

Απλές ασκήσεις ρυθμού, μελωδίας, κίνησης, μουσικών ειδών
Σημειώσεις από ένα εργαστήριο με εκπαιδευτικούς
Εμπυχότρια: Σμαρώ Γρηγοριάδου
Δεκέμβριος 2000

Προς Θεού, τι σχέση έχει η μουσική με τον ήχο;
Charles Ives

Εισαγωγή

Ας θυμηθούμε τον ορισμό της μουσικής του Guido d' Arezzo (1050): “μουσική είναι η κίνηση των ήχων”, είναι δηλαδή ο αντίλαλος της κάθε κίνησης και συνεπώς της ίδιας της ζωής: η ροή του αίματος μέσα στις φλέβες, οι παλμοί της καρδιάς και ο ρυθμός της αναπνοής, οι αμέτρητες φυσικές κινήσεις του σώματος, το φύσημα του ανέμου και η κίνηση των νερών, η διαδοχή ημέρας - νύχτας, η περιστροφή των πλανητών. Από αυτές τις ζωογόνες ρίζες γεννιέται η μουσική - δηλαδή ο ρυθμός και η μελωδία- σαν μια διυλισμένη έκφραση μιας ορατής ή αόρατης κίνησης και κατ' ακολουθία ενός συναισθήματος, μιας αίσθησης, μιας ψυχικής κατάστασης: Η κίνηση υπάρχει πριν από τον ήχο. Η μουσική αποτελεί την χορογραφία της.

Κάθε άνθρωπος, με όποια τέχνη και αν καταπιαστεί, μεταλαμβάνει και κοινωνεί τη φυσική αίσθηση της κίνησης, του ρυθμού και της μελωδίας αντλώντας από το ένστικτο. Η αφύπνισή του είναι ο οδηγός μας και για το θέατρο στην εκπαίδευση. Ιδιαίτερα μάλιστα για τη μουσική στο σχολικό θέατρο δεν απαιτούνται ειδικές γνώσεις. Δυνάμει είμαστε όλοι μουσικοί αφού αναπνέουμε και κινούμαστε. Εάν και οι μαθητές μας στο σχολείο αναπνέουν και κινούνται, τότε έχουμε ένα θαυμάσιο υλικό για το ξεκίνημα!

Μέρος 1^ο: η μεθοδολογία

Η μουσική παίζει στα σεμινάρια για το θέατρο στην εκπαίδευση ένα ρόλο ενθάρρυνσης και ανάδειξης της θεατρικής δράσης. Οι συμμετέχοντες εισάγονται αρχικά σε ποικίλες ασκήσεις ρυθμού - μελωδίας - μουσικού αυτοσχεδιασμού κι έπειτα καλούνται μέσα στην ημέρα να επιλέξουν όποια μουσικά στοιχεία τούς κέντρισαν περισσότερο, προκειμένου να τα εντάξουν με την καθοδήγηση των εμπυχωτών στη δράση, κι έτσι να δραματοποιήσουν πληρέστερα το θέμα που τους έχει δοθεί.

Παράδειγμα: Ένα ηπειρώτικο πολυφωνικό τραγούδι που μαθαίνουμε να το τραγουδάμε με διφωνίες, μπορεί να αποτελέσει στη συνέχεια το μουσικό θέμα για τη δραματοποίηση του χορού των γερόντων στο χορικό “Έρωσ ανέκατε μάχαν...” από την *Αντιγόνη* του Σοφοκλή.

Ουσιαστικά λοιπόν η μουσική με τη μελωδία και το ρυθμό της αποκρυσταλλώνει, μορφοποιεί και σμιλεύει την κίνηση της εκάστοτε δράσης, είτε είναι κίνηση χορού τραγωδίας, αφηγητή ενός μύθου, πρωταγωνιστών σε δημοτικό τραγούδι ή ακόμα κίνηση ενός караβιού στη θάλασσα, ενός αλόγου ή μυθικού τέρατος, κίνηση ξωτικών κτλ.

Με αφορμή όλες τις παραπάνω δράσεις που λαμβάνουν χώρα στα σεμινάρια, οι συμμετέχοντες συνειδητοποιούν τη μουσική ως ένα αναπόσπαστο και απαραίτητο για τη δράση θεατρικό στοιχείο. Προτρέπονται να χρησιμοποιούν με λιτότητα κάποια από τα εκφραστικά της μέσα κι αρχίζουν να υποψιάζονται τους τρόπους με τους

οποίους θα κινητοποιήσουν αργότερα τους ίδιους τους μαθητές να εντάξουν δημιουργικά τη μουσική στην όποια θεατρική τους δραστηριότητα μέσα στο σχολείο.

Οι εμπυχωτές δε στηρίζουν προφανώς τη δραστηριότητά τους στην εκτεταμένη και εξειδικευμένη μουσική γνώση των συμμετεχόντων, γιατί αυτή δεν υφίσταται πάντα. Στηρίζονται, αντίθετα, στην εξοικείωση που κάθε άνθρωπος έχει με απλά μουσικά στοιχεία, όπως είναι το τραγούδι, ο ρυθμός, η κίνηση και είναι αυτά τα στοιχεία που προσεγγίζονται μέσα από τις ασκήσεις. Τα μουσικά ερεθίσματα, που παρέχονται συνδυαστικά με ερεθίσματα εικόνας (σκηνογραφικά), σωματικής κίνησης και λόγου, αναπτύσσουν στο μέτρο του δυνατού ένα γόνιμο προβληματισμό και προσφέρουν κάποιες άμεσες λύσεις σχετικά με το πώς οδηγείται κανείς, χωρίς ιδιαίτερες σκηνοθετικές γνώσεις, σε μια ενιαία θεατρική σύνθεση, παράσταση ή απλά σπουδή στα πλαίσια του σχολείου.

Ξεκινώντας λοιπόν από την πεποίθηση ότι η μουσική δε μαθαίνεται ή βιώνεται έξωθεν, αλλά ανακαλύπτεται εκεί απ' όπου προέρχεται και όπου η φύση την έχει τοποθετήσει, μέσα δηλαδή στον άνθρωπο, αντί για εξειδικευμένες οδηγίες και συστάσεις, στα σεμινάρια αυτά επιχειρούνται:

Η βιωματική μας γνωριμία με κάθε τεχνικό και θεωρητικό στοιχείο της μουσικής, και η αποσαφήνιση εννοιών όπως:

- Ρυθμός - μέτρο - παλμός
- Μελωδία - αρμονία
- Αναπνοή - φωνή
- Συμφωνία - διαφωνία και μουσικά διαστήματα
- Τονικότητα - ατονικότητα
- Αυτοσχεδιασμός στο ρυθμό και στη μελωδία
- Κίνηση

Η αναζήτηση της μουσικής μέσα στον ελληνικό ποιητικό και θεατρικό λόγο. Συγκεκριμένα:

- Πώς μελοποιείται μια λέξη με βάση τις συλλαβές, την έννοια και την κίνηση που υπαινίσσεται;
- Πώς μελοποιείται κατόπιν ένας στίχος ή ένα ολόκληρο χορικό με την ίδια τεχνική;
- Πώς θα συνθέταμε τη μουσική για μια σχολική παράσταση ή πώς θα οργανώναμε ένα φωνητικό σύνολο με μαθητές που δεν έχουν εξειδικευμένες μουσικές γνώσεις ή κλίσεις;

Μέρος 2^ο: ευρετήριο χρήσιμων ασκήσεων

Τα σεμινάρια πλαισιώνονται από σειρά ασκήσεων, μερικές από τις οποίες είναι:

Ασκήσεις ρυθμού

- *Γνωριμία με τις ρυθμικές υποδιαιρέσεις*

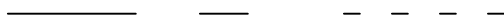
α) Ρυθμικά ισόχρονα χτυπήματα με παλαμάκια, δηλαδή:

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □

β) Τραγουδάμε μια νότα πάνω από αυτό το ρυθμικό υπόστρωμα από παλαμάκια, δηλαδή:



γ) Τραγουδάμε σε ολόκληρα (4 χρόνους), μισά (2 χρόνους) και τέταρτα (1 χρόνο), δηλαδή:



δ) Στο μοντέλο αυτό θα δοθούν ασκήσεις.

- *Ρυθμικός αυτοσχεδιασμός με κρουστά οργανάκια*

Δίνεται θέμα από σκηνή ρεπερτορίου. Κάποιος αρχίζει με κρουστούς ήχους. Σιγάσιγά προστίθενται ήχοι που ο καθένας συμπληρώνει την ατμόσφαιρα των προηγούμενων. Σκοπός είναι να φτιαχτεί ένα ρυθμικό ψηφιδωτό, ταιριαστό με τη σκηνή που δουλεύουμε, μια ρυθμική μουσική επένδυση.

Ασκήσεις μελωδίας

- *Μελέτη διαστημάτων.*

Τραγουδάμε 8η, 5η, 4η, 3η, 6η, 2η, 7η. Παιχνίδια για να ακούμε τα μουσικά διαστήματα και να τα ξεχωρίζουμε. Τι σημαίνει το κάθε διάστημα;

- *Ρυθμικός αυτοσχεδιασμός με μελωδίες.*

Ένας ένας με τη σειρά προτείνει μια μελωδία, μέχρι να φτιαχτεί ένα μελωδικό ψηφιδωτό.

- *Τραγουδάμε έναν κανόνα*

(“Ζαλιάρικο”, “Γιάννη μου, το μαντίλι σου”, “Χορός των κουνουπιών”) ή ένα τραγούδι δε διφωνίες. Πειθαρχία/ Ακούω τον εαυτό μου και τον άλλο./ Συντονίζομαι.

- *Άσκηση για την ενίσχυση του ηχείου του εγκεφάλου*

(που είναι το σκληρότερο ηχείο της φωνής, άρα και το δυνατότερο). Αποσκοπώ στο να κατευθύνω τη φωνή μου προς το κρανίο. Με το δείκτη στα δόντια, λέω δυνατά κάποια φωνήεντα, στέλνοντας τη φωνή προς τα πάνω, στο κεφάλι. Η φωνή μου ανοίγει προς ένα πολύ λαμπερό και μεταλλικό ηχόχρωμα. Εφαρμόζω το νέο ηχόχρωμα σε ένα χορικό.

- *Χορός της φυλής.*

Όλοι σε κύκλο. Ο πρώτος ορίζει μια κίνηση σώματος, ένα ρυθμό και μια μελωδία. Οι υπόλοιποι ακολουθούν αντιγράφοντας τον κορυφαίο. Στη διάρκεια αυτής της άσκησης μπορεί να λέγεται το κείμενο από ένα χορικό ή μπορεί να αναπαρίσταται μια τελετή: χορός της βροχής, της νέας νύφης, της νέας σποράς.

- Χωριζόμαστε σε ομάδες και κάθε μία επιλέγει ένα τραγούδι που δεν αποκαλύπτει στις άλλες. Κάθε ομάδα θα πάρει 10 λεπτά για να δραματοποιήσει το τραγούδι χρησιμοποιώντας κίνηση, ρυθμό και δράση, χωρίς όμως να αποκαλύψει τη μελωδία του τραγουδιού που επέλεξε. Η κίνηση πρέπει να είναι πειστική και σημαίνουσα, ο ρυθμός καθαρός, η δράση διαυγής, ώστε οι υπόλοιποι να μαντέψουν για ποιο τραγούδι πρόκειται. Σαν να βλέπουμε μια σκηνή στην τηλεόραση απ’ όπου έχει αφαιρεθεί η φωνή.

Ασκήσεις κίνησης - συνθετικές

- Με άορατο μπαλάκι παίζουμε ενώ βρισκόμαστε σε κύκλο. Το μπαλάκι στέλνεται από τον έναν στον άλλο τυχαία, με μια κίνηση συγκεκριμένης ταχύτητας και ποιότητας που πρέπει να γίνει σαφής. Ο αποδέκτης πρέπει να την καταλάβει καλά και να παραλαμβάνει το μπαλάκι όπως έρχεται, με αληθοφάνεια. Ο αποστολέας μπορεί προαιρετικά να συνοδεύει την κίνησή του με την συλλαβή “α”, που κι αυτή θα ακολουθεί και θα υπογραμμίζει την κίνηση.
- Η χώρα των “α”- φωνων! Είμαστε σε κύκλο και με τη σειρά λέει ο καθένας μας από ένα “α” διαφορετικό από τον προηγούμενο! Εκμεταλλεύομαι τις απεριόριστες έννοιες αυτού και μόνο του ήχου στην καθημερινή γλώσσα. Στη συνέχεια χωριζόμαστε σε μικρές ομάδες που αναλαμβάνουν ένα μικρό αυτοσχεδιασμό μόνο με “α”. Δεν επιτρέπεται κανένας άλλος ήχος. (π.χ. σκηνή σε εστιατόριο, σε λαϊκή, σε κομμωτήριο κτλ.).
- Σχέση κίνησης - ρυθμού - χειρονομίας. Μπαίνουμε σε κύκλο. Ζητάμε από τον καθένα να εκφράσει μια λέξη μέσω κίνησης ή χειρονομίας σεβόμενος το ρυθμό της λέξης. Προσοχή: Θέλουμε μια ενιαία κίνηση, ανεξάρτητα από το πόσες συλλαβές περιέχει η λέξη.

ΡΥΘΜΟΙ	2/4	3/4	4/4	5/4
ΛΕΞΕΙΣ	τρανός γιατί ποτέ πότε;	λυπάμαι ελπίδα έκπληκτος βασιλιάς	παρακαλώ ευχαριστώ παράξενα κλωναράκι	Περιστεράκι Προσφέροντάς μου

- Μελοποιούμε τις προηγούμενες λέξεις, αφού καθορίσουμε τη χειρονομία - κίνηση κι από αυτήν το ρυθμό.
- Πάμε τώρα σε φράσεις και στίχους: επιλέγουμε από τη λίστα να μελοποιήσουμε στίχους με την ίδια διαδικασία σε 4 στάδια: χειρονομία - ρυθμός - κίνηση – μελωδία.

Κίνηση για κάθε λέξη του στίχου και μετά σύνθεση των κινήσεων.

ΣΤΙΧΟΙ:

Νάνι νάνι το μωρό...

Πριόνισα τον ύπνο... (Μάκβεθ)

Δώσ' μου τα χέρια σου. Δώσ' μου τα χέρια σου. Δώσ' μου τα χέρια σου...
(Σεφέρης, “Μυκήνες”)

Και μες στη θάλασσα βαθιά ξαναπετιέται πάλι... (Σολωμός, *Ελεύθεροι πολιορκημένοι*).

Νεραντζούλα φουντωμένη, πού 'ναι τ' άνθια σου;

Τι γύρευες; Γιατί δεν έρχεσαι; Τι γύρευες;... (Σεφέρης, “Υδρα”)

Κύριε, δεν είμαι άξιος. Μα πες μια λέξη μόνο... (Eliot, *Τετάρτη των Τεφρών*)

Πουλιά χωρίς φτερά, χωρίς νερά βγάζουν κραυγές που σε σπαράζουν...
(Μπορίς Βιαν, *Το μεγάλο πέρασμα*)

Τόσο βαθιά τα μάτια σου που 'σκυπα να πιω πάνω... (Aragon, *Ελσα*)

Κόρη: “Πεθαίνει ο όμορφος Άδωνις, Κυθήρεια, τι να κάνουμε;”

Κορυφαία: “Κορίτσια, στηθοδέρνεστε και σχίστε και τα ρούχα σας!”...
(Σαπφώ)

Δώστε μου την εύκολη κι ανάλαφρη ανάσα... (Larbaud, *Ωδή*)

Η καμπύλη των ματιών σου γύρω φέρνει την καρδιά μου... (Eluard)

Ανοίξτε μου τούτη την πόρτα που χτυπώ θρηνώντας... (Απολλιναιρ, *Ο ταξιδιώτης*)

Ω! Θλιμμένο παραμύθι! Είμαι σαν μια κούνια που ένα χέρι την κουνάει στην κρυφή σπηλαιά. Σιωπή... Μιλιά!... (Verlain, “Φρονιμάδα”)

Ύπνε. Βελουδένιε λύκε δαντέλας μες στ’ αρώματα!...(Carbierre, “Λιτανεία του Ύπνου”)

Ακόμη εβάστουνε η βροντή κι ευτύς καταλαγιάζει,
κι η θάλασσα που σκίρτησε σαν το χοχλό που βράζει,
ησύχασε και γίνηκε όλο ησυχία και πάστρα,
σαν περιβόλι ευώδησε και δέχτηκε όλα τ’ άστρα... (Σολωμός, *Κρητικός*)

Στο χέρι μου θα πάρω το ραβδί μου και την πλατιά τη δημοσιά θ’ ακολουθήσω και στους γαιδάρους που ’ναι φίλοι γκαρδιακοί μου θα πω και θα μιλήσω... (Φράνσις Ζαμ, “Προσευχή για να πάω στον παράδεισο μαζί με τους γαιδάρους”)

Τ’ όνειρο ξετυλίγεται μ’ αγγελική νωχέλεια,
και τότε η ευκολόπιστη στο πρᾶο αδράχτι επάνω
η κόμη κυματώνεται στο χάδι υποταγμένη... (Valery)

Άνοιξε το στήθος της σαν μια βεντάλια κι έγειρε την ώρα που σηκώνονται οι θρύλοι των σκοτεινότερων πόλεων... (Εμπειρικός, *Υψικάμινος*)

Τι γύρευες μπροστά στη στάχτη
ή μέσα στη βροχή, την καταχνιά, τον άνεμο,
την ώρα ακόμη που χαλάρωναν τα φώτα
κι η πολιτεία βύθιζε κι από τις πλάκες
σου ’δειχνε την καρδιά του ο Ναζωραίος;
Τι γύρευες; Γιατί δεν έρχεσαι; Τι γύρευες;... (Σεφέρης, “Υδρα”)

Ασκήσεις για τη γνωριμία μας με τα μουσικά στυλ

Πολλές φορές συνετή λύση για τη μουσική μιας σχολικής παράστασης είναι η λεγόμενη “μουσική επένδυση”, δηλαδή η επιλογή μιας ήδη γραμμένης μουσικής. Ο Μολιέρος έζησε την εποχή του Mozart και του Beethoven, ο Brecht ήταν σύγχρονος του Schoenberg, κι ο Dowland μελοποίησε τα περισσότερα έργα του Shakespeare, όντας σύγχρονός του. Θα ακούσουμε άγνωστα κομμάτια και θα διαβάσουμε ισάριθμα αποσπάσματα από άγνωστα θεατρικά έργα. Στη συνέχεια θα προσπαθήσουμε να αντιστοιχίσουμε μουσικές με κείμενα. Πιθανά να ανακαλύψουμε ενδιαφέρουσες αντιστοιχίες!