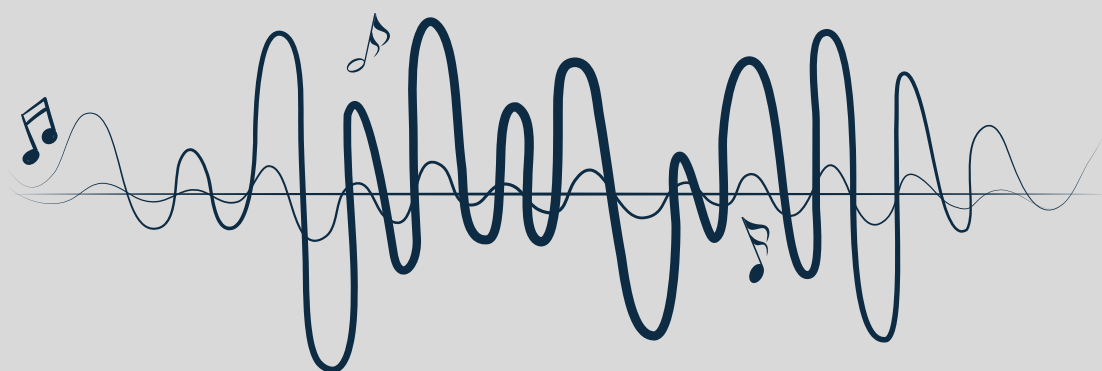


SARUNAS AR DIRIGENTIEM: BALSS ERGONOMIKA





Sarunas ar diriģentiem: balss ergonomika. Projekta interviju materiāli. Liepāja: LiePA, 2022. 45 lp.

Latvijas Zinātnes padomes Fundamentālo un lietišķo pētījumu projekts
Kordiriģentu vokālās slodzes noteikšana balss ergonomikas kontekstā
Nr. lzp-2020/2-0250

Projekta zinātniskā grupa

Baiba Trinīte – projekta zinātniskā vadītāja un vadošā pētniece

Ilze Valce – pētniece

Olga Blauzde – pētniece

Mirdza Paipare – pētniece

Dina Sleže – pētniece

Dina Barute – pētniece

Madara Ivane – zinātniskā asistente

Anete Krūza – zinātniskā asistente

Intervētājas: Ilze Valce un Anete Krūza

Interviju transkribētājas: Ilze Valce, Anete Krūza, Dina Sleže, Madara Ivane

Teksta literārā redaktore: Diāna Laiveniece

Māksliniece: Marta Kļaviņa

Izdevējs: LiePA
Liepājas Universitāte
Lielā iela 14, Liepāja, LV-3401
Latvija

© Interviju autori, 2022
© Liepājas Universitāte, 2022

ISBN 978-9934-608-22-3

<https://doi.org/10.37384/SDBE.2022.001>

Saturs

Izdevuma priekšvārds (Ilze Valce)	4
Saruna ar kordinģentu Andri Kontautu	5
Saruna ar kordinģentu Āriju Šķepastu	9
Saruna ar kordinģentu Intu Teterovski	15
Saruna ar kordinģentu Andi Grozu	25
Saruna ar kordinģentu Edgaru Vitolu	32
Saruna ar kordinģentu Aigaru Meri	38

Izdevuma priekšvārds

Latvijas kultūrizglītības telpā lielu nozīmi ieņem kordziedāšanas tradīcija. Koru kustības vadītāji ir profesionāli kordiriģenti, kuru meistarība un personības harizma iedvesmo tūkstošiem kordziedātāju visos Latvijas novados. Kordiriģenta profesionālajā darbībā ļoti svarīgs instruments ir balss, tomēr tās labsajūtai un veselībai ne vienmēr tiek pievērsta pietiekama uzmanība, tāpēc gan diriģēšanas izglītības programmu saturā, gan profesionālajā praksē jāaktualizē balss ergonomikas jautājumi.

Kordiriģentu balss veselība un balss lietošanas apstākļi līdz šim Latvijā nav pētīti. Tāpēc 2021. gadā Liepājas Universitāte veica pētījumu „Kordiriģentu vokālās slodzes noteikšana balss ergonomikas kontekstā”, ko atbalstīja Latvijas Zinātnes padome (projekta Nr. lzp-2020/2-0250)¹. Pētījuma plāns citu uzdevumu starpā ietvēra arī daļēji strukturētas intervijas ar Latvijas kordiriģentiem. Interviju mērķis: izpētīt kordiriģentu unikālo pieredzi profesionālajā darbā ar kori, lai aktualizētu un padziļinātu izpratni par balss ergonomiku.

Diriģentu balss ergonomiku tika plānots apskatīt fiziskās slodzes, kognitīvā un organizatoriskā aspektā. Tāpēc intervijas jautājumi aptvēra šādu tematiku: darba pieredze un izglītība; balss loma diriģenta profesijā; kordiriģenta balss slodze un to ietekmējošie faktori; zināšanas par balss ergonomiku un šo zināšanu ieviešanu praksē; darba vide (fiziskā, psihoemocionālā). Intervijas tika organizētas attālināti, izmantojot *Zoom* platformu, laikā no 2021. gada maijam līdz novembrim.

Pētījumā atbilstoši iepriekš izvirzītajiem kritērijiem piekrita piedalīties seši Latvijas kordiriģenti – starptautiski novērtēti mākslinieki ar lielu profesionālo pieredzi un teicamām darbaspējām, nemitīgu vēlmi pašizglītoties un veltīt sevi kora un vokālajai mākslai.

Diriģentu iniciatīva veicināt balss ergonomikas nosacījumu ievērošanu savos mēģinājumos ir cieši saistīta ar viņu personīgo attieksmi, zināšanām un izpratni. Tomēr vislielākā nozīme ir diriģenta personīgajam paraugam. Ja diriģents pats augstu vērtē balss skanējuma nozīmi un apzinās tās trauslumu, tad viņš šo mācību ieaudzinās arī dziedātājiem. Diriģenta individuālā un profesionālā tēla kopums atspoguļojas kora skanējumā, bet ieskatu viņu personībā, uzskatos un pasaulredzējumā sniedz „Sarunas ar diriģentiem”. Patīkamu lasīšanu!

¹ Pētījums ir saņēmis Paula Stradiņa Klīniskās universitātes slimnīcas Klīnisko pētījumu ētikas komitejas apstiprinājumu (Nr. 171220-10L).

Saruna ar kordirigentu Andri Kontautu

Labdien! Tā kā rakstu bakalaura darbu par dirigentu balss ergonomiku darbā ar skolēnu koriem, vēlos lūgt jūs dalīties savā ilggadējā pieredzē.

Ieskicējiet, lūdzu, kāda ir Jūsu iegūtā izglītība un darba ceļš līdz profesionālās ievirzes mūzikas skolu koru vadīšanai?

Kā jau visiem – sākuma ceļš bija Bērnu mūzikas skola¹, pirmā kora pieredze, piedalīšanās pasākumos, kad tev priekšā kāds diriģē; saredzēšana caur sevi, kā es remdējos atmiņās, kas būtiski mani formē. Emiļa Melngaiļa mūzikas vidusskola.² Mūzikas vidusskola ir brīdis, kad tu pats sev esi jau formulējis, vai ar mūziku saistīsi savu dzīvi. Līdzīgi kā vairums – gāju mācīties, bet nebija nekādu domu un mērķu.

Tad nāk augstskolas ceļš – Ilze Valce burtiski aiz rokas ievilka atpakaļ mūzikā. Tā teikt, iemānīja mani mūzikā. Un droši vien es neesmu vienīgais.

Liepājas Universitāte – pieredze kā dziedātājam, kā pedagogam un kā dirigentam, atrast vienojošās lietas. Mūzikas vidusskolā ir iespēja nedaudz sevi sajust kā dirigentu, tad jau ir augstskola, kad saproti

pedagoga un diriģēšanas būtību. Prieks, kad kolektīvā sāk sadzirdēt vairāk, sāk novērtēt diriģenta līdzbūšanu. Gandarījums ir tad, kad dirigentu sāk izprast un novērtēt.

Kāda ir atšķirība, strādājot ar jaukto kori un meiteņu kori?

Tas ir ļoti plašs jautājums. Mūsu pieredze, kas ir arī tev, – mēs esam mācību koris, mācību iestādes koris. Tas ir ļoti būtiski, un šī saskarsme ar jauniešiem man ir būtiska gan kā pedagogam, gan kā dirigentam, jo tas ir mācību process, ir jāizliek atzīmes, vērtējums. Tā ir disciplinētības lieta. Disciplinētības lietā es neredzu lielas atšķirības – jauktais koris vai meiteņu koris. Rakstot dziesmas, man nav šīs atšķirības, bet tas ir subjektīvais viedoklis. Vienādi skaisti kolektīvi ar savu krāšņumu un varēšanu, un spilgtumu. Es īsti nekad neesmu meklējis šīs atšķirības, man svarīgas ir skanējuma krāsas un pats skaņdarbs ar savu garšu un smaržu. Drīzāk attiecībā uz katru kolektīvu ir emocionālā smaržas buķete. Neformulējama krāsa: tas ir kaut kas gaišs un priecīgs – vai tas ir sieviešu koris, meiteņu, vai jebkurš cits. Katram ir šī krāsa, arī vecumam ir krāsa, briedumam ir krāsa, jaunībai ir krāsa.

¹ Liepājas Bērnu mūzikas skola.

² Emiļa Melngaiļa Liepājas mūzikas vidusskola.

Cik liela loma, pēc jūsu domām, ir diriģenta balsij darbā ar kori?

Vislielākā loma. Nevienš vārdiskais skaidrojums nekad nespēs aizstāt emocionālu piemēru ar balsi. Bieži vien arī saviem audzēkņiem saku: „Varbūt labāk nerunā, bet pamēģini nodziedāt priekšā. Ja tev nav, ko teikt, un tu nevari izskaidrot savas izjūtas, tad vienkārši nodziedi un parādi tās ar savu balsi.”

Bet te ir daudz aspektu: piemērs tev jāvar labi parādīt, tas jānodzied emocionāli, aizkustinoši, lai pārējie to uztvertu. Ja diriģents ir ar labu balsi, ar muzikālo izjūtu un dziedājumu, tad arī koris labi skan. Bet var būt arī gadījumi, kad esi pazaudējis balsi vai tev ir balss lūzums. Pirms tam tu esi labi dziedājis, bet tagad skanīgi nodziedāt nevari. Taču tu neesi pazaudējis iekšējo skaņas izjūtu un iekšējās pasaules izjūtu, ar kuru vari dalīties emocionāli un vizuāli un ko, pat nedzirdot, var sajust.

Vai varu lūgt raksturot, ko jūs saprotat ar jēdzienu *balss ergonomika*?

Vārds kā tāds drīzāk ir saistīts ar celtniecību un logu siltināšanu, bet es saprotu, ka tā ir balss slodze, labsajūta un mikroklimats.

Kādi galvenie faktori, pēc jūsu domām, ietekmē diriģenta balss ergonomiku?

Ir ļoti daudzi un plaši aspekti. Pirmkārt, tas ir emocionālais līdzpārdzīvojums. Vai kāds var izmērīt diriģenta emocionalitāti? Vai kāds var izmērīt emocionālos pārdzīvojumus, cik katrs jūt līdzīgu? Vai lielāks emocionālais pārdzīvojums

nozīmē lielāku slodzi balsij? Tas ir neizmērāms lielums, kas saistīts ar psiholoģisku momentu.

Otrais, kas man nāk prātā, ir diriģenta raksturs un darba stils. Tā ir disciplinētība, tas, kā tu spēj organizēt disciplīnu klasē, kā un ko tu kurā situācijā spēsi panākt – ar pārdomātu darbu, skaļāku vārdu, ar interesantāku repertuāru utt. Vecumposms – maziem bērniem uzmanības brīdis ir īsāks. Atbildīgi uzstāšanās pasākumi, gadalaiki, klimats, atlases aspekts, kā veidojies kolektīvs. Uztveres īpatnība ir neizmērāma lieta, uztvere atšķiras. Repertuāram arī ir nozīme. Jo sarežģītāks un nepatīkamāks repertuārs, jo slodze vairāk palielinās. Ir jāpiedomā pie dziesmas grūtības pakāpes.

Cik lielā mērā balss ergonomiku ietekmē attālinātais darbs kora mācību procesā un kādas ir galvenās atšķirības šajā kontekstā, strādājot klātienē un attālināti?

Tāds domāšanas un sapratnes laiks, ka šis viss reiz beigsies. Pašreiz būtiski ir tas, ka diriģenti var atļaut laiku lietām, kurām ikdienas procesā un saskarsmē parasti laika neatliek. Runa ir par izzināšanas procesu un iedziļināšanos. Pašlaik mums ir tādas saskarsmes iespējas, ka varam apzināt, ko pārējie dara, kā viņi dara, un sākt novērtēt citas lietas. Laiks, lai cilvēks sev iztrūkstošo kompensētu ar izzīni un muzikālās pieredzes bagātināšanu. Diriģentam šis ir arī labs laiks, lai atpūtinātu balsi, labs laiks, lai mazliet apstātos un sevi

sakārtotu – kā fiziski, tā balss ziņā. Koncentrēšanās, iešana līdz laikam.

Kā jūs varētu vērtēt un salīdzināt „sava laika” diriģēšanas programmas saturu balss ergonomikas kontekstā ar kompetenču pieejas mācību saturu diriģēšanas jomā?

Kora mācību grāmatās bija aprakstīti kaitīgie ieradumi: kuros laika periodos drīkst un kuros nedrīkst dziedāt, paēdis vai nepaēdis, karsta ūdens dzeršana vai auksta ūdens dzeršana – krievu skolas metodika. Šobrīd arī par to vairs nerunā, par telpas atbilstību vairs nerunā, ir jāpriecājas, ka vispār ir telpa, kur mēģināt. Informācija par balss ergonomiku ir pieejama, bet par to nav ticis pietiekami daudz runāts. Sākumā ir jāapzinās iespējas, vai mēs vispār varam šīs lietas organizēt.

Vai, jūsuprāt, kordiriģentiem un mūzikas pedagogiem ir jābūt kompetentiem balss ergonomikas jomā?

Ir jābūt.

Vai profesionālās ievirzes mūzikas skolu diriģēšanas programmu saturā pašlaik ir iekļauts un tiek apskatīts balss ergonomikas jautājums?

Ergonomika darba vidē – tā šis vārds attiecas uz katru nozari. Ir lietas, ko pārņem no Eiropas valstīm. Vispirms liek padomāt, kas tas tāds ir, vai es to darīšu vai nedarīšu, vai vispār drīkstu darīt, ja nav pareizo ergonomikas apstākļu, lai varētu organizēt mēģinājumus. Tas vairāk saistīts ar cilvēku, viņa labsajūtu un neizmērāmām lietām.

Kas attiecībā uz dziedātāju balss ergonomiku būtu jāievēro skolu koru diriģentiem?

Primārais ir pats cilvēks, kas nāk pie tevis, un tu esi atbildīgs par viņu, jo tev viņš ir uzticēts.

Projekta „Kordiriģentu vokālās slodzes noteikšana balss ergonomikas kontekstā” Latvijas diriģentu pašvērtējuma anketēšanā tika iegūti dati, ka tieši meiteņu koru diriģentiem veidojas lielākā balss slodze. Vai jums būtu kāds komentārs par šo?

Nav komentāru par to. Tas nav tieši saistīts ar meiteņu koriem.

Vai varat atklāt, kā veidojas jūsu kā diriģenta balss slodze vienā dienā nedēļā? Cik mēģinājumu ir korim, cik stundu nedēļā katram korim, kā notiek gatavošanās koncertiem, konkursiem?

Meiteņu koris, bērnu skola – pa divām mācību stundām divas reizes nedēļā. Vidusskolas koris – vienreiz nedēļā divas mācību stundas. Kad esi iekšā procesā, arī balss kļūst skanīgāka un ķermenis pierod pie slodzes. Psihoemocionālais moments. Pirms svarīgām skatēm – tad izjūt nervu slodzi – fiziski un maksimāli gribi par visiem atbildēt. Psiholoģisko noturību stundās – to nemāca. Fizioloģiskais faktors arī ir svarīgs balss izturībai. Diriģents kaut kādā mērā ir sportists: jo vairāk dara, jo labāk sanāk. Veselā miesā vesels gars.

Kas jūsu kā diriģenta ikdienas darbā veidojas vairāk: statiskā slodze – proti, ilgstoša stāvēšana, atkārtotas nemainīgas darbības u. tml. – vai

dinamiskā slodze – atrašanās kustībā?

Tā ir vēl neatklāta lieta, kas būtu pētāma, – balss un līdzsvara attiecības, cilvēka ķermeņa līdzsvara attiecība pret balsi, svara pārnese. Piemēram, pārnese svaru no vienas kājas uz otru, skaņa izmainās. Kā mainās skaņa līdzsvara izjūtā, pārnese līdzsvaru, – tas viss ir ārkārtīgi svarīgi attiecībā uz skaņu. Iedziedināšanās process sākas ar vingrojumiem uz pirkstgaliem, uz papēžiem – es eksperimentēju, kā skaņa mainās. Ir jābūt tik brīvam, lai spētu piedāvāt savu ķermenisko stāstu.

Vai, jūsuprāt, ķermeņa stāvoklis un galvas pozīcija var ietekmēt balss ergonomiku?

Jā, var ietekmēt.

Vai darba apstākļi – telpas klimats un arī kolektīva mikroklimats – ietekmē balss ergonomiku? Kā tas, pēc jūsu domām, izpaužas?

Labizjūtas klimats un mikroklimats, to veidošana – tās ir lietas, ko nemāca. Iekšējais mikroklimats ir tad, kad visiem ir vienota doma. Svarīgi ir apzināties, ar kādu mērķi tu ej uz mēģinājumiem, ko tu sagaidi no kora, un prieks, ka tu to dari savai izaugsmei. Mikroklimats neveidojas tikai no diriģenta, jo diriģents bez kora nav nekas. Un šeit jāpiemin pedagoga spēja visu saorganizēt. Jāredz, kā veidojas

grupējumi, vai tu kā vadītājs spēsi visus motivēt skaistam un vienotam mērķim. Mikroklimats un vienots mērķis. Salīdzinot ar baznīcu: tu esi kalpojošs mūzikai. Ja ir ticība, ka visi kopā spēj kaut ko paveikt, tad arī sliktie brīži aizmirstas. Kad ir vienoti mērķi un ideāli, tu esi lielāku lietu mudināts darīt pasauli krāšņāku un skaistāku. Un tas nav tikai uzvaru dēļ.

Vai darba apstākļi ietekmē balss ergonomiku? Ja jā, tad cik ielā mērā? Kas ir galvenie traucējošie faktori skolas kora mēģinājumā vai koncertu darba vidē – iekšējie vai ārējie trokšņi, akustika, gaisa kvalitāte, mitrums, putekļi?

Tas ir atkarīgs no diriģenta profesionalitātes.

Vai jums būtu kādi ieteikumi, domājot par skolu koru diriģentu balss ergonomiku darba vidē?

Gribētos profesionālus balss ārstus Latvijā, pēc iespējas vairāk balss speciālistu. Katrā lielākā pilsētā – kā Liepājā – lai ir pieejams profesionāls ārsts.

Ar diriģentu Andri Kontautu
2021. gada 22. maijā
sarunājās Anete Krūze, klātesot
profesorei Ilzei Valcei

Intervijas tekstu transkribēja
Anete Krūza un Ilze Valce

Saruna ar kordirigentu Āriju Šķepastu

Lūdzu, pastāsti, kāda ir tava iegūtā izglītība un darba ceļš līdz profesionālās ievirzes mūzikas skolu koru vadīšanai?

Man ir augstākā izglītība, kvalifikācija, kas rakstīta diplomā, ir diriģents un dziedāšanas pasniedzējs. Man šobrīd ir sešdesmit gadu. Sāku strādāt 1979. gadā, nu jau ir četrdesmit divi gadi – prakse ir. Kori, ko es vadu, ir, sākot no skolas, tad jaunieši, vidējā paaudze, līdz pat senioriem. Trīs gadus esmu strādājis arī ar zēnu kori. Tur ir pilnīgi cita specifika: kamēr tur nonāk līdz dziedāšanai, tas ir ilgi.

Pats esmu dziedājis, kopš iestājos Emīla Dārziņa mūzikas vidusskolā un kamēr beidzu šo skolu – no pirmās klasītes. Protams, esmu dziedājis radio korī¹ vairāk nekā divdesmit gadu un *Bārbersopa* ansamblī², kurā pats dziedu kontrtenoru. Tā ir tā visvieglāk dziedamā balss, kurai fiziskā piepūle ir nepieciešama ļoti maz. Līdz ar to dziedāšana ir vairāk tāds kā atpūtas pasākums.

Un cik ilgi tu jau dziedī *Bārbersopā*?

Trīsdesmit gadu noteikti, pat vairāk.

Cik liela nozīme, pēc tavām domām, ir diriģenta balsij darbā ar kori?

Manā gadījumā tā ir ļoti liela, jo ar balsi es cenšos kompensēt to, ko nevaru

izstāstīt vārdiem. Demonstrēšana ar balsi ir tāda uzskatāma lieta, kas visātrāk un *pa taisno* nokļūst dziedātāja ausī. Principā – pa taisnāko ceļu – pats ņem un nodziedi. Un tā koris ir informēts, ko konkrēti diriģents vēlas. Tā ir viena no galvenajām, man šķiet, darba lietām vai disciplīnām, jo tikai pēc balss nāk visi epitēti un apraksts par to, kā tu to esi iztēlojis, – vizuāli vai skaniski.

Vai vari īsos vārdos atklāt, kā veidojas tava kā diriģenta balss slodze vienā dienā un nedēļā? Cik mēģinājumu ir korim, cik stundu nedēļā ir katram korim, kā notiek gatavošanās koncertiem, konkursiem?

Kad man bija darbs profesionālajā korī, tad, protams, slodze bija lielāka. Bija paguruma sajūta, kas varēja parādīties jebkurā brīdī. Un tad tu saproti, ka neesi spējīgs visu dienu dziedāt. Mēs mēģinājām no 9.30 līdz 14.00 – ar pauzītēm. Tad vēl kādas trīs stundas. Kad man jaunībā bija jābrauc uz skolu vadīt stundas, tad arī kādas astoņas stundas pagāja. Skolas pieredze rāda, ka tā balsi patērē visvairāk.

Kāda ir atšķirība starp runājamo balsi un dziedamo balsi? Kas patērē balss resursus vairāk un rada balsij lielāku slodzi?

¹ Latvijas Radio koris.

² Kvartets „Harmony 4 Riga”.

Es neesmu par to domājis. Man šķiet, ka vislielākā slodze ir tad, ja tu mēģini dziedāt sev neērtā veidā. Ja dziedī soprāna partiju uz elpas, vienā brīdī balss pasaka, ka tai pietiek. Ja dziedī uz elpas un gribi parādīt, kā vokāli, pilnskanīgi un pilnvērtīgi jāskan, tad jau pēc 45 minūtēm vari pateikt: „Nu, tagad gan man nedaudz jāpataupa balss.”

Mana kompleksija vairāk ir baritons. Jo augstāk es dziedu, jo man ātrāk visi tie resursi *nodīrājas*. Protams, ja tas viss būtu jādara vidējā reģistrā un apakšā, tad es varētu dziedāt un dziedāt *nonstopā*. No tesitūras³ viedokļa, kas tīri fizioloģiski man nav pa spēkam, piemēram, soprāna vai tenora partija, kad vokāli pilnvērtīgi mēģinu to nodziedāt, pēc 45 minūtēm jau jūtu, ka nevajadzētu ilgāk dziedāt.

Tu teici, ka esi strādājis gandrīz ar visa veida koriem, tostarp skolēniem, zēniem, meitenēm, arī ar jauktajiem sastāviem un senioriem. Vai balss slodzei ir kāda atšķirība, strādājot ar šiem dažādajiem kolektīviem? Tu tikko pieminēji, ka zēnu kori ir *īpaša opera*. Pastāstiet mazliet par šīm atšķirībām!

Tas tāpēc, ka ir disciplīnas lietas. Kamēr tu tiec galā ar piecdesmit puikām... Ja strādā ar vienu grupu un otra sāk zuzēt, tad tu sāk forsēt savas balss saites. Ja tu kā pedagogs nemāki viņus visus tā klusi, mērķtiecīgi sakārtot, tad pieaug decibeli. Un beigās ne tikai ar balsi, bet arī ar nerviem – tu

esi noguris. Nervu slodze aiziet arī uz balsi. Tā ir tā grūtība. Tā ir specifiska lieta – ar zēnu kori var strādāt tikai izcilākie pedagogi, un es sevi pie tādiem nepieskaitu. Es varu strādāt ar pieaugušu cilvēku, kurš saprot, kāpēc viņš ir atnācis. Viņu papildus motivēt nav vajadzības. Motivācija rodas, kad izstāsti, cik skaisti var skanēt dziedātāja balss.

Vai ar meitenēm strādāt ir vieglāk?

Meitenes pašdisciplinējas. Nezinu, kas tas ir, bet viņas māc ar sevi tikt galā. Ja puikas ir viens pret vienu, tad viņi pieslēdz savas uzvedības analīzi. Kad viņi ir lielā skaitā, viņi šo analīzi vai klātesamību atslēdz, līdz ar to viņiem vairs nav vēlmes sevi iegrožot. Meitenēm tā nav, viņas ļoti reti atlaiž grožus un laižas tādā kā straumē. Puikas – mierīgi – veselu stundu var nedarīt neko un justies ļoti jauki. Ja meitenēm pateiks, ka mēs neko vēl neesam paveikuši, viņas sasparosies un izdarīs.

Kā ir ar senioru koriem?

Izcili! Tikai ir viena lieta – viņiem jādod uzdevumi, kas ir par tercū zemāki nekā ierindas koriem. Tur ir fizikālās lietas, ar kurām jāreķinās. Ja repertuāru transponē par tercū vai kvartu, tad nav nekādu problēmu. Šie sastāvi ir labi, viņi ir apzinīgi, organizēti, disciplinēti.

Kā tu pārsvarā strādā: ar balsi vai ar balsi un instrumentu, vai tikai ar instrumentu?

Bez instrumenta jau nevar. Pieņemsim, ja ir viena balss, tu izspēlē šo balsi, tad mēģini instrumentu noliekt

³ Tesitūra – diapazona augstums balsij vai mūzikas instrumentam.

malā un pats ar savu balsi atbalstīt dziedātājus. Vai arī ļauj, lai paši dzied. Tas ir atkarīgs, cik sarežģīts materiāls un cik drošs ir dziedātājs tev pretim. Pastāv variants: tiklīdz tu nespēlēsi līdzī, tā atkal neskanēs. Tas viss ir atkarīgs no konkrētā dziedātāja.

Kā tu parasti strādā mēģinājuma procesā – sēdot, stāvēt un kustoties, statistiski stāvēt vai dancojot priekšā?

Kad es balsis jau esmu apmācījis, tad sākas staigāšana pie dziedātājiem un diriģēšana. Kamēr apgūstam balsis, es, protams, sēžu pie klavierēm un palīdzu viņiem ar piespēli. Bet, kad viss ir jau sagatavots, nošu teksta apguves posms ir beidzies, tad bez klavierēm. Tā es strādāju ar cilvēkiem, kas nespēj ar savu balsi garantēt, ka viņam viss ir sanācis. Ir jau arī jauniešu sastāvs, kurā dziedātājiem ir mazliet vairāk attīstīta dzirde – vienreiz, divreiz nospēlē, un viņiem pietiek, varam dziedāt visu dziesmu cauri. Man ļoti patīk strādāt ar šādiem cilvēkiem.

Vai varu lūgt raksturot, ko tu saproti ar jēdzienu *balss ergonomika*?

Man grūti saprast šo ergonomikas nozīmi. Tas ir tas, ka tu patērē pēc iespējas mazāk enerģijas, lai panāktu labāku efektu.

Balss ergonomika – ar vismazāko resursu iesaisti panākt vislabāko rezultātu. Kā pēc iespējas ilgāk un kvalitatīvāk saglabāt cilvēka darbības spējas darba mūža garumā?

Svarīgi ir pareizi lietot savu balsi – elpu lietot tikai tad, kad jāparāda, kādam jābūt gala rezultātam. Ja dzied

pa īstam, tad elpu vajag saturēt. Ja ir augstas notis, tad elpa noteikti ir jātur.

Kuri faktori, pēc tavām domām, visvairāk ietekmē diriģenta balss ergonomiku viņa darbā – balss noslodzi, pārslodzi, saslimstību?

Tā ir fizioloģiska sajūta, kad tu jūti, ka balsij ir kādas problēmas. Taupot šos resursus, ekonomējot, kaut kā jātiek ar to visu galā. Visa pamats ir tava pašreizējā balss veselība. Ja tu jūti, ka tev viss ir kārtībā, vari arī uzgavilēt. Bet prātam jābūt klāt – dažreiz ir labāk, ja gavilēm neļaujas. Jā, tas noteikti ir fizioloģiskais stāvoklis, kas to visu nosaka.

Vai ķermeņa stāvoklis un galvas pozīcija arī var ietekmēt balss ergonomiku?

Ja es izsleju savu ķermeni, enerģija vairojas; ja esmu vairāk salicis, enerģijas ir mazāk. Stāja palīdz, bet tu nevari visu laiku būt kā zaldātiņš ar taisnu muguru. Nē, es tomēr izvēlos šo atslābināto stāvokli. Muguru es iztaisnoju tad, kad korim saku: „Tagad mēģinām dziedāt kā koncertā – pa īstam!”

Skandināvu valstīs un Rietumeiropā lielu uzmanību pievērš darba ergonomikai. Viens no svarīgākajiem balss ergonomiku ietekmējošajiem faktoriem ir telpa – tās lielums, akustika, putekļi, mitrums, trokšņi ārpus telpas, iekšējais troksnis. Vai savā pieredzē esi fiksējis, kādas ir tavas balss sajūtas dažādos apstākļos, piemēram, aukstās, karstās, sausās, mitrās telpās?

Man, protams, pārkurinātas telpas nepatīk. Ja ir pārāk auksti, tas arī ir

slikti. Visvairāk man nepatīk strādāt telpā, kurā ir izcila akustika. Tad es vairs nevaru normāli pastrādāt. Ko dara šāda akustika? Dziedātājam it kā ir viegli dziedāt, viegli veidojas akordu saskaņas, bet diriģents nesaprot, ar kādu atdevi dziedātājs to dara. Un, nonākot koncertzālē ar citu akustiku, tu vairs nesaproti, ko darīt, kā panākt kora skanīgumu.

Vai tev pašam balss piekūst, strādājot pārlietu akustiskā telpā, – kad tu runā, dziedī un māci kori?

Es dziedātājiem vienmēr saku, ka jebkura telpa ir piemērota dziedāšanai un to var piepildīt. Jo labāk skan telpa, jo mazāka piepūle ir vajadzīga. Jo zālē ir sliktāka akustika, jo balss ir vairāk jāpiepūlē, līdz ar to dziedātāji var sākt *haltūrēt*. Bet koristiem jāmaks dziedāt jebkādā vidē, ne tikai baznīcas akustikā.

Vai diriģentiem, tavuprāt, būtu jābūt kompetentiem balss ergonomikas jautājumos, domājot par savas un dziedātāja balss aizsardzību, labsajūtu?

Es saviem dziedātājiem aizliedzu skaļi dziedāt, daudzas reizes atkārtojot skaņas augšējos reģistros. Vienaļga, vai viņiem tas sanāk vai nesanāk. Es cīenu savu un savu korīstu veselību.

Bet, kā ir, dziedot profesionālā korī? Vai skaņdarbos šīs vietas augstā tesitūrā arī tiek dziedātas tikai dažas reizes, pat ja nesanāk? Kā balss ergonomika tiek ievērota profesionālā kolektīvā?

Tas atkarīgs no diriģenta, vai viņš par to domā vai ne. Pārsvarā esmu saskāries ar diriģentiem, kuri par to domā, – korīstu balsis lieki pārslogotas netiek. Profesionālā korī ir profesionāli

dziedātāji, kas saprot, ko nozīmē augstās skaņas un kā tās sasniegt.

Vai, studējot mūzikas vidusskolā un Mūzikas akadēmijā, tika runāts par ergonomikas, darba aizsardzības, balss labsajūtas jautājumiem?

Es neesmu par to dzirdējis. Viss, ko es daru, tas ir uzkrājies ar pieredzi, iegūts ikdienas darbā.

Tu esi strādājis arī Rīgas Doma kora skolā. Vai diriģēšanas programmas saturā tiek iekļauti balss ergonomikas jautājumi – kā lietot balsi? Vai arī tas ir iekļauts vokālajos priekšmetos?

Ja šie jautājumi arī ir, tad tikai vokālajos vai kora metodikas priekšmetos. Mums kā diriģēšanas pasniedzējiem bija uzdevums sagatavot tikai diriģēšanas lietas, par balss lietošanu programmā nekādas sadaļas nebija.

Kā attālinātais darbs ietekmē balss ergonomiku kora mēģinājuma procesā? Vai tu strādāji attālināti?

Es vienreiz pamēģināju, un man ļoti nepatika. Labāk ir iedziedāt balss partiju un tad likt dziedātājiem to klausīties un mācīties. Bet attālināti strādāt nevar, es tā nevaru.

Vai balss ergonomiku ietekmē kora mēģinājuma procesa organizācija?

Ja kolektīvs ir skaļš, tad arī diriģenta skaļuma līmenis ir lielāks, nekā vajadzētu. Piemēram, ja diriģentam, strādājot ar soprāniem, ir jāpārdzied, jāpārrunā divu altu čalas, tad – gribi vai negribi – nākas savu balsi pastiprināt. Jāsaka gan, ka kora disciplīna lielā

mērā ir atkarīgā no tā, cik diriģents ir spējīgs dziedātājus motivēt.

Vai balss saites strādā arī tad, kad diriģents diriģē un nedzied?

*LOR*⁴, kas veic balss saišu mērījumus ar mēraparātiem, ir fiksējuši, ka diriģējot balss saišu darbība (vibrācijas) nenotiek, bet, runājot ar jebkuru diriģentu, visi apgalvo, ka balss saites strādā līdzī.

Man gan ir sajūta, ka līdzī strādā iekšējā dzirde. Grūti pateikt, jo mēs esam trenēti strādāt ar iekšējo dzirdi.

LOR arī pieļauj, ka tā ir dzirde, kas strādā, nevis balss saites.

Projektā mēraparātu rādītājus mēs prezentējam arī Lietuvā. Diriģents un komponists Vitauts Miškins (*Vytautas Miškinis*) pret šādiem secinājumiem, ka diriģentam, dziedot ar iekšējo balsi, balss saitēs vibrācija nenotiek, kategoriski iebilda mūsu projekta vadītājam, kura arī darbojas šajā balss medicīnas jomā.

Savukārt, runājot par diriģenta balss slodzi ar Andri Kontautu, diriģentu un komponistu, viņš stāstīja, ka pēc atbildīgas uzstāšanās, emocionāla pārdzīvojuma, stresa balss ir tikpat nogurusi, it kā būtu daudzas stundas strādāts dziedot un runājot. Viņš uzskata, ka diriģenta slodzi vispār nav iespējams izmērīt, jo ir brīži, kad šis darbs ir pat afektīvs.

Tad – ideālā variantā – diriģents un dziedātāji ir laimīgi.

⁴ Saīsinājums no otolaringologs – ārsts, kurš specializējas deguna, rīkles, aizdegunes un ausu slimību diagnostikā un ārstēšanā.

Runāju ar kādu muzikologu par to, ka es savos mēģinājumos daudz strādāju ar balsi, nevis ar mūzikas instrumentu. Viņa izteica viedokli, ka tas nav pareizi, jo katram dziedātājam ir savs etalons. Tātad tava balss neder visiem. Kāds ir tavs uzskats?

Jo profesionālāks cilvēks, jo mazāka vajadzība diriģentam demonstrēt ar balsi. Jo lielāks amatieris, jo vairāk nepieciešama diriģenta balss. Man nav nekādas vajadzības kopēt diriģenta vokālo skolu, man ir svarīgi, ko šis diriģents grib panākt, – skanīgāku, klusāku, akcentētu dziedājumu vai tīri profesionālas lietas. Jā, protams, ir kaut kādas vokālās krāsas, bet neviens diriģents nekad nav jaucies iekšā manas balss krāsā. Svarīgi tikai, lai tā par daudz nelec ārā no kora kopējā skanējuma. Bet ar to, kāda ir mana balss, ar to rēķinās.

Eiropā visas balsu grupas ir ļoti izlīdzinātas. Savukārt Latvijas Radio kora sabalsojums ir ļoti raibs. Mūsu vadītāji berzē rokas un saka, ka neviena cita tāda kora pasaulē nav. Mums tembrāli ir tik specifisks skanējums, ka tā neviens nodziedāt nemāk.

Ja es būtu profesionāla kora diriģents, man gribētos šo Eiropas izlīdzināto skanējumu. Ja Latvijas Radio korim būtu šī klasiskā skanējuma uzstādījums, es ar savu specifisko tembru te neiederētos.

Vai ir kādi apstākļi, kad tev nogurst balss?

Tikai un vienīgi tad, ja esmu pārdozējis balss lietošanu uz elpas.

Vai tev būtu kādi ieteikumi, domājot par kordiriģentu balss ergonomiku?

Ieteikums: neklīdziet, dziediet ar domu, ka pa īstam, ar pilnu atdevi ir jādzied tikai koncertā. Pirms tam balss ir stipri jāiesilda.

Vai ir vēl kāds jautājums, ko es par balss ergonomiku tev nepajautāju?

Tā godīgā spēle ar sevi ir tāda, ka vajag vairāk sevi mīlēt. Mūsu uzdevums ir apzināties un novērtēt, ar kādu atdevi konkrētā brīdī lietot savu balsi. Svarīgi sajūst – ja balsij slodze ir par lielu, tad īstajā brīdī vajag piebremzēt.

Liels paldies par sarunu! Visas projektā veiktās intervijas ar Latvijas lielāko koru diriģentiem tiks apkopotas.

Balss ergonomiku var pētīt no dažādiem aspektiem. Svarīgs ir jautājums par to, vai, apgūstot diriģenta

profesiju, vispār tiek runāts par balss ergonomiku? Kad es studēju, neatceros, ka šie jautājumi tiktu skarti. Vokālajās stundās runājām par to, kā turēt elpu, bet neviens pedagogs nestāstīja, kā savu balsi pataupīt vai aizsargāt. Pat *Kokara laikos* mācību korī divas taktis atkārtojām vēl, vēl un vēlreiz (četras stundas no vietas divas reizes nedēļā!), un tālāk netikām. Mūsdienu apstākļos, kad cilvēka darba mūžs pagarinās, balss ergonomikas jautājumi, visticamāk, kļūs aizvien nozīmīgāki.

Ar diriģentu Āriju Šķepastu
2021. gada 5. novembrī
sarunājās Ilze Valce

Intervijas tekstu transkribēja
Anete Krūza un Dina Sleže

Saruna ar kordirigentu Intu Teterovski

Lūdzu, pastāsti, kāda ir tava izglītība, kas iegūta mūzikas un tieši diriģēšanas jomā?

Savu pirmo muzikālo izglītību ieguvu Emīla Dārziņa mūzikas vidusskolā – sākumā kora klasē, pēc tam diriģēšanas klasē. Pēc balss lūzuma automātiski pārgāju uz diriģentiem. Pēc tam sekoja mācības Jāzepa Vītola Latvijas Mūzikas akadēmijas diriģēšanas bakalaura programmā. Tad bija neliela pauzīte, kad pamācījos sociālās zinātnes privātajā augstskolā „Attīstība”, bet tad atgriezos Mūzikas akadēmijā – maģistrantūrā. Mūzikas vidusskolā diriģēšanu mācījos pie Anitas Šalkas, kas ilgu gadu bija arī kora „Ave Sol” dziedātāja. Tātad pastarpināti tā man bija arī Gido Kokara skola. Pēc tam – Mūzikas akadēmijā pie Jāņa Zirņa un maģistrantūrā mācījos jau pie paša Gido Kokara.

Pastāsti, lūdzu, cik liela ir tava pieredze tieši diriģenta darbā – cik gadu, ar kādiem koriem, koru veidiem, ar kādiem kolektīviem esi strādājis?

Apzināta koru vadīšana sākās Salaspilī – 1. vai 2. kursā kopā ar kursa biedreni Ilzi (Pizāni) Reinholci. Ar Salaspils mēra atbalstu izveidojām kori „Tiāde”. Pēc gada Agita Ikauniece, kas arī bija mana kursa biedrene,

reanimēja kori „Balsis”, kurā bija saaicinājusi pilnu sastāvu, bet pati saslima. Agita palūdza mani aizvietot viņu uz vienu mēģinājumu, bet es tur paliku un darbojos vairāk nekā divdesmit gadu. Kādus četrus gadus vadīju Stradiņa universitātes¹ kori „Rīga”. Tie visi bija jauktie kori. Vienu gadu vadīju arī zēnu kori Rīgas 6. vidusskolā. Tagad vadu Ventspils Tehnikuma jauniešu kori. Esmu arī reģionālais virsdiriģents Rīgā, biju Limbažos, Jelgavā, pašlaik esmu bērnu un jauniešu koru virsdiriģents Ventspilī.

Vai pats esi uzstājies kā dziedātājs, vai esi dziedājis profesionālos kolektīvos? Kāda ir tava pieredze, dziedot pašam?

Dziedāt es neesmu pārtraucis. Sākumā tas, protams, bija zēnu koris. Pēc balss lūzuma dažādos zēnu kora koncertprojektos turpināju dziedāt profesionālajā vīru balsu grupā. Studējot Mūzikas akadēmijā, tā bija nepārtraukta slodze balsij, arī dziedot Mūzikas akadēmijas korī. Vairākus gadus esmu dziedājis korī „Sacrum”, kas bija algots darbs, tad arī senās mūzikas ansamblī. Pēc tam solista karjeru apzināti izvēlējos neesmu.

Dažreiz vajadzības pēc nodziedu kādu solo, lai gan man ir bijusi arī

¹ Rīgas Stradiņa universitāte.

iespēja attīstīt savu balsi kā kontrtenoram Lielbritānijā. Bet, satiekot slaveno britu kontrtenoru Džeimsu Baumu (*James Bowman*), kas savu sešdesmit gadu vecumā dziedāja kontrtenoru, es sapratu, ka tas nav mans dzīves sapnis – septiņdesmit astoņdesmit gadu vecumā nevēlos dziedāt kontrtenoru. Dziedāšana man ir tuva. Esmu daudz mācījies no saviem skolotājiem – diriģentiem Jāņa Dūmiņa un Gido Kokara. Kokars bija tāds eksaktāks, bet Dūmiņš bija vairāk ēterisks – tāds tēlu pasaules diriģents. Dūmiņa laikā koristi mācēja dziedāt daudz labāk. Viņš daudz nerunāja par dažādām dziedāšanas tehnikām, bet strādāja pie sajūtām un krāsām, jo koristu dziedāšanas tehnika tajā laikā bija daudz augstvērtīgāka. Tagad man kā diriģentam, strādājot ar amatieru koriem, lielāko laiku prasa tieši dziedātāju vokālās kultūras attīstīšana. Tikai tad, ja viņi māc savu instrumentu pārvaldīt, es varu no viņiem prasīt kaut ko muzikāli augstvērtīgāku. Trīsdesmit gadus, kopš esmu aktīvs diriģents, dziedāšanas iespēja un tehniskā mācēšana ir mazinājusies, jo nav pienācīgi daudz bērniņas muzikālās pieredzes skolā.

Int, tava atbilde jau sasaucas ar manu nākamo jautājumu, proti, cik liela nozīme darbā ar kori ir diriģenta balsij? Daļēji tu jau ieskicēji šo atšķirību starp profesionālo vai profesionālās ievirzes kori un amatierkori.

Ja profesionālam korim gribi izveidot tādu skanējuma ansambli,

kā vēlies, tad arī ar profesionāliem ir jāstrādā pie vokālām lietām.

Profesionālos koros salīdzinoši reti notiek ansambļa veidošana, jo profesionāli dziedātāji dzied labi, balstoties uz savu pieredzi, un ansamblis izveidojas kaut kā pats par sevi. Laiks un darbs, ko prasa laba ansambļa skanējuma izveide, ir milzīgs. Es zinu, ka ir diriģenti, kas kora mēģinājumos ar savu balsi strādā maz, vairāk strādā ar stāstīšanu un iztēli. Es arī lietoju šos resursus. Iztēli lietoju vismaz 90 procentos, jo man šķiet, ka tas ir vienīgais, kas spēj skaisti savīt kopā vizuālo un revolucionāro pasauli.

Balsi mēģinājumos es lietoju daudz. Varētu arī nelietot, ja man pašam tik ļoti nepatīktu dziedāt (ja man būtu vairāk brīvā laika, es varētu dziedāt jebkurā profesionālā korī). Es ļoti daudz demonstrēju ar savu balsi, un tam ir plusi, piemēram, melodiskās līnijas izveidei, ja tu vari koristiem parādīt priekšā, ko nozīmē dziedāt *legato*, *non legato*, *staccato*, *marcato*. Parādīt viņiem dažādus štrihus, jo viens no dziedāšanas mācīšanās paņēmieniem ir atdarināšana.

Bet risks ir tembrālā kopēšanā, tāpēc es koristiem vienmēr atgādinu, ka viņiem mani nav jākopē, bet tikai jāskatās pamatprincipi, kā to var izdziedāt. Skolotāja kopēšana, īpaši individuālajā vokālā, arī diriģēšanā, ir noderīga, lai gūtu iemaņas, bet, lai kļūtu par mākslinieku, – nevēlama. Es uzskatu, ka diriģenta balsij ir nozīme, lai parādītu, ko tu gribi panākt. Esmu strādājis arī ar orķestri. Ja ar balsi parādi priekšā,

uzreiz ir simtreiz labāks efekts, īpaši pūšaminstrumentiem, jo viņi arī ir elpas vadīti. Mans secinājums: diriģenta vokālajai balsij ir nozīmīga loma darbā ar kori, bet tas nav obligāti – atkarīgs no tā, ar kādu kori strādā.

Kāda ir atšķirība tavai balss slodzei, kad pats dziedi korī vai ansamblī un kad strādāt ar kori, esot diriģentam? Kā zināms, vadot kori, tiek izmantota ne tikai dziedamā balss, bet notiek arī momentāna pāreja uz runas balsi.

Protams, atšķirība ir milzīga. Es esmu diriģents, kas diriģējot dzied līdzī. Man ir ļoti slikta sajūta, ja es to nedaru (bieži vien es to daru pat par skaļu), man aizkrīt balss, ja es nedziedu. Tas dziedāšanas kods manī laikam ir ļoti stiprs. Ja es nedziedu, tad pēc diriģēšanas man nav balss. To es novēroju, diriģējot kori, ar orķestri ir citādi.

Kas attiecas uz runas balsi un dziedamo balsi, es arī koristiem mācu saprast atšķirību starp abām balsīm. Es viņus lūdzu mēģinājuma laikā nerunāt, jo mēģinājumā tiek ieslēgta dziedamā balss. Esmu pamanījis, ka mēģinājuma laikā pats neapzināti runāju daudz vokālāk, runāju uz vienas līnijas, jo arī runa ir melodija, tāpēc man šī atšķirība starp dziedamo un runas balsi nav tik būtiska. Runāt es varu no rīta līdz vakaram, jo tā ir prakse, kas iegūta. Man ir dzelzsbetona balss saites, un nogurums tajās ir ļoti reti.

Nogurums man ir tagad, kad pandēmijas dēļ nenotiek koru mēģinājumi un koncerti, jo man slodze ir par mazu. Tagadējos

apstākļos nogurumu balsī es sajūtu daudz vairāk, jo koristiem ir jāiedzied balsis audio, lai viņi var tās apgūt attālināti. Vai arī – man ir mēģinājums Zoom platformā ar Ventspils Tehnikuma jauniešiem, kur dziedu viņiem priekšā cerībā, ka viņi dzied man līdzī un mācās. Korim „Balsis” veidoju ierakstus, bet, padziedot stundu vai pusotru, vienkārši jūtu, ka balss beidzas, parādās līdz šim nebijis brāķis, smagums, savilkums balss saitēs. Ja pirms pandēmijas ar balsi strādā ikdienā nepārtraukti, tad šis muskulis ir uztrenēts, bet šajos apstākļos, kad to regulāri nedara, tu reizēm pat jūties neērti koristu priekšā: pēkšņi es nevaru parādīt to, ko es gribētu parādīt. Iepriekš man ir bijis tā, ka balss aktīvi jālieto desmit stundas no vietas – no rīta ir mēģinājums Rīgas 6. vidusskolā, tad kopmēģinājums ar jauniešiem, tad koris „Balsis”, tad vēl kaut kas, – un nekādu problēmu ar balsi.

Strādājot ar kori, es ļoti cenšos vērt vaļā rīkli, atbrīvot visas saites, lai tajās nav spriedzes, un lietot elpu. Tāpēc mana balss reizēm skan ļoti skaļi, jo tā var brīvi plūst, labi rezonēt, pie kā man reizēm ir jāpiedomā. Tikko sākšu čukstēt, tad viss aizies ciet. Ir divas balsis, tas ir pilnīgi skaidrs, un no noskaņojuma ir atkarīgs tas, kura balss ieslēgsies. Ārkārtīgi svarīga ir emocionālā plāksne, jo dziedāšana ir psihofizisks process, par ko nemitīgi atgādinu arī koristiem. Dziedāšana visupirms ir emocionalitāte, tā ir valoda, un, ja tā ir valoda, tu gribi kaut ko teikt. Ja tu esi atbrīvojies, ja emocijas ir atvērtas, pozitīvas, tad

fizioloģija saslēdzas un tu mazāk nogursti. Ja emocionāli tu esi nomākts, tad es koristiem saku: „Šis ir trīs stundas prieka, kas jums nevis jāzog no citiem, bet jārada. Jums vienmēr jābūt saulei! Mēness naktī ir skaists, bet bez saules tas nekad nespīdētu.” Lai nav tā, ka koristi atnāk un kā vampīri izsūc no visiem labo garastāvokli, lai pašam kļūtu labāk, bet tieši otrādi.

Projekta vadītāja Baiba Trinīte saka, ka diriģents ir harizmātisks līderis. Kā diriģenta balss kvalitāte un labskaņa, tavuprāt, atspoguļojas kora dziedājumā?

Diriģents ir astoņdesmit procenti no visām kora lietām, īpaši amatierkolektīvos. Profesionālajos procents ir mazāks, bet arī virs piecdesmit. Ja strādā ar amatieriem, tu iemāci viņiem visu: ko nozīmē dziedāt, ko nozīmē dziedāšanas laikā emocionāli sajusties, ko nozīmē savas emocijas neslēpt, ar tām dalīties un gūt no tā gandarījumu. Savukārt, strādājot ar profesionāļiem, tevī ir jābūt tādām kodam, kas spēj koncertā sasniegt viņu augstāko līmeni. Šeit svarīga emocionālā puse: kā panākt to, lai profesionāls dziedātājs atdod sevi simtprocentīgi? Uzskatu, ka amatieri koncertos atdod sevi vismaz par astoņdesmit procentiem, bet ne vienmēr viņu tehniskās spējas ir tādā līmenī, lai sasniegtu pieresto profesionālās kvalitātes līmeni.

Ļoti atšķirīgs ir veids, kā katrs koris apgūst nošu tekstu, savas balss partiju: viens ir pragmatīks, cits ir matemātīks, vēl cits ir kalkulētājs, bet cits mācās no

kopēšanas, atdarināšanas. Tātad diriģenta balss ietekmē to, kā koris skanēs.

Man ir teikuši, ka basi skan tā kā es, un tā jau arī ir. Kora skanējums ir atkarīgs arī no tā, kādas balss grupas pārstāvis ir diriģents. Ja man jādemonstrē tenoriem, man tas ir grūtāk, es tenoriem demonstrēju retāk nekā basiem, jo man vienkārši fiziski tas ir par augstu. Līdz ar to alti un basi manu tembru un krāsu dzird biežāk nekā soprāni un tenori. Es noteikti uzskatu, ka diriģenta harizma, emocionalitāte, balss kvalitāte, tembrs, krāsa ietekmē kora skanējumu, ietekmē to, vai koris kaut ko sasniegs kvalitātes ziņā.

Ko tu saproti ar jēdzienu *balss ergonomika*?

Lūdzu, Ilze, izskaidro, ko tas nozīmē, jo tas man īsti nav skaidrs. Kad es mācījos, šādu terminu nelietoja. Kas attiecas uz balss zinātnisko daļu, tad es esmu vairāk centies skaidrot koristiem, kā strādā balss saites, fizioloģija, lai viņi saprot, kā tas darbojas. Mums ir uzstājušies arī lektori par balss tīrību. Uzskatu, ka tas ir svarīgi, jo balss ir korista instruments. Lūdzu, dod man definīciju, kas ir balss ergonomika!

Balss ergonomika ir termins, kas ir saistīts ar darba aizsardzību tādā nozīmē, kā ar iespējami minimāliem līdzekļiem maksimāli ilgāk saglabāt cilvēka darbības spējas gan attiecībā uz sevi, gan attiecībā uz dažādiem instrumentiem vai tehnikām.

Balss ergonomika, ņemot vērā to, ka diriģentiem balss ir viens no

pašiem galvenajiem instrumentiem, ietver jautājumus par balss labsajūtu, balss veselību, balss saglabāšanu, lai cilvēks pēc iespējas ilgāk būtu darbspējīgs savā profesijā.

Paldies, tagad sapratu. Es jau iepriekš minēju par balss higiēnu, tikai ikdienā nelietoju šo terminu *balss ergonomika*. Ir skaidrs, ka ilgtspējīgums un ilgstoša balss kvalitātes uzturēšana diriģentam ir ārkārtīgi svarīga.

Mēdz runāt par balss ieeļļošanu, kas faktiski ir regulāra balss lietošana. Ja to dara, balstoties uz pareiziem principiem, tas nodrošina balss ilgtspēju. Svarīga ir pareiza elpas lietošana, pareiza intonācija un tesitūra. Es esmu konsultējis arī skolotājus, kā strādājot pareizi lietot balsi, lai tā nenogurtu. Tas ir saistīts ar vokālo tehniku, jo runa ir vokālā kultūra. Jebkura dziedāšanas skola pasaulē balstās uz elpu – tas ir ne mazāk par septiņdesmit procentiem no dziedāšanas tehnikas. Ja pareizi strādā ar elpu un spēj saprast principu, kā darbināt balss saites, tās lieki nenoslogojot, neradot spriedzi, tad savu balsi var saglabāt labā formā.

Tad, kad es vēl dziedāju zēnu kori (17–18 gadu vecumā), man bija ļoti grūti. Es nevarēju saprast, kāpēc iedziedoties ir tik viegli dziedāt, bet pēc 15 minūtēm viss ir ciet. Balss skaņas radīšana ir vibrācijas, starp koristu balss saišu vibrācijām notiek refleksija. Tad es konstatēju, ka man blakus stāv zēni, kas dzied uz kakla. Un es sapratu, ka manai balsij absolūtais drošības garants ir rīkles atvērums. Tikko apkārt dziedošajos

es jūtu spriedzi, tā es atveru rīkli, kas rada žāvāšanās sajūtu. Kad balsi parādās spiediens, spriedze, tad koris savu balsi vairs nepārvalda. Tāpēc ir vērts uz brīdi pārstāt dziedāt, atvērt rīkli, varbūt pat nožāvāties, jo pēc tam dziedātājs būs korim daudz noderīgāks, nekā esot ar saspiestu skaņu.

Ir vismaz 25 lietas, par ko jādoma dziedot vai runājot, arī strādājot ar kori, ja gribi, lai balss kārtīgi strādā: intonācija, augstums, dinamika, emocijas utt.

Vai tavas balss slodzei ir atšķirība tad, kad tu strādā ar pieaugušo kori, un tad, kad strādā ar bērnu un jauniešu kori? Vai atšķirība ir tajā, kādas ir koristu zināšanas?

Vokālajos principos nav izteiktu atšķirību darbā ar pieaugušo vai bērnu kori. Protams, ir jāņem vērā bērnu fizioloģija, piemēram, tesitūra, kādā bērni dzied, tāpat stils, kādā viņi dzied. Pēdējā laikā bērnu koriem modē ir nākusi popmūzikas atskaņošana, kas, manuprāt, ir balss likvidācijas nodarbe. Man šķiet, ka ar bērnu kori vieglāk strādāt ir sievietei diriģentei, jo viņas runa un dziedamā balss ir vienā augstumā ar bērnu balsīm. Vīrieša balss vibrācijas ir citā frekvencē.

Atšķirība ir leksikā: kas ir tie vārdi, kas nostrādā dažāda vecuma auditorijai, kādi ir salīdzinājumi, ko lieto. Grūtāk ir strādāt ar bērnu koriem, jo man ir mazāka pieredze, runājot ar bērnu auditoriju. Man jālieto citi salīdzinājumi, vienkārša valoda, lai bērni varētu mani saprast.

Kāda ir tava darba slodze dienā un nedēļā pirms attālinātā darba? Kāds diriģentam ir vienas dienas un vienas nedēļas piepildījums?

Pirms sešiem gadiem izlēmu, ka nevaru vairs sadalīt savu enerģiju, lai vadītu *entos* korus. Vēl pirms kāda laika es divus gadus pēc kārtas katru dienu vadīju apmēram 400 cilvēku. Balss slodzes ziņā es to neizjutu, bet emocionāli tas bija ļoti sarežģīti. Pašlaik mana slodze nav liela. Ar kori „Balsis” mēģinām pirmdien un piektdien, reizēm arī trešdien pa trim stundām no 18.30 līdz 21.30 (jāņem vērā arī vakara stundas, bagāža ar dienas nogurumu). Uzskatu, ka arī agrās rīta stundas balsij nav optimālas, jo tai jāpaspēj pamosties. Profesionāli labākais strādāšanas laiks ar kori ir tad, kad esi normāli pamodies, ne pārāk agri.

Ventspils Tehnikuma kori vadu pusotru stundu (divas mācību stundas) divas reizes nedēļā, taču slodze ir daudz lielāka, ņemot vērā tehnikuma specifiku. Uz katru mēģinājumu ir pilnīgi cits sastāvs, jo vieniem ir prakse, citi uz kora mēģinājumu atnāk šad tad, līdz ar to vokālā izaugsme ir ārkārtīgi lēna.

Vislielākā slodze ir tad, kad Ventspilī notiek bērnu koru kopmēģinājumi dažāda vecuma grupu korim: 1.–4. klasēm, 5.–9. klasēm, vidusskolai. Zēnu korim vienā dienā ir četri mēģinājumi pa pusotrai stundai. Sešas stundas dienā tu esi galvenais cilvēks, kuram jāpanāk, ka tev klausā bars nepazīstamu bērnu, jo es nevienu no šiem korim atsevišķi nevadu. Ja kaut viens koris no tiem ir tavs, tad

uzreiz ir cita atdeve, tavējie tevi saprot, un tas ir kā lipīgs vīruss labā nozīmē.

Raksturo, lūdzu, darba apstākļus ikdienas darbā ar kori „Balsis”! Kādi ir telpas parametri – akustika, trokšņi, putekļi, mitruma vai sausuma līmenis utt.?

Ar kori „Balsis” mēs mēģinām Mazajā Ģildē, kas ir vēsturiska ēka. Agrāk mēģinājumi notika pagrabstāva telpā ar zemiem griestiem, bez ventilācijas. Nevarēju uzņemt kori vairāk par četrdesmit dziedātājiem, jo telpā vienkārši trūka gaisa, cilvēki mēģinājuma laikā pat mēdza noģībt. Centāties rast dažādus risinājumus: vērām vaļā ārdurvis, meklējām iespēju mēģināt citās telpās, kur var atvērt logus... Es vienmēr ļoti cenšos rūpēties par gaisa apmaiņu telpā, man tas ir svarīgi, esmu diezgan jutīgs. Ja gaiss telpā ir pārāk sauss, man uzreiz pietvīkst vaigi, bet tas varbūt ir pat labi, jo tad es cenšos parūpēties arī par koristiem.

Pēdējos gados mēģinām 2. stāva telpā, kas tik un tā ir nedaudz par mazu. Man patīk, ja koris iemācās savu balsi lietot pēc iespējas plašākā dinamikas spektrā (arī līdz *f*, *ff*), nevis dzied vidēji, kaut kā. Esmu diezgan prasīgs. Es ļoti strādāju pie dinamikas: ja koris var nodziedāt *fffff*, tad viņš arī zinās, kādā skaļumā jādzied, ja notīs rakstīts tikai *f*. Tā kā mēģinājuma telpa ir par mazu, tad ir ļoti grūti saklausīt skanīgās vietās un izveidot labu, saskanīgu ansambli, jo dominē apkārt esošās balsis un telpa nespēj palīdzēt. Vasarā, mēģinājuma laikā, droši atveram visus logus, jo

Vecrīgas šaurajās ieliņās vēja nav, bet ziemā ir ļoti sarežģīti, jo apkure ir pārāk intensīva. Koristiem, tāpat kā diriģentam, ir bīstami atrasties, atvērta loga tuvumā. Ja telpā ir par maz gaisa, parādās miegainums, un rezultātā trūkst simtprocentīgu emocionālo un fizisko spēju un atdeves kvalitatīvam mēģinājumam.

Pandēmijas ierobežojumu laikā mēs mēģinājām Lielajā zālē. Esmu sapratis, ka šajā zālē nav vērts tērēt laiku saskanīga ansambļa izveidei, jo tik milzīgā akustiskā, tukšā telpā, kur dziedot viss šalc, tas ir nereāli. Šādā gadījumā izsēdinu koristus pa balsu grupām zāles stūros, lai viņi dzird cits citu savā balss grupā, bet ansambli veidot necenšos, jo tas vienkārši nestrādā. Lielajā zālē mēdz būt vēss, tad sasildāmies ar dažādiem vingrinājumiem – ja sēžot vai stāvēt paliek vēsi, pastāv iespēja saaukstēties. Telpas ir ļoti tīras, bez putekļiem, tāpēc mēģinājumos balss kvalitāti tas neietekmē.

Mazliet raksturo virsdiriģenta darba apstākļus, esot ārā. Vai esi izjutis savai balsij apgrūtinājumu? Laukā var būt dažādi blakus trokšņi, aukstums, lietus, pērkons, vējš utt.

Kā jau iepriekš minēju, mana balss ir diezgan skaļa. Man koru koncertos vispār nepatīk nekāda veida apskaņošana, jo ir ļoti grūti atrast balansu starp kori, kam vajadzētu skanēt pirmajā plānā, un pavadījumu. Pat Mežaparka estrādē es bieži vien strādāju tikai ar savu balsi, nelietojot mikrofonu.

Es gribētu nodalīt virsdiriģenta darbu kopmēģinājumos, kas notiek telpās, no mēģinājuma pirms koncerta, kas notiks ārā.

Mēģinājumam pirms koncerta katram diriģentam tiek dotas 15–20 minūtes, un tik īsā laikā mana balss nenogurst. Tad, kad es diriģēju lielo kopkori koncerta laikā, es nekad nedziedu līdzī, un tas, kā jau minēju iepriekš, paņem manu enerģiju. Ar kopkori nekad nav iespējama tik laba sadarbība kā ar savu kori, kas saprot katru tavu sīkāko žestu un mīmiku, tāpēc, diriģējot kopkori, slodze ir daudz lielāka. Īpaši vēl tad, ja ir kādas enerģiskas dziesmas. Kopmēģinājumos telpās ir svarīgi, lai diriģents atrastos uz podesta – augstāk par dziedātājiem, lai pār viņiem būtu vizuālā kontrole.

Āra apstākļi, kā lietus, vējš, negaiss, mani neietekmē, drīzāk tas kopdziedāšanas fenomenam piedod garšu, asumu. Ar kori „Balsis” mēs daudz koncertējam ārā. Man tas ļoti patīk, un es vienmēr saviem koristiem atgādinu, lai viņi, dziedot ārā apstākļos, patur prātā Mazās Ģildes mēģinājuma telpas sajūtu. Koris nedrīkst ļauties ārā sajūtai, tad kora skanējums *izšķīdīs*: „Ja jūs mēģināsiet piepildīt sevi ar dabu, – tad nekas nesanāks. Jums ir jābūt kā vienai spožai zvaigznei, kas turas cieši kopā, – tad var kaut ko piepildīt, nevis mēģināt dziedāt plašāk, vairāk, stiprāk.”

Es uzskatu, ka diriģents ir tas, kurš nevis plāta rokas, bet vada enerģijas. Vispirms diriģentam jāspēj izdabūt enerģiju no dziedātājiem, un tad viņam jāspēj to novadīt. Virsdiriģentam, vadot lielu kopkori, tas ir daudz grūtāk. Enerģijas apmaiņa notiek vieglāk, ja dziedātāji dziesmas zina no galvas.

Vai diriģentam jābūt kompetentam balss ergonomikas jautājumos: kā aizsargāt balsi, kā to lietot, jāzina, kādi faktori ietekmē balss veselību? Vai balss ergonomikas jautājumi būtu jāiekļauj studiju programmās?

Manuprāt, tas būtu jāiekļauj jebkurās studijās, kas saistītas ar vokālo mākslu, visiem, kam darba instruments ir balss. Mūzikas akadēmijā tā ir diriģentu, mūzikas pedagogu, muzikologu, arī kompozīcijas studiju programma. Jautājums, vai tas ir kā atsevišķs mācību priekšmets vai kā vokālās kultūras sastāvdaļa? Ja tā ir ar praksi saistīta informācija, tad iepriekšminēto studiju programmu studentiem tā noteikti būtu noderīga. Ja tu esi profesionālis, tev ir jāzina un jāizprot, kas ir šķērslis vai traucēklis tavai vai dziedātāja balsij. Kad Mūzikas akadēmijā strādāju ar mācību kori, aicināju otolaringologu Dinu Sumeragu pastāstīt par balss saitēm, lai nākamie diriģenti izprastu, kā darbojas balss aparāts un kā to pārvaldīt.

Vēl viens aspekts, kas saistīts ar balss ergonomiku, ir telpas akustika (sausa, normas robežās, ar pārāk lielu reverberāciju²). Kāda ir sajūta koncertos, nonākot zālēs ar dažādu akustiku, kas atšķiras no mēģinājuma telpas akustikas?

Jebkurā jaunā koncertvietā es cenšos nodrošināt vismaz pusstundu ilgu mēģinājumu pirms koncerta. Mums katra šī konkrētā

telpa ir jāievibrē, jāatrod kopīga frekvence. Ir bijuši koncerti, kad tikai pēc koncerta divdesmitās minūtes telpa beidzot mūs pieņem. Veids, kā tu dziedi, noteikti atšķiras katrā telpā – vai tu dzirdi savu atbalsi, vai dzirdi blakus esošos dziedātājus. Tā visa rezultātā vieni sāk blaut, citi vispār pārtrauc dziedāt. Es vienmēr ļoti rūpīgi izvēlos vietu, kur koris izvietojas telpā, uz skatuves, uz podestiem. Akustikai ir milzīga nozīme. Telpa var palīdzēt un var arī pilnīgi sagraut. Telpās, kur ir slikta akustika, tā ir jārada, nedrīkst ļaut akustikai kori uzvarēt. Ja dziedātājs iemācās pakļaut telpu sev, tas vienmēr ir uzvaras gājiens.

Vai diriģenta ķermeņa stāvoklis un galvas pozīcija var ietekmēt balss labsajūtu un skanīgumu?

Fiziskā stāja noteikti ietekmē diriģenta balsi. Es esmu ļoti emocionāls, ekspresīvs diriģents, aktīvi strādāju ar žestiem, mīmiku. Mirkli, kad diriģēju, es arī gribu izbaudīt katarsi – būt iekšā kopējā procesā. Manuprāt, tas palīdz arī maniem dziedātājiem emocionāli atraisīties, rast sevī atdevi, līdz ar to arī balsis kļūst skanīgākas. Ja kora priekšā nostājas diriģents *sausīnš*, kurš tikai taktē, kora atdeve būs par četrdesmit procentiem mazāka.

Kāda ir tava pieredze ar darba organizāciju kora ikdienas mēģinājumā? Vai mēdz būt tā, ka citu balsu pārstāvji rada fona troksni, kamēr diriģents strādā ar vienu balsi? Vai tavam korim ir kormeistars, un kā notiek darbs pa balsu grupām?

² Reverberācija – skaņas enerģijas dzišana atskaņošanās procesā slēgtā telpā (telpas akustikas raksturotājs lielums).

Šeit svarīga ir mēģinājuma dinamika. Es vienmēr strādāju ārkārtīgi intensīvi, vispār nedodu atslodzi dziedātājiem, nekad ilgāk par divām minūtēm ar vienu balss grupu nestrādāju, un mēģinājumā neviens parasti nerunā, to es izslēdzu jau saknē. Es vienmēr atrodu iespēju, kā nodarbināt balss grupu, kas tajā mirklī nedzied, piemēram, lieku iemācīties no galvas vārdus noteiktam dziesmas fragmentam, pēc tam obligāti atprasu. Korists nevienu brīdi nedrīkst justies lieks, viņam ir jābūt nodarbinātam.

Korim ir kormeistars. Kamēr apgūstam nošu tekstu, mēs dalāmies pa balsu grupām. Pēc tam, dziesmas radīšanas procesā, ja ir kāda tehniska vieta, ar ko viena balss grupa netiek galā, tad es reizēm principa pēc *uzsēžos* un strādāju ar vienu balsi divdesmit minūtes, bet pārējie pat nepīkst. Taču diemžēl pa šo laiku pārējās balss grupas atslēdzas no mēģinājuma kopējās dinamikas, tāpēc es uzsveru: kamēr vieni pacietīgi dzied, līdz sarežģītā vieta izdodas, pārējiem ir jāraida labas domas, lai tas izdodas, jo mēs kā koris esam viens organisms. Katram koristam jācieņa cilvēki, ar kuriem viņš kopā dzied. Citādi nekas produktīvs nevar sanākt, un šādam koristam kopējā kora organismā nav vietas. Uzskatu, ka runāšana mēģinājuma laikā ir necieņa pret mūziku, jo mēs esam kopā, lai radītu mūziku. Mums tai ir jākalpo. Bez emocionālas līdzdalības kori nav, ko darīt.

Bērnu koru kopmēģinājumos viņu uzmanību noturēt ir daudz grūtāk. Te jāpaļaujas uz katra kora diriģentu, kas ir atbalsts un palīgs. Taču mēdz būt, ka tad diriģenti vienkārši brīvi pavada laiku ar citiem diriģentiem.

Te, manuprāt, ir jautājums par katra kora iekšējo mikroklimatu, darba kolektīva mikroklimatu, vai koru vadītāji ir atbalstoši. No pašu kordiriģentu pašdisciplīnas ir atkarīga arī katra kora disciplīna. Līdz ar to kopkora disciplīna veido virsdiriģenta noslodzi. Arī manos kopmēģinājumos ir bijuši gadījumi, kad koru diriģenti uzskata, ka tajā laikā var mierīgi atslēgties. Dažkārt pat bērni ir disciplinētāki un mazāk sarunājas nekā paši diriģenti savā starpā.

Vai tev ir kādi ieteikumi citiem diriģentiem saistībā ar balss ergonomiku? Februārī projekta izstrādes gaitā mēs veicām Latvijas kordiriģentu anketēšanu, un daudzi diriģenti man vaicāja: kāds mums no tās ieguvums?

Uzskatu, ka diriģentam nepastāv vārds *nevaru*. Cilvēks ir atnācis uz kori tāpēc, ka grib dziedāt, bet diriģents ir tas, kuram šis dziedāšanas prieks ir jārada. Diriģents ir galvenais cilvēks, viņam ir jāuzņemas atbildība, bet šim atbildības slogam ir jāpieiet ar prieku. Latvijā ir ļoti profesionāli diriģenti – šī latīņa ir ārkārtīgi augsta. Ārzemēs pamatoti uzskata, ka Latvijas divsimt labākie amatierkori ir profesionāli. Diemžēl diriģenti ir ļoti noslogoti, viņi vada vairākus korus par zemu atalgojumu. Bet es ticu, ka prieku

mēs varam radīt tikai paši. Reizēm mēģinājuma sākumā man šķiet, ka esmu emocionāli ļoti noguris. To pasaku arī koristiem. Un tad, mēģinājuma laikā, es jūtu, kā notiek enerģijas apmaiņa. Kad tu esi emocionāli uzlādējies, tu atkal spēj dot enerģiju pretim – saviem koristiem.

Kas attiecas uz balsi, es mēģinājumā uzreiz ieslēdzu savu dziedamo balsi un visa mēģinājuma laikā (līdz trim stundām) to neizslēdzu. Diriģentam pašam jāstaro, jābūt aktīvam, jāuzskaņo sevi pozitīvi. Ja pats esi depresīvs, tad tas ietekmēs dziedātājus, viņu komfortu, labsajūtu, arī balss noslodzi. No saviem koristiem es pieprasu, lai viņi jau pirms mēģinājuma man pasaka, ja ir kādas veselības vai emocionālas dabas problēmas. Tad es zinu, ka šo cilvēku mēģinājuma laikā nedrīkstu aiztikt, es priecājos, ka viņš vispār ir varējis atnākt uz mēģinājumu. Ja mani nebrīdina, es nezinu, kā dažās situācijās reaģēt, kā vadīt.

Vienkārši – pašam ir ļoti jāmīl tas, ko tu dari. Īpaši, ja gadās iestudēt kādu programmu, kas koristiem ne pārāk patīk. Kora un diriģenta kopīgais uzdevums ir atrast un saprast, ko komponists ar to gribējis pateikt (kaut arī reizēm kompozīcija nešķiet mākslinieciski augstvērtīga). Kopā izdarām labāko, ko spējam, un pēc tam novērtējam, vai tas ir bijis labi vai slikti. Jebkurai mūzikai, kaut tā varbūt šķiet mazvērtīga, ir jāvelta ārkārtīgi daudz, jāiedziļinās un jāaptver.

Man piemērs ir diriģents Leonīds Vīgners, kas no dažāda laba padomju laikos radīta skaņdarba izveidoja mākslas darbu. Pēc tam teica: „Izrādās, šis komponists ir radījis ļoti labu darbu.” Bet panākumu pamatā tomēr bija veiksmīga šī darba interpretācija.

Vai ir vēl kas tāds, ko tu gribētu piebilst saistībā ar balss labskanību?

Tikko kā pareizi iemācās lietot elpu, tā var atslogot savu balsi, jo bez elpas balss vispār nefunkcionē. Arī pandēmijas laika attālinātajos mēģinājumos mums ir elpošanas vingrinājumi un fiziska vingrošana. Klātienes mēģinājumos tam dažkārt nav laika un iespēju, bet es ļoti novērtēju, ka tagad mēs katrs varam ar to nodarboties mājās, esot pie ekrāna. Novēlu katram iemācīties pareizi lietot elpu, lai pēc iespējas ilgāk saglabātu darbspējīgu balsi. Domājot par balss higiēnu – daudz uzturieties svaigā gaisā!

Paldies, Int! Šo interviju projektā mēs izmantosim arī apkopotā veidā zinātniskā rakstā. Dzīvā intervija ir indikators tam, kā reāli darbojas balss lietošana, labsajūta.

Es domāju, ka tas noteikti būs noderīgi, jo par to neviens iepriekš nav runājis.

Ar diriģentu Intu Teterovski
2021. gada 6. novembrī
sarunājās Ilze Valce

Intervijas tekstu transkribēja
Dina Sleže

Saruna ar kordiriģentu Andi Grozu

Vispirms es gribētu lūgt, lai tu pastāsti par sevi. Kāda ir tava muzikālā izglītība saistībā ar diriģēšanu? Kāds ir bijis tavs ceļš?

Sākotnēji esmu beidzis vokālistus Mūzikas akadēmijā¹. Tad, ņemot vērā savu dziedātāja pieredzi kori „Sonore” un Kuldīgas kamerkori „Rāte”, jutu vajadzību pēc pārtraukuma. Sākotnēji es biju kormeistars, tad sapratu, ka ir jāstiprina savas zināšanas arī akadēmiskajā līmenī, un es iestājos Mūzikas akadēmijas maģistrantūrā, kora diriģēšanas specialitātē. Pabeidzu un esmu par to priecīgs. Tas noteikti ir ļoti labs bonuss – izmantot gan vienu, gan otru specialitāti, gan vienas, gan otras zināšanas darbā ar kori.

Ja runājam par izglītību, varbūt tu vari dalīties pieredzē: vai šo studiju laikā tika apskatīti jautājumi par balss aizsardzību un labsajūtu?

Vokālisti to mācās savā izglītības programmā. Protams. Taču ļoti svarīga ir viena lieta: lai mācīšanās procesā kāds no malas klausās tavu dziedāšanu un var pateikt, kurā brīdī kaut kas tiek darīts nepareizi. Iekšējā balss tad, kad tu pats dziedi, ir pilnīgi cita nekā tā, ko dzird klausītājs vai pedagogs. Tas ir ļoti svarīgi. Varbūt šodienas apstākļos, kad tehnoloģijas ir attīstījušās, savu

balsi var kvalitatīvi ierakstīt, kas būtu sava veida atspazds, tomēr es neesmu pārliecināts, ka visi vokālisti, kuri šobrīd mācās Mūzikas akadēmijā, to dara. Tomēr es teiktu, ka ir vajadzīgs skats no malas. Līdzīgi tas ir arī diriģēšanā. Tev šķiet, ka tu taktē, žests ir labs, bet, ja paskatās no malas, varbūt ir kādas nianšes, kuras pats nevar noteikt.

Cik ilga ir tava diriģenta pieredze? Vai esi darbojies arī kādā profesionālā kolektīvā kā dziedātājs vai kā diriģents?

Profesionālos kolektīvos esmu dziedājis tikai tik, cik ar Radio kori² kā dalībnieks braucu uz Monpeljē festivālu³. Bet citos profesionālos kolektīvos es neesmu strādājis. Amatiermākslā esmu strādājis ar Neredzīgo biedrības kori⁴ kopā ar Arnoldu Skridi. Pēc tam kopā ar Mārtiņu Ozoliņu – kori „Sonore” un tad, protams, kamerkoris „Rāte”. Ar „Rāti” es strādāju kopš 2006. gada, un darbs ar kori „Sonore” iesākās vēl kādu brīdi agrāk, šķiet, tas bija 2004. gadā.

Tad tev nākamgad būs divdesmit gadu jubileja darbā ar „Rāti”?

Jā, katrā ziņā. Sākotnēji Mārtiņš teica: aizbrauksi *bišķi* pastrādāt. Un

¹ Jāzepa Vītola Latvijas Mūzikas akadēmija.

² Latvijas Radio koris.

³ Francijas Radio festivāls Monpeljē (*Montpellier*).

⁴ Latvijas Neredzīgo biedrības jauktais koris „Jolanta”.

nu jāsaka, ka tie daži gadi ir ievilkušies.

Cik tev pašlaik ir koru? Viens vai divi?

Divi, divi. Koris „Sonore”, Mazās Ģildes⁵ jauktais koris, un kamerkoris „Rāte” Kuldīgas Kultūras centrā.

Vai tu esi no diriģentiem, kurš daudz strādā ar balsi?

Laikam jāsaka, ka es gana daudz strādāju ar balsi. Iespējams, ka tas ir saistīts ar to laiku, kad strādāju Neredzīgo biedrības kori, kur dziedātājiem bija svarīgi dzirdēt vārdus. Protams, melodiju var nospēlēt uz klavierēm.

Kad es strādāju Kuldīgas Humanitāro zinību vidusskolā⁶ ar jaukto kori, tad arī tur bija svarīgi zēniem, jauniešiem demonstrēt, ko tieši es no viņiem sagaidu. Tehniski ir daudzas lietas, kuras mēs, skatoties nošu materiālā, neredzam. Turklāt viņi nav profesionāļi. Visi mani koristi ir amatieri. Ir lietas, kuras jāskaidro vārdiski, piemēram, frāzējuma veidošana, patskaņu, zilbju lietošana – to visu var izstāstīt. Taču ir lietas, kuras jādemonstrē. Šādā veidā strādā ar amatieriem, lai viņi tomēr dzird profesionālu skanējumu, pat ja viņi reizēm pasaka: „Mēs jau tā nevaram.” Tad es saku: „Jums jau tā nemaz nav jāvar. Jums ir jādzird, jāskatās, jāredz mani dziedam.”

Kad tu rādi savu piemēru, tu tomēr pareizi stāvi. Ir arī dažādi

iedziedāšanās vingrinājumi, ko diriģents dzied ikdienā. Ir svarīgi, ka koristi to redz un dzird. Ja mēs ņemam kādu dziesmu un to izdziedam tikai uz patskaņiem – viņiem varbūt sākumā tas liekas kā šoks. Bet es saku: „Redziet, šādā veidā vokālā māksla palīdz dziesmu apgūšanā.” Tāda ir specifika, strādājot ar amatierkolektīvu.

Cik liela loma darbā ar kori ir diriģenta balsij?

Nu, es teiktu, ka liela. Kaut gan...

Vai tu zini kādu diriģentu, kurš tikai spēlē un nedzied priekšā?

Droši vien, ka nezinu. Es tagad domāju par Māri Sirmo vai Sigvardu Kļavu. Viņi varbūt, strādājot ar profesionāļiem, dzied ne tik lielā mērā. Viņiem pretī ir profesionāļi, kuriem, iespējams, vokālais demonstrējums nav nepieciešams. Taču tajā pašā laikā noteikti ir kaut kādas lietas, kāds motīvs, frāze, kuru ir nepieciešams nodziedāt priekšā. Protams, ne jau visiem diriģentiem ir tāda balss, lai visu perfekti nodemonstrētu. Tas droši vien varētu būt iemesls, kāpēc daži diriģenti vairāk izmanto instrumentu.

Kāda ir balss slodzes atšķirība, dziedot tev pašam kā vokālistam un strādājot ar kori? Vai tu izjūti atšķirību balss slodzē?

Jā, noteikti! Strādājot ar kori, slodze ir lielāka, ņemot vērā, piemēram, ka ir jārāda tenora partija, kas neatbilst manai balsij, vai reizēm pat soprāna partija. Tā ka diriģentam noteikti balss slodze ir lielāka. Svarīgi ir arī tas, cik tu tajā dienā vispār esi runājis. Strādājot

⁵ Rīgas Kultūras un tautas mākslas centrs „Mazā ģilde”.

⁶ Kuldīgas Mākslas un humanitāro zinību vidusskola.

mēģinājumā, izlīdzināta slodze veidojas tad, ja esi atbrīvojies. Bet, ja ir tāds stresinš, tad mēģinājuma process ir citādāks.

Kas ir pirmais, kas tev nāk prātā, dzirdot terminu *balss ergonomika*?

Pirmais, kas man asociējas ar šo terminu, ir spēja dziedāt mūžīgi. Tā ir dziedāšanas labsajūta, kad es varētu dziedāt visu dienu no rīta līdz vakaram un nejust, ka es dziedu. Ka es dziedu augstāk vai zemāk, protams, tikai savā balss diapazonā, bet tai ir jābūt tādai sajūtai...

Tu sajūti, ka balsij ir ērti...

Ka balss jūtas ērti, un man nav jāuztraucas. Es varbūt varētu dziedāt netīri, bet man tāpat būtu laba pašsajūta – tā iekšējā balss saišu sajūta. Vienlaikus tas nav saistīts ar nošu precizitāti vai tīrību, bet ar manu balss sajūtu, jā. Ar ergonomiku.

Vai tu bieži izjūti balss nogurumu tad, kad tu strādā par diriģentu? Kas ir tie gadījumi, kad balss nogurst?

Uh! Balss, šķiet, nogurst tieši mēģinājumos, kad ir darbs ar dažādām balsu grupām, it sevišķi dziesmas apguves procesā. Pirms koncerta, kad repertuārs ir jau apgūts, balsi gribas izmantot arvien mazāk. Tur ir tā nianse, ka *balss pāriet uz rokām*. Varu teikt, ka koncertos diriģents balsi neizmanto vispār. Sākuma procesā balss tiek izmantota daudz vairāk, pēc tam arvien mazāk, līdz koris lasa, kā saka, no tavām rokām un acīm.

Cik liela slodze tev sanāk nedēļā? Cik apmēram stundu dienā un cik stundu nedēļā?

Tādā parastā nedēļā tās ir deviņas stundas. Trīs stundas Kuldīgā, kur mēģinājumi ir reizi nedēļā, un divas stundas divas reizes Rīgā.

Bet skolēni?

Šobrīd man nav skolēnu. Bet tās varētu būt vēl kādas divas stundas klāt, kad to visu varēju apvienot. Šobrīd tas fiziski nav iespējams. Nav jēgas darīt, ja nevar tam veltīt laiku par visiem simt procentiem. Dziesmusvētki reizēm pieliek kaut kādu punktu un dod tādu kā apstāšanos.

Tad, kad tu diriģē, vai tev ir sajūta, ka balss saites strādā līdzī? Vai tomēr nē?

Grūts jautājums. Droši vien jau, ka balss nedaudz strādā līdzī, bet vairāk es teiktu, ka nē.

Vai tu mēģinājumos izjūti telpu? Kā tā ietekmē tavu balsi? Kas ir tie faktori, kas var ietekmēt tavu balsi, piemēram, akustika, kaut kādi fona trokšņi?

Par fonu es nezinu teikt, bet visupirms tas ir telpas lielums un apstākļi tajā. Mazajā Ģildē ziemā telpās ir ļoti karsts, un līdz ar to, jau ieejot mēģinājuma telpā, gribas dzert. Dzert ūdeni, protams, ir veselīgi, bet ja tā ir par daudz... Telpas lielums mani netraucē, vienīgi, ja ir kādas galējas temperatūras vai gaisa sausums zālē.

Man ir bijušas mēģinājumu telpas, kas atrodas virs ēdnīcas. Arī Mazajā Ģildē – stāvu zemāk bija kafejnīca, un varēja sajust, ka telpā ir kaut kādas smaržas, kas sākotnēji radīja diskomfortu. Taču, cik lielā mērā tas ietekmē manas balss

saites... Varbūt arī neietekmē, bet pašsajūtu mēģinājuma procesā gan. Taču noteikti balsi ietekmē temperatūra un relatīvais gaisa mitrums telpā.

Vai ir nācies mēģināt vai koncertēt telpās ar ļoti lielu akustiku?

Nu, protams, jā!

Un kā tur balss jūtas?

Mmm... viegli.

Vai, tavuprāt, mūzikas studiju programmās būtu jārunā par balss labsajūtas jautājumiem un par balss saglabāšanu, aizsargāšanu?

Noteikti! Nu, protams, par to būtu jārunā. Tas droši vien vairāk ir saprotams vokālistiem. Ir svarīgi noturēt balss brīvību, balss vieglumu, balss atbrīvotību. Ievērot balss ergonomiku. Dažreiz, gatavojot uzdoto repertuāru – kādu āriju ieskaitei vai eksāmenam, balsi var arī pārpūlēt. Ir pilnīgi skaidrs, ka, aizejot uz nodarbību, kādā brīdī balss var tikt arī pārpūlēta, un tad to atbrīvot var tikai nākamajā dienā, ja ne pēc divām. Balsi samocīt diemžēl ir daudz vieglāk, nekā pēc tam to atgūt, – lai ir tāda, ar kuru vispār var sākt strādāt.

Kā var samocīt balsi?

Tā var būt forsēta skaņa, sausa rīkle, repertuārs ar ļoti augsta diapazona skaņām – vienalga, kurai balsij. Tā ir ilgstoša dziedāšana uz pārgājskaņām, daudzkārtēja frāzes atkārtošana brīžos, kad kaut kas nesanāk. Tad ir viens tāds brīdis, kad balss vienkārši pazūd... Es teikšu tā: trakākais nav tas, ka balss pazūd, bet gan tas, ja vēl pēc tam dziedātājs mēģina kaut ko darīt, censties. Droši vien ir jābūt

zināšanām un saprašanai, ka tur nekas labs vairs nevar iznākt. Lai arī reizēm šķiet, ka es izdarišu vēlreiz un vēlreiz, un viss būs. Droši vien, ka būs, bet ne tūlīt. Tā teikt, *uz sitiena* nebūs.

Vai, strādājot ar kori, tev arī ir kādreiz pazudusi balss? Jo tur jau nav ārijas, bet daudz balsīgas kora dziesmas.

Principi jau būtu vienādi. Tajā brīdī, kad tu strādā, piemēram, ar tenora repertuāru un ir kādas lietas, ko gribi parādīt, kādu raksturu, iezīmi, tas tev uzliek papildu enerģiju, jo tu demonstrējot gribi parādīt to labāko. Pretējā gadījumā var vienkārši nospēlēt uz klavierēm. Ar savu izpildījumu tu tomēr rādi sava veida ideālo variantu, kāds tajā brīdī ir, lai koristiem būtu piemērs un viņi ideāli nodziedātu. Tas, protams, balsi var nokautēt.

Cik lielā mērā kora darba organizācija mēģinājumos var ietekmēt diriģenta un arī dziedātāju balss labsajūtu? Vai tam ir kāda ietekme?

Nu, protams! Var mēģinājumu plānot pēc savas struktūras, taču noteikti nevajag sākt ar to skaņdarbu, kas tīri teorētiski var samocīt balss aparātu. Vispirms ir jāiedziedas, un iedziedāšanās nekad nevarētu būt par daudz. Cits jautājums: cik ikdienas mēģinājumā tam var veltīt laiku?

Amatieru kolektīvos katrs tiešām nāk no savas ikdienas. Viens varbūt ir gulējis visu dienu mājās, un viņa balss ir atpūtusies. Kāds varbūt visu dienu darbā runājis pa telefonu, līdz ar to viņa balss jau ir samocīta. Ir

dienas, kad bijis daudz jārunā. Tad ir jāsāk piedomāt pie tā, kā tu strādāsi: kurā brīdī rādīsi, kaut ko demonstrēsi ar balsi, bet kurā brīdī vairāk klausīsies, strādāsi pie ansambļa.

Vai var apgalvot, ka no runāšanas balss nogurst vairāk nekā no dziedāšanas?

Jā, noteikti!

Kas diriģentam būtu jāievēro saistībā ar dziedātāju balsīm, to labsajūtu un ergonomiku?

Pats pirmais, es teiktu, ir iedalīt dziedātājus atbilstošā balss grupā, jo tas veido pareizu balss skanējumu un nodrošina balss ergonomiku.

Man ir bieži gadījies koristam jautāt: „Kurā balsī dziedī?”

„Nu, es dziedu pirmo soprānu...”

„Kāpēc?”

„Tāpēc, ka man diriģente tā lika.”

Un otrādi: „Es dziedu otro altu.”

„Kāpēc?”

„Nu, man lika.”

Un tad, kad tu paklausies un dzirdi otrās oktāvas skaņas, tad ir skaidrs, nu labi, jā... Pieļauju domu, ka varbūt nosacīti soprāniem dziedāt altu ir ērti, bet tādā vidus reģistrā, ja nav zemākās skaņas. Līdz ar to iedalīt koristu balsis pareizajā balss grupā būtu māksla numur viens.

Un nākamais: tādā kolektīvā kā koris svarīga ir iedziedāšanās un pareiza dziedāšana. Tikai tad, ja esi pie tā labi piestrādājis, tu vari domāt tālāk, lai dziedātājiem būtu ērti. Cik daudz ikdienā vispār ir iespējams pie tā piedomāt... Mums, piemēram, vajag iemācīties dziedāt „Lauztās priedes” vai ko citu. Un

mēs vairāk domājam par to, kā apgūsim astoņbalsību, nevis vairs par tehniku. Tāpēc secīgi pa posmiem ir jāveic visi vokālie priekšdarbi, lai gala rezultāts būtu gan klausītāja ausij baudāms, gan arī dziedātāja balsij nebūtu nodarīts pāri.

Vai darba apstākļi, kolektīva iekšējais mikroklimate var ietekmēt balss labsajūtu? Vai no šī mikroklimate var veidoties stress diriģentam vai dziedātājiem?

Man gribētos teikt, ka mikroklimatei nav nozīmes, bet stresam gan noteikti ir. Var jau būt, ka ir kaut kādas situācijas, kad mikroklimate nedaudz pamainās ne uz to vajadzīgo pusi, bet principā, strādājot ar labi zināmu kori, mikroklimatei nav lielas nozīmes. Pat strādājot ar nezināmu kori vai kādu kopkori, nav nekā tāda, kas pēkšņi varētu mani ietekmēt. Bet stress pirms tam, tas gan, jā.

Vai uz stresa pamata var pazust balss?

Hm... domāju, ka nē. Balss drīzāk var sākt trīcēt. Stress ir kādu brīdi, tas vienkārši ir dabīgi, pat neizbēgami. Un tad, kad tas pazūd, viss ir kārtībā. Stresa laikā balsi drīzāk parādās tāds neliels *vibrato*.

Vai ir kaut kas tāds, ko tu varētu ieteikt diriģentiem, strādājot ar kori, lai viņi savu balsi saglabātu pēc iespējas ilgāk skanīgu?

Ir jāsaprot, kurā brīdī balss ir jāizmanto. Droši vien ir kaut kādas galējības. Vieni neizmanto nemaz, citi to izmanto par daudz. Jāmēģina rast balansu starp to, kurā brīdī kas ir svarīgs. Ne visu diriģents var

parādīt ar balsi un ne visu var izstāstīt. Tas, kas noteikti varētu palīdzēt, ir piedalīties meistarklasēs vai rast iespēju pašam dziedāt pie vokālā pedagoga. Koros, kur tas iespējams, mēs parasti pieaicinām vokālo pedagogu, un visi dziedātāji pēc kārtas to apmeklē. Bet arī pašiem ir svarīgi kaut kādas lietas ievērot. Skats no malas ir tas, kas droši vien varētu palīdzēt, – ieteikumi, kā balsi atbrīvot. Cik bieži? Ja to dara reizi piecos gados, tad tam droši vien nav nekādas nozīmes, bet, ja to var darīt regulāri, tad tam noteikti ir pievienotā vērtība.

Kā notiek tava kora mēģinājumi attālinātajā periodā? Jūs strādājat Zoom platformā, vai ne?

Jā, mēs strādājam, bet es teiktu, ka tas nav nopietni. Manuprāt, ir vairāki apstākļi. Tie ir cilvēki, kas nāk uz kori, un viņiem ir svarīga komunikācija ne tikai ar mani, bet arī citam ar citu. Un Zoom diemžēl to pilnvērtīgi nodrošināt nevar. Attālinātais process nenodrošina arī pilnvērtīgu dziedāšanu, jo tai ir nepieciešama telpa. Vairums kolektīva dalībnieku attālinātajos mēģinājumos nevar atrast telpu, kur varētu pilnvērtīgi strādāt. Šis ir galvenais apstāklis, kuru ne vienmēr pietiekami novērtē.

Mēs nenovērtējam to, ka ikdienā mums ir lielāka vai mazāka mēģinājumu telpa, kurā mēs tomēr varam, kā teikt, kārtīgi izblāstīties, no sirds, un tas nevienam blakus telpā netraucē. Nu, vismaz sākotnēji netraucē. Attālinātais režīms varbūt der repertuāra nošu apguvei, bet ļoti grūti caur tehnoloģijām ir dabūt, es

teiktu, sirds pieskaņu – dziedāt ar sirdi, nevis mehāniski.

Ja mums saka, ka jāstrādā, mēs varam strādāt, bet pievienotā vērtība ir komunikācijā. Bet, nu – ir tā, kā ir. Nākas strādāt šādā veidā, bet es to nesauktu par strādāšanu.

Vai nesanāk tā, ka, attālināti strādājot, diriģents balsi lieto vairāk? Jo mēs šo atgriezenisko saiti uzreiz nerasniedzam. Līdz ar to sanāk, ka balss slodze ir cita.

Vispirms jāsaka, ka vienu mēģinājumu nākas atkārot vairākas reizes. Strādājot kolektīvā, sanākot kopā ansamblim, tomēr ir citas nianšes. Tad rādīšana priekšā un runāšana nav tik liela, kā esot vienam pret vienu. Kaut kādā ziņā tas ir līdzīgi vokālajām nodarbībām. Reizēm ir sajūta, ka vajag apstāties pie katra vingrinājuma. Tas ir tas, par ko runājam iepriekš, – cik daudz tu ļauj koristam darboties brīvi, neaizrādot uz lietām, pie kurām ir jāpiestrādā.

Andi, liels paldies! Vai ir kāds jautājums par diriģenta balsi, kuru es tev neuzdevu?

Man šķiet, ka balsij ir liela nozīme darbā ar jauniešiem. Es saredzu, ka viņiem nepieciešams atbalsts tieši paraugdemonstrējuma veidā – noteikti tas vajadzīgs jauno kungu balsīm pēc lūzuma. Mēs redzam, ka skolās un vidusskolās ir diriģentes vai mūzikas skolotājas, kuras gatavas strādāt ar 1.–4. klašu kori, ar 5.–8. klašu kori, pēc tam izveido 9.–12. klašu meiteņu kori, bet viņas nav gatavas strādāt ar jaukto kori.

Vienmēr ir kas tāds, kas diriģentam jāparāda tieši šādā veidā – demonstrējot, pat ja tas viņiem izraisa smieklus. No savas pieredzes varu teikt: sākumā jauniešiem šķiet, ka tas nav izdarāms. Bet ir jāparāda, ko no viņiem sagaida. Tas ir tas, kas noteikti ir svarīgi. Savukārt balss labsajūta ir tā, ko mums katram kā kolektīva vadītājam būtu jāsaņem: kurā brīdī, strādājot ar kori, kaut ko demonstrēt ar balsi un kurā brīdī stāstīt, un cik daudz. Un vēl arī tas, ka pašam jābūt veselam.

Pētījumi rāda, ka balss traucējumus var izraisīt arī trokšņi, kas ir skolas vidē. Lielākās problēmas ir skolēnu koru diriģentiem un skolotājiem. Mazāk izteikti tas ir pieaugušo auditorijā.

Pilnīgi saprotams. Lai cik labs ir koris, skolēniem nepieciešama disciplīna. Ir jau jaunieši apzinīgi, bet tāpat ir kaut kādi brīži, kuros viņi jāsavāc kopā. Tie atkal ir tie

gadījumi, kas liek, es neteikšu, ka forsēt balsi, bet tomēr – uzliek balsij citu slodzi, nekā vienkārši dziedot.

Ints Teterovskis intervijā man teica apmēram tā: „Balss ir muskulis, kas jātrenē regulāri.”

Nu, jā. Man tas salīdzinājums ir ar tulznu: to uzberzt var gana ātri, bet ir skaidrs, ka pēc tam nez vai tu vari ar tulznainām rokām kaut ko kvalitatīvi izdarīt. Tu darīsi līdz brīdim, kad vairs vispār nespēsi... Treiņa jautājums – tas noteikti ir treiņa jautājums.

Liels paldies, Andi, ka veltīji šo laiku sarunai!

Ar diriģentu Andi Grozu
2021. gada 9. novembrī
sarunājās Ilze Valce

Intervijas tekstu transkribēja
Madara Ivane

Saruna ar kordiriģentu Edgaru Vītolu

Edgar, lūdzu, pastāsti, kāda ir tava izglītība, kas iegūta mūzikas un diriģēšanas jomā?

Sākotnēji mūzikas izglītību ieguvu bērnu mūzikas skolā, pēc tam vidusskolā ar mūzikas novirzienu. Jāzeps Vītola Latvijas Mūzikas akadēmijā absolvēju Mūzikas pedagoģijas fakultāti kā mūzikas skolotājs bakalaura līmenī, maģistrantūras līmenī – mākslas studiju programmu *Mūzikas mācība* (uzsvars uz mūzikas pedagoģiju saistībā ar mākslu, specializācija – diriģēšanas mācība). Pedagoģijas doktora grāds ir skolas pedagoģijā, precīzāk – saistībā ar vidusskolas koru darbību.

Ja dzirdi lietojam jēdzienu *balss ergonomika*, ar ko tev tas saistās?

Balss pareizs lietojums tās ilgtspējas nodrošināšanai, balss slodzes sadalījums. Esmu dzirdējis jēdzienu *stājas ergonomika*, ko izmanto, piemēram, pianisti – kā spēlējot pareizi sēdēt –, arī pūtēji, vijolnieki. Ar balss ergonomiku būtu līdzīgi: kā balss pareizi jālieto, lai to varētu pēc iespējas ilgāk kvalitatīvi izmantot.

Tieši tā tas arī ir. Ir svarīgi saglabāt balss labskanīgumu, tās veselību, lai mēs būtu darbspējīgi pēc iespējas ilgāku laiku. Ir jāzina, kā pareizi lietot balsi darba apstākļos.

Vai studiju laikā, kad tu mācījies Mūzikas akadēmijā, tika skarti balss ergonomikas jautājumi? Jautājumi, kas saistīti ar pareizu balss lietošanu? Vai tie tagad ir iekļauti mūzikas studiju programmās, ko tu pats veido?

Studijas Mūzikas akadēmijā es uzsāku 2004. gadā. Lai arī kopš manām studijām nav pagājis pārāk ilgs laiks, atšķirības pašreizējās studiju programmās ir būtiskas, salīdzinot ar laiku, kad es studēju. Tolaik metodika, kas saistīta ar mūzikas mācīšanu, nebija vērsta uz sevi, mēs par to runājām maz. Par balss aparāta uzbūvi gan mācījāmies, bet par balss kopšanas jautājumiem runājām maz. Šobrīd es zinu, ka tā ir viena no prioritātēm, – vokālās stundas ar katru studentu notiek individuāli, ievērojot katra balss tipu. Par balss higiēnu runā studiju kursā *Mūzikas mācīšanas metodika*. Ir arī atsevišķs studiju kurss *Skolas kora darba metodika*, kurā, iepazīstot balss aparāta uzbūvi, tiek runāts gan par paša skolas kora diriģenta balss lietojumu, gan arī par dziedātāja balss attīstību. Studiju programmas iet līdzī laikiem.

Cik gadu ilga ir tava pieredze kordiriģenta darbā? Ar kāda veida kolektīviem ir bijis jāstrādā?

Līdz ar studiju uzsākšanu Mūzikas akadēmijā es sāku strādāt.

Mani pieaicināja par kormeistaru un diriģentu. Tātad diriģenta darba stāžs ir jau septiņpadsmit gadu. Sāku strādāt gan ar 1.–4. klašu kori, gan ar zēnu kori. Paralēli vēl strādāju par kormeistaru korim „Absolventi”. Tālāk ceļš aizvedis arī pie 5.–9. klašu kora, bet kopš 2010. gada vadu vidusskolas korus. Tad arī jauktais un vīru koris, kas ir studenti. Jauktais koris „Aura” dibināts 2004. gadā.

Kā tu uzskati, cik liela nozīme darbā ar kori ir diriģenta paša balsij?

Pastāv teiciens, ka koris ir diriģenta spogulis. Skolēnu koru skatēs esmu sastapies ar lieliskiem piemēriem, kad izcilas diriģentes arī fantastiski dzied, un viņu bērnu kori, īpaši soprāni, dzied izcili. Bērni šo diriģenta balsi kaut kā prot ļoti labi uztvert un atdarināt. Bet ir arī tādi fenomeni, kad diriģents, pats nemaz nedziedot tik labi – ar garām elpām –, prot tā korim izstāstīt, kā jādzied, ka koris dzied lieliski. Šāds fenomēns, piemēram, ir diriģents Jānis Zirnis, kurš savam korim „Ausma” prot visu tā izstāstīt, ka koris dzied brīnišķīgi. Tomēr, deviņdesmit procentos diriģenta balss kvalitatīvam mākslinieciskam izpildījumam ir noteicošā. Īpaši tas ir darbā ar bērnu koriem. Ja ir profesionāli dziedātāji, tad šis procents varētu būt mazāks. Attālos lauku reģionos kordiriģentam var būt arī ļoti laba balss, bet dziedātāju līmenis un izaugsme bieži vien ir limitēta, līdz ar to šī diriģenta balss kvalitātei vairs nav tik lielas nozīmes.

Mans novērojums: ja diriģentam, dziedējot kori, tajā brīdī kaut kas

nav kārtībā ar balsi, tad kora iedziedāšanās process ir manāmi traucēts. Koris arī mēģinājumā nespēj reaģēt, jo dziedātāji ir pieraduši, ka diriģents vokāli, ar pareizu frāzējumu parāda priekšā. Diskutabls ir jautājums par to, cik diriģentam vispār ir jādzied, jārāda priekšā korim, kā vajadzētu dziedāt.

Cik liela atšķirība ir balss slodzei, dziedot pašam un strādājot par kordiriģentu?

Visvairāk diriģenta balsi var ietekmēt tas, ka diriģents gan dzied, gan runā. Diriģents dzied priekšā visām balsu grupām, kas ir diametrāli pretēji diapazoni. Koristam ir tikai jādzied, tas ir vienkāršāk. Bet, kad ilgāku laiku neesmu dziedājis kori, esmu sajutis, ka ir grūti pārvaldīt savu balsi, jo tā prasa rūdījumu, izturību, treniņu, lai ilgstoši varētu izturēt mēģinājumus, koncertprogrammas.

Cik ilgu laiku darbā ar kori tu velti iedziedāšanās vingrinājumiem?

Ja tas ir divarpus stundu mēģinājums, iedziedāšanās process ir vismaz 20 minūtes. Iedziedāšanās ir arī vokāls treniņš, kur ir gan atbrīvošanās, gan elpas, gan stājas vingrinājumi. Skolas korim, kur mēģinājums ilgst tikai 40 minūtes, iedziedāšanās, izmantojot dažādus metodiskos paņēmienus, vidēji aizņem 8–10 minūtes.

Kā veidojas tava kā diriģenta balss slodze vienā dienā un vienā nedēļā?

Mana diena sākas 8.00 no rīta ģimnāzijā ar kora stundām, pēc tam vadu mācību stundas. No 14.00 līdz 16.30 Mūzikas akadēmijā ir mācību koris, tad katru vakaru man ir koru

mēģinājumi no 18.30 līdz 21.30 vakarā. Tas nozīmē, ka aktīvo dziedāšanu un runāšanu es beidzu ap 22.00 vakarā un nākamajā rītā 8.00 atkal sāku.

Kad jāvada skolu koru kopkori, gatavojoties Dziesmu svētkiem, tā ir pavisam cita slodze. Kā virsvadītājs darbojos Krāslavā, Rēzeknē un Daugavpilī. Rēzeknē kopā pulcējas vairāk nekā trīstūkstoš dziedātāju. Mēģinājums sākas 10.00 no rīta, tad pēcpusdienā ir mēģinājums Daugavpilī, bet, atgriežoties Rīgā, man vēl ir savu koru mēģinājums. Šāda slodze gan skar šaurāku diriģentu loku.

Kuros gadījumos tev balss nogurst vairāk: runājot, dziedot mēģinājumā ar pieaugušajiem, ar skolēniem vai vadot kopkori? Vai ir kāds kora veids, ar kuru strādājot balss nogurst vairāk?

Man balss nogurst, strādājot ar vīru kori, jo vīru kora pirmo tenoru partijas ir ļoti augstā tesitūrā. Turklāt vīru kora tenoru dziedāšanas specifika ļoti atšķiras no jauktā kora tenoru specifikas. Jauktā kora salikumā bass veic *basso* funkciju, bet tenors tiek rakstīts trīsskaņos ar sieviešu balsīm – tembrāli tas ir maigāks. Jauktā kora tenori bieži vien pat nemana, kurā brīdī viņi pārslēdz savu parasto balsi uz dziedāšanu falsetā – to, ko sauc par mīksto balsi. Vīru korī jādzied tikai ar pilnu balsi, to pieprasa arī repertuāra specifika. Latvijā vīru koru dziedātāju rezultatīvie rādītāji bieži vien ir zemāki, uztveres ātrums – lēnāks, tāpēc diriģentam jāspēj daudz vairāk demonstrēt priekšā ar

savu balsi. Vadot universitātē studentu kori, es koristiem daudz ko varu izstāstīt vārdos, nenoslogojot balsi ar dziedāšanu. Vīru korim tas nestrādā. Darbā ar zēnu koriem balss vairāk nogurst tāpēc, ka man jāvar daļēji strādāt arī falsetā. Ilgstošs falsets nogurdina balsi. Zēnu korim ir arī daudz vairāk un spilgtāk jārāda priekšā. Darbā ar meiteņu koriem es strādāju ar savu vīrieša balsi, un meitenes ļoti labi to uztvēra.

Salīdzinot varu secināt, ka darbs ar vīru kori noslogo balsi daudz vairāk nekā darbs ar bērnu un jauniešu kori. Ļoti uzmanīgam jābūt darbā ar jauniešiem, kas ir balss lūzuma posmā vai pēc balss lūzuma, lai nepārslogotu, nepārforsetu viņu balsis. Balss pārslodze šajā periodā var rezultēties ar bīstamām sekām, ko grūti labot ilgtermiņā. Tāpat rūpīgi jāizvēlas repertuārs, lai nepārslogotu jauniešu balsis mutācijas periodā. Es īsti neatbalstu vidusskolu koru piedalīšanos pieaugušo Dziesmu svētkos, jo man šķiet, ka skolēni, īpaši puisi, ne vienmēr ir gatavi ar savu balsi pilnvērtīgi piedalīties.

Ikdienas mēģinājums dažkārt mēdz būt nogurdinošāks nekā kopmēģinājums. Kopmēģinājumā dzied koristi, virsdiriģents ir vairāk tāds kā iedvesmotājs, korigētājs. Tajā pašā laikā kopmēģinājumā ir sarežģīti, ja nav skaņu pastiprinošas iekārtas, jo tad balss slodze pieaug.

Strādājot ar studentiem, kas ir praktikanti, esmu novērojis, ka viņi, iedziedinot kori, paši vēl nemaz nav iedziedājušies. Iemesli tam var būt dažādi: koncentrēšanās uz kora

skanējuma kvalitāti, uztraukums... Mans ieteikums ir šāds: pirms mēģinājuma pašiem iedziedāties un sagatavot visu dziedāšanai vajadzīgo muskulatūru.

Pēc tavas pieredzes, kā darba apstākļi – telpas lielums, akustika, temperatūra, gaisa kvalitāte – ietekmē balss ergonomiku?

Manuprāt, telpas izmērs to neietekmē, bet ietekmē dziedātāju skaits. Piemēram, Latvijas Universitātes (LU) Lielajā aulā pat ar mazu dziedātāju sastāvu var piedziedāt zāli. Runājot ar dziedātājiem vai klausītājiem, nav nepieciešams mikrofons.

Pilnīgi neadekvāti ir pandēmijas ieviestie noteikumi par mēģināšanu laukā. Ilgstoši tas ir bīstami balsij gan aukstā, gan pārāk karstā laikā. Ļoti būtiski balsi ietekmē gaisa kvalitāte, kas saistīta ar gaisa kondicionēšanu – visas ēkas kopējo ventilācijas sistēmu. Gaisa nedrīkst būt pārāk sauss, tas sausina mutes un deguna gļotādu, paelpot nav iespējams, tajā brīdī tiek ņemta pseidoelpa¹, kas neļauj pilnvērtīgi ievilkt gaisu. Šāda problēma pastāv LU jaunajos korpusos, Zinātņu mājā, kur grūti strādāt gan diriģentam, gan dziedātājiem.

Jā, piekritu! Tāda pati problēma ir arī Liepājas koncertzālē „Lielais Dzintars”. Tas vērojams modernajās ēkās, kurās nav atverami logi gaisa apmaiņai un dabīgajai ventilācijai.

Kas, tavuprāt, diriģentiem būtu jāievēro attiecībā uz dziedātāju balss ergonomiku?

Ja dziedātāju balsis būs kārtībā, tad viss būs kārtībā arī ar paša kora skanējumu. Nedrīkst pieļaut, ka dziedātājs uzsāk dziedāšanu neiedziedājies. Diriģentam ir pienākums stāstīt dziedātājam par balsi, fizioloģiju, par to, kā un kur veidojas skaņa. Tātad diriģentam dziedātājs ir jāizglīto. Mēģinājumā diriģentam ir jāplāno vienmērīga dziedātāja balss noslodze un atpūtas pauzes. Pēc ļoti augsta vai zema diapazona dziedāšanas var izmantot vingrinājumus, lai dziedātāja balsi atpūtinātu, atslogotu. Mēģinājumos pirms koncerta nav jāizdzied visa programma, jo tā ir pārāk liela slodze dziedātāja balsij, lai kvalitatīvā līmenī izturētu vēl divdaļīgu koncertu.

Saistībā ar balss ergonomiku jārunā arī par balss higiēnu, balss kopšanu, kuros brīžos sevi jāvēro, kad drīkst un kad nedrīkst dziedāt. Bieži vien mani studenti, kas sāk strādāt skolā, trešajā nedēļā pazūd no kora, jo viņi nav pieraduši lietot balsi skolā visas dienas garumā. Vakarā balss jau ir nogurusi, un šis students balss pārslodzes dēļ vairs nav spējīgs dziedāt korī. Ja vēl vakarā atnāk uz kora mēģinājumu, tad nākamajā dienā vispār vairs nevar vadīt stundas skolā. Esmu novērojis, ka skolotāju balsis pakāpeniski kļūst aizvien zemākas un dobākas. Dziedot balss dažreiz tiek noslogota mazāk, nekā runājot, jo dziedot balss saišu saslēgums ir vienmērīgāks un ciešāks. Latviešu valodas dziļie līdzskaņi *g* un *d*, kā arī nebalsīgie līdzskaņi liek balss saitēm strādāt asinhroni.

¹ Pseidoelpa – sekla elpa.

Dziedātājam ir jābūt paēdušam vismaz stundu pirms dziedāšanas. Cilvēki, kam ir problēmas ar kuņģa sulas atvili, arī nedrīkst dziedāt.

Vai studentiem māca pareizi runāt uz elpas?

Mūzikas pedagoģijas programmā ir studiju kurss *Retorika*, kas ir runas māksla, skatuves runa.

Vai kora kolektīva mikroklimats, disciplīna, kora darba organizācija arī var ietekmēt balss ergonomiku?

Tas ir audzināšanas jautājums. Ja kāds runā, tad citi nerunā, bet klausās. Šķiet, ka man ar saviem korim vairs nav disciplīnas problēmu. Disciplīna lielā mērā ir atkarīga no aktīvas kora darba organizācijas. Kad viena balss dzied, citai balsij ir savs uzdevums. Tas, ko saku vienai balsij, bieži vien attiecas arī uz pārējām balsīm. Tātad viņiem visiem ir aktīvi jāseko līdzī mēģinājuma procesam.

Dziedātājam nedrīkst būt garlaicīgi, viņam jāzina savi uzdevumi, jābūt nodarbinātam. Protams, amatierkorī vajadzīga arī socializēšanās, tāpēc dažreiz ļauju arī klusiņām sačukstēties, bet tiktāl, cik tas netraucē tiem, kuri dzied. Tādus sīkus disciplīnas pārkāpumus cenšos novērst ar humoru.

Strādājot ar kopkoriem, ir bijusi dažāda pieredze. Ir bijuši kopkoru mēģinājumi ar ideālu disciplīnu, un ir pieredzēti arī mēģinājumi ar ārkārtīgi sliktu disciplīnu. Esmu novērojis, ka kopkoru mēģinājumā skaļākie ir tieši diriģenti.

Ja kādā brīdī kori uztrauc iekšējais mikroklimats, tad nav iespējams pievērsties kora kopējam

skanējumam vai mākslinieciskajai domai, saturam. Ja es jūtu, ka koris kādā brīdī ir uz mani dusmīgs vai ar mani neapmierināts, tas ietekmē mani un manu balsi. Pierādījums tam ir konkrēts notikums, kad mēs ar jaukto kori Ziemassvētku laikā bijām koncertturnejā Vācijā, Hamburgā. Tur bija ieplānots un jau izpārdots koncerts ar divtūkstoš piecsimt klausītājiem. Iepriekšējā vakarā bija plānots mēģinājums ar simfonisko orķestri, bet orķestrim bija jādodas prom. Līdz ar to man bija jāatceļ viena korim domātā ekskursija un brīvais vakars, lai brauktu uz Āheni un samēģinātu ar orķestri. Koristi bija saprotoši, tomēr es jutu gaisā virtojam neapmierinātību un spriedzi. Sajutos vainīgs, un man it kā bez iemesla sākās krekšķis. Tad es sapratu: man ar kori būs jāizrunā šīs lietas. Es vairs nerunāju tik droši un pārliecinoši kā parasti. Manu balsi bija ietekmējušas mūsu tā brīža savstarpējās attiecības. Tikko visu izrunājām, balss problēmas pārgāja un arī koncerts izdevās brīnišķīgs. Ar dusmām vai neapmierinātību neko labu panākt nevar, problēmas ir savstarpēji jāizrunā.

Ja cilvēks ilgstoši klausās dziedātāju, kas nedzied uz elpas – bieži vien tā ir popmūzikas dziedātājiem –, tad rodas sajūta, ka gribas nokrekšķināties un plašāk ieelpot. Ja diriģents ir sliktā garastāvoklī, par kaut ko uzvilcīs, tas ietekmē dziedātājus. Diriģenta balss aizsmok, kļūst neskanīga, un koristi neapzināti sāk to kopēt un jūtas nekomfortabli.

Kāda ir atšķirība diriģenta balsij, strādājot attālinātā darba apstākļos?

Attālinātais process mums ir noritējis vairākos posmos. Vispirms mēģināju dziedāt atsevišķi ar katru dziedātāju. Tas bija ļoti laukietilpīgi. Saprātu, ka rezultatīvais ieguvums ir minimāls, bet mana balss vēlā vakarā ir tik nogurusi, ka nevaru vairs pat parunāt. Atrodoties dzīvoklī kopā ar ģimeni, blakus dzīvoklī – ar kaimiņiem, nevarēju lietot pilnu balsi, bija jādzied pusbalsī, kas ir papildu slodze, tāpēc atmetu šo mēģinājuma formu.

Tad darīju citādi – iedziedāju, sagatavoju un izsūtīju materiālu visiem dziedātājiem. Viņiem šis materiāls bija jāapgūst, tad dziedājums jāieraksta un jāatsūta man. Pēc tam pa balsu grupām izanalizējām kļūdas, tiekoties *Zoom* platformā. Dziedātājiem bija tieši tās pašas problēmas, kas man, – ģimene, kaimiņi, dziedāšana ar nepilnu balsi utt.

Varbūt tev ir kādi ieteikumi diriģentiem, par ko viņiem būtu

jādomā savas balss ergonomikas kontekstā?

Man ir daži ieteikumi.

Pirmais: diriģents un iedziedāšanās.

Otrais: pārdomāt, cik daudz demonstrēt korim priekšā ar savu balsi dažādām balsu grupām.

Trešais: nekombinēt dziedāšanu ar runāšanu – ir tikai dziedāšana un diriģenta žests vai tikai runāšana un diriģenta žests.

Ceturtais: ievērot metodisko pakāpenību, dažādot metodiskos paņēmienus, lai korim atslogotu skaņdarba apguves procesu un mazinātu balss slodzi sev pašam.

Piektais: regulāri apmeklēt profesionālu vokālo pedagogu, pilnveidot sevi un uzturēt formā.

Paldies, Edgar, par interviju!

Ar diriģentu Edgaru Vitolu
2021. gada 9. novembrī
sarunājās Ilze Valce

Intervijas tekstu transkribēja
Dina Sleže

Saruna ar kordirigentu Aigaru Meri

Lūdzu, pastāsti, kāda ir tava izglītība diriģēšanas jomā? Kāds ir bijis tavs ceļš līdz diriģenta profesijai?

Emīla Dārziņa skola¹, pēc tam Jelgavas Mūzikas vidusskola, pēc tam Latvijas Mūzikas akadēmija. Kordiriģēšanā man ir gan bakalaura, gan maģistra grāds. Pēc tam ir iegūts arī bakalaura un maģistra grāds orķestra diriģēšanā.

Cik liela ir tava darba pieredze diriģenta darbā? Kā tā iegūta – ar kādiem kolektīviem strādājot?

Es sāku strādāt tad, kad vēl mācījies Jelgavā, tā ka strādāju jau ilgi. Rēķinot, ka manas studijas vien aizņēma divpadsmit gadu – četri gadi bakalaurs, divi gadi maģistrs, četri gadi bakalaurs, divi gadi maģistrs –, plus tam piecus gadus esmu strādājis Jelgavas Mūzikas vidusskolā (toreiz to laikam sauca par Jelgavas Mūzikas koledžu²), un nu jau kādu labu laiciņu esmu savas studijas finišējis, tad noteikti ir vairāk nekā divdesmit gadu. Es domāju, ka ar operas kori jau tuvojos divdesmit gadiem.

Ar kāda veida kori tu sāki strādāt Jelgavas Mūzikas vidusskolas laikā?

Es sāku strādāt ar Latvijas Lauksaimniecības universitātes

jaukto kori „Naktstaureņi”, pēc tam tas pārtapa par sieviešu kori „Naktstaureņi”³. Pēc tam bija Limbažu „Akcents”⁴, vēl pēc tam vienlaikus bija Rīgas Pareizticīgo kamerkoris „Blagovest” un Dobeles „Sidrabe”⁵ kopā ar Jāni Zirni. Bija arī Natālijas Draudziņas vidusskolas koris kopā ar Sandru Šmati. Nu, jā – tad bija arī Jelgavas „Zemgale”⁶, bija arī Tukuma „Vanema”⁷. Nu, un tad Operas koris⁸. Projektos esmu strādājis arī ar Valsts radio kori⁹. Un kas tad vēl? Ventspils.

Tie visi ir bijuši jauktie kori? Jelgavas „Naktstaureņos” sanāca strādāt arī ar sieviešu grupu? Vai arī tajā laikā tu jau gāji prom?

Jā, es gāju jau prom. Tad, kad es aizgāju, tas pārtapa par sieviešu kori. Varbūt pirmajā posmā, kamēr notika pāreja no jauktā kora uz sieviešu kori, es vēl nedaudz tur biju, bet tad Rīga jau mani sauca.

Tātad tie visi bija jauktie kori?

Jā, protams.

³ 2006. gadā Latvijas Lauksaimniecības universitātes sieviešu koris „Naktstaureņi” atgriezās pie kora vēsturiskā nosaukuma „Liepa”.

⁴ Limbažu jauniešu koris „Akcents”.

⁵ Dobeles pilsētas kultūras nama jauktais koris „Sidrabe”.

⁶ Jauktais koris „Zemgale”.

⁷ Tukuma pilsētas Kultūras nama skolotāju koris „Vanema”.

⁸ Latvijas Nacionālās operas koris.

⁹ Latvijas Radio koris.

¹ Emīla Dārziņa mūzikas vidusskola.

² No 1992. gada līdz 2002. gadam Jelgavas Mūzikas vidusskolai bija Mūzikas koledžas statuss.

Vai Tu pats esi dziedājis kādā profesionālā korī? Kāda ir tava dziedāšanas pieredze kā koristam?

Jā, es esmu dziedājis. Laikam tā visaugstākā līmeņa pieredze man ir bijusi Eiropas Koru akadēmijā. Esmu izbraukājis visu Eiropu, esmu bijis arī aiz okeāna, visdažādākajos projektos, dziedot gan Mālera simfonijas, gan lielas formas visdažādāko stilu un laikmetu mūziku. Esmu pabijis lielākajās koncertzālēs – Berlīnes filharmonijā, Ņujorkas Kārnegija holā (*Carnegie Hall*) utt., utt. Vēl es esmu diezgan daudzus projektos dziedājis – arī ar Valsts Akadēmisko kori¹⁰. Man bija iespēja aiziet pa kordziedātāja ceļu, bet es negāju šo ceļu.

Cik liela nozīme darbā ar kori ir diriģenta balsij?

Ļoti liela.

Proti, vai Tu esi diriģents, kurš vairāk strādā ar balsi vai ar instrumentu?

Es rādu ļoti daudz. Praktiski visu es ar balsi rādu priekšā. Man jau arī specifika ir tāda. Tas ir visātrāk, jo tu rādi gan izrunu, gan to, kādā veidā attiecīgā mūzika būtu jāizpilda, gan arī tu mēģini parādīt vokāli. Tas ir kopums. Man vienmēr visi skolotāji ir teikuši: „Tu vari stāstīt daudz, bet visātrākais ceļš ir rādīt priekšā.” Un es vienmēr tā arī daru.

Ja es kaut ko prasu no dziedātājiem, tad skatos, vai pats varu to izdarīt. Es nekad neprasu to, ko pats nevaru izdarīt.

Kā veidojas tava kā diriģenta balss slodze vienā dienā un vienā nedēļā?

Slodze ir ļoti liela. Ļoti liela. Bet es esmu uztrenējies, esmu labā formā, tā ka pats šad un tad ar operas vīriem eju uzdziedāt vienā projektā. Taču slodze ir ļoti liela.

Cik apmēram stundu dienā tas ir?

Dienā tās ir astoņas stundas kā minimums. Jā, kā minimums. It sevišķi tagad, kad ir šīs individuālās stundas – tiešsaistes stundas. Ir jāsaprot, ka Operas koris, protams, ir profesionāls koris, bet tā ir pavisam cita specifika, nekā strādājot Radio korī vai Valsts korī.

Cilvēki ir ļoti dažādi, atšķirīgs ir viņu repertuāra apguves ātrums. Ir daudz cilvēku, ar kuriem ir jāstrādā individuāli – viens pret vienu. Viņi, protams, visi ir vokālisti ar augstu balss radošo potenciālu, bet ātrums, kādā veidā viņi apgūst repertuāru, ir ļoti dažāds, un tāpēc ir daudz jāstrādā. Tu strādā ar kori, tu strādā ar grupu, tu strādā individuāli, tu strādā ar jaunajiem dziedātājiem. Turklāt Operas korī dziedātāji visu laiku mainās, bet repertuārs ir jāapgūst. Tas ir tāds bezgalīgs process – tur var strādāt un strādāt, un strādāt...

Arī pašdarbībā visas šīs tiešsaistes lietas slodzi tikai pavairo. Ja kādreiz tev bija mēģinājums reizi nedēļā, tad tagad katru dienu ir grafiki, viss ir sadalīts pa stundām. Protams, ir ieraksti, cilvēki dzied priekšā, un tu tāpat viņiem demonstrē. Gan runāt, gan dziedāt priekšā, gan arī dziedāt kādu savu balsi, kamēr otrs dzied savu – tas viss veido ļoti, ļoti lielu slodzi, kuru

¹⁰ Valsts Akadēmiskais koris „Latvija”.

bez tāda pamatīga treniņa gadu garumā...

Es pat nezinu – ja tur ielaistu vienkārši kādu cilvēku no malas, viņš nokautu sevi pāris stundās, es domāju. Tā tas ir. Tas ir tāpat, kā likt netrenētam cilvēkam noskriet Rīgas maratonu. Un, kas notika ar Nilu Ušakovu, mēs labi zinām – viņš netrenējies mēģināja noskriet Rīgas maratonu.

Tieši tā.

Tas pats būs ar cilvēku, kurš mēģinās strādāt ar Operas kori, pēc tam aizbrauks pastrādāt ar Ventspils kamerkori¹¹, vēl pēc tam vakarā atbrauks atpakaļ uz Operas kora mēģinājumu, un vēl vadīs individuālās stundas... – tad būs čau!, viss.

Jā. Bet, ja salīdzina: kāda ir atšķirība balss slodzei, kad jādzied pašam un kad, esot diriģentam, ir jāstrādā ar kori?

Dziedot pašam, slodze ir mazāka.

Tāpēc, ka tu tikai dzied, un...

Piemēram, tu strādā ar altu grupu, tu izdari ar viņiem to, ko esi ieplānojis, un pēc tam vērsies pie citām balss grupām. Un tajā brīdī altu grupa jau vairs nedzied. Vai arī – sievietes koris dzied, vīru koris nedzied.

Tātad dziedātājam ir lielākas iespējas atpūsties?

Jā, dziedātājam noteikti ir lielāka iespēja atpūsties. Vispār es nezinu nevienu dziedātāju, kuram būtu tikpat daudz darba kā diriģentam. Tiešām nezinu.

Jā. Varbūt, ka kāds ir, bet mēs to nezinām... Varbūt, ka Placido Domingo (*José Plácido Domingo Embil*) dziedādams un diriģēdams...

Mmm. Tas ir citādāk. Tur drīzāk ir cilvēki, kas vienkārši seko viņam kā izcilam vokālistam. Viņš visupirms ir ietekmīgs mākslinieks. Un tik profesionālā līmenī, kā, piemēram, Maskavas Lielajā teātrī, orķestris vienkārši saskatās un spēlē...

Viņi ir profesionāli mākslinieki...

Un uzklaua viņa mākslinieciskās vīzijas...

Aigar, ko tu saproti ar jēdzienu *balss ergonomika*?

Ergonomika – nu tas varētu būt balss racionāla izmantošana.

Vai Tev bieži piekūst balss?

Slodze vienkārši ir par lielu. No tā arī piekūst.

Bet ķermenis jau arī piekūst.

Nu jā, bet tas ir arī treniņa jautājums.

Jā, tas ir treniņa jautājums.

Tas ir arī tehnikas jautājums. Treniņš plus tehnika. Tev ir jābūt kā sportistam pirms olimpiādes. Obligāti vajadzīgs miegs, pareizs uzturs... Īstenībā tu nedrīksti atļauties neko.

Ir jābūt ļoti labai pašdisciplīnai?

Ļoti. Tas ir pilnīgi droši. Ir jābūt lielai disciplīnai, lielai mērķtiecībai.

Es domāju, ka lielākā daļa diriģentu, kuri ir kaut ko sasnieguši šeit, Latvijā, tādi arī ir. Arī visā pasaulē. Es domāju, ka praktiski visi ir nenormāli disciplinēti un ļoti mērķtiecīgi cilvēki.

¹¹ Kamerkoris „Ventspils”.

Vai savā profesionālajā darbā jūs runājat par to, kā pietaupt balsi, pārlietu nenogurdināt?

Jā, Operas korim ir arodbiedrības koplīgums ar operas vadību. Tur ir pat speciāls punkts par to, ka drikst marķēt¹². Piemēram, mums šodien ir mēģinājums, bet vakar bija divi ieraksti. Līdz ar to, šodien mācoties, ir kādas vietas, kur es saku: „Šeit jūs driksstat marķēt; šeit jūs driksstat augšu dziedāt falsetā; šeit mēs varam dziedāt oktāvu zemāk.”

Es domāju, ka tas ir pareizi un labi.

Vai tev pašam kā diriģentam ir bijuši kādi darba instrukcijas jautājumi par balss ergonomiku?

Nē, mani neviens nav instruējis. Un es arī nevaru iedomāties, ka diriģenti varētu marķēt. Izpildītājam, dziedātājam, gan vokālistam, dziedot solo, gan arī korim ir atļauts marķēt, bet es nevaru iedomāties, ka diriģents varētu marķēt, ar balsi demonstrējot. Tas jau nestrādā. Ko tad tu īsti gribi parādīt priekšā? Marķējot tu vari tikai priekšā parādīt, kā marķēt, jo ļoti daudzi cilvēki jau arī to nemaz neprot. Viņi vai nu tad dzied intonatīvi neprecīzi, vai arī...

Ideāls marķēšanas piemērs bija tad, kad mums operā bija Vāgnera „Nībelunga gredzens”¹³ – bija sabraukuši zviedri, vācieši, izcili Vāgnera dziedātāji. Kā viņi marķēja... Kaut kur dziedāt oktāvu zemāk, kaut kur ņem falsetā attiecīgi, bet viss ir saprotams, viss ir uztverams, bet tā patiešām bija kolektīva marķēšana.

Man neviens to nav mācījis, es esmu to vienkārši ļoti daudz redzējis,

dzirdējis, piedalījies un līdz ar to jā, es ļauju saviem dziedātājiem marķēt.

Cik ilgu laiku tu velti iedziedāšanās vingrinājumiem? Vai Operas kori iedziedini tu pats vai arī kāds cits?

Nē, iedziedinu visbiežāk tieši es. Un es uzskatu, ka iedziedāšanās ir ļoti, ļoti nozīmīga.

Operas kori ir ļoti īpatnēja situācija: tur visi ir vokālisti, un viņi uzskata, ka jebkuram vokālistam ir savs iedziedāšanās veids. Egils Siliņš neiedziedas tāpat kā Aleksandrs Antoņenko, un Mihails Čulpajevs neiedziedas tāpat kā Armands Siliņš. Viņiem ir katram sava sistēma, tāpēc mans uzdevums, sapulcinot šos piecdesmit cilvēkus, ir dot maksimāli vienkāršus vingrinājumus, kur katrs tomēr var atrast kaut ko sev piemērotu. Turklāt – lai šie vingrinājumi būtu atbilstoši tam, ar ko tālāk tiks strādāts. Respektīvi, diapazons. Bet īstenībā tas viss ir ļoti vienkārši. Galvenais, lai katrs to atrod...

Lai katrs iesildās...

Jā. Ja tu dosi kaut kādus novatoriskus, varbūt pat pārāk radošus vingrinājumus vai pārāk bieži tos mainīsi, tad viņi...

Ik pa brīdim es jau ielieku kaut ko jaunu, un tad redzu, ka pēkšņi puse protestē: „Nu, paga, paga... kas tad tas, kā man tas īsti noderēs?” Tad es vēlreiz kaut kad to izmēģinu, vēl pāris reizes, un skatos: ja tas neiet, tad es to vairs neizmantoju.

Ir tāds ukraiņu bokseris Oleksandrs Usiks, pie kura uz treniņnometni bija aizbraucis Mairis Briedis. Viņš esot bijis ļoti pārsteigts, ka bokseris visu laiku dara vienu un

¹² Marķēt – (šeit) izlikties, tēlot.

¹³ Riharda Vāgnera operu tetraloģija.

to pašu, bet noslīpējot līdz tādai perfekcijai, ka neviens viņam tuvu nestāv. Protams, viņam tas vingrinājumu apjoms nav divi vingrinājumi vai pieci, vai desmit. Nē, tie ir kādi simtu piecdesmit, bet faktiski viņš visu laiku dara vienu un to pašu. Taču tas tiek noslīpēts līdz perfekcijai... Te ir kāda paralēle ar dziedāšanās vingrinājumiem Operas korim. Mums tie ir kādi trīsdesmit četrdesmit vingrinājumi, kuri tiek mainīti atkarībā no repertuāra, no specifikas. Bet tas tiešām ir ļoti mērķtiecīgi – vienmēr sākt ar mazu diapazonu un tiešām rūpīgu iesildīšanos. Tikai tad ir vērsšanās plašumā tik, cik plašs ir attiecīgās operas kora partiju diapazons.

Ar kādiem vingrinājumiem tu parasti strādā? Vai tu izmanto dziedamus vingrinājumus vai arī dažādas iesildošas fiziskās aktivitātes?

Es vispār uzskatu, ka fizikultūra ir ļoti nozīmīga, lai balss aparāts strādātu kvalitatīvi un pareizi. Ļoti bieži es redzu, ka īstenībā tas ir formāli – cilvēks vienkārši sēž un kaut ko īd vai velk līdzī, nav pareizās stājas un elpošanas... Bet, lai tas viss attīstītos, pamatā ir jābūt tam, ka ķermenis ir sakārtots, elementāri sakārtots. Strādājot ar Ventspils kori, mums tieši pirms dziedāšanas ir bijuši gan visdažādākie fizikultūras treniņi, gan... ko tik es neesmu ar viņiem darījis...

Tātad faktiski stāja ir ļoti nozīmīga balss lietošanai, labsajūtai?

Ļoti nozīmīga. Ar Operas kori ir nedaudz citādāk, jo viņi visi ir profesionāļi, kuriem tas ir jāsaprot.

Mums ir 10–15 minūtes, lai dziedātos, viss. Ar amatierkoriem tu to vari... Viņiem īstenībā ļoti patīk, ka diriģents vada treniņu. Un – jā, jā – pēc tam viņi bieži saka, ka kaut kur sāp un ka uzreiz šis un tas, bet tas tikai liecina par to, kāda ir viņu fiziskā sagatavotība. Ķermenim ir jābūt kārtībā, lai tu varētu dziedāt, tāpēc ir jābūt fizikultūrai, tas ir obligāti. Kā elpošana bez tās, kā vispār... Ir jābūt formā. Ir jābūt fiziski labā formā.

Paldies! Bet man ir jautājums: pēc tavām domām, kā ārējie apstākļi ietekmē diriģenta balss labsajūtu un ergonomiku? Kādās telpās tu strādā? Kā akustiskie parametri ietekmē balsi? Piemēram, operā skaņai ir jābūt dzirdamai gan parterā, gan augšējā balkonā.

Jā, tam ir ļoti liela nozīme. Operā mums ir lielas iespējas variēt – ir beletāžas zāle, kurā ir vienkārši fantastiska akustika, pat pārāk laba. Mums ir pilnīgi sausa zāle – tā ir jaunā zāle, kurā mēs varam mēģināt. Ir kora zāle, kas ir neliela, un līdz ar to, ja tur piecdesmit cilvēku augstā tesitūrā skanīgi dzied, nu, tur ir ļoti grūti kaut ko noteikt.

Un kā jūs izejat no situācijas? Var saprast, ka kora telpā jums trūkst arī gaiss?

Nu, protams. Kora zāle ir neliela telpa, un tur jau 40 minūtes piecdesmit cilvēki visu ātri pieelpo.

Jūs taisāt pauzi?

Jā! Mēs 45 minūtes strādājam, tad 20 minūtes ir pauze, pēc tam atkal 40 minūtes strādājam un 20 minūtes ir pauze, lai visu laiku tomēr būtu iespēja attaisīt logus.

Kāda ir situācija darbā ar amatierkolektīviem?

Es īstenībā esmu sliktās akustikas piekritējs, īpaši mēģinājumā. Mums „Jūras vārtos” darbam ar kamerkori „Ventspils” ir 312. telpa, kura ir absolūti sausa, bet ar ļoti nežēlīgu akustiku.

Vai telpa ir liela?

Telpa ir pietiekami liela, bet nav logu. Līdz ar to ir tā, ka vasarās no jumta logiem ir nenormāli karsts, bet ziemās atkal auksts. Tur ir kondicionieris, bet to es neatzīstu, un arī dziedātājiem tas nepatīk, tāpēc mēs taisām vaļā abas durvis, notiek visāda *ķīmiķošana*... Bet labā lieta ir tāda: ja tu šo 312. telpu esi izturējis, tad kaut kur citur, kur ir kaut nedaudz labāka akustika, – tas tad jau ir kūrorts.

Vai operā nav caurvēja? Daudzos teātros ir.

Ir, ik pa brīdim ir. Uz lielās skatuves noteikti – tur ļoti bieži ir caurvējš, tāpēc ka skatuvei viens gals ir atverams...

Nu, tāpat kā visos teātros, ir kulises.

Nu, tieši tā, un caurvējš ik pa brīdim ir.

Vai tu pats bieži saslimsti no šī caurvēja vai arī tu jau esi tik trenēts, ka nekas nespēj tavu balsi ietekmēt?

Jāpiesargājas ir vienmēr, un pašam jādomā soli uz priekšu, jo tur jau tevi neviens nesargā... Kad tu diriģē, jau pēc viena cēliena bieži esi slapjš, un kaut kur gaitenī vienmēr arī ir caurvējš. Tev vienkārši ir jādomā, ko dari, ko tu vari vai nevari atļauties. Jo tu taču nedrīksti slimot. Vai diriģents drīkst slimot? Nedrīkst...

Diriģents vienmēr ir formā...

Nu, tieši tā. Tāpēc jau visu laiku ir jādomā. Tāpēc es arī ļoti daudz sportoju. Cilvēki brīnās: „Ko tu ar to fēnu staigā apkārt?” Šajā ziņā es esmu ļoti piesardzīgs – ar slapju galvu nekur neeju. Man nav citu variantu. Ja kāds cits var saslimt, tad es to nedrīkstu. Man visu laiku ir jābūt tur, un īsti jau nav, kas... Nav neaizvietojamu cilvēku, bet tādu, kas tā uzreiz varētu ielēkt manā vietā, tādu nemaz nav. Protams, ar laiku aizvietot var visu, bet tā, ja rīt tu noliecies slim un vairs neesi, tā operā nevar.

Aigar, vai kādā no tavām darba telpām ir arī tādi ārējie trokšņi? Piemēram, jūs mēģināt vienā telpā, bet citā ir pūtēju orķestris.

Tā ir ļoti bieži. Ja tu zini operas arhitektūru, tad beletāžas zāle... Ja lielajā zālē ir orķestra mēģinājums, tad tas viss skan cauri. Un, ja stāvu augstāk, sarkanajā zālē, mēģina balets, tad tur arī viss ir labi dzirdams.

Jebkurā gadījumā – orķestris ir skaļš. Vai tad, kad tu korī strādā ar balsi, vai tu jūti kādu piepūli, nogurumu savai balsij?

Nē.

Tu esi pie tā pieradis vai arī tu ļoti koncentrējies?

Nē, nekādu īpašu nogurumu balsij es nejūtu. Tas ir tāds traucējošs faktors. Ko mums vajag darbam? Vajag klusumu. Tas drīzāk vienkārši traucē, bet teikt, ka balsij tāpēc ir lielāka slodze, ka lielajā zālē mēģina izrādi, nē.

Vai esi kādreiz jutis, piemēram, putekļus vai mitrumu savās mēģinājumu telpās?

Nē. Bet, ja arī, bet tā ir tāda ikdiena, tāds neliels diskomforts.

Vai ir kāda ietekme uz tavu balsi kolektīva iekšējam mikroklimatam?

Jā, tas, protams, ietekmē, bet, atklāti sakot, es esmu iemācījies tikt tam pāri. Tas nenāca ātri. Negatīvisms reizēm, protams, ir, un tas iespaido, bet tev ir jātiek tam pāri. Tas ir tāpat kā sportā – tu izej laukumā un pretinieku līdzjutēji svilpj. Tev ir jātiek ar to galā. Tu taču nespēlēsi tāpēc sliktāk. Tev ir jāspēlē labāk. Tu dziedāsi un strādāsi kā nekad. Tev šajā situācijā ir jāatrod motivējošais faktors – strādāt vēl labāk, dziedāt vēl labāk, vēl trāpīgāk, vēl īsāk, vēl produktīvāk, un tad jau viss pāriet radošā procesā.

Kas diriģentam būtu jāievēro attiecībā uz dziedātāju balsi, uz dziedātāju balss ergonomiku?

Mēs kādreiz kopā ar Samsonu Izjumovu iestudējām „Nabuko”. Viņš man teica tā: „Vokālist – eto kak cvetok – jevo nado poľevatj, i možet bitj on rascvetjot.”¹⁴

Un īstenībā es tā arī domāju. Ir jābūt ļoti stingram, nepiekāpīgam, bet ir arī ļoti jāciens un jārespektē dziedātāja balss.

Vai tev būtu kādi ieteikumi, domājot par diriģenta balss labsajūtu, lai balss būtu labskanīga un kalpotu pēc iespējas ilgāk?

Es domāju, ka ir jātur sevi lieliskā formā, ir jāskrien, jāvingro. Ļoti

vajadzīga lieta ir kādreiz iejusties un nostāties otrā pusē, proti, korī. Jo citreiz mēs strādājam un strādājam – tur kordiriģents, tur orķestra diriģents, tur operas diriģents, tur virsdiriģents –, bet ir ļoti vērtīgi kādreiz vienkārši padziedāt kopā.

Tas ir mūžīgais darbs ar sevi. Bet tā visa pamatā tiešām ir jābūt izcilai fiziskai sagatavotībai. Tie nav kaut kādi rekordi sprintā vai muskuļu apkārtmērs. Nē, tas tiešām ir tāds uz izturību vērsts fokuss.

Kuru jautājumu es tev par diriģenta balsi vēl nepajautāju?

Es būtu gribējis, kaut es pats daudz vairāk būtu pievērsis uzmanību tieši obligātajai dziedāšanai.

Pie kuriem vokālajiem pedagogiem tu esi mācījies?

Dārziņos pašā sākumā man bija vokālā pedagoģe Ārija Bokuma, tad Jelgavā – Vilmārs Vasulis.

Viņš strādāja arī operā...

Vilmārs Vasulis drīzāk bija mans draugs.

Paldies par interviju!

Ar diriģentu Aigaru Meri
2021. gada 11. novembrī
sarunājās un intervijas tekstu
transkribēja Ilze Valce

¹⁴ Vokālists ir kā ziediņš – to vajag apliet, un tad tas varbūt uzplauks.