναι εντάξει;** Μπορείτε να δείτε ενδείξεις υπερβολικής έντασης πάνω σας; Οι κινήσεις σας – χέρια, δάχτυλα, βραχίονες, κεφάλι, το σώμα σας ολόκληρο – φαίνονται ότι ανταποκρίνονται, σαν χορογραφία, στις απαιτήσεις του συγκεκριμένου σημείου;

Η παρατήρηση όσων κάνετε είναι συχνά μια μεγάλη βοήθεια για την καλύτερη αντίληψη των μυϊκών σας αισθημάτων. Τα μυϊκά αισθήματα είναι συχνά ανεπαίσθητα. Τα μάτια σας μπορούν να σας βοηθήσουν να αντιληφθείτε όσα αισθάνεστε. Η παρατήρηση του εαυτού σας σ' έναν καθρέφτη ή σε μια βιντεοταινία συχνά βοηθάει πολύ.

Οι σπουδαστές συχνά προσέχουν μόνο τον ήχο. Στο πιάνο είναι δυνατόν να παράγετε έναν απολύτως σωστό και ακόμη όμορφο και μουσικό ήχο, ταυτόχρονα όμως να κακομεταχειρίζεστε το σώμα σας μ' έναν φοβερό τρόπο. Ίσως κατορθώσετε να παίξετε έτσι για ένα χρόνο ή ακόμα και για δέκα χρόνια – τελικά όμως θα υπάρξει πρόβλημα. Εν τω μεταξύ, ίσως έχουν εμφανισθεί διάφορες τενοντίτιδες και πόνοι και ο ήχος σας και η τεχνική σας – ακόμη και αν είναι καλοί – δεν θα είναι τόσο καλοί όσο *θα μπορούσαν να είναι*.

## Μέθοδοι μελέτης στο πιάνο

### 1 Μελέτη τμήμα - τμήμα

Χωρίστε το κομμάτι σας σε μικρά τμήματα και μελετήστε κάθε τμήμα μέχρι να το μάθετε καλά. Στη συνέχεια, συνδυάστε δύο μικρά τμήματα ώστε να σχηματίσετε ένα μεγαλύτερο τμήμα. Μελετήστε αυτό το μεγαλύτερο τμήμα μέχρι να το αποδώσετε καλά. Συνεχίστε να συνδυάζετε τμήματα μέχρι να παίξετε ολόκληρο το κομμάτι.

Βεβαιωθείτε ότι χωρίζετε το κομμάτι σας σε τμήματα που έχουν νόημα – για παράδειγμα, μια φράση, μισή φράση ή δύο φράσεις. Μην το χωρίζετε απλώς ανά δύο μέτρα ή ανά μία γραμμή, αν δεν υπάρχει έτσι μουσικό νόημα.

Στην αρχή, τα τμήματα του κομματιού σας θα πρέπει να είναι αρκετά μικρά – τόσο μικρά ώστε να μπορείτε να τα παίξετε σχεδόν τέλεια από την πρώτη στιγμή. Καθώς θα αισθάνεστε πιο άνετα με το κομμάτι σας, τα τμήματα μπορούν να μεγαλώνουν. Σ' ένα εύκολο κομμάτι, τα τμήματα μπορεί να είναι στην αρχή μεγαλύτερα, ενώ σ' ένα δύσκολο κομμάτι τα τμήματα θα πρέπει να είναι πολύ μικρά.

Το πιο συνηθισμένο λάθος των σπουδαστών είναι ότι ξεκινούν να μαθαίνουν υπερβολικά μεγάλα τμήματα ενός κομματιού. Διαλέξτε ένα μικρό τμήμα και μελετήστε τη δακτυλοθεσία και το μέτρημα του. Στη συνέχεια, δοκιμάστε να παίξετε το τμήμα σας, με ιδιαίτερη προσοχή και με αργό ρυθμό, επτά φορές. Εάν δεν μπορείτε να το παίξετε αλάνθαστα (τουλάχιστον τις σωστές νότες στο σωστό ρυθμό) μετά από μία ή δύο φορές, τότε το τμήμα σας είναι υπερβολικά μεγάλο ή ο ρυθμός σας είναι πολύ γρήγορος. Αφού παίξετε το τμήμα επτά φορές, κλείστε το βιβλίο και προσπαθήστε να το παίξετε απ' έξω. Αν δεν μπορείτε να το θυμηθείτε ολόκληρο, τότε το τμήμα σας είναι υπερβολικά μεγάλο. Κόψτε το στη μέση και προσπαθήστε πάλι.

Καθώς θα μαθαίνετε ένα κομμάτι, σταδιακά θα μπορείτε να παίξετε όλο και μεγαλύτερα τμήματα. Όταν ξεκινάτε όμως να μάθετε ένα κομμάτι, τα τμήματα θα πρέπει να είναι τόσο μικρά, ώστε να μπορείτε να τα απομνημονεύσετε, αφού τα έχετε παίξει μόλις επτά φορές.

### Γιατί πετυχαίνει αυτή η μέθοδος

Ο κανόνας «απομνημόνευσε μετά από επτά φορές» προέρχεται από την ψυχολογία της μάθησης. Εάν ένα ερέθισμα, αρκετά μικρό ώστε να χωράει στην βραχυπρόθεσμη μνήμη μας, το παρατηρήσουμε προσεκτικά περίπου επτά φορές, θα εγγραφεί στην μακροπρόθεσμη μνήμη μας. Αν αυτή η διαδικασία επαναληφθεί για ένα χρονικό διάστημα (ας πούμε, το ερέθισμα επαναλαμβάνεται επτά φορές την ημέρα για μια περίοδο πέντε ημερών) η μακροπρόθεσμη μνήμη μας γίνεται σταδιακά όλο και πιο ισχυρή – είναι πια «μόνιμη».

Έτσι, αν στην αρχή επιμείνετε σε τμήματα που είναι τόσο μικρά ώστε να μπορείτε να τα «απομνημονεύσετε μετά από επτά φορές», θα μελετάτε τμήματα που χωρούν

άνετα στη βραχυπρόθεσμη μνήμη σας. Τα τμήματα αυτά είναι τα ευκολότερα για να τα κατανοήσει και να τα επεξεργαστεί το μυαλό σας. Έτσι, θα τα μάθετε και θα τα απομνημονεύσετε πιο γρήγορα και θα τα συγκρατήσετε για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.

Αν όμως παίζετε τμήματα από το κομμάτι σας που είναι μεγαλύτερα απ' ότι μπορεί να συγκρατήσει η βραχυπρόθεσμη μνήμη σας, τότε, μέχρι να φτάσετε στο τέλος ενός τμήματος, η αρχή του θα έχει «γλιστρήσει» από τη βραχυπρόθεσμη μνήμη σας. Αυτή η υπερφόρτωση της βραχυπρόθεσμης μνήμης διαταράσσει το σύνολο της διαδικασίας της μνήμης. Μάθηση και απομνημόνευση είναι πολύ πιο δύσκολες κάτω απ' αυτές τις συνθήκες.

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

Μελετώντας κατά ένα τρόπο συμβατό με τον φυσικό τρόπο μάθησης, θα μαθαίνετε πιο γρήγορα και θα συγκρατείτε αυτά που έχετε μάθει για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.

Αν μελετάτε ένα κομμάτι ολόκληρο ή ένα πολύ μεγάλο τμήμα του, θα έχετε ξεχάσει όλα τα λάθη που τυχόν έγιναν στην πρώτη φράση του, όταν θα έχετε φθάσει στο τέλος. Μελετώντας όμως μόνο ένα μικρό τμήμα του, μπορείτε να εντοπίσετε όλα τα προβλήματα αμέσως – και έτσι να τα διορθώσετε.

Μπορείτε να έχετε ως στόχο σας την τελειότητα. Είναι εύκολο να παίζετε μια μικρή φράση τέλεια, ακόμη και την πρώτη μέρα που την μελετάτε. Όμως, φαίνεται αδύνατον να παίζετε ένα κομμάτι τέλεια, ακόμα και μετά από πολλές εβδομάδες, αν το μελετάτε συνεχώς ολόκληρο. Θυμηθείτε : διαίρει και βασίλευε!

### Πότε να χρησιμοποιήσετε αυτή τη μέθοδο

Θα πρέπει να χρησιμοποιείτε αυτή τη μέθοδο σε κάθε κομμάτι που θέλετε να μάθετε. Θα πρέπει επίσης να την συνδυάσετε και με άλλες μεθόδους.

## **2 Τα χέρια χωριστά**

Επιλέξτε ένα τμήμα και μελετήστε το με κάθε χέρι χωριστά, μέχρι να μπορείτε να το αποδώσετε καλά. Στη συνέχεια, παίζτε το με τα δύο χέρια μαζί, μέχρις ότου κατορθώσετε να το παίζετε καλά.

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

Είναι πιο εύκολο να παίζετε κάθε χέρι χωριστά.

Το αριστερό χέρι μπορεί να είναι πιο αδύνατο, να μην παίζει καθαρά και απλώς να ακολουθεί το δεξί χέρι, χωρίς να γίνονται αντιληπτές οι ατέλειές του. Δίνοντάς του όμως ιδιαίτερη προσοχή, μπορείτε να το δυναμώσετε.

### Πότε να χρησιμοποιήσετε αυτή τη μέθοδο

Συνήθως, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αυτή τη μέθοδο μόνο αν έχετε πρόβλημα παίζοντας με τα χέρια μαζί, ή όταν έχετε ιδιαίτερο πρόβλημα με το ένα χέρι σ' ένα συγκεκριμένο σημείο. Όσον αφορά σημεία που μπορείτε να τα αποδώσετε εύκολα, είναι συνήθως καλύτερο να ξεκινάτε με τα δύο χέρια μαζί.

Η μελέτη με τα χέρια χωριστά αποδίδει πολύ σε πολυφωνικούς ύμνους (κοράλ), πολυφωνικά έργα (για παράδειγμα, φούγκες) και σε κάθε κομμάτι όπου υπάρχει αρκετή ανεξαρτησία στα δύο χέρια.

### **3 Ολόκληρο το έργο - μέρος - ολόκληρο το έργο**

Παίξτε ολόκληρο το κομμάτι, κατόπιν χωρίστε το σε μέρη και παίξτε τα, και μετά πάλι ολόκληρο το έργο. Ή παίξτε ένα μέρος του κομματιού ολόκληρο, χωρίστε το μετά σε μικρότερα τμήματα και μελετήστε τα, και στο τέλος παίξτε πάλι ολόκληρο το μέρος. Η ξεκινήστε και παίξτε με τα δυο χέρια μαζί, κατόπιν χωριστά, και μετά πάλι μαζί.

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

Οι ψυχολόγοι που μελετούν τη μάθηση υποστηρίζουν ότι αυτή είναι μία από τις καλύτερες μεθόδους μάθησης. Σας βοηθάει να μαθαίνετε πιο γρήγορα και να συγκρατείτε τα πράγματα καλύτερα. Οι ψυχολόγοι αναφέρονται σ' αυτή την μέθοδο ως «σύνθεση – ανάλυση – σύνθεση». Μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί και σε άλλους τομείς μάθησης (για παράδειγμα, στα σχολικά σας μαθήματα).

### Πότε να χρησιμοποιήσετε αυτή τη μέθοδο

Μπορεί να χρησιμοποιηθεί οποιαδήποτε στιγμή, όταν μελετάτε ένα κομμάτι. Είναι όμως ιδιαίτερα αποδοτική σ' ένα κομμάτι που ήδη γνωρίζετε αρκετά καλά, αλλά πρέπει να το τελειοποιήσετε, ή για να επαναφέρετε σε καλή κατάσταση ένα παλιό σας κομμάτι. Παίξτε το ολόκληρο, μετά σε τμήματα, και μετά πάλι ολόκληρο.

### **4 Παύσεις**

Εισάγετε παύσεις σε συγκεκριμένα σημεία του κομματιού. Για παράδειγμα, αν στο κομμάτι σας υπάρχει ένα σημείο (πέρασμα, passage) με συνεχόμενα δέκατα έκτα, μπορείτε να σταματήσετε στο πρώτο δέκατο έκτο κάθε χρόνου (παλμού, beat) του μέτρου ή στο δεύτερο δέκατο έκτο κάθε χρόνου ή στο τρίτο ή στο τέταρτο. Επίσης, μπορείτε να ομαδοποιήσετε 8 δέκατα έκτα μαζί, σταματώντας μόνο (για παράδειγμα) στον 1ο και τον 3ο χρόνο ενός μέτρου 4 / 4.<sup>2</sup>

Ένας καλός τρόπος μελέτης βάσει αυτής της μεθόδου είναι να κάνετε παύση πρώτα σε κάθε χρόνο (παλμό, beat). Μελετήστε το σημείο έτσι μέχρι να γίνει τέλειο. Στη συνέχεια κάνετε παύση κάθε δύο χρόνους και επαναλαμβάνετε το σημείο μέχρι

<sup>2</sup> Πρόκειται για κάποιους από τους γνωστούς μας ρυθμικούς τρόπους του Hanon. Προσοχή χρειάζεται στην σωστή επιλογή του σημείου όπου θα γίνει η παύση, ώστε να λυθεί το συγκεκριμένο πρόβλημα.



να γίνει επίσης τέλειο. Στη συνέχεια, κάθε τέσσερις χρόνους. Συνεχίστε μ' αυτό τον τρόπο, μέχρι να παίξετε ολόκληρο το συγκεκριμένο σημείο χωρίς παύσεις.<sup>3</sup>

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

Η παρεμβολή των παύσεων σας κάνει να σκέφτεστε τις νότες ανά ομάδες. Αυτό μπορεί να σας κάνει να παίζετε με περισσότερη μουσικότητα.

Η μελέτη με παύσεις μπορεί να σας βοηθήσει να παίζετε πιο ρυθμικά, κάτι που συνήθως λείπει από το παίξιμο των μαθητών.

Η μελέτη με παύσεις βοηθάει την μνήμη. Καθιστά κάθε ομάδα φθόγγων απολύτως σαφή στο μυαλό σας.

Μελετώντας με παύσεις βελτιώνετε την τεχνική σας. Για να υπεραπλουστεύσουμε λίγο αυτό το θέμα: Υπάρχουν δύο τύποι νεύρων που ελέγχουν τους μύες που χρησιμοποιείτε, όταν παίζετε. Μπορούμε να τα ονομάσουμε, τα νεύρα που «σταματούν» και τα νεύρα που «ξεκινούν». Τα νεύρα που «σταματούν» λένε στους μύες τότε να σταματήσουν. Τα νεύρα που «ξεκινούν» τούς λένε τότε να ξεκινήσουν. Προφανώς, χρειάζεται συντονισμός και των δύο αυτών ειδών νεύρων για ένα καλό παίξιμο. Όταν δεν υπάρχουν αρκετές εντολές στα νεύρα που «σταματούν», το παίξιμο ξεφεύγει από τον έλεγχο (γρήγορο, άγριο, ανομοιογενές). Όταν δεν υπάρχουν αρκετές εντολές στα νεύρα που «ξεκινούν», το παίξιμο γίνεται αργό και υποτονικό. Η παύση πριν από κάποιον χρόνο (παλμό, beat), ενισχύει τα νεύρα που «σταματούν» και έτσι αποκτάτε καλύτερο έλεγχο των δακτύλων σας. Η παύση πάνω στον χρόνο ενισχύει τα νεύρα που «ξεκινούν» και έτσι είστε σε θέση να παίζετε πιο γρήγορα. Προφανώς, η καλή λειτουργία και των δυο αυτών ειδών νεύρων είναι απαραίτητη για την απόκτηση καλής τεχνικής στο πιάνο.

### Πότε να χρησιμοποιήσετε αυτή τη μέθοδο

Μπορείτε να την χρησιμοποιήσετε σε κάθε σημείο (πέραςμα, passage), αλλά είναι ιδιαίτερα καλή σε σημεία με συνεχόμενα όγδοα και δέκατα έκτα που προχωρούν με μια αρκετά σταθερή ταχύτητα. Είναι πολύ καλή σε σημεία με κίνηση μόνο των δακτύλων ή σ' οποιοδήποτε σημείο όπου εμφανίζεται ένα σταθερό ρυθμικό σχήμα.

## **5 Ομάδες δακτύλων**

<sup>3</sup> Πολλές φορές είναι ωφέλιμο να παίζουμε μια συνεχή μελωδική γραμμή, παρεμβάλλοντας παύσεις ανάμεσα στα μοτίβα από το οποία αποτελείται, ώστε να αποκαλυφθεί έτσι η δομή της (πχ. στις δίφωνες ενβανσιόν του Μπαχ)

Μελετάτε όπως και στις παύσεις (προηγούμενο κεφάλαιο), αλλά εδώ ομαδοποιείτε σύμφωνα με τη δακτυλοθεσία, αντί για το ρυθμό. Για παράδειγμα, η ντο μείζων κλίμακα, για το δεξί χέρι, θα μπορούσε να μελετηθεί ως εξής (αριθμώντας τα δάχτυλα) :

1 2 3 [ΠΑΥΣΗ] 1 2 3 4 5 4 3 2 1 [ΠΑΥΣΗ] 3 2 1

Πρόκειται για παύση στο τέλος κάθε ομάδας δακτύλων. Μια άλλη μέθοδος είναι να πάμε μια νότα παρακάτω, να σταματήσουμε δηλαδή στην πρώτη νότα της νέας ομάδας δακτύλων, αντί για την τελευταία νότα της προηγούμενης ομάδας δακτύλων. Στη κλίμακα ντο μείζων, αυτό θα είναι κάπως έτσι :

1 2 3 1 [ΠΑΥΣΗ] 2 3 4 5 4 3 2 1 3 [ΠΑΥΣΗ] 2 1

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

Η παύση σας δίνει το χρόνο να αξιολογήσετε, να σκεφθείτε και να προγραμματίσετε αυτό που ακολουθεί.

Σας βοηθάει να μάθετε καλά την δακτυλοθεσία.

Σας βοηθάει στην απομνημόνευση (σπάσιμο σε μικρά τμήματα που μπορείτε να αφομοιώσετε εύκολα).

Η παύση επικεντρώνει την προσοχή σας στο πιο δύσκολο σημείο κάθε δακτυλοθεσίας (το σημείο όπου ο αντίχειρας θα περάσει από κάτω).

### **6 Στακάτο**

Απλά παίξτε όλες τις νότες στακάτο.

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

Δυναμώνει το ανασήκωμα των δακτύλων (συχνά ένα αδύναμο μέρος της τεχνικής των δακτύλων).

Σας βοηθάει να παράγετε έναν πιο καθαρό ήχο. Συγκρατεί τις νότες από το να μπερδεύονται η μια με την άλλη.

### Πότε να χρησιμοποιήσετε αυτή τη μέθοδο

Χρήση σε σημεία (passages) όπου χρησιμοποιείται τεχνική των δακτύλων.

### Προειδοποίηση

Το παίξιμο στακάτο μπορεί να σας οδηγήσει σε εντάσεις και σφιξίματα. Να χρησιμοποιείτε την κοινή λογική και να προσέχετε τα χέρια και ολόκληρο το σώμα σας.

## 7 Παίξιμο σιγανά

Παίξτε κάθε νότα όσο πιο σιγά μπορείτε. Βεβαιωθείτε ότι παίζετε όλες τις νότες απόλυτα ομοιόμορφα. Μπορείτε να παίξετε το κομμάτι σας αργά ή μέχρι τον κανονικό του ρυθμό (tempo).

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

Το σιγανό παίξιμο βοηθάει στην ομοιομορφία των φθόγγων.  
Βοηθάει στον έλεγχο.

### Πότε να χρησιμοποιήσετε αυτή τη μέθοδο

Μπορεί να χρησιμοποιηθεί για κάθε σημείο (passage), αλλά είναι ιδιαίτερα καλή για σημεία όπου χρησιμοποιείται τεχνική των δακτύλων.

### Προειδοποίηση

Κατά παράδοξο τρόπο, το σιγανό παίξιμο μπορεί να οδηγήσει κάποια σημεία του σώματός σας σε ένταση. Συχνά η ένταση δεν είναι στα χέρια σας ή στους κάτω βραχίονες, αλλά κάπου αλλού – στους άνω βραχίονες, στους ώμους, ψηλά στην πλάτη, στα πόδια ή σε κάποιο άλλο μέρος του σώματός σας.

## 8 Παίξιμο δυνατά

Παίξτε κάθε νότα πολύ δυνατά. Θα πρέπει να παίξετε πιο αργά απ' όσο συνήθως. Κάντε το μόνο για σχετικά σύντομα σημεία (passages) και αμέσως μετά αλλάξτε μέθοδο μελέτης (όπως παίξιμο σιγανά). Αν τα χέρια ή οι βραχίονές σας αρχίζουν να πονάνε ή αισθάνεστε κούραση, σταματήστε αμέσως. Αφού εξασκηθείτε μ' αυτή τη μέθοδο για κάποιο χρονικό διάστημα, ίσως διαπιστώσετε ότι είστε σε θέση να την εφαρμόσετε για λίγο περισσότερη ώρα.

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

Αναπτύσσει τη δύναμη.  
Αναπτύσσει την αντοχή.  
Μπορεί να βοηθήσει την μνήμη, καθώς αποτελεί ένα πολύ έντονο ερέθισμα.

### Πότε να χρησιμοποιήσετε αυτή τη μέθοδο

Μπορεί να χρησιμοποιηθεί για οποιοδήποτε σημείο, είναι όμως ιδιαίτερα καλή για σημεία (passages) όπου χρησιμοποιείται τεχνική των δακτύλων.

### Προειδοποιήσεις

Αυτή είναι μια τεχνική μελέτης, όχι ένας τρόπος εκτόνωσης του εκνευρισμού σας. Το να χτυπάτε δυνατά ένα σημείο του κομματιού, λόγω εκνευρισμού, είναι αντιπαραγωγικό και ενδεχομένως επικίνδυνο για τα χέρια και τους βραχίονές σας.

Η τεχνική αυτή, αν χρησιμοποιηθεί σε υπερβολικό βαθμό, μπορεί να γίνει αιτία προβλημάτων των χεριών και των βραχιόνων. Όταν μελετάτε (μ' αυτή την τεχνική ή οποιαδήποτε άλλη), θα πρέπει να έχετε πάντοτε συναίσθηση της κατάστασης των χεριών και των βραχιόνων σας.

Όταν οι μύες των βραχιόνων σας φτάσουν σ' ένα σημείο εξάντλησης, αυτό είναι σημάδι ότι πρέπει να σταματήσετε και να αναπαύσετε τα χέρια σας και τους βραχιόνες σας. Οι μύες των βραχιόνων σας είναι μικροί και ευαίσθητοι. Φθάνουν σ' αυτό το σημείο εξάντλησης πολύ νωρίτερα απ' όσο θα πίστευαν οι περισσότεροι άνθρωποι.

Τα σημάδια ότι οι μύες σας έχουν φτάσει σ' ένα σημείο εξάντλησης είναι ανεπαίσθητα και εύκολα μπορεί να τα παραβλέψει κανείς. Οι βραχιόνες σας (συνήθως η κορυφή των κάτω βραχιόνων ή το κάτω μέρος τους προς τους καρπούς) μπορεί να νιώσουν κουρασμένοι, βαρείς ή μπορεί να αισθανθείτε ένα ελαφρό τσίμπημα. Τα δάχτυλά σας μπορεί να τα αισθανθείτε λίγο νωθρά ή να μην ανταποκρίνονται. Δεν θα νιώσετε πραγματικό πόνο, καθώς το σημείο εξάντλησης είναι πολύ κάτω από το όριο του πόνου. (Αν αισθανθείτε πόνο, έχετε προχωρήσει πάρα πολύ, σταματήστε αμέσως και αναπαυθείτε για πολλή ώρα).

Εάν σταματήσετε εδώ ή πριν απ' αυτό το σημείο εξάντλησης, δεν θα σας χρειαστεί πολύς χρόνος ανάπαυσης μέχρι να μπορέσετε να συνεχίσετε την μελέτη σας. Οι βραχιόνες σας μπορούν να ανακτήσουν την δύναμή τους μόλις σε 10-20 δευτερόλεπτα, όσος χρόνος σας χρειάζεται για να αλλάξετε βιβλίο ή να ρίξετε μια ματιά στο επόμενο μέρος που θέλετε να μελετήσετε. Παρατηρώντας προσεκτικά θα καταλάβετε πότε μπορείτε να συνεχίσετε την μελέτη σας. Δεν θα νιώθετε πια κούραση, νωθρότητα ή ένα τσίμπημα στα χέρια σας.

Κάθε φορά που συνεχίζετε να παίζετε πέρα από το σημείο εξάντλησης, αυξάνετε δραματικά τον κίνδυνο να παρουσιαστούν προβλήματα στα χέρια και στους βραχιόνες σας. Κάποιοι μεγάλοι μύες μπορούν να λειτουργούν, ακόμη και αν έχουν ξεπεράσει το σημείο εξάντλησης (ρωτήστε έναν γυμναστή την επόμενη φορά που θα πάτε στο γυμναστήριο). Αλλά οι μικροί μύες (αυτούς που χρησιμοποιούμε όταν παίζουμε πιάνο) δεν αντέχουν στην υπερκόπωση. Μπορούν να υποστούν βλάβη, συχνά ανεπανόρθωτα.

## 9 Μετρονόμος

Θα πρέπει να χρησιμοποιείτε συχνά τον μετρονόμο στη μελέτη σας. Σας υποχρεώνει να είστε πιο ακριβείς στο μέτρημα και στο παίξιμό σας γενικότερα. Σας βοηθάει να αναπτύξετε την ρυθμική σας αίσθηση.

Η μελέτη με τον μετρονόμο μπορεί και πρέπει να συνδυαστεί και με άλλες μεθόδους μελέτης, όπως η μελέτη κατά τμήματα, παύσεις, στακάτο, δυνατά, σιγανά και ούτω καθ' εξής.

## 10 Ο μετρονόμος από αργά σε γρήγορα

Ξεκινήστε με τον μετρονόμο σε μια αρκετά αργή ταχύτητα. Παίξτε ένα ορισμένο σημείο (passage) σ' αυτό το ρυθμό, μέχρι να μπορείτε να το αποδώσετε τέλεια παίζοντας ακριβώς με τον μετρονόμο. Στη συνέχεια, μετακινήστε τον μετρονόμο μια εγκοπή παρακάτω και επαναλάβετε τη διαδικασία. Συνεχίστε να το κάνετε αυτό μέχρι να φτάσετε στην ταχύτητα που υποτίθεται ότι πρέπει να παίξετε το συγκεκριμένο σημείο (αν αυτό είναι δυνατόν).

Εάν δεν μπορείτε να παίξετε ένα σημείο απόλυτα με τον μετρονόμο, μετακινήστε τον μετρονόμο μία ή δύο εγκοπές πιο αργά. Εάν και πάλι δεν μπορείτε να το παίξετε απολύτως και ακριβώς με τον μετρονόμο (δοκιμάστε δύο ή τρεις το πολύ φορές), ελαττώστε το ρυθμό ακόμη περισσότερο. Συχνά, η ταχύτητα με την οποία μπορείτε να παίξετε ένα σημείο ακριβώς με τον μετρονόμο και χωρίς λάθη είναι εντυπωσιακά αργή. Βρείτε αυτή (την εντυπωσιακά αργή) ταχύτητα και αυξήστε την σταδιακά από εκεί και πέρα μέχρι την τελική ταχύτητα με την οποία θα θέλατε να παίξετε το σημείο. Θα έχετε πολύ ταχύτερη πρόοδο, αν μελετάτε μ' αυτόν τον τρόπο, παρά επαναλαμβάνοντας μάταια το συγκεκριμένο σημείο, πάντοτε με λάθη, σε μια ταχύτητα όπου νομίζετε ότι είστε ικανοί να παίξετε, ενώ στην πραγματικότητα δεν μπορείτε.

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

**Ενισχύει τη μνήμη.** Συχνά οι μαθητές μπορούν να παίξουν από μνήμης ένα μέρος μόνο σε γρήγορη ρυθμική αγωγή, όχι όμως πιο αργά. Αυτό συμβαίνει επειδή βασίζονται μόνο στην μνήμη των δακτύλων. Το παίξιμο σε διάφορες ταχύτητες σας ωθεί να αναπτύξετε και άλλα είδη μνήμης.

**Ενισχύει την τεχνική.** Συχνά οι μαθητές έχουν τεχνικά προβλήματα, όταν παίζουν ένα κομμάτι με πιο αργό ρυθμό, παρότι το ίδιο κομμάτι μπορούν να το παίξουν στην κανονική του ταχύτητα. Αυτό δείχνει ότι το κομμάτι δεν είναι τεχνικά ασφαλές.

**Σας καθιστά ειλικρινείς.** Δεν μπορείτε να ξεγελάσετε τον μετρονόμο. Αν παίξετε με λάθος ρυθμό ή δεν μπορείτε να κρατήσετε μια σταθερή ταχύτητα, αυτό θα το καταλάβετε αμέσως.

## 11 Ο μετρονόμος πάνω - κάτω με βήματα

Όπως με τον μετρονόμο από αργά σε γρήγορα, βρείτε μια ταχύτητα όπου πραγματικά μπορείτε να παίξετε ένα συγκεκριμένο μέρος χωρίς λάθη. Στη συνέχεια αποφασίστε ποια είναι η τελική ταχύτητα με την οποία θα θέλατε να παίξετε αυτό το μέρος. Ας πούμε ότι *μπορείτε* να το παίξετε στο 80 και *θα θέλατε* να το παίξετε σε τελική ταχύτητα 104.

Βάλτε το μετρονόμο στο 80 και παίξτε το μέρος. Αν το παίξατε χωρίς λάθη και ακριβώς με τον μετρονόμο, αυξήστε το ρυθμό ένα σκαλί στο 84. Ξαναπαίξτε το στο 84, και αν και πάλι δεν έχει λάθη και παίξετε ακριβώς με τον μετρονόμο, μετακινήστε τον άλλο ένα σκαλί, στο 88.

Αν υπήρξαν λάθη ή δεν έχετε παίξει ακριβώς με τον μετρονόμο, μετακινήστε τον μετρονόμο ένα σκαλί πιο αργά.

Συνεχίστε μ' αυτό τον τρόπο – ανεβάζοντας δηλαδή ένα σκαλί τον μετρονόμο, όταν παίξατε καλά ένα σημείο και κατεβάζοντάς τον πάλι ένα σκαλί, όταν δεν το κατορθώσατε – έως ότου φτάσετε στην τελική ταχύτητα που είχατε ως στόχο (στην προκειμένη περίπτωση, το 104).

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

Αυτή η μέθοδος σας βοηθά να προχωρήσετε βήμα προς βήμα από την ταχύτητα όπου πραγματικά *μπορείτε* να παίξετε ένα τμήμα έως την ταχύτητα που *θέλετε* να το παίξετε.

Η μετακίνηση του μετρονόμου προς τα πάνω ή προς τα κάτω είναι μια λεπτή θετική ή αρνητική ενίσχυση του παιζιματός σας που σας ενθαρρύνει να παίξετε καλύτερα.

## **12 Ο μετρονόμος με αιφνίδια άλματα στην ταχύτητα**

Προχωρήστε όπως και στην προηγούμενη μέθοδο (ο μετρονόμος πάνω – κάτω με βήματα). Μετά την ολοκλήρωση κάθε βήματος, όμως, δοκιμάστε το κομμάτι στην τελική του ταχύτητα.

Αν η ταχύτητα στην οποία *μπορείτε* πραγματικά να παίξετε ένα μέρος είναι το 80 και ο στόχος σας είναι το 104, η μελέτη ενός μέρους με τη μέθοδο αυτή θα μπορούσε να εξελιχθεί κάπως έτσι :

80 χωρίς λάθη

104 (δοκιμάστε το) καταστροφικό

84 χωρίς λάθη

104 (δοκιμάστε το) καταστροφικό, όχι όμως τόσο πολύ

88 ένα λάθος

84 χωρίς λάθη

104 (δοκιμάστε το) ακόμη αρκετά καταστροφικό

88 χωρίς λάθη

104 (δοκιμάστε το) σταδιακά λιγότερο καταστροφικό

92 χωρίς λάθη

104 (δοκιμάστε το) όχι τόσο καταστροφικό τώρα

96 χωρίς λάθη

104 (δοκιμάστε το) καλό

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

Κάποιες έρευνες έχουν δείξει ότι όσοι μελετούν μ' αυτή τη μέθοδο φτάνουν στην ταχύτητα που είχαν ως στόχο τους πιο γρήγορα από εκείνους που μελετούν μόνο με τον μετρονόμο πάνω - κάτω με βήματα. (Είναι όμως συζητήσιμο ποια μέθοδος οδηγεί σε καλύτερη μακροπρόθεσμη διατήρηση των αποτελεσμάτων.)

Μελετώντας για περισσότερο χρόνο στην τελική ταχύτητα (εάν μπορείτε να το κάνετε αυτό!) μπορεί να είναι πιο αποδοτικό, γιατί η τεχνική που χρησιμοποιείτε στην τελική ταχύτητα (οι μύες που χρησιμοποιείτε και το πώς τους ελέγχετε) είναι αρκετά διαφορετική από την τεχνική σε αργό τέμπο.

### **13 Μέτρημα δυνατά**

Δεν θα πρέπει να αγνοήσετε τη βασική μέθοδο μελέτης *μετρώντας δυνατά*. Αυτό ισχύει ακόμη και για τους προχωρημένους σπουδαστές.<sup>4</sup>

Είναι συχνά χρήσιμο να μετράτε σε διαφορετικά «επίπεδα». Κάθε επίπεδο είναι χρήσιμο με διαφορετικό τρόπο. Για παράδειγμα, αν ένα κομμάτι είναι σε μέτρο 3/4 και έχει όγδοα, μπορεί κανείς στο χαμηλότερο επίπεδο (οι πιο μικρές υποδιαιρέσεις) να μετρήσει :

1 – α 2 – ο 3 – α κλπ.

Ένα υψηλότερο επίπεδο (μεγαλύτεροι παλμοί) θα ήταν :

1 2 3 1 2 3 κλπ.

Ένα ακόμη υψηλότερο επίπεδο (ένας παλμός ανά μέτρο) :

1 1 1 κλπ.

<sup>4</sup> Όσον αφορά το μέτρημα του μαθητή δυνατά θέλω να διατυπώσω την εξής άποψη: Όταν ο μαθητής μετράει δυνατά, αλλά άρρυθμα, το μέτρημά του δεν έχει κανένα νόημα. Θα πρέπει να είναι ξεκάθαρο στο μυαλό του μαθητή το ρυθμικό μέτρημα σ' ένα συγκεκριμένο, ρυθμικά δύσκολο σημείο ενός κομματιού. Γι' αυτό το λόγο, είναι καλό να προετοιμάζουμε τον μαθητή για μια συγκεκριμένη ρυθμική δυσκολία με τη βοήθεια προηγούμενων ρυθμικών ασκήσεων.

Καμιά φορά μπορείτε να μετράτε σε ακόμη υψηλότερα επίπεδα (ένας παλμός ανά δύο μέτρα ή ένας παλμός ανά τέσσερα μέτρα).

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

Το μέτρημα δυνατά σας βοηθάει να αναπτύξετε την ρυθμική σας αίσθηση.

Είστε βέβαιοι ότι παίζετε έναν ρυθμό σωστά, εάν τον μετράτε δυνατά.

Το μέτρημα δυνατά σας βοηθάει να παίζετε ακριβώς με τον μετρονόμο.

Το μέτρημα δυνατά, με τον συντονισμό της φωνής σας και των χεριών σας, συχνά σας βοηθάει να βρείτε ένα φυσικό και ευχάριστο ρυθμό, που είναι αυστηρός από τη μία πλευρά, αλλά και ευλύγιστος από την άλλη.

Μέτρημα με μεγαλύτερους παλμούς (υψηλότερα επίπεδα) μπορεί να σας βοηθήσει να βρείτε τη φυσική ρυθμική ροή της μουσικής.

### Προειδοποίηση

Οι κοφτές αναπνοές που χρησιμοποιούνται συχνά όταν μετράτε δυνατά, ενώ παίζετε, μπορούν να σας οδηγήσουν σε ένταση. Όταν μετράτε δυνατά, να δίνετε ιδιαίτερη προσοχή στην αναπνοή σας (ρηχά, βαθιά, κλπ.) και στις εντάσεις στο εσωτερικό του σώματός σας.

## **14 Μέτρημα δυνατά με διάφορες συλλαβές**

Αυτή η μέθοδος είναι παρόμοια με το μέτρημα, αντί όμως να μετράτε τους χρόνους «1-α 2-ο 3-α 4-α», πείτε μια συλλαβή, όπως «τα-τα τα-τα τα-τα τα-τα».<sup>5</sup> Αν το κομμάτι σας έχει όγδοα, πείτε τη συλλαβή μαζί με τα όγδοα, αν έχει δέκατα έκτα, μαζί με τα δέκατα έκτα.

Μπορείτε να μετράτε έτσι δυνατά ή σιωπηλά, όταν μελετάτε. Μπορείτε να μετράτε από μέσα σας, ακόμη και κατά τη διάρκεια μιας παράστασης.

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

Το μέτρημα δυνατά με διάφορες συλλαβές σας βοηθάει να αναπτύξετε τον ρυθμό σας.

Καθιστά τους ρυθμούς σας πολύ ακριβείς.

Σας βοηθάει να συντονίσετε τα δύο χέρια σας και το μυαλό σας.

Σας βοηθάει να παίζετε ακόμα πιο ομοιόμορφα.

### Πότε να χρησιμοποιήσετε αυτή τη μέθοδο

Οποτεδήποτε ο ρυθμός σας δεν είναι βέβαιος.

Αντί να μετράτε με αριθμούς.

Για να αποδώσετε πιο ομαλά, και όχι απότομα, την επιβράδυνση ή επιτάχυνση του ρυθμού μέσα σ' ένα κομμάτι (ritardando και accelerando).

Όταν τα χέρια σας έχουν δυσκολία στο να παίζουν ακριβώς μαζί.

<sup>5</sup> Πολύ αποδοτική μπορεί να αποδειχθεί η χρήση των ρυθμικών ονομάτων των αξιών ή ακόμη λέξεις και προτάσεις που παράγουν τον ίδιο ρυθμό (για παράδειγμα, 7/8 : σή-με-ρα τώ-ρα τώ-ρα).



Στην μελέτη σημείων με συνεχόμενα όγδοα ή δέκατα έκτα.

### Προειδοποίηση

Η προφορά των διαφόρων συλλαβών μπορεί να επηρεάσει, ακόμη και να διακόψει την αναπνοή σας. Ένα πλεονέκτημα των συλλαβών, σε αντίθεση με την παραδοσιακό μέτρημα δυνατά, είναι ότι μπορείτε να τις προφέρετε (τα, τα, τα κλπ.) τόσο εισπνέοντας όσο και εκπνέοντας. Έτσι, η προφορά τους δεν θα διακόπτει την αναπνοή σας. Παρ' όλ' αυτά, επειδή οι συλλαβές έχουν αυτή την τάση, πρέπει να προσέχετε την αναπνοή σας.

### **15 Μελέτη με στόχο την τελειότητα**

Επιλέξτε ένα τμήμα του κομματιού σας. Προσπαθήστε να το παίξετε τρεις φορές στη σειρά χωρίς ούτε το παραμικρό λάθος. Όταν το καταφέρετε αυτό, δοκιμάστε να παίξετε το τμήμα πέντε φορές στη σειρά χωρίς λάθος. Όταν και αυτό το πετύχετε, προσπαθήστε να παίξετε το τμήμα δέκα φορές στη σειρά τέλεια. Όταν μπορείτε να το κάνετε αυτό, ξέρετε ότι έχετε κατακτήσει αυτό το τμήμα του κομματιού.

Μπορείτε να ορίσετε διαφορετικά επίπεδα τελειότητας. Στην αρχή, θα μπορούσατε να προσπαθήσετε να παίξετε απλώς όλες τις νότες. Αργότερα θα θέλετε έναν τέλειο ήχο, άρθρωση, δυναμική, πεντάλ, ισορροπία φωνών, ομοιομορφία φθόγγων κλπ. κλπ. Μελετήστε μόνο ένα μικρό τμήμα και ένα πράγμα κάθε φορά και θα το πετύχετε!

Όταν μπορείτε να παίξετε όλα τα μικρά τμήματα τέλεια, μπορείτε να τα ενώσετε και να προσπαθήσετε να παίξετε τέλεια τα μεγαλύτερα τμήματα. Συνεχίστε να ενώνετε τμήματα μέχρι να μπορείτε να παίξετε ολόκληρο το κομμάτι τέλεια. Ίσως δεν θα μπορέσετε ποτέ να παίξετε κάποιο κομμάτι πραγματικά χωρίς καμιά ατέλεια. Ίσως όμως πλησιάσετε την τελειότητα πολύ περισσότερο απ' ότι αν δεν ακολουθήσετε αυτή την μέθοδο. Ίσως φθάσετε σ' ένα σημείο που οι τυχόν παραδρομές και τα λάθη θα είναι τόσο επουσιώδη, ώστε δεν θα επηρεάζουν την καλλιτεχνική εντύπωση που προσπαθείτε να δημιουργήσετε μ' αυτό το συγκεκριμένο κομμάτι.

Μπορείτε να κάνετε ένα μικρό πίνακα με τα διάφορα τμήματα του κομματιού σας και να τσεκάρετε κάθε φορά ένα τμήμα που το παίξετε τέλεια. Θα ήταν ίσως ένας καλός στόχος να παίξετε κάθε τμήμα τέλεια τουλάχιστον μία φορά κάθε μέρα.

Η μπορείτε να τηρείτε ένα αρχείο με τα λάθη που κάνετε κάθε φορά που παίξετε ένα σημείο του κομματιού. Αν το παίξετε τέλεια, βάλτε ένα «Τ», διαφορετικά, σημειώστε τον αριθμό των λαθών σας. Θα σάς προκαλέσει κατάπληξη το πόσα λάθη κάνετε, χωρίς ποτέ να το έχετε προσέξει.

Αυτή η μέθοδος μπορεί να συνδυαστεί και με τις άλλες μεθόδους μελέτης.

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

Συνηθίζετε έτσι να παίζετε κάτι τέλεια από την αρχή. Είναι πολύ πιο εύκολο να παίζετε κάτι σωστά από την αρχή, παρά να προσπαθείτε να το διορθώσετε αργότερα.

Έχετε έναν καθορισμένο στόχο στην μελέτη σας, αντί να παίζετε άσκοπα πότε το ένα και πότε το άλλο. Η μελέτη σας προοδεύει πιο γρήγορα και κατορθώνετε πολύ περισσότερα. Και το κομμάτι σας ακούγεται πολύ καλύτερα στο τέλος.

Συνειδητοποιείτε περισσότερο τα λάθη σας και έτσι είστε σε θέση να τα διορθώσετε. Οι περισσότεροι μαθητές κάνουν δεκάδες λάθη στην μελέτη τους χωρίς να τα συνειδητοποιούν καν.

Η μέθοδος αυτή βελτιώνει επίσης την ακουστική σας ικανότητα.

### Προειδοποίηση

Η εστίαση της προσοχής σας αποκλειστικά και μόνο σ' αυτό που παίζετε – στην απόδοση δηλαδή των σωστών φθόγγων με το σωστό ρυθμό – μπορεί να σας οδηγήσει στο να μη δίνετε την απαραίτητη προσοχή στον ίδιο σας τον εαυτό. Να θυμάστε : Πρέπει να ΑΚΟΥΓΕΤΑΙ σωστά, να ΑΙΣΘΑΝΕΣΤΕ καλά και να ΒΛΕΠΕΤΕ ότι η στάση του σώματός σας και οι κινήσεις σας είναι σωστές.

Εάν έχετε μελετήσει προσεκτικά και έχετε μάθει τέλεια ένα σημείο (σωστές νότες και ρυθμός) αλλά με μια απίστευτη ένταση σε κάποια σημεία του σώματός σας, τι έχει συμβεί; Έχετε μάθει να παίζετε μ' ένα τρόπο που δεν θέλετε – δηλαδή, με απίστευτη ένταση. Τώρα πρέπει να ξεμάθετε τον λάθος τρόπο (απίστευτη ένταση) και να μάθετε από την αρχή τον σωστό τρόπο (ελάχιστη ένταση).

Και να θυμάστε : είναι 5 φορές πιο εύκολο να μάθεις κάτι σωστά από την αρχή, παρά να διορθώσεις κάτι που έχεις μάθει με λάθος τρόπο.

### **16 Μελέτη με το μολύβι**

Όπως και η «μελέτη με στόχο την τελειότητα», η μελέτη με το μολύβι συνδυάζει με έξυπνο τρόπο διάφορες ψυχολογικά δοκιμασμένες μεθόδους που θα σας βοηθήσουν να μαθαίνετε τα κομμάτια σας πιο γρήγορα και καλύτερα.

Φανταστείτε πως το αναλόγιο πάνω στο πιάνο σας έχει τρεις θέσεις. Μπορείτε να τοποθετήσετε το μολύβι σας σε οποιαδήποτε απ' αυτές τις θέσεις. Η θέση 1 είναι η χαμηλότερη, η θέση 2 η μεσαία και η θέση 3 η ψηλότερη.

1

2

3

Διαλέξτε ένα σύντομο απόσπασμα για μελέτη. Τοποθετήστε το μολύβι σας στη θέση 1.

Παίξτε το απόσπασμα μία φορά. Εάν το αποτέλεσμα σας ικανοποίησε (θυμηθείτε: ΑΚΟΥΓΕΤΑΙ, ΑΙΣΘΑΝΕΣΤΕ, ΒΛΕΠΕΤΕ), μετακινήστε το μολύβι σας στη θέση 2.

Παίξτε πάλι το απόσπασμα. Εάν πάλι σας ικανοποίησε το αποτέλεσμα, μετακινήστε το μολύβι σας στη θέση 3.

Παίξτε πάλι το απόσπασμα. Εάν σάς ικανοποίησε το αποτέλεσμα, αυτή τη φορά μετακινήστε το μολύβι σας πίσω στη θέση 1. Τώρα είσαστε έτοιμοι να προχωρήσετε σ' ένα άλλο απόσπασμα (ή στο ίδιο απόσπασμα με πιο γρήγορο ρυθμό).

Εάν δεν είσαστε ικανοποιημένοι με το αποτέλεσμα, μετακινήστε το μολύβι σας πίσω κατά μια θέση (από το 2 στο 1, ή από το 3 στο 2). Μετά, προσπαθήστε πάλι.

Εάν βρίσκεστε διαρκώς στις δύο κατώτερες θέσεις ή αν χρειάζεστε πολύ χρόνο για να ξεπεράσετε μια θέση, τότε, ή παίζετε υπερβολικά γρήγορα ή έχετε διαλέξει ένα υπερβολικά μεγάλο απόσπασμα (ή ίσως παίζετε ένα κομμάτι που ξεπερνά τις τεχνικές σας δυνατότητες εκείνη τη στιγμή). Δοκιμάστε έναν πιο αργό ρυθμό (ο μετρονόμος είναι πολύ χρήσιμος), χωρίστε το απόσπασμα στα δύο ή δοκιμάστε να το μελετήσετε με τα χέρια χωριστά.

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

Η μετακίνηση του μολυβιού πάνω – κάτω είναι για σάς μία μικρή θετική ή αρνητική ενίσχυση.

Η παύση για να μετακινήσετε το μολύβι δίνει στο μυαλό σας τον χρόνο να αφομοιώσει αυτό που μόλις μάθατε (δαπανώντας χρόνο για να μετακινήσετε το μολύβι τελικά εξοικονομείτε χρόνο!). Σάς δίνει το χρόνο να συνειδητοποιήσετε αυτό που μόλις κάνατε και να σκεφτείτε τι θα κάνετε στη συνέχεια.

Η παύση για να μετακινήσετε το μολύβι είναι ένα μικρό διάλειμμα που σάς βοηθάει να διακόψετε την ακαμψία και την ένταση στα χέρια σας. Κάντε ένα λίγο μεγαλύτερο διάλειμμα κάθε φορά που ολοκληρώνετε ένα απόσπασμα για να κάνετε κάποιες απλές ασκήσεις γυμναστικής και να κινηθείτε λίγο.

Η μετακίνηση του μολυβιού σάς βοηθάει να θυμάστε πού ακριβώς βρίσκεται η μελέτη σας και να παραμένετε συγκεντρωμένοι στον συγκεκριμένο στόχο σας.

### Προειδοποίηση

Όπως και η «μελέτη με στόχο την τελειότητα», έτσι και η «μελέτη με το μολύβι» μπορεί να σας οδηγήσει σε μηδενικό αποτέλεσμα, στο να προσπαθείτε δηλαδή τόσο πολύ να παίζετε τέλεια, ώστε να μην έχετε συναίσθηση της κατάστασης των χεριών και γενικότερα όλου του σώματός σας.

## **17 Να ηχογραφείτε τον εαυτό σας**

Να έχετε πρόχειρο ένα κασετόφωνο και να ηχογραφείτε συχνά το παίξιμό σας. Η εμπειρία αυτή θα σας ανοίξει τα αυτιά.

Θα πρέπει να κρατάτε μία κασέτα με τις καλύτερες εκτελέσεις σας. Όποτε έχετε ένα κομμάτι έτοιμο για παρουσίαση, να το ηχογραφείτε σ' αυτή την κασέτα. Μην το κάνετε μόνο μία φορά, ηχογραφήστε το αρκετές φορές μέχρι να πετύχετε μία πραγματικά καλή ηχογράφιση. Έπειτα, κάθε λίγους μήνες, μπορείτε να ακούτε την κασέτα με τις καλύτερες εκτελέσεις σας. Θα εντυπωσιαστείτε με την πρόοδο που θα έχετε κάνει μέσα σε λίγους μήνες ή σε λίγα χρόνια.

Δεν χρειάζεται ωστόσο να περιμένετε, μέχρις ότου ένα κομμάτι είναι πολύ καλό για να το ηχογραφήσετε. Θα πρέπει να το ηχογραφείτε σε διαφορετικά στάδια στην πορεία της μελέτης σας. Ύστερα, ακούστε το προσεκτικά και αποφασίστε τι χρειάζεται να κάνετε για να το βελτιώσετε. Μ' αυτό τον τρόπο παίρνετε ένα πολύ καλό μάθημα (δωρεάν!).

Μπορείτε επίσης να ηχογραφείτε τον εαυτό σας, ενώ παίζετε ένα σύντομο απόσπασμα, και στην συνέχεια να συγκρίνετε προσεκτικά την ηχογράφησή σας με μια επαγγελματική ηχογράφιση του ίδιου αποσπάσματος. Σκοπός σας δεν είναι απλώς να μιμηθείτε την επαγγελματική ηχογράφιση, αλλά περισσότερο να κάνετε μία ανάλυση : Γιατί η επαγγελματική ηχογράφιση αποδίδει μουσικά, ενώ η δική μου (συνήθως!) δεν είναι καλή, ή δεν είναι εξίσου καλή;

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

Οι ηχογραφήσεις βελτιώνουν την ακουστική σας αντίληψη.

Μπορείτε να ακούτε και να κρίνετε το παίξιμό σας χωρίς να χρειάζεστε κάποιον άλλον να το κάνει για εσάς.

Ακούγοντας τις παλιές σας ηχογραφήσεις συνειδητοποιείτε πόσο έχετε προοδεύσει.

## **18 Μελέτη χωρίς πεντάλ**

Εάν παίζετε συνήθως ένα σημείο με πεντάλ, παίζτε το χωρίς πεντάλ.

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

Μπορείτε να ακούτε πιο καθαρά αυτό που παίζετε, ιδιαίτερα τις λάθος νότες ή την ανομοιομορφία στο παίξιμό σας.

Εάν κάτι ακούγεται καλό χωρίς πεντάλ, πιθανόν θα ακούγεται ακόμα καλύτερο με πεντάλ.

### Προειδοποιήσεις

Εάν προσπαθείτε υπερβολικά να ενώνετε τις νότες, όταν παίζετε χωρίς πεντάλ, αυτό μπορεί να σας οδηγήσει σε ένταση (στο να «κρατάτε» δηλαδή τις νότες εκεί που δεν χρειάζεται). Κατά παράδοξο τρόπο, αυτό το υπερβολικό «κράτημα» μπορεί να σας οδηγήσει σε μουσικές φράσεις που δεν έχουν το ομαλό legato το οποίο ακριβώς θέλετε να πετύχετε. Συχνά το πιο ομαλό legato (ιδιαίτερα σε σημεία με συγχορδίες ή οκτάβες, σε αντίθεση με σημεία μιας μόνο μελωδικής γραμμής) δεν επιτυγχάνεται χρησιμοποιώντας τα δάχτυλά σας για να κρατήσετε τις νότες στην πλήρη αναγραφόμενη αξία τους. Είναι αρκετά συνηθισμένο τα δάχτυλα και τα χέρια να κρατούν τις νότες λ.χ. από το  $\frac{1}{4}$  έως τα  $\frac{3}{4}$  της αναγραφόμενης αξίας τους. Το πεντάλ θα ενώσει τις νότες αντί για τα χέρια.

Επομένως, όταν μελετάτε χωρίς πεντάλ, μην περιμένετε ή μην προσπαθείτε να έχουν τέτοιου τύπου σημεία τον τέλεια δεμένο (legato) ήχο που θα έχουν, όταν προσθέσετε το πεντάλ.

## 19 Νοητή εικόνα

Ξεκινήστε μ' ένα κομμάτι που έχετε μάθει απ' έξω. Κλείστε τα μάτια σας και προσπαθήστε να φανταστείτε τον εαυτό σας να το παίζει στο πιάνο. Φανταστείτε τα πλήκτρα του πιάνου και τα χέρια σας να παίζουν. Προσπαθήστε να κάνετε την εικόνα τόσο έντονη στο μυαλό σας, σαν να παίζετε στο πιάνο πραγματικά.

Η νοητή εικόνα είναι μια από τις καλύτερες μεθόδους μελέτης, αλλά απαιτεί πολύ σκέψη! Αναφέρουμε εδώ μερικούς τρόπους για να κάνετε αυτή τη μέθοδο λίγο πιο εύκολη :

Φανταστείτε μόνο ένα χέρι κάθε φορά. Είναι πολύ πιο εύκολο απ' όσο και τα δύο χέρια μαζί.

Σχηματίστε τη νοητή εικόνα μόνο ενός μικρού μουσικού τμήματος κάθε φορά. Παίξτε το, προσπαθήστε μετά να σχηματίσετε τη νοητή εικόνα του, μετά παίξτε το πάλι άλλη μια φορά. Συνεχίστε έτσι έως ότου κατορθώσετε να το βλέπετε νοερά πολύ καθαρά.<sup>6</sup>

Να κοιτάτε το μουσικό κείμενο, ενώ σχηματίζετε τη νοητή σας εικόνα. Αυτό ενισχύει την εικόνα, χωρίς να χρειάζεται να έχετε μάθει πρώτα το κομμάτι απέξω. Στην πραγματικότητα, θα κατορθώσετε έτσι να απομνημονεύσετε το κομμάτι σας πιο εύκολα.

Δοκιμάστε τη μελέτη στο τραπέζι, δηλαδή παίζτε το κομμάτι μακριά από το πιάνο. Απλώς φανταστείτε τον ήχο και την αίσθηση ενός πραγματικού πιάνου, καθώς παίζετε με τα δάχτυλα πάνω στο τραπέζι. Εάν μπορείτε να παίζετε έτσι ένα κομμάτι ή ένα τμήμα του, τότε το γνωρίζετε πραγματικά!

Η άσκηση του μυαλού είναι παρόμοια με την άσκηση των μυών. Ξεκινήστε με κάτι απλό και εύκολο και κατόπιν, σταδιακά, προχωρήστε σε πιο σύνθετες και απαιτητικές νοητές εικόνες.<sup>7</sup>

### Πλεονεκτήματα της μεθόδου

Η νοητή εικόνα δημιουργεί μια καθαρή οπτική εικόνα και βελτιώνει τη μνήμη σας.

Η νοητή μελέτη ενός κομματιού ξεκουράζει τα χέρια σας, ενώ ασκεί το μυαλό σας.

## 20 Να χρησιμοποιείτε ποικιλία μεθόδων

<sup>6</sup> Παράλληλη διαδικασία και συμπληρωματική της νοητής εικόνας είναι η εσωτερική ακοή, μέσω της οποίας μπορούμε πραγματικά να ακούμε ένα μουσικό έργο χωρίς να υπάρχει ήχος! Είναι μια δεξιότητα που μπορεί σταδιακά να αναπτυχθεί σε πολύ μεγάλο βαθμό.

<sup>7</sup> Η νοητή εικόνα απαιτεί πλήρη αυτοσυγκέντρωση και θεωρώ ότι επιτυγχάνεται καλύτερα σε συνθήκες απόλυτης ηρεμίας και ησυχίας. Καθισμένοι ή ακόμα και ξαπλωμένοι σε μια πολυθρόνα με κλειστά μάτια σ' ένα ήσυχο δωμάτιο μπορούμε πιο εύκολα να σχηματίσουμε τη νοητή εικόνα του εαυτού μας να παίζει κάποιο κομμάτι.

Το κύριο όργανο που ασκείτε, όταν μελετάτε πιάνο, δεν είναι τα δάχτυλά σας, τα χέρια ή οι βραχίονες, είναι το μυαλό σας. Οποιαδήποτε αποκλειστική μέθοδος – όσο καλή κι αν είναι – προκαλεί στο τέλος νοητικό κορεσμό και αδράνεια, αν την χρησιμοποιούμε συνέχεια, για ώρες. Η μελέτη πρέπει να είναι δημιουργική και ευχάριστη, όχι απλώς μια βαρετή ρουτίνα. Χρησιμοποιώντας ποικιλία τεχνικών μελέτης, μπορείτε να διατηρείτε το μυαλό σας ενεργό για περισσότερη ώρα. Έτσι, θα μπορείτε να συγκρατείτε πολύ περισσότερα απ' αυτά που μελετάτε.

Η μελέτη με διάφορους τρόπους, με διάφορα είδη κινήσεων των δακτύλων, του καρπού και ολόκληρου του χεριού, αναπτύσσει και ενδυναμώνει την μνήμη σας. Πολλοί πιανίστες διαμαρτύρονται ότι έχουν προβλήματα μνήμης, όταν πρέπει να παίζουν σ' ένα πιάνο που τους προκαλεί διαφορετική αίσθηση από το πιάνο που έχουν συνηθίσει. Εάν όμως έχετε μελετήσει το κομμάτι σας τμήμα – τμήμα μέχρι να γίνει τέλειο, με τα χέρια χωριστά, με διάφορα είδη παύσεων, στακάτο, λεγκάτο, σιγανά, δυνατά, με και χωρίς πεντάλ, αν το έχετε παίξει με τον μετρονόμο σε διάφορες ταχύτητες και το έχετε μετρήσει δυνατά, αν το έχετε ηχογραφήσει και έχετε σχηματίσει τη νοητή εικόνα του – τότε δεν θα έχετε αυτό το πρόβλημα. Θα έχετε συνηθίσει να παίζετε το κομμάτι με διάφορα είδη τεχνικής (a variety of touches) και σε ποικίλες περιστάσεις (οι ψυχολόγοι το ονομάζουν αυτό «υπερμάθηση», overlearning).

Συνήθως, όταν μελετάτε, δεν χρειάζεται να επαναλαμβάνετε κάθε μέθοδο μελέτης πάλι και πάλι. Αυτό που πρέπει να κάνετε είναι να επαναλαμβάνετε κάθε μέθοδο μέχρι να την μάθετε καλά – χωρίς λάθη, με καλό ήχο και καλή τεχνική (ΗΧΟΣ, ΑΙΣΘΗΣΗ, ΕΙΚΟΝΑ). Κατόπιν προχωρήστε σε διαφορετική μέθοδο. Αυτό θα δώσει περισσότερη ποικιλία στη μελέτη σας καθώς επίσης και μια σειρά από μικρούς, πρακτικούς στόχους που πρέπει να πετύχετε στην καθημερινή σας μελέτη.

## 21 Σχέδιο μελέτης

Σε πολλούς πιανίστες δεν αρέσει να χρησιμοποιούν τεχνικές μελέτης σαν κι αυτές που αναφέραμε, γιατί θεωρούν ότι η μελέτη τους γίνεται έτσι υπερβολικά πειθαρχημένη – θέλουν «απλώς να παίζουν». Ίσως όμως αναθεωρήσουν τις απόψεις τους, αφού δοκιμάσουν αυτές τις τεχνικές για μερικούς μήνες και ανακαλύψουν ότι μαθαίνουν τα κομμάτια τους 2-3 φορές πιο γρήγορα από πριν και τα ερμηνεύουν καλύτερα. Ίσως τότε αρχίσουν να προγραμματίζουν όλο τον χρόνο που αφιερώνουν στη μελέτη τους, καθώς βλέπουν πόσο αυτό είναι αποτελεσματικό.

Όπως με οποιοδήποτε άλλο αντικείμενο μελέτης, οι πιανίστες θα πρέπει να κρατούν μια ισορροπία ανάμεσα στην πειθαρχημένη μελέτη και στο «απλό παίξιμο». (Το «απλό παίξιμο» θα μπορούσε να είναι «ολόκληρο το έργο» στη μέθοδο «Ολόκληρο το έργο – μέρος – ολόκληρο το έργο»).

Οι πιανίστες όμως θα πρέπει να αναγνωρίσουν ότι δεν μπορεί κάθε στιγμή της μελέτης τους να είναι ευχάριστη και διασκεδαστική σαν παιχνίδι. Η μάθηση της

μουσικής είναι πολύ πιο ευχάριστη από πολλά άλλα πράγματα στη ζωή, αλλά όπως κάθε τι που αξίζει τον κόπο στο πεδίο της ανθρώπινης προσπάθειας, έτσι και η μελέτη του πιάνου περιλαμβάνει αρκετή πειθαρχημένη, δύσκολη, μονότονη και βαρετή εργασία.

Για τους πιανίστες, το ταλέντο τους να επιμένουν σ' αυτό το είδος της δύσκολης, μονότονης και βαρετής εργασίας είναι σχεδόν πιο σημαντικό από οποιοδήποτε άλλο μουσικό τους ταλέντο