

**Akademia Teatralna  
im. Aleksandra Zelwerowicza w Warszawie**

**Model Estill jako wartościowe uzupełnienie w edukacji  
profesjonalnego aktora-wokalisty**

**Kamil Dominiak**

Praca doktorska napisana pod kierunkiem  
prof. dr hab. Wojciecha Adamczyka  
Promotor pomocniczy:  
Ewa Konstancja Bułhak-Rewak

Warszawa 2023



## **Podziękowania**

*Dziękuję wszystkim osobom, których pomoc okazała się nieoceniona przy powstaniu mojej pracy doktorskiej.*

*W pierwszej kolejności pragnę podziękować swojemu promotorowi, prof. dr hab. Wojciechowi Adamczykowi. Jestem ogromnie wdzięczny za wsparcie mojego pomysłu stworzenia koncertu i napisania pracy o technice wokalnejs stosowanej w teatrze muzycznym. Dziękuję za serdeczność na każdym etapie, za czuwanie nad zrozumiałością mojego wywodu i wreszcie za oświetlenie koncertu, które dopełniło ten niezwykły dla mnie wieczer.*

*Serdeczne podziękowania kieruję również do dr hab. Ewy Konstancji Bułhak-Rewak za konsultacje repertuarowe, dzięki którym koncert odbył się o wiele szybciej niż się spodziewałem,*

*Praca nie powstałaby, gdyby nie dr hab. Anna Serafińska, której dziękuję z całego serca za propozycję otwarcia przewodu doktorskiego oraz inspirujące rozmowy i wsparcie merytoryczne w pierwszych jego etapach.*

*Dziękuję moim nauczycielkom i nauczycielom Estill Voice Training, w szczególności Maureen Scott, która nauczyła mnie modelu Estill i pokazała, jak używać go, aby rozwiązywać problemy wokalne aktorów musicalowych oraz Charlotte Xerri, która była mentorem na drodze do zostania nauczycielem Estill Voice Training.*

*Dziękuję lekarzowi Mateuszowi Jakubczakowi oraz logopedzie Kamilowi Jarosowi za konsultacje merytoryczne.*

*Na koniec pragnę podziękować Bartoszowi Buczyńskiemu za pomoc w edycji pracy oraz nieustającą wiarę w to, że ją ukończę.*

*Moją pracę dedykuję Pani Profesor Darii Iwińskiej. „Iwinko”, zaszczepiłaś we mnie wiarę w siebie, która towarzysząc mi każdego dnia pozwala rozwijać się i uporać z każdą trudnością.*



## Spis treści

WPROWADZENIE.....	7
ROZDZIAŁ I.....	9
PODSTAWY TEORETYCZNE MODELU GŁOSU ESTILL .....	9
PODSTAWOWE ĆWICZENIA W ESTILL VOICE TRAINING .....	11
TEORIA MOC- ŹRÓDŁO-FILTRY (ang. <b>Power-Source-Filer</b> ).....	13
FIGURY GŁOSU - TRENING MOTORYCZNY .....	14
STRUKTURY MOCY.....	15
Fałdy Głosowe: Rozpoczęcie/Zakończenie Tonu (ang. <b>True Vocal Folds: Onset/Offset</b> ).....	15
FIGURY ŹRÓDŁA.....	17
Fałdy Rzekome (ang. <b>False Vocal Folds</b> ).....	17
Chrzątka Tarczowata (ang. <b>Thyroid Cartilage</b> ) .....	20
Chrzątka Pierścieniowata (ang. <b>Cricoid Cartilage</b> ).....	21
Zwieracz nalewkowo-nagłośniowy (ang. <b>Aryepiglottic Sphincter</b> ).....	22
FILTRY - STRUKTURY TRAKTU GŁOSOWEGO .....	23
Krtąń (ang. <b>Larynx</b> ) .....	23
Podniebienie Miękkie (ang. <b>Velum</b> ) .....	24
Język (ang. <b>Tongue</b> ) .....	25
Usta (ang. <b>Lips</b> ) .....	26
<b>Żuchwa</b> (ang. <b>Jaw</b> ) .....	27
STRUKTURY PODPARCIA GŁOSU .....	28
Głowa i Szyja (ang. <b>Head&amp;Neck</b> ) .....	28
Tors (ang. <b>Torso</b> ) .....	29
ROZDZIAŁ II.....	30
CECHY KLASYCZNEGO I WSPÓŁCZESNEGO STYLU ŚPIEWANIA MUSICALOWGO .....	30
ROZDZIAŁ III.....	34
ANALIZA WOKALNO-AKTORSKA UTWORÓW Z KONCERTU „WIECZÓR NA BROADWAY'U.....	34
UWIERZ, BY MÓC WIDZIEĆ TO .....	34
JESTEM TU .....	37

INNY ŚWIAT .....	40
IF I LOVED YOU .....	41
OCH, JAK ŹLE! .....	42
AŻ USŁYSZĘ ZNÓW TWÓJ .....	44
KANTATA JAZZOWA.....	47
WSZYTSKO TU SWĄ MIARĘ MA.....	47
CISZA GALAKTYK.....	48
ZEMSTA.....	50
WYZNANIE URSZULI.....	52
SPRZED I PO TOBIE JA / MILION MIL .....	54
WSPÓŁCZESNA PIOSENKA MUSICALOWA.....	60
PRZYJDZIE CZAS .....	63
WNIOSKI .....	65

## WPROWADZENIE

Praca niniejsza jest zapisem moich przygotowań do koncertu doktoranckiego „Wieczór na Broadway’u”. Nie powinna być traktowana jako źródło wiedzy o podstawach anatomii i fizjologii głosu, ani jako poradnik dobrego śpiewania, lecz jako próba uchwycenia elementów procesu przygotowującego zawodowego aktora do wystawienia recitalu. Utwory, które składały się na repertuar koncertu, opracowywałem na różnych etapach świadomości wokalne. Każdy z nich był pretekstem do poszerzenia wiedzy na temat śpiewu musicalowego i techniki wykorzystywanej przez mistrzów gatunku w Wielkiej Brytanii. Współpracowałem z wieloma nauczycielami, poznając ich podejścia do, zdawałoby się, precyzyjnego i zamkniętego tematu, jakim jest fizjologia głosu w śpiewaniu. Ciekawe od strony teoretycznej było skonfrontowanie koncepcji fizjologicznego treningu głosu Jo Estill, który praktykowałem w Wielkiej Brytanii, gdzie uczęszczałem na lekcje śpiewu, z treningiem opartym o obrazy mentalne oraz aktorskie ćwiczenia ciała i oddechu, który poznałem, gdy byłem studentem Akademii Teatralnej.

Koncert „Wieczór na Broadway’u” miał premierę 17 marca 2023 roku w Teatrze Collegium Nobilium. Do współpracy jako akompaniatora zaprosiłem pianistę Ignacego Jana Wiśniewskiego oraz dwójkę aktorów śpiewających: Anastazję Simińską i Adriana Wiśniewskiego. Zagadnieniem, które badałem przygotowując wspomniane dzieło była technika wokalna i jej zastosowanie w piosence musicalowej. Każdy z utworów w programie koncertu napisany został przez innego musicalowego kompozytora, w innym czasie i w innym stylu. Dwa z nich to kompozycje w jazzowej stylistyce stworzone przez akompaniatora recitalu.

Jeszcze kilka lat temu nie istniały w Polsce metody pracy z głosem, które tłumaczyły aspekty fizjologiczne techniki wokalne używanej w musicalu. Z mojej edukacji aktorskiej w latach 2007-2011 wynikało, że kluczem do pokonania problemów wokalnych w tym gatunku jest „otwarcie emocjonalne”, „odnalezienie swojej prawdy”, co jest niezwykle istotnym elementem w procesie pracy nad piosenką musicalową, ale nie wyjaśnia elementów techniki. Alternatywą do podejścia opartego na poszukiwaniu swojej ekspresji było nauczenie się klasycznej emisji głosu. Pojawiał się dylemat czy możliwe jest użycie emisji głosu pochodzącej z opery - o charakterystycznym ciemnym brzmieniu uzyskiwanym m.in. poprzez obniżenie krtani - w gatunkach muzyki popularnej takich, jak pop czy rock, gdzie *vibrato* i barwa używanego głosu są zupełnie inne niż w klasycznej operze. W 2013 roku podczas warsztatów

musicalowych w Guildhall School of Music and Drama w Londynie poznałem metodę pracy z głosem, która ówczasie nie była znana w Polsce: Estill Voice Training. Stworzyła ją śpiewaczka operowa i badaczka głosu Josephine Antoinette Vadala Estill, znana jako Jo Estill. Praca tej nauczycielki wydała mi się bardzo interesująca, ponieważ pozwoliła uzyskać w śpiewaniu efekt bardzo ekspresyjnego dźwięku o barwie charakterystycznej dla musicalu, w sposób techniczny, bezpieczny dla gardła. Trening głosu Estill z czasem poszerzył skalę mojego głosu oraz pozwolił odkryć jego nieznane wcześniej barwy. Najcenniejszą jednak umiejętnością, jaką zacząłem szlifować, była zdolność do samodzielnej pracy krok po kroku - od pierwszego czytania melodii utworu po wykonanie sceniczne.

W niniejszej pracy opiszę elementy treningu głosu, jakie wykorzystałem podczas pracy nad koncertem doktoranckim, posiłkując się nomenklaturą zaczerpniętą z Estill Voice Training, którą stopniowo wprowadzę. Dlatego zdecydowałem się na krótki wstęp opisujący elementy anatomii głosu wykorzystywane w tym treningu. Metoda nie została jeszcze oficjalnie przetłumaczona na język polski przez właściciela praw do niej, firmę Estill Voice International, stąd obok nazw polskich, proponowanych przeze mnie, w nawiasach przytaczam oryginalne nazwy w języku angielskim. Naukowe słownictwo metody zestawię z „subiektywnym słownikiem praktyka” po to, aby ukazać, jak twórcy wcielają akademickie koncepcje w życie. Obrazy mentalne, wyobrażenia, intencja, ciało są podstawowymi narzędziami aktorów. Naukowe podejście Estill Voice Training zdaje się odsuwać na bok obrazy mentalne i tradycyjne sposoby „dochodzenia do głosu”. Mając za sobą kilka lat ćwiczeń mogę powiedzieć, że jedno nie wyklucza drugiego, lecz wzajemnie się uzupełnia, co mam nadzieję również uda mi się w mojej pracy przedstawić.



## ROZDZIAŁ I

### PODSTAWY TEORETYCZNE MODELU GŁOSU ESTILL

Josephine Antoinette Vadala Estill - Jo Estill (1921-2010) była śpiewaczką i badaczką głosu. Stworzyła swój własny trening. Obok kariery scenicznej prowadziła działalność pedagogiczną. W książce „*Estill Model Theory and Translation*” pisze:

„Zaczęłam uczyć z tego samego powodu, dla którego większość nauczycieli zaczyna to robić - potrzebowałam pieniędzy. I tak jak większość początkujących nauczycieli nie wiedziałam nic o nauczaniu głosu, więc zgromadziłam mnóstwo książek i myślałam, że się czegoś nauczę. Wszystko czego się nauczyłam to to, że:

- a) nie rozumiałam tych książek tak, jak nie rozumiałam swoich nauczycieli,
- b) jeśli chodzi o koncepcje i używany język, miały one w sobie wiele rozbieżności,
- c) to, co czytałam nie było tym, co myślałam, że robię, kiedy pięknie śpiewam.

Dlatego postanowiłam zignorować książki, przeanalizować, co robiłam i jeśli mogłabym nauczyć śpiewać moich uczniów tak pięknie jak ja, to oznaczałoby, że jestem dobrą nauczycielką.”<sup>1</sup>

W latach 1972-1979 na wydziale Otolaryngologii w Upstate Medical Center w Syrakuzach w Stanie Nowy York Estill poznała doktora Raya Coltona i doktora Davida Brewera, dwóch uznanych w USA naukowców, z którymi rozpoczęła badania nad 6 Jakościami Głosu. Jakości różnią się od siebie brzmieniem i sposobem, w jaki pracuje aparat głosu podczas ich wydobywania. Trójka badaczy prezentowała rezultaty swoich prac na konferencjach organizowanych przez amerykańskie Voice Foundation:

„Istnieją dwie możliwe metody badania normalnej jakości głosu. Można nagrać przykład głosów z całego świata - według krajów, języków, systemów edukacji, klas społecznych

---

<sup>1</sup> J.Estill,K,Steinhauer,M,McDonald Klimek, *The Estill Voice Model: Theory&Translation*, Estill Voice International, 2017, str. 2, tłum. K.Dominiak

i stanów emocjonalnych - zredukować je do typów i potem studiować różnice. Jest to ogromne zadanie i zajęłoby lata, a także wymagało olbrzymich nakładów finansowych. Można też przestudiować ograniczoną liczbę typów, znaleźć różnice między nimi i zacząć rozumieć świat różnic w emisji głosu. Bez żadnych funduszy, we wczesnych latach 70-tych w Upstate Medical Center, Colton, Brewer i Estill podjęli decyzję o przestudiowaniu ograniczonej liczby jakości głosu utożsamianych z różnymi gatunkami muzycznymi. Hipoteza była taka, że na podstawie studiów nad tak różnymi pod względem brzmienia jakościami, uda się ustalić różnice fizjologiczne w produkcji głosu.”<sup>2</sup>

Cztery spośród jakości zostały przebadane na samym początku projektu, a pozostałe dodane w latach 80. Nazwy jakości są własnością firmy Estill Voice International i nie tłumaczy się ich na inne języki, w celu zachowania jednolitości nazewnictwa elementów treningu głosu na całym świecie. Zalicza się do nich:

**Speech Quality** (pol. jakość mowy) to głos, który możemy usłyszeć wśród prezenterów telewizyjnych, lektorów czy też u szefa, który beznamiętnie wydaje polecenia. Muskulatura ciała jest w produkcji tej jakości dość zrelaksowana, a struny głosowe, które podczas emisji głosu drgają, mają głęboki kontakt ze sobą. Głos ten określany jest również jako „głos piersiowy” w tradycyjnej pedagogice głosu ze względu na rezonans odczuwalny w kościach klatki piersiowej podczas jego emisji.

**Falsetto** (pol. falset) to głos, który możemy kojarzyć ze śpiewem młodych chłopców w chórze, głosem Myszki Miki lub jodłowaniem, kiedy to rejestr piersiowy głosu gwałtownie przechodzi w rejestr głowowy. Charakterystyczne dla niego są sztywne struny głosowe.

**Sob** (pol. szloch) to jakość która może być kojarzona z *pianissimo* arii operowych lub pieśni, bądź cichym śpiewaniem kołysanek. Aparat głosu w tym układzie jest rozszerzony i wydłużony we wszystkich kierunkach, a muskulatura w ciele pracuje na to, by utrzymać jak najbardziej stabilną pozycję krtani i delikatne zwarcie fałdów głosowych.

---

<sup>2</sup> J.Estill, *Compulsory Figures For Voice- A User's Guide to Voice Qualities. Level II: Six Basic Voice Qualities*, Estill Voice International, 1997, str. 3, tłum. K.Dominiak

**Twang** to brzęczący, nośny dźwięk charakterystyczny dla małych dzieci, które się cieszą, gaworzą, komunikują głośno własne emocje. Dźwięk ten jest również charakterystyczną częścią amerykańskiego akcentu. Twang ma odmianę nosową (ang. **Nasal Twang**) i ustną (ang. **Oral Twang**)

**Opera Quality** to jakość znana z głosów wykształconych szekspirowskich teatralnych aktorów lub dźwięcznych, nośnych, jasno-ciemnych głosów śpiewaków operowych. Pół-klasyczny dźwięk głosu słyszany w inscenizacjach klasycznych amerykańskich musicali nazywany **legit voice** (ang. legit- czysty, legalny; voice - głos) jest odmianą tej jakości głosu.

**Belt** to radosny okrzyk. W treningu Estill podstawowy wariant ma wychyloną chrząstkę pierścieniową, co pogrubia struny głosowe i pozwala im pozostać w kontakcie przez dłuższy czas w cyklu drgań - zapewnia to uzyskanie intensywniejszego brzmienia. Jako przykład tej jakości podaje się ekspresyjną mowę Włochów lub styl śpiewu amerykańskiej aktorki musicalowej Ethel Merman.

W roku 1982, na 11 Symposium Care of Professional Voice, Jo Estill dodała do swojej metody podział treningu głosu na trzy dyscypliny. Rzemiosło (ang. **Craft**) dotyczy techniki, czyli opanowania muskulatury biorącej udział w oddechu, fonacji, kształtowaniu rezonansu i artykulacji głosek. Artyzm (ang. **Artistry**) to zastosowanie techniki w interpretacji w dowolnym stylu muzycznym. Natomiast pojęcie Magii (ang. **Performance Magic**) dotyczy psychologicznych aspektów używania głosu i występów przed publicznością. W roku 1984 Estill sformułowała model głosu oparty na 7 strukturach i ich ruchach. W 1986 ogłosiła go na XX kongresie IALP (International Association of Logopedics and Phoniatrics) w Kurum w Japonii. Dalsza faza badań pozwoliła na odkrycie kolejnych różnic: w ruchach chrząstek tarczowatej i pierścieniowatej, wpływu rozpoczynania tonu na przepływ powietrza, kontroli przywodzenia i odwodzenia fałdów głosowych oraz fałdów rzekomych.

-

## PODSTAWOWE ĆWICZENIA W ESTILL VOICE TRAINING

W Estill Voice Training istnieją dwa główne rodzaje ćwiczeń: Figury Głosu (ang. **Figures for Voice Control**) i Jakości Głosu (ang. **Six Voice Qualities**). Figury Głosu to ćwiczenia

przy pomocy których buduje się Rzemiosło. Izolując poszczególne struktury i mięśnie uczymy się je lokalizować w ciele, badamy ich wpływ na wysokość, natężenie i barwę głosu. Inspiracją dla nazwy Figury Głosu było łyżwiarstwo figurowe. Artyści w tej dyscyplinie sportu w ramach treningu muszą wykazać się umiejętnością balansowania ciałem, by wykonać tzw. „Obowiązkowe Figury” (ang. **Compulsory Figures**) - kreślą na lodzie różne kształty, zmieniając ułożenie łyżwy lub odrywając ją od lodu. Udana próba dowodzi tego, że opanowali swoje rzemiosło w odpowiednim stopniu. Estill dostrzegła w tym inspirację do stworzenia treningu głosu, w którym z podobną precyzją można by kontrolować ruchy ukrytych wewnątrz ciała struktur np. fałdów głosowych:

„W roku 1994, było 11 Figur, jedna Figura kontrolująca Moc (ang. **Power** - oznacza przepływ powietrza), 4 Figury kontrolowania Źródła (ang. **Source** - oznacza fałdy głosowe i mięśnie krtani kontrolujące ich ruchy) oraz 6 Figur dla Filtrów (ang. **Filters** - oznaczają rezonatory i ruchome części traktu głosowego, m.in. język, usta, podniebienie miękkie, żuchwę), z 29 opcjami zmian w jakości głosu [...] Badania modelu są kontynuowane. Jeśli nie byłoby możliwości zmiany głosu, wszyscy mówilibyśmy w jednakowy sposób. Jeśli mamy jedną strukturę, którą możemy kontrolować, mamy 2 jakości: jeśli są 2 struktury mamy 4 możliwości: 3 struktury to 8 itd. Przy 10 kontrolowanych strukturach matematycznie mamy 1024 opcje. Może być to prawdziwe z matematycznego punktu widzenia, ale mało prawdopodobne w rzeczywistości. Niektóre jakości byłyby zbyt podobne, aby je odróżnić, niektóre złe wokalnie i nierekomendowane, a jeszcze inne estetycznie niezadowalające. Wciąż jednak byłaby to ogromna liczba dostępna w aktualnym modelu.”<sup>3</sup>

Model Estill w aktualnej formie, w roku 2023, zawiera 13 struktur mogących poruszać się niezależnie od siebie, w tym mięśnie głowy, szyi i torsu, stabilizujące szkielet i pracę krtani oraz 6 jakości głosu: Speech, Falsetto, Twang, Sob, Opera i Belting. Estill badała również zagadnienia związane z techniką mowy. Ten rozdział swojej pracy nazywa „Dykacja na Dystans” (ang. **Diction at the distance**). W nauce emisji możemy potraktować głos, jak każdy inny instrument, który ma części i nauczyć się na nim grać. Estill proponuje skupianie się na jednej strukturze w czasie po to, aby uprościć proces nauki:

---

<sup>3</sup> J.Estill, *Compulsory Figures For Voice- A User's Guide to Voice Qualities. Level II: Six Basic Voice Qualities*, Estill Voice International, 1997, str. 4, tłum. K.Dominiak

„Twój głos jest rzadkim instrumentem muzycznym. Mechanizm jego produkcji ma części, jak każdy inny instrument muzyczny, ale nie jest tylko instrumentem. Może być zmieniany i kształtowany, by działać jak kilka innych instrumentów - brzmieć jak obój, jaskrawa trąbka, pusty w środku flet z dziurkami - to jak cała orkiestra w jednym pakiecie. Gdzie możesz kupić taki instrument, tak tanio, jak ten, który dostałeś przy narodzinach. Co potrzebujesz więc wiedzieć, aby go używać? To łatwe.

1. Musisz poznać części instrumentu, które możesz kontrolować. Istnieją 3 komponenty i 13 struktur, które możesz nauczyć się kontrolować, każdą niezależnie od siebie.
2. Musisz poznać odczucie, które towarzyszy ruchowi każdej części do jednej z ich dwóch lub trzech możliwych pozycji.
3. Musisz poznać zmianę w dźwięku, jaka następuje, gdy ruszasz każdą część do jednej z dwóch lub trzech możliwych pozycji.

I możesz się tego wszystkiego nauczyć wydając z siebie dźwięki, o których słyszałeś, aby ich nie robić, gdy dorastałeś - dźwięki takie jak rozmowa, płacz, jęczenie, narzekanie, szloch czy krzyk.”<sup>4</sup>

### TEORIA MOC- ŹRÓDŁO-FILTRY (ang. **Power-Source-Filer**)<sup>5</sup>

Teoria Moc-Źródło-Filtry mówi o tym, że system produkcji głosu można podzielić na części składowe, a każda z nich ma swoje funkcje. Powietrze z płuc jest energią, która wprawia w ruch fałdy głosowe. Określa się je mianem Mocy. Źródłem dźwięku są fałdy głosowe, które znajdują się w krtani. Na skutek ich drgań przepływające przez nie powietrze staje się falą głosową. W akustyce mówi się, że ton powstały w krtani posiada podstawową wysokość dźwięku, tzw. ton podstawowy oraz harmoniczne, określane również mianem alikwotów lub tonów składowych, które są wielokrotnością tonu podstawowego. Wysokość dźwięku powstałą w krtani mierzy się w hercach (Hz). Jest to jednostka mówiąca o tym ile razy na sekundę drgają fałdy głosowe. Głośność fali mierzy się w decybelach (dB). Ton powstały w krtani zaczyna być rozpoznawalny jako głos, kiedy zostanie przetworzony w przestrzeniach rezonacyjnych traktu

---

<sup>4</sup> J.Estill,K,Steinhauer,M,McDonald Klimek, *The Estill Voice Model: Theory & Translation*, Estill Voice International, 2017, str. 34, tłum. K.Dominiak

<sup>5</sup> K.B.Obert, S.R.Chicurel, *Geography of The Voice*, Estill Voice Training International, LLC,2005, str.8

głosowego, określanych mianem Filtrów. Dzięki filtrowaniu i rezonansowi możemy usłyszeć samogłoski, spółgłoski oraz jakości głosu.

### FIGURY GŁOSU - TRENING MOTORYCZNY

Figury głosu to uporządkowane ćwiczenia grup mięśniowych - biorących udział w emisji głosu. Każda figura reprezentuje jedną strukturę oraz opcje możliwych dla niej ruchów, powodujących słyszalną zmianę w emitowanym dźwięku. Aktorzy - ćwicząc głos sięgają praktycznie do wszystkich opcji, jakie w swoim naukowym modelu prezentuje Jo Estill. Dekonstrukcja głosu, czyli analiza jego poszczególnych części, odróżnia trening EVT od metod znanych mi z treningu aktorskiego, który przeszedłem. Cel tych podejść pozostaje wspólny - zdobycie techniki, która umożliwia wykorzystywanie ekspresywnego głosu w mowie i śpiewie przy zachowaniu zdrowia głosu. Metody uczenia się mogą tu obejmować imitacje dźwięków, wyobrażenia, relaksacje, pracę z ciałem, oddechem oraz elementy akustyki i pisma fonetycznego.

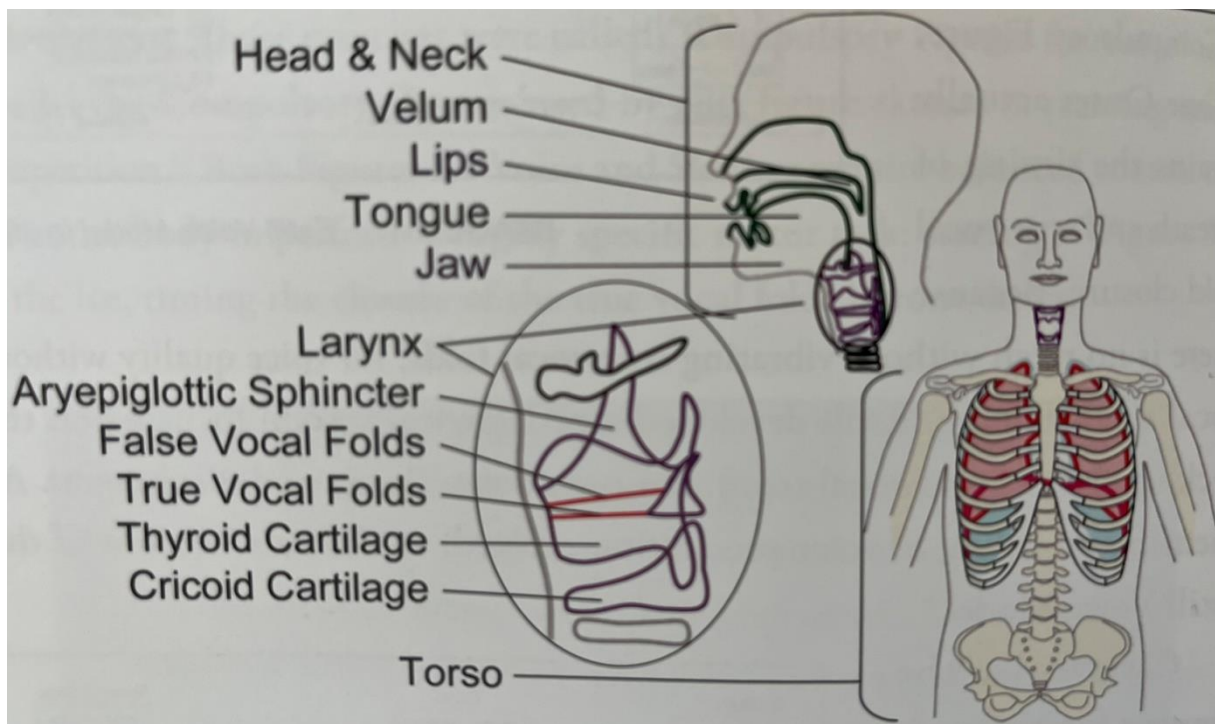
Figury Estill podzielone są wedle kategorii:

**Moc** - są to ćwiczenia fałdów głosowych (dopuszczalna nazwa to również struny głosowe) i mięśni oddechowych. Do tych ostatnich zalicza się między innymi przeponę, mięśnie międzyżebrowe wewnętrzne i zewnętrzne, mięśnie brzucha oraz mięśnie dna miednicy. Podczas fonacji, tj. emisji głosu, między fałdami głosowymi, które zbliżają się do siebie w mowie i śpiewie, a przepływającym przez nie strumieniem wydychanego powietrza zachodzi interakcja. Istnieje kilka możliwości rozpoczęcia i zakończenia tonu, w zależności od tego czy fonację rozpocznie zamknięcie fałdów głosowych, wydech powietrza czy równoległa ich akcja.

**Źródło** - są to ćwiczenia adresujące mięśnie wewnętrzne krtani, tj. te znajdujące się w środku tej struktury. Pierwsze informacje na temat struktur krtani biorących udział w fonacji zaczęły być dostępne już w XIXw. dzięki badaniom hiszpańskiego śpiewaka Manuela Garcii, który wykorzystał lusterka laryngologiczne do jej obserwacji. Badania Jo Estill w drugiej połowie XX wieku mogły być o wiele bardziej zaawansowane, dzięki nowoczesnej aparaturze

wykorzystywanej w endoskopii, czyli badaniach umożliwiających wprowadzenie sprzętu posiadającego kamerę i źródło światła do wnętrza ciała człowieka.

**Filtry** - są to ćwiczenia ruchomych elementów traktu głosowego. Mianem tym określa się przestrzeń znajdującą się nad fałdami głosowymi w tym gardło, jamę ustną i jamę nosową. W przestrzeniach tych zachodzi zjawisko rezonansu, czyli wzmocnienia tonu powstałego w krtani.



**Rys. 1** Struktury w modelu głosu Estill. Od góry: głowa i szyja, podniebienie miękkie, usta, język, żuchwa, krtani, zwieracz nalewkowato-nagłośniowy, fałdy rzekome, fały głosowe, chrząstka tarczowata, chrząstka pierścieniowata, tors.

### STRUKTURY MOCY

Fałdy Głosowe: Rozpoczęcie/Zakończenie Tonu (ang. **True Vocal Folds: Onset/Offset**)

W tej figurze koordynuje się pracę fałdów głosowych (dopuszczalną nazwą są również struny głosowe) i mięśni oddechowych. Fałdy głosowe znajdują się w krtani, która osadzona jest na szczycie dróg oddechowych. Działają jak wentyl, zamykają się lub otwierają regulując przepływ powietrza. Kiedy głośnia, tzn. przestrzeń między fałdami głosowymi jest otwarta, możliwy jest wdech i wydech. Kiedy zamkniemy głośnię przepływ powietrza zostaje chwilowo zatrzymany. Takie możliwości mechaniczne sprawiają, że możemy inicjować i kończyć dźwięk na kilka różnych sposobów. Estill wyszczególnia trzy podstawowe opcje:

- **Glottal onset** (ang. glottal<sup>6</sup> - krtaniowy/głośniowy) - oznacza stan, w którym w przy rozpoczęciu fonacji fałdy głosowe zamykają się zanim wydechane z płuc powietrze przedostanie się przez głośnię. W wypowiedzianej samogłosce słyszalna jest wtedy charakterystyczna “odbitka”. To odgłos towarzyszący, np. nagłemu zaskoczeniu “o-o”. Zakończenie dźwięku poprzez zamknięcie fałdów głosowych w EVT nosi nazwę **glottal offset**.
- **Smooth onset** (ang. smooth<sup>7</sup> - gładki)- oznacza, że podczas inicjowania dźwięku fałdy głosowe rozpoczynają pracę dokładnie w momencie, w którym wydechane jest powietrze. Dla wyobrażenia efektu łagodności tonu możemy poprzedzić wypowiedzianą samogłoskę spółgłoską /j/, np. w sylabie /jej/. **Smooth offset** oznacza, że fałdy głosowe i wydech kończą fonację w tym samym momencie.
- **Aspirate onset** (ang. aspirate<sup>8</sup> - wymawiać z przydechem) - oznacza stan, w którym w przy rozpoczęciu fonacji fałdy głosowe zamykają się po tym, jak wydechane z płuc powietrze przedostanie się przez głośnię. Dla wyobrażenia dźwięku możemy przed samogłoską wypowiedzieć głoskę /h/, jak w powitaniu “hej”. Wypuszczenie powietrza na samym końcu fonacji określa się w EVT jako **aspirate offset**.

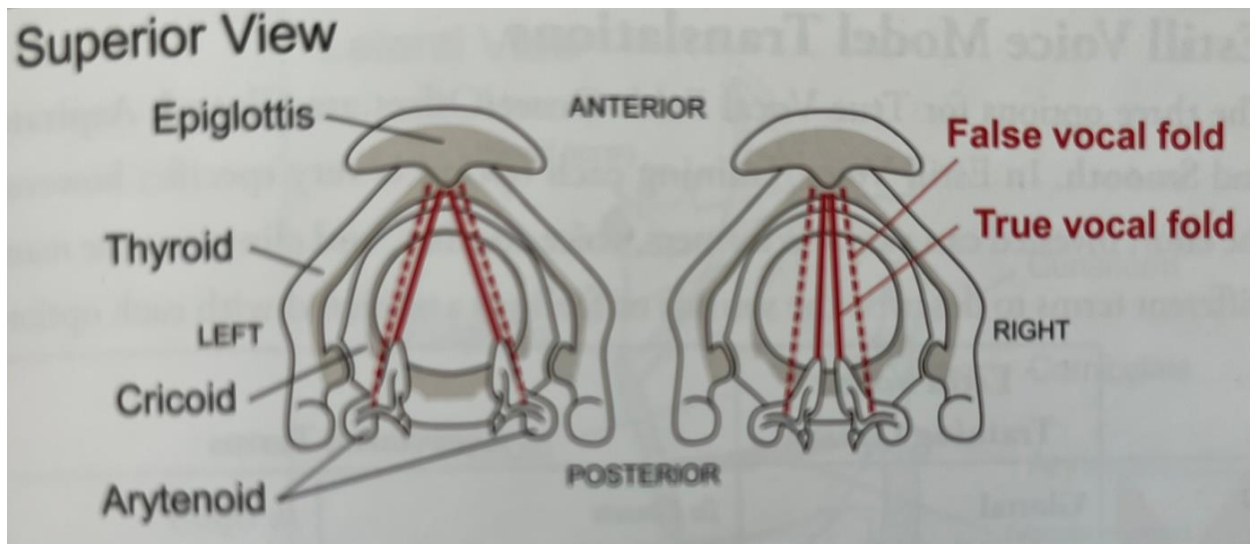
---

<sup>6</sup> <https://ling.pl/slownik/angielsko-polski/glottal>

<sup>7</sup> <https://www.diki.pl/slownik-angielskiego?q=smooth>

<sup>8</sup> <https://ling.pl/slownik/angielsko-polski/aspirate>





**Rys. 2** Rysunek schematyczny fałdów głosowych. Po lewej fałdy otwarte, po prawej zamknięte.

## FIGURY ŹRÓDŁA

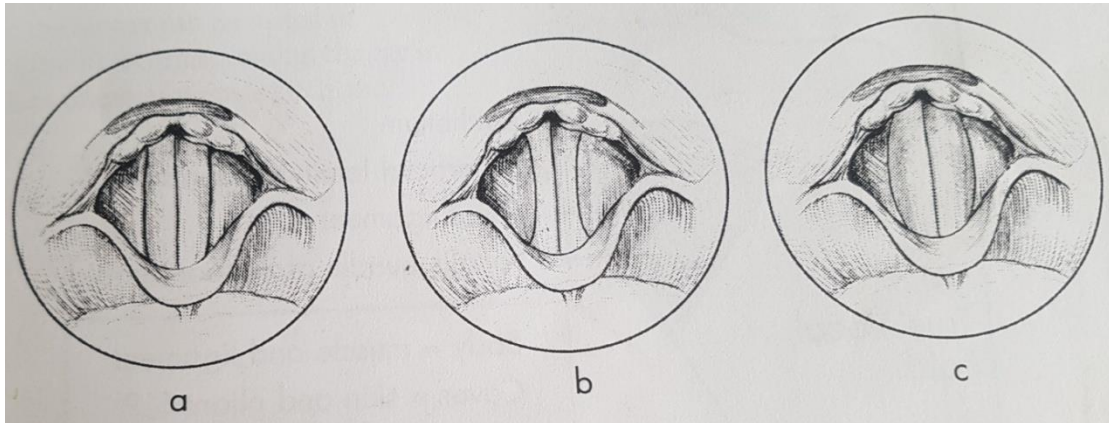
### Fałdy Rzekome (ang. **False Vocal Folds**)

Fałdy Rzekome (również Fałszywe Struny Głosowe) to fałdy znajdujące się w krtani, nad fałdami głosowymi. Działają jak zwieracz, tj. mogą się zacisnąć lub rozszerzyć. Fałdy rzekome zaciskają się naturalnie podczas takich aktywności, jak połykanie pokarmów i płynów, podnoszenie ciężkich obiektów, oczyszczanie gardła przy kaszlu lub w sytuacjach stresowych, jako część reakcji walki lub ucieczki. Minimalne zamknięcie fałszywych strun głosowych w czasie fonacji może mieć wpływ na przepływ powietrza oraz na wibracje strun głosowych. Mówca oraz słuchacz mogą postrzegać powstały w ten sposób ton jako wysiłkowy. Jo Estill odkryła, że fałszywe struny głosowe potrafią rozchodzić się na boki -podczas śmiechu i szlochu. Ich rozszerzona pozycja gwarantuje swobodną wibrację fałdów głosowych.

W ćwiczeniu fałdów rzekomych w treningu Estill wyszczególnia się trzy ich stany:

- Zacisk (ang. **Constriction**) - jak przy mówieniu z wysiłkiem.
- Środkowa pozycja (ang. **Mid**) - jak w spoczynkowym oddechu.

- Retrakcja (ang. **Retraction**) polegająca na “rozciągnięciu” fałszywych strun na boki. Retrakcja sprawia, że fałdy głosowe mogą na dowolnej wysokości drgać z mniejszym wysiłkiem. Jo Estill przypisuje jej istotną rolę w tak zwanym “otwieraniu gardła”. Termin ten funkcjonuje w żargonie śpiewaczym i oznacza stan, w którym wokalista emituje głos z najmniejszym dla gardła wysiłkiem.



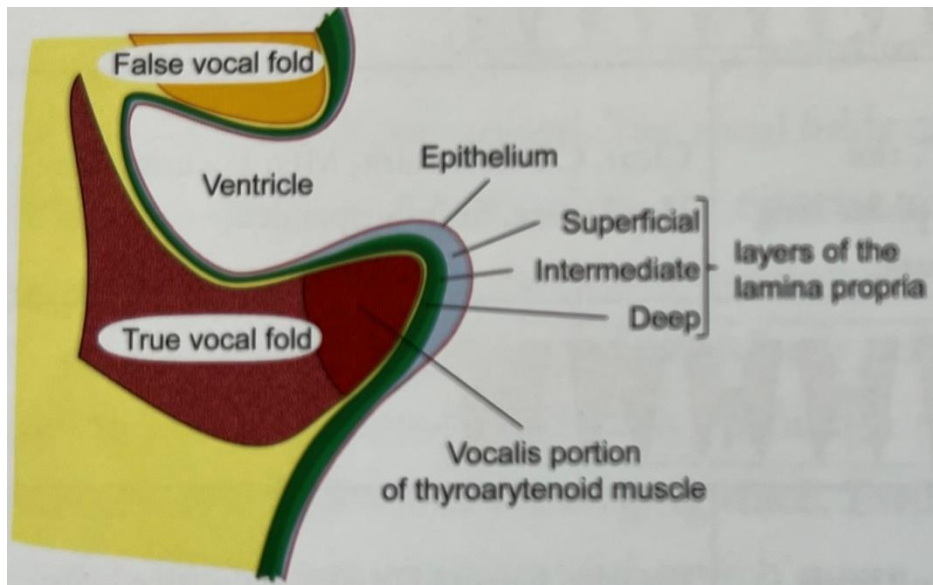
**Rys. 3** Fałdy rzekome a) w pozycji środkowej b) zacisk c) retrakcja

#### Ciało i Powierzchnia Fałdów Głosowych (ang. **True Vocal Folds Body/Cover**).

Wibracja fałdów głosowych następuje, gdy te zbliżą się do środkowej linii krtani na tyle blisko, aby przepływające przez nie powietrze zassały ich brzegi. Nazywamy to efektem Bernoulliego (ang. **Bernoullie’s Principle**). Kiedy fałdy głosowe zamykają się lub zbliżą do siebie rośnie ciśnienie nagromadzonego pod nimi powietrza, tzw. ciśnienie podgłośniowe, zaś kiedy otworzą się - ciśnienie spada. Zmiany w ciśnieniu powietrza zachodzą na skutek drgań fałdów głosowych podczas fonacji. Powstaje fala głosowa, która rezonuje w trakcie głosowym i rozchodzi się w przestrzeni na zewnątrz której znajduje się wokalista. Bogumiła Tarasiewicz w książce “Mówię i śpiewam świadomie” pisze:

“Struna głosowa składa się z więzadła głosowego, mięśnia głosowego, tkanki łącznej, naczyń, nerwów i błony przesuwalnej w stosunku do podłoża (Pruszewicz 1992, s.31). Wyróżnia się w fałdzie głosowym dwie części o odmiennych właściwościach biofizycznych: mięsień głosowy i błonę śluzową. W błonie śluzowej fałdu głosowego z kolei wymienia trzy warstwy: powierzchnią, pośrednią, zbudowaną z włókien elastycznych i głęboką, złożoną z włókien

kolagenowych. Te ostatnie warstwy tworzą więzadło głosowe mięśni i powierzchni strun głosowych.”<sup>9</sup>



Rys. 4 Przekrój poprzeczny fałdu głosowego (ang. **true vocal fold**). Najgłębsza warstwa to część głosowa mięśnia tarczowo-nalewkowatego (vocalis portion of thyroarytenoid muscle). Dwie kolejne warstwy- głęboka i środkowa blaszka właściwa (ang. deep and intermediate lamina propria) tworzą więzadło głosowe. Mięsień głosowy i więzadło stanowią ciało fałdu głosowego (ang. **body**). Powierzchnia blaszka właściwa (ang. superficial lamina propria) oraz naskórek (ang. epiphilium) stanowią powierzchnię fałdu głosowego (ang. **cover**).

Ta złożoność budowy fałdów głosowych jest czynnikiem pozwalającym na uzyskanie przez ludzki głos wielości kolorów, tembrów i jakości. Nazwa Figury **True Vocal Folds: Body/Cover**, czyli Ciało/Powierzchnia, dotyczy interakcji między warstwami fałdów głosowych. Jo Estill wyszczególnia 4 podstawowe opcje:

- Grube fałdy głosowe (ang. **Thick folds**). Ten tryb wibracji określany jest głosem piersiowym lub modalnym. Fałdy głosowe są relatywnie krótkie, z możliwą kontrakcją w mięśniu głosowym. Powierzchnia fałdów głosowych jest giętka i widać na niej falisty ruch z dolnego do górnego brzegu fałdów. Ich ze sobą jest głęboki.

<sup>9</sup> B.Tarasiewicz, *Mówię i śpiewam świadomie. Podręcznik do nauki emisji głosu, Towarzystwo Autorów i Wydawców Prac Naukowych UNIVERSITAS, Kraków 2006, str. 35,36*

- Cienkie fałdy głosowe (ang. **Thin folds**). Mogą naturalnie występować na wyższych dźwiękach, gdy fałdy głosowe się wydłużają oraz gdy posługujemy się cichym głosem. Mniejsza giętkość powierzchni powoduje mniej falistego ruchu, a kontakt cienkich strun jest płytszy.
- Sztywne fałdy głosowe (ang. **Stiff folds**). Ten rodzaj wibracji głosu, nazywany falsetem, pojawia się, gdy fałdy głosowe są wydłużone, naciągnięte i odchylone ze swojej środkowej pozycji, prawdopodobnie za sprawą chrząstek nalewkowatych, które odchylają ich tylną część w górę, otwierając ją. Wynikły ton może być nieco napowietrzony.
- Luźne/zwiotczale fałdy<sup>10</sup> głosowe (ang. **Slack folds**). Ten rejestr określany jest jako **vocal fry** - ze względu na to, iż dźwiękiem przypomina odgłos smażenia (ang. fry - smażyć). Ciało i powierzchnia fałdów głosowych są luźne. Fałdy poruszają się chaotycznie, stąd powstały ton nie ma określonej wysokości i brzmi jak pulsacja dźwięku.

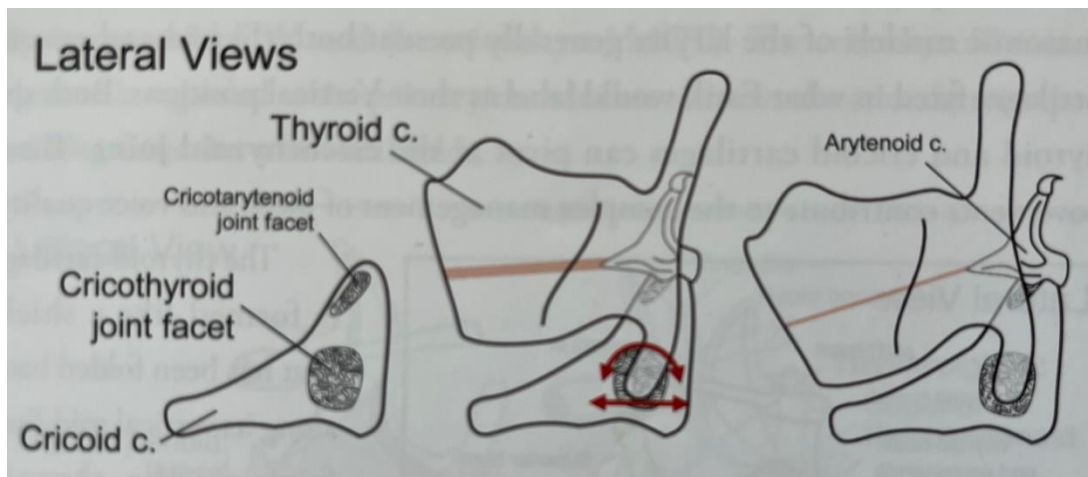
#### Chrzątka Tarczowata (ang. **Thyroid Cartilage**)

Chrzątka tarczowata jest to jedna ze struktur tworzących zewnętrzną ścianę krtani. Jak pisze Bogumiła Tarasiewicz: „zbudowana jest z dwóch symetrycznych płytek połączonych pod kątem 120 stopni u kobiet i 90 stopni u mężczyzn. Miejsce połączenia uwidacznia się na szyi (zwłaszcza u mężczyzn) w postaci wyniosłości krtaniowej (tzw. jabłko Adama).”<sup>11</sup> Chrzątka tarczowata połączona jest z chrząstką pierścieniową (ang. **Cricoid Cartilage**) przez staw pierścienno-tarczowy. Mięśnie przebiegające między obiema chrząstkami to mięśnie pierścienno-tarczowe (ang. **cricothyroid muscles**). Ich aktywność umożliwia wychylenie chrząstki tarczowatej do przodu, co w konsekwencji rozciąga fałdy głosowe. Estill wyróżnia dwie pozycje tej struktury:

<sup>10</sup> Od angielskiego „slack folds” - luźny, zwiotczaly, <https://ling.pl/slownik/angielsko-polski/slack>

<sup>11</sup> B.Tarasiewicz, *Mówię i śpiewam świadomie. Podręcznik do nauki emisji głosu, Towarzystwo Autorów i Wydawców Prac Naukowych UNIVERSITAS, Kraków 2006, str. 30,31*

- Wertykalna (ang. **vertical**) - w stanie spoczynku. Jest cechą niższych dźwięków i jakości mowy (ang. **Speech Quality**). Wokaliści popowi posługują się tą opcją dla uzyskania brzmienia, jak w mowie, śpiewając wyższe dźwięki.
- Wychylona (ang. **tilt**) - wychylenie chrząstki tarczowatej do przodu rozciąga przyległe do niej fałdy głosowe wpływając na ich masę i napięcie. Umożliwia to wydobyć wyższych częstotliwości głosu. Jego tembr może wydawać się śpiewniejszy. Opcja ta jest podstawą w nauce śpiewu klasycznego.

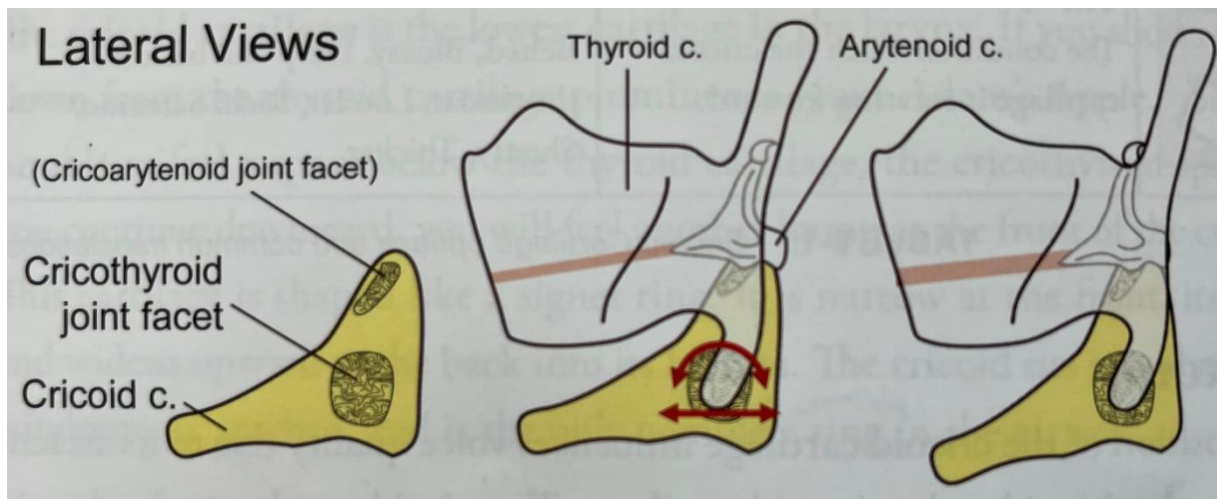


**Rys. 5** Chrząstka tarczowata w pozycji wertykalnej (środek) i wychylonej (z prawej).

#### Chrząstka Pierścieniowata (ang. **Cricoid Cartilage**)

Chrząstka Pierścieniowata jest to zewnętrzna ściana krtani znajdująca się pod chrząstką tarczowatą. Kształtem przypomina sygnet. W spoczynku znajduje się w pozycji wertykalnej (ang. **vertical**). Możliwy jest ruch chrząstki pierścieniowatej do tyłu, czego rezultatem jest skrócenie przyległych do niej fałdów głosowych. Opcja ta stanowi jedno z możliwych fizjologicznych ustawień do krzyku. Występuje w EVT w kontekście Jakości Belt.

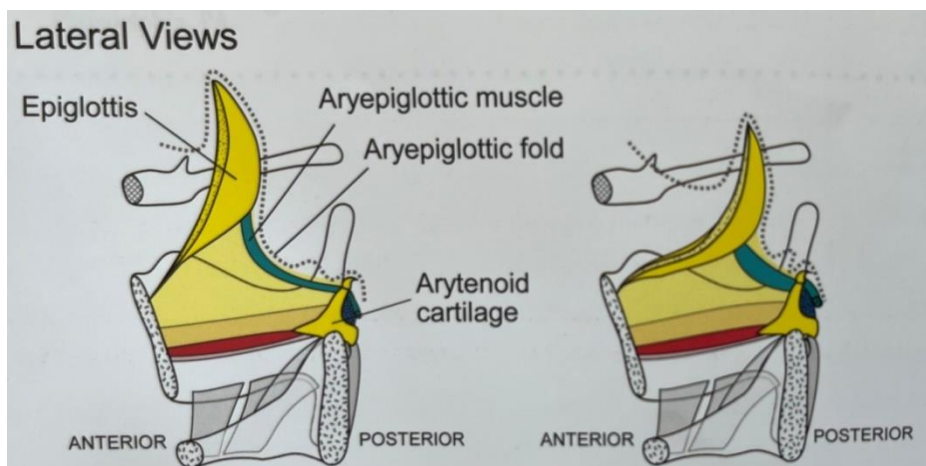




**Rys. 6** Chrzątka pierścieniowata w pozycji wertykalnej (środek) i wychylonej (z prawej).

Zwieracz nalewkowo-nagłośniowy (ang. **Aryepiglottic Sphincter**)

Zwieracz nalewkowato-nagłośniowy to mięsień wewnętrzny krtani. Przylega do chrząstki nagłośni oraz chrząstek nalewkowatych. W spoczynkowym oddychaniu mięsień ten jest rozszerzony (ang. **wide**). Zwężenie go (ang. **narrow**) powoduje wytworzenie formantu między 2000-4000 kHz. Jest to pasmo harmoniczne dźwięku nazywane również formantem śpiewaczym, korespondujące z rezonacyjną częstotliwością ucha ludzkiego. Oznacza to, że częstotliwość ta jest łatwo słyszalna. Jako przykład tego fenomenu w realnym życiu podaje się głośne odgłosy dzieci wydawane podczas spontanicznej zabawy na podwórku.



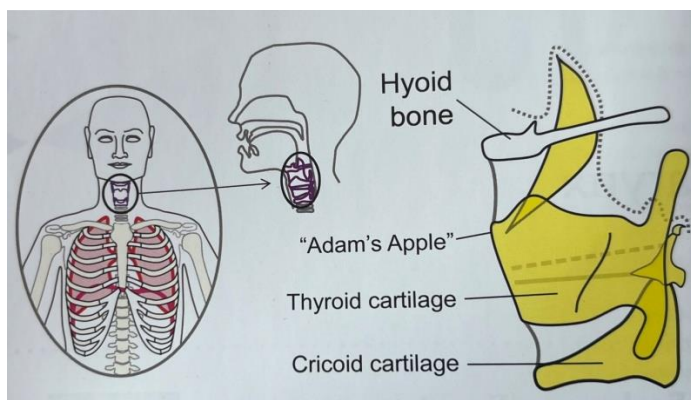
**Rys. 7** Przekrój boczny krtani. Mięsień nalewko- nagłośniowy (ang. aryepiglottic muscle)- rozszerzony (z lewej), zwężony (z prawej).

## FILTRY - STRUKTURY TRAKTU GŁOSOWEGO

### Krtań (ang. **Larynx**)

Krtań znajduje się na szczycie dróg oddechowych. Jest bezpośrednio połączona z tchawicą, a jej funkcją prymarna to ochrona dróg oddechowych. Fałdy głosowe, fałdy rzekome oraz nagłośnia, które znajdują się wewnątrz niej zamykają się za każdym razem, gdy człowiek przełyka pokarm lub płyny. Krtań odgrywa również rolę w wydobyciu dźwięku, jej pozycja ma czasem kluczowe znaczenie, w tym, aby dźwięk mógł być zaśpiewany bez wysiłku, a także w nadawaniu mu barwy. Jej ruch w dół sprawia, że trakt głosowy staje się dłuższy, przez co wzmacniane są niższe składowe harmoniczne dźwięku - głos staje się ciemniejszy. Natomiast jej ruch w górę sprawia, że przestrzeń rezonacyjna w gardła jest mniejsza i wzmacniane są wyższe składowe harmoniczne - głos staje się jaśniejszy. W treningu Estill wyszczególnia się trzy pozycje krtani:

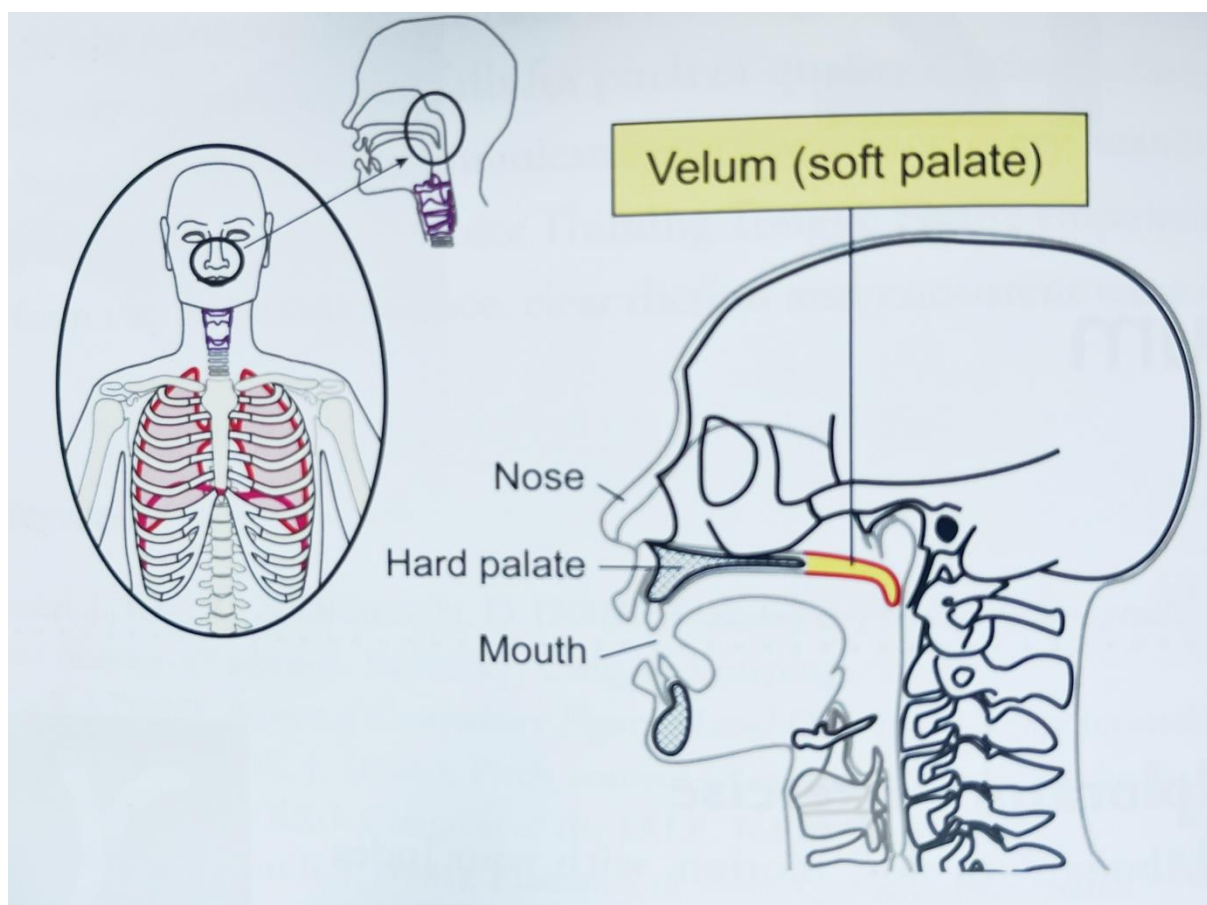
- Środkowa (ang. **Mid**), która jest cechą jakości **Speech i Falsetto**.
- Obniżona (ang. **Low**), która jest cechą głosu operowego (ang. **Opera Quality**) oraz jakości **Sob**.
- Wysoka (ang. **High**), która jest cechą jakości **Nasal Twang, Oral Twang i Belt**.



**Rys. 8** Rysunek schematyczny krtań. Od góry: kość gnykowa (ang. hyoid bone), „jabłko Adama” (ang. „Adam’s Apple”), chrząstka tarczowata (ang. thyroid cartilage), chrząstka pierścieniowata (ang. cricoid cartilage).

### Podniebienie Miękkie (ang. **Velum**)

W tej Figurze pracuje grupa mięśni odpowiedzialnych za podnoszenie lub opuszczanie podniebienia miękkiego. W pozycji niskiej podniebienia (ang. **low**) głos wydostaje się przez nos (jak przy mruczeniu) lub w wymowie spółgłosek nosowych. W środkowej pozycji (ang. **mid**) wypowiedziana samogłoska jest nosowa<sup>12</sup>, co oznacza, że część fali głosowej wydostaje się przez nos, a część przez jamę ustną - jak w polskich samogłoskach /ą/ i /ę/. W pozycji wysokiej podniebienia (ang. **high**) fala głosowa wydostaje się przez jamę ustną. Powstałą samogłoskę nazywamy ustną<sup>13</sup> ze względu na rezonans powstały w jamie ustnej, jak w samogłoskach /a/ /e/ /y/ /i/ /o/ /u/ w normie scenicznej w języku polskim.



**Rys. 9** Rysunek schematyczny miękkiego podniebienia (ang. velum lub soft palate).

<sup>12</sup> D.Michałowska, *O podstawach polskiej wymowy scenicznej*, Państwowa Wyższa Szkoła Teatralna im.L.Solskiego w Krakowie, 1994, str. 19

<sup>13</sup> D.Michałowska, *O podstawach polskiej wymowy scenicznej*, Państwowa Wyższa Szkoła Teatralna im.L.Solskiego w Krakowie, 1994, str. 19



## Język (ang. Tongue)

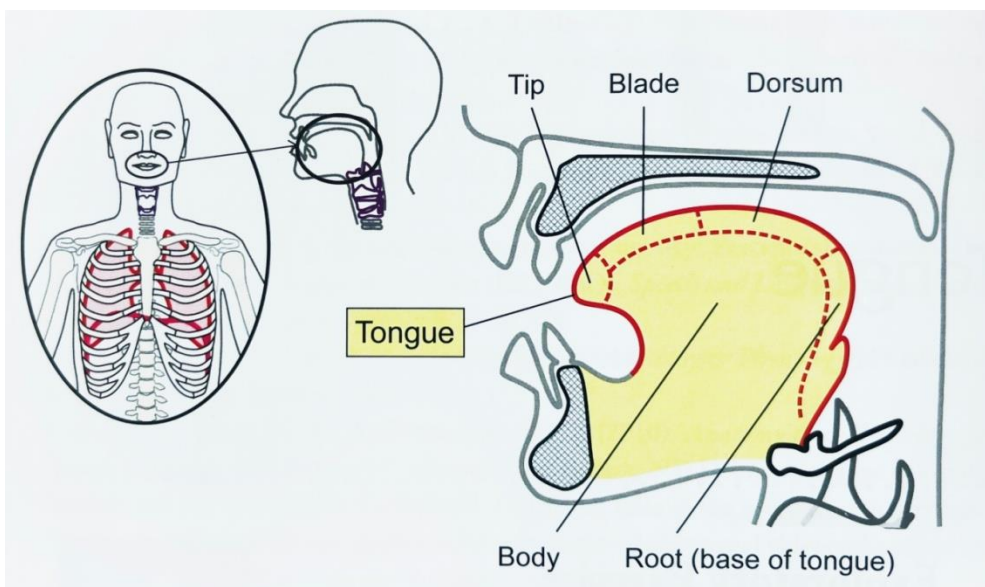
Jak pisze Bogumiła Tarasiewicz o języku: “Centralną część jamy ustnej wypełnia język. Jest to narząd o wielkiej ruchliwości i dzięki temu odgrywa istotną rolę przy artykulacji. Tę wyjątkową ruchliwość powoduje cały zespół mięśniowy. Mięśnie wewnętrzne rozpoczynają się i kończą w języku, ich ruchy zmieniają jego kształt, wydłużają go bądź skracają, pogrubiają i poszerzają. Mięśnie zewnętrzne łączą język m.in. z żuchwą i kością gnykową. Aktywność tych mięśni wpływa, więc także na pracę mięśni gardła, krtani, a pośrednio także na podniebienie miękkie.”<sup>14</sup> Jo Estill zwraca uwagę na rolę, jaką odgrywa język w kontroli jakości głosu ze względu na jego połączenie z gardłem: „jeśli wystąpi za duża zmiana między przednią, a tylną samogłoską jakość głosu może być upośledzona.(...) Ponieważ aktywność korzenia języka może wpłynąć na wertykalne ruchy krtani, musimy się zatroszczyć o to, aby śpiewając w dowolnej jakości głosu pozycja języka nie narażała na szwank wysokości tonu.”<sup>15</sup>

Ćwiczenie, jakim jest Figura języka pozwala nabyć świadomość jego części, które mogą pracować niezależnie od siebie. Estill wyszczególnia cztery możliwe pozycje: niska (ang. **low**), środkowa (ang. **mid**), wysoka (ang. **high**) i skompresowana (ang. **compressed**). Opcje te wpływają na indywidualną wymowę samogłosek i barwę głosu, przyciemniając ją lub rozjaśniając. Mogą być wykorzystywane przy nauce obcych akcentów lub jako elementy indywidualnej techniki wokalne. Przykłady niskiego języka lub jego kompresji można spotkać, np. w śpiewie operowym, Jednak nie są one zastrzeżone tylko dla tego rodzaju śpiewu.

---

<sup>14</sup> B.Tarasiewicz, *Mówię i śpiewam świadomie. Podręcznik do nauki emisji głosu, Towarzystwo Autorów i Wydawców Prac Naukowych UNIVERSITAS, Kraków 2006, str. 58*

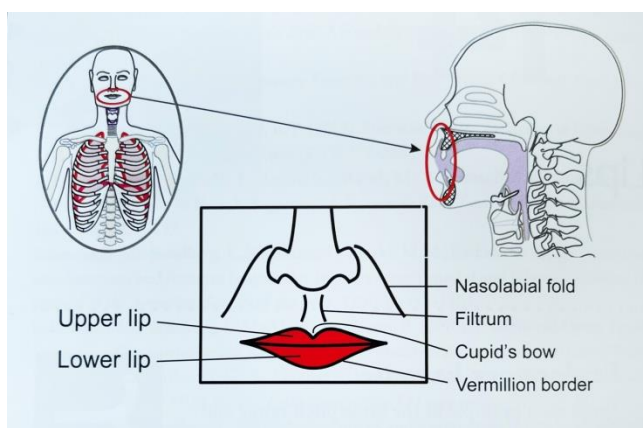
<sup>15</sup> J.Estill, M.McDonald Klimek, K.Obert, K.Steinbauer, *Estill Voice Training: Level I Figures For Voice Control*, 2005, str. 85, tłum. K.Dominiak



**Rys. 10** Rysunek schematyczny języka (ang. tongue). Wyszczególniono części języka: czubek (ang.tip), część przednią grzbietu<sup>16</sup> (ang.blade), grzbiet (ang. dorsum), korzeń (ang.root), trzon (ang.body)

### Usta (ang. Lips)

Usta skracają lub wydłużają trakt głosowy - przyciemniają lub rozjaśniając dźwięk. W ruchach ust biorą udział m.in. mięsień okrężny ust, mięsień jarzmowy większy i mniejszy, a także mięsień śmiechowy. Estill wyróżnia 3 podstawowe pozycje ust w swojej Figurze: środkowa (ang. **Mid**) jak w spoczynku, wystająca (ang. **Protrude**), rozplaszczona (ang. **Spread**).

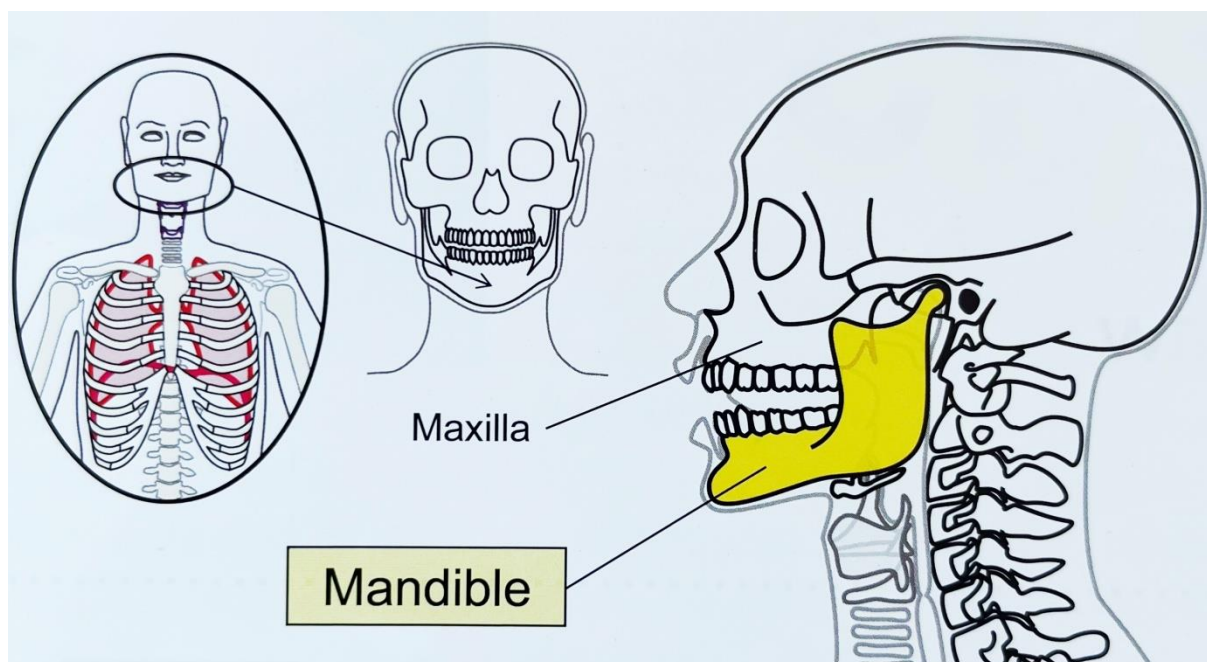


**Rys. 11** Rysunek schematyczny ust- górna warga (ang. upper lip), dolna warga (ang. lower lip).

<sup>16</sup> [https://www.imaios.com/pl/e-anatomy/glowa-i-szyja/jama-ustna?mic=mouth-oral-cavity-illustrations&afi=4&is=2824&il=pl&l=pl\\_PL&ul=true](https://www.imaios.com/pl/e-anatomy/glowa-i-szyja/jama-ustna?mic=mouth-oral-cavity-illustrations&afi=4&is=2824&il=pl&l=pl_PL&ul=true)

## Żuchwa (ang. Jaw)

Jak pisze Bogumiła Tarasiewicz: “Żuchwa ma istotne znaczenie w procesie kształtowania jamy ustnej. Jest kością o kształcie podkowy, która stanowi dolny odcinek twarzy. Mięśnie żuchwy przez swoje ruchy silnie wpływają na proces artykulacji.”<sup>17</sup> Jo Estill zauważa: „biorąc pod uwagę relację mięśni i więzadeł, które łączą żuchwę i zwieracze gardła, wpływ pozycji żuchwy na szerokość gardła jest zrozumiała (...) Staw skroniowo-żuchwowy, normalnie porusza się swobodnie w kilku kierunkach, pozwalając żuchwie ślizgać się do przodu, opaść w dół do otwarcia, bujać się w spoczynkowej pozycji oraz poruszać się na boki jak podczas siekania przy przeżuwananiu.”<sup>18</sup> Estill wyszczególnia w swojej Figurze cztery skrajne pozycje żuchwy: przednia (ang. **Forward**), środkowa (ang. **Mid**), tylna (ang. **Back**), opadnięta (ang. **Drop**). Pozycje te pozwalają kształtować barwę głosu.



**Rys. 12** Na obrazku przedstawiono żuchwę (ang.mandible) oraz kość szczękową (ang.maxilla).

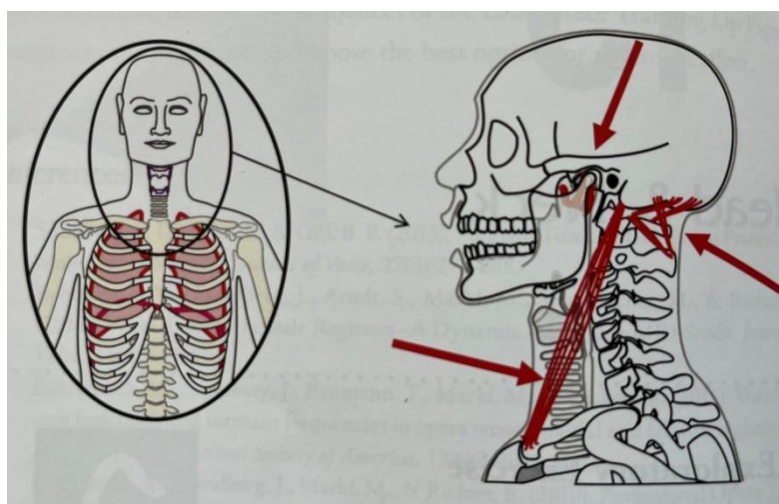
<sup>17</sup> B.Tarasiewicz, *Mówię i śpiewam świadomie. Podręcznik do nauki emisji głosu, Towarzystwo Autorów i Wydawców Prac Naukowych UNIVERSITAS, Kraków 2006, str. 56*

<sup>18</sup> J.Estill, M.McDonald Klimek, K.Obert, K.Steinbauer, *Estill Voice Training: Level I Figures For Voice Control*, 2005, str. 94, tłum. K.Dominiak

## STRUKTURY PODPARCIA GŁOSU

### Głowa i Szyja (ang. **Head&Neck**)

W tej Figurze koordynowana jest grupa mięśni miękkiego podniebienia, boków szyi i potylicy, które rozszerzają oraz wydłużają gardło. Kiedy mięśnie te są aktywne małe mięśnie, które kontrolujące ruchy fałdów głosowych mogą pracować z mniejszym wysiłkiem, dzięki stabilnej zewnętrznej strukturze. Jo Estill nazwała tę technikę „zakotwiczeniem głowy i szyi” (ang. **Head and Neck Anchoring**). Technika ta może być wykorzystywana, gdy wokalista potrzebuje nośnego, tj. daleko docierającego dźwięku - w dużej przestrzeni. W tradycji pedagogiki śpiewu występuje pojęcie „śpiewania na maskę”. Jak pisze B. Tarasiewicz: „jest to stan, w którym śpiewak odczuwa drgania w kościach oczodołów, nosa i twarzy podczas śpiewania (drgająca powierzchnia tych kości kształtem przypomina maseczkę arlekina, stąd często nazywa się ją ‘maską’ (...)) Dźwięk (...) jest bogaty w rezonans, a zatem bezwysiłkowy i nośny.”<sup>19</sup> **Anchoring** może być wyjaśnieniem tego, co musi się zadziać fizjologicznie, aby śpiewak mógł „śpiewać na maskę”.

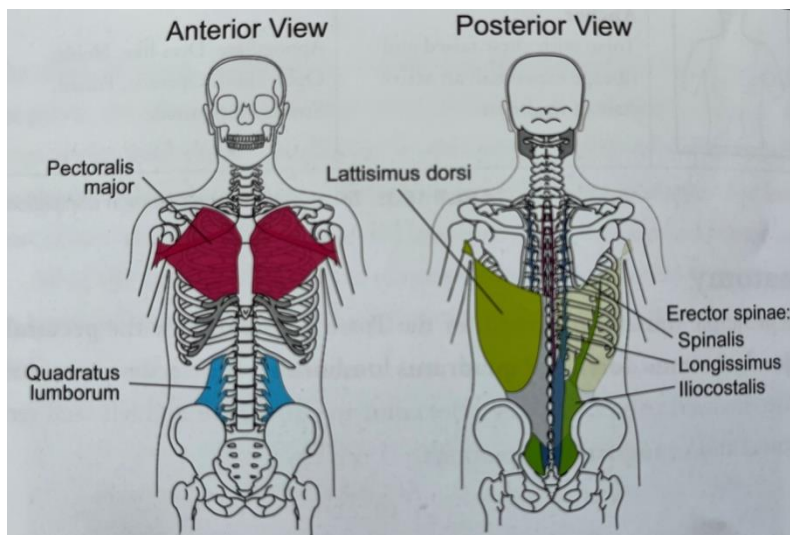


**Rys. 13** Schemat mięśni biorących udział w Figurze Head&Neck Anchoring.

<sup>19</sup> B.Tarasiewicz, *Mówię i śpiewam świadomie. Podręcznik do nauki emisji głosu*, Towarzystwo Autorów i Wydawców Prac Naukowych UNIVERSITAS, Kraków 2006, str. 60

## Tors (ang. Torso)

Ćwiczenie na grupę mięśni stabilizujących kręgosłup i klatkę piersiową. m.in. piersiowe większe i najszersze grzbietu. Ich aktywacja, tzw. „zakotwiczenie torsu” (ang. **Torso Anchoring**) pozwala na używanie głosu w sposób intensywny z zachowaniem jak najmniejszego wysiłku na poziomie fałdów głosowych (ang. **Most Comfortable Vocal Effort**). „Zakotwiczenie” to odpowiednik „podparcia głosu”. Termin ten używany jest przez wokalistów jako sposób na zintensyfikowanie lub ustabilizowanie dźwięku. Zakotwiczenie występuje w jakościach **Belt**, **Opera** i **Sob**.



Rys. 14 Schemat mięśni biorących udział w Figurze Torso Anchoring: piersiowe większe (pectoralis major), czworoboczny grzbietu (quadratus lumborum), najszerszy grzbietu (lattisimus dorsi), mięsień prostownik grzbietu: kręgosłupowy, najdłuższy, biodrowo-żebrowy (erector spinae: spinalis, longissimus, illocostalis)

## ROZDZIAŁ II

### CECHY KLASYCZNEGO i WSPÓŁCZESNEGO STYLU ŚPIEWANIA MUSICALOWGO

Styl jest istotnym elementem charakteryzującym teatr musicalowy. Określa on jego dynamiczny rozwój od początków XX wieku, kiedy to w Stanach Zjednoczonych zaczęły się pojawiać pierwsze przedstawienia określane jako **musical theatre** (pol. teatr muzyczny). O stylach musicalu piszą Joe Derr i Rocco Dal Vera w książce „Acting in musical theatre”:

„Styl to nie sztywny zbiór zasad, który został ustanowiony w pewnym momencie w historii i który musimy traktować jako jedyną prawdę za każdym razem, gdy gramy rolę w określonym gatunku. Styl jest raczej ewolucją tradycji wykonawczej, która odnosi się do swoich korzeni jednocześnie mieszając się z aktualnymi aktorskimi konwencjami.”<sup>20</sup>

Autorzy wymieniają historyczne style musicalu: operetka, operetka Gilberta i Sullivana, komedia muzyczna, muzyczne dramaty Złotego Wieku (ang. **Golden Age musical drama**), musicale rockowe (ang. **rock musicals**), musicale popowe (ang. **popsicals**) oraz **Juke Box Musicals** - musicale oparte na muzyce znanych zespołów muzycznych takich, jak Abba czy Queen. Jak pisze w swojej książce „So you want to sing music theatre” dr Karen Hall – sopranistka i nauczycielka śpiewu:

„(...) istnieją dwie kategorie w podziale stylów teatru muzycznego: ze względu na sposób śpiewania - głowowy (ang. **head mix**<sup>21</sup>), **belt** oraz style muzyczne (pop, rock, country, etc).”<sup>22</sup>

---

<sup>20</sup> J.Deer, R.Dal Vera, *Acting In Musical Theatre: Comprehensive Course*, Routledge, 2016, str. 230, tłum. K. Dominiak

<sup>21</sup> W żargonie słowo to określa pomieszane wibracje rezonatora piersiowego i głowowego.

<sup>22</sup> K.Hall, *So you want to sing in Music Theatre*, Rowman & Littlefield, 2014, str.91, tłum. K.Dominiak

Amerykańscy pedagodzy śpiewu musicalowego używają również terminu **contemporary comercial music (CCM)** (pol. współczesna muzyka komercyjna) na określenie nieklasycznych stylów śpiewania, wliczając w to „kabaret, country, folk, gospel, jazz, rock, pop, rap, rytm and blues, muzykę alternatywną i eksperymentalną oraz (...) musical theatre.”<sup>23</sup> Dr Hall wymienia obok CCM termin „legit vocal style”. **Legit** jest skrótem od „legitimate”. Słowo to oznacza w języku angielskim „czysty, legalny”, a w żargonie wokalistów z nowojorskiego Broadwayu określa śpiewanie w stylu klasycznym. W stylu tym wykonawca używa więcej rezonatora głowowego niż piersiowego. Dr Hall pisze o nim tak:

„Charakterystyka śpiewu legit zawiera pełnię *chiaroscuro*<sup>24</sup>, klarowność samogłosek i spółgłosek, wyrównanie brzmienia głosu przez całą skalę, nuty są bardziej śpiewane niż mówione, jednolite *vibrato*. Styl legit ma swoje korzenie w tradycji śpiewu klasycznego i operetkowego; faktem jest, że większość produkcji teatru musicalowego przed 1960 używało tego typu produkcji głosu. Styl ten osiągnął szczyt w partyturach Rodgersa i Hammersteina.”<sup>25</sup>

Słowem pojawiającym się w literaturze amerykańskiej na określenie jeszcze jednego typu śpiewania musicalowego jest **belt**. Oznacza ono w dosłownym tłumaczeniu „uderzyć bardzo mocno”<sup>26</sup>. Jak podaje dr Hall ten rodzaj głosu wykorzystywany był na broadwayowskiej scenie od XIX w. po to, aby w nienagłośnionych pomieszczeniach można było usłyszeć niższe i średnie dźwięki kobiecego mówionego głosu, (ang. **speech-like female voice**). W roku 1927 kompozytor Jerome Kern stworzył przełomowe dla musicalu dzieło. Spektakl zatytułowany „Showboat” zawierał elementy stylu operetkowego, jednak „muzyka była reprezentatywna dla postaci, które ją śpiewają.”<sup>27</sup> Kern chciał, aby postaci w „Showboat” śpiewały tak, jakby mówiły. W ten sposób kompozytor wprowadził nowe techniki do teatru muzycznego, które wymagały od wykonawców zbliżenia brzmieniem do mówienia, zwłaszcza w miejscach, w których występowały przejścia między rejestrami. W języku włoskim to zjawisko określane jest jako *passagio*, a oznacza „punkt, w którym występuje przejście z rejestru piersiowego do rejestru głowowego głosu. „Ethel Merman przypisuje się wykreowanie pierwszego

---

<sup>23</sup> K.Hall, *So you want to sing in Music Theatre*, Rowman & Littlefield, 2014, str.92, tłum. K.Dominiak

<sup>24</sup> Wł. termin oznacza wymieszanie jasnych i ciemnych tonów składowych dźwięku.

<sup>25</sup> K.Hall, *So you want to sing in Music Theatre*, Rowman & Littlefield, 2014, str.63, tłum. K.Dominiak

<sup>26</sup> K.Hall, *So you want to sing in Music Theatre*, Rowman & Littlefield, 2014, str.91, tłum. K.Dominiak

<sup>27</sup> K.Hall, *So you want to sing in Music Theatre*, Rowman & Littlefield, 2014, str.64, tłum. K.Dominiak



broadwayowskiego beltingu (Roll, 2012). Od jego narodzin na Broadwayu, dźwięk beltu połączony był z teatralną potrzebą komunikacji mocniejszych emocji podniesionym dźwiękiem i zrozumiałym tekstem (Roll,2012,5). (...) w latach 1980-1990, [belt] był dominującym kobiecym dźwiękiem. Dodatkowo, gdy starsze przedstawienia były w tym czasie wznawiane (tak jak dziś), znacznie częściej role w stylu „legit” śpiewane były z użyciem mixu (rejestru mieszanego) i beltu. Kolejny punkt zwrotny w zakresie produkcji głosu nastąpił w latach 60-tych XX wieku wraz z wprowadzeniem formy musicalu opartej na stylistyce pop/rock. W roku 1968 „Hair” nie wykorzystywało tradycyjnych dźwięków śpiewaczych. Było ono oparte na nowym gatunku rocka odzwierciedlającym przemiany społeczne występujące w Ameryce [...] Współcześnie, styl pop/rock i jego dźwięk jest dominującą formą używaną przez kompozytorów. (...) Mężczyźni również używają mixu i beltu w teatrze muzycznym, wokalne zmiany są realizowane w wyższych partiach ich głosu.”<sup>28</sup>

Jo Estill jest uznana za badaczkę, która wyjaśniła produkcję beltingu od strony fizjologicznej. Anatomia głosu jest taka sama dla kobiet jak i dla mężczyzn. Różnią się wysokości w skali głosu, gdzie jakość ta występuje u obydwu płci. Wspólne natomiast jest to, że zarówno u kobiet i u mężczyzn jest to wyższa partia głosu, a użycie beltingu musi być emocjonalnie uzasadnione. Jo Estill uważała, że kluczowe dla tej jakości jest wychylenie chrząstki pierścieniowatej do tyłu: „wprowadzenie wychylenia chrząstki pierścieniowatej (ang. **Cricoid Tilt**) czyni grube fałdy głosowe (ang. **Thick Fold**) ‘grubszymi’, czego rezultatem jest bardzo długa faza domknięcia fałdów głosowych. W beltingu fałdy głosowe pozostają domknięte przez 70% każdego wibracyjnego cyklu. Dla krzykacza<sup>29</sup>/**beltera**, to zwiększone ciśnienie podgłośniowe powietrza jest produkowane bez poczucia dodatkowego nadmuchu (ang. **airflow**).”<sup>30</sup>

Wymienione rejestry stanowią podstawę, którą aktorzy śpiewający w swojej praktyce mieszają w różnych proporcjach w zależności od stylu muzycznego i aktorskiej interpretacji piosenki. Można zatem powiedzieć, że wokalista śpiewa głosem piersiowym lub głosem głowowym-mieszanym (ang. **head mix**) lub mieszanym z dominantą głosu piersiowego (ang. **chest dominant mix**). Funkcjonują również określenia znane wielbicielom gatunku

---

<sup>28</sup> K.Hall, *So you want to sing in Music Theatre*, Rowman & Littlefield, 2014, str.65, tłum. K.Dominiak

<sup>29</sup> Od angielskiego słowa „shouter”, <https://www.diki.pl/slownik-angielskiego?q=shouter>

<sup>30</sup> J.Estill, M.McDonald Klimek, K.Obert, K.Steinbauer, *Estill Voice Training: Level I Figures For Voice Control*, 2005, str. 61, tłum. K.Dominiak



musicalowego takie, jak tradycyjny belt (ang. **traditional belting**) - dźwięk zapoczątkowany przez aktorkę komedii muzycznych Ethel Merman oraz propagowany przez jej następczynię takie, jak Judy Garland czy Lizę Minelli - a także **mix belt** - głos z górnego rejestru charakteryzujący się dużą głośnością i lekkością brzmienia. Można go usłyszeć we współczesnych produkcjach opartych na muzyce pop w amerykańskim stylu. Jo Estill w swoim treningu proponuje kombinację Figur, które pozwalają wokaliście śpiewać w danym rejestrze. Belting jest jakością kontrowersyjną dla śpiewaków klasycznych, którzy używają głosu w inny sposób. Badania Estill udowadniają, że podtrzymanie retrakcji fałszywych strun głosowych zapewnia bezpieczeństwo fałdów głosowych tak w śpiewie operowym, jak i w beltingu.

## ROZDZIAŁ III

### ANALIZA WOKALNO-AKTORSKA UTWORÓW Z KONCERTU

#### „WIECZÓR NA BROADWAY'U

##### UWIERZ, BY MÓC WIDZIEĆ TO<sup>31</sup>

Dopomóżcie mi,  
bo omdleję tutaj wam.  
Bowiem całkiem już  
stetryczałem wśród tych ścian.  
Chciałbym do was zejść,  
choć słabnie mi duch, słuch i wzrok,  
bo Księga Tao uczy nas  
prawdy wiecznej i ponad czas:  
że nawet drogę na sto mil  
zaczyna jeden krok!  
Za bramą jest fabryka,  
co sam stworzyłem ją.  
Przez próg zrób krok, a spotka cię szok,  
ale uwierz, by móc widzieć to.  
Za bramą jest mechanizm,  
co myśl z maszyną sprzęgł.  
Za progiem wrót  
atrakcji jest w bród,  
ale uwierz, by móc widzieć to.  
Nie z czarów czy zaklęcia,  
nie z magii giętkich rąk,  
mój piękny świat począł się z kręćka,  
co w głowie wiruje mi w krąg!

---

<sup>31</sup> Oryginalny tytuł: „It must be believed to be seen”, polski przekład: Maciejka Mazan

Za bramą czeka bankiet!  
Dań a la Wonka sto!  
Lecz tylko część  
z was dozna tych szczęść,  
zatem uwierz, by móc widzieć to.  
Za bramą jest muzyka!  
Więc puść się w wir płąsu, bo  
tam czeka świat  
zupełnie bez wad  
ale uwierz, by móc widzieć to.

Za bramą jest zagadka!  
Zrozumiesz, o co szło,  
gdy wciągnie w głąb  
cię twórczych rąk.  
Ale uwierz, by móc widzieć to.  
Aż dziw, że pan z tych oto drzwi  
żył wśród szaraków, tak jak wy.  
Lecz wiedział, gdzie znajduje się  
świat czuły na kolorów grę.  
Hej, wy! Co chcecie przejść ten próg,  
czy macie ze mnie chociaż ciut?  
Bo skarb dam tym, co wiedzą, jak  
nie samym wzrokiem widzieć świat!  
Twój los od dziś odmienię.  
Więc chodź! Nie żałuj nóg!  
Ogarnia cię zdumienie?  
Poczekaj, aż przejdiesz ten próg!  
Tam czeka czekolada,  
smak orgiastyczny wprost.  
Lecz dobrze zważ,  
gdy wstąpić tu masz,  
że ten świat będzie wasz,  
gdy wiarę mi dasz.

Nie ujrzysz go, aż  
uwierzysz w to!  
Wchodzisz w to?

Piosenka „Uwierz by móc widzieć to” (oryginalny tytuł **It must be believed to be seen**) to utwór duetu Marca Schaimana i Scotta Wittmana. Polski przekład stworzyła Maciejka Mazan. Piosenkę w musicalu opartym na książce dla dzieci „Charlie i Fabryka Czekolady” Roala Dahla śpiewa Willy Wonka – główny bohater i właściciel tytułowej magicznej fabryki. Akompaniament grany jest w stylu **shuffle**. Ósemka dla całego utworu zachowana jest w swingu. W wersji orkiestrowej utwór mógłby być grany przez kilkudziesięcioosobowy **big band**. Poszukując postaci zależało mi na uchwyceniu jego rozbuchanej osobowości i swobody, która nie uznaje konwenansów. W swingowym charakterze muzyki doszukiwałem się dozy przebojowości i prezencji scenicznej à la Frank Sinatra. Otworzyła ona moją wyobraźnię na wielość środków wokalnych. Celowo zastosowałem teatralny efekt na początku, gdy wchodząc na scenę śpiewałem głosem starego mężczyzny. Fabularnie jest to moment, w którym owiany legendą Willy Wonka po raz pierwszy otwiera swoją fabrykę dla gości. Postać postanawia zakpić z odwiedzających prezentując się im jako wiekowy mędrzec. W języku Figur Estill mógłbym określić mój zabieg artystyczny jako dodawanie zacisku fałszywych strun głosowych i przydechu do mojego naturalnego głosu. W kolejnej części utworu bohater odsłania swoje prawdziwe oblicze i zaprasza słuchaczy do własnego świata, emanując pewnością siebie. Głos, którego tu używałem, osadziłem w rezonatorze piersiowym, co osiągnąłem dzięki utrzymywaniu kontaktu grubych strun głosowych i rozszerzeniu gardła. Momentami przechodziłem na przypominający w brzmieniu trąbkę **Twang**. Barwa ta koresponduje ze stylem muzyki swingowej. W tzw. **bridge'u** - jest to element stanowiący w formie muzycznej przejście pomiędzy częściami utworu - gdzie Willy Wonka zwraca się do swoich słuchaczy przyjmując ton pełen współczucia wykorzystałem możliwości chrząstki tarczowatej, która wychylając się sprawia, że struny głosowe rozciągają się i mogą stać się cieńsze, co zmienia tembr głosu na słodki, śpiewny i łagodny. Funkcja ta umożliwiła mi również zaśpiewanie *legato* - tj. przechodząc płynnie między nutami na słowach:

„Hej, wy co chcecie przejść przez próg!  
Czy macie ze mnie chociaż ciut?  
Bo skarb dam tym, co wiedzą jak  
nie samym wzrokiem widzieć świat”.

Stanowiło to wyzwanie, gdyż melodia zawiera interwały - czyli odległości pomiędzy dźwiękami rozłożone od najmniejszej, czyli półtonów, aż do oktawy w końcowej frazie. Śpiewanie legato wymagało również ćwiczenia płynnej artykulacji, aby sylaby tworzące słowa nie brzmiały, jak oddzielone od siebie, lecz aby przechodziły płynnie jedna w drugą. W części finałowej na słowach „więc dobrze zważ nim wstąpić tu masz” zmieniłem rejestr głosu z piersiowego na głowowy mix (ang. **head mix**). Terminu tego używa się na określenie rejestru głosu, w którym wibracje odczuwane są przez wokalistę w kościach czaszki, w zatokach przynosowych, na twardym podniebieniu i zębach. Rezonans w klatce piersiowej jest mniejszy niż w przypadku głosu piersiowego, choć nadal obecny. Używając terminologii Estill, która opisuje pracę mięśni, a nie odczucia rezonansu, zastosowałem tu kombinację figur: sztywnych strun głosowych, aby zmienić rejestr na głowowy, wysokiej krtani, wysokiego języka i zwężonej nagłośni. Barwa głosu była lżejsza dla potrzeb stylu muzycznego, a jednocześnie głos okazał się łatwo słyszalny w gęstym akompaniamencie dzięki wydobyciu wyższych składowych dźwięku. Następnie stopniowo pogłębiałem kontakt strun głosowych, zwiększając głośność. W finałowej frazie utworu na słowach „uwierzysz w to!” zastosowałem **belting**. Technika ta pozwoliła na wydobycie głośniego, bogatego w alikwoty dźwięku. W piosence musicalowej użycie tej techniki uzasadnia się potrzebą wyrażenia przez postać wysokich emocji.

Figury: faldy głosowe- grube do sztywnych, , wychylenie chrząstki pierścieniowatej, chrząstka tarczowata w pozycji wertykalnej i wychylonej, głowa i szyja, tors- zrelaksowane/anchoring

Jakości Głosu: Speech, Falsetto, Cry, Sob, Twang, Belt

### JESTEM TU<sup>32</sup>

Jestem tym kim chcesz żebym był

---

<sup>32</sup> Oryginalny tytuł: I'm alive, polski przekład: Jacek Mikołajczyk

Jestem lękiem twym więc przyjrzyj się mi  
Dokładnie, dokładnie  
Od wspomnienia więcej czymś  
Wrzód na tyłku, zgryz, jestem kim mam być  
Wiesz przecież, najlepiej  
Lecz gdy się zjawiam, trudna sprawa  
Czy to zwykła zjawia czy coś z ciała, krwi  
Lecz jestem tu chcesz czy nie  
Nie przegonisz mnie  
Żywi co dzień mnie twój  
Skryty w oczach lęk I co będzie beze mnie przeraża cię  
Jestem więc, żyje więc  
Jestem tu  
Jam jest płomień, jam jest gniew  
Destrukcji ogień i rozpad i krew  
Zaboli, niech boli  
Jestem twym spełnionym snem  
Lecz z koszmarów mogę być też dniem  
Czym zechcesz, mów jeszcze  
Największym błędem twoim będę  
Nie znasz mnie lecz ja cię aż za dobrze znam  
I jestem tu chcesz czy nie nie przegonisz mnie  
I ode mnie już dziś prawdy dowiesz się  
Jesteś tu chce czy nie udowodnię, że  
Jestem też,  
żyje też  
Jestem tu  
Jestem tu pamiętaj o mnie  
Ja nie pozwolę się zapomnieć  
Możesz schować się na koniec świata dojdę  
Ostatnie pożegnanie, jeszcze na nie nie czas  
O nieeee, ooo, ooo  
Nie, nie, nie  
Jestem tu chcesz czy nie nie przegonisz mnie

Podaj rękę mi to polecimy gdzieś  
I nie wierzę że chcesz zamordować mnie  
Jestem więc,  
żyje więc Ciało mam jee jee  
Duszę mam  
Ciało mam  
Duszę mam  
Jestem tuuuuuuuu!

Utwór duetu Briana Yorkey i Toma Kitta (oryginalny tytuł „I'm alive”, przetłumaczony przez Jacka Mikołajczyka), jest piosenką rockową. Fortepian imituje puls tożsamy dla tego stylu, grając ósemki w stylu **straight**, w którym każda ósemka jest równa sobie (czyli nie swinguje). Akompaniator wyprzedza mocne części taktu (1 i 3) dodając wyrazistości. W musicalu „Next to Normal” piosenkę tę wykonuje postać o imieniu Gabe. Jest on 16-letnim synem Diany, a dokładniej jej wyobrażeniem o nim, gdyż bohater nie żyje, a kobieta, cierpiąca na chorobę afektywną dwubiegunową, nie może tego przyjąć do wiadomości. Wizja syna staje się obsesją, mechanizmem autodestrukcji, który każe jej podważać terapię, której jest poddana, stopniowo doprowadzając ją do decyzji o samobójstwie. Fakt, że odgrywana przeze mnie postać to duch, wpłynął na moją interpretację linii melodycznej utworu. W interpretacji tej duch straszy, kpi, ale też walczy o przetrwanie - musi zrobić wszystko, aby Diana zaufała jemu, a nie psychoterapeucie. Stąd moje brzmienie bywa czasem wynaturzone i możliwym jest zaśpiewanie nuty „d dwukreślne” pod koniec utworu, używając nacechowanego emocjami falsetu. Piosenkę można zaklasyfikować jak **up-tempo song**, czyli taką, w której tempo jest szybkie lub w miarę rozwoju utworu stopniowo wzrasta. Wyzwaniem okazało się zrealizowanie trudnych pod względem wymowy polskich zbitek tak, aby tekst był zrozumiały, zachowując przy tym charakter rockowej piosenki. Użyteczne w tym zadaniu były spółgłoski zwarto-wybuchowe. Aby odnaleźć zabarwienie dźwięku charakterystyczne dla muzyki z pogranicza pop/rock eksplorowałem w tym utworze możliwości jakości **Oral Twang** (pol. Ustny Twang - słowo to dosłownie oznacza brzdęk lub brzdąkanie, np. na gitarze). Osiągnąłem je poprzez kombinację figur: wysoka krtań, wychylona chrząstka tarczowata, zwężona nagłośnia, miękkie rozpoczęcie i zakończenie dźwięku.

Figury: zwężona nagłośnia, glottal onset, cienkie, grube i sztywne struny głosowe, środkowa i wysoka krtań

Jakości: Speech, Twang, Falsetto, Belt

### INNY ŚWIAT<sup>33</sup>

Inny świat, ja go dobrze znam  
Schronimy się tam  
Czas pożegnać z bóle się  
Słońca blask nas wypełni co dzień  
Inny świat, nie znasz jeszcze go  
Przed siebie zrób krok  
Żeby w końcu wolną być  
Jeden krok, a potem już nic  
Uwierz mi  
Ufaj mi  
Jeden krok, a potem już nic  
Uwierz mi

Druga piosenka Gabe'a - bohatera musicalu „Next to Normal”, w której zadaniem aktorskim jest namówienie do popełnienia samobójstwa jego matki - Diany. Utwór został napisany w stylu tęsknej ballady. W opisie nut znajduje się wskazówka do ich realizacji: **somewhat freely** (ang. jakby swobodnie) i **ghostly** (ang. upiornie; jak duch). Zależało mi, aby ten właśnie utwór znalazł się w recitalu, gdyż stawia on przed wokalistą jeszcze inne wyzwanie, a mianowicie śpiewanie falsetem. Jakość ta w treningu Estill w podstawowej formie jest dźwiękiem głośnym w górnym rejestrze głosu. Częściowo otwarte fałdy głosowe i ich maksymalne napięcie sprawia, że dźwięk jest napowietrzony i ma charakterystyczne lekkie brzmienie. Często wykorzystuje się go do zabiegów komediowych, gdy np. mężczyzna udaje kobietę albo postać ma problemy z głosem. W tym wypadku kontekst wymagał utrzymania powagi. Falset i płynne przechodzenie na jakość **cry**, w której rozciągnięte fałdy głosowe domykają się zachowując kontakt swoich powierzchni, umożliwiły budowanie dynamiki tego intymnego utworu. Gdyby tę piosenkę zaśpiewać „pełnym głosem”, tj. wykorzystując grube fałdy głosowe i obniżoną krtań straciłaby urok delikatnej ballady, a silny głos spłoszyłby

---

<sup>33</sup> Oryginalny tytuł: „There's a world”, polski przekład: Jacek Mikołajczyk



intencję aktorską. Narzędziem, które pozwoliło mi się skupić i zrealizować przebieg tej piosenki na scenie było wyobrażenie sobie na końcu widowni osoby z utworu do której śpiewam. Zadanie polegało na zdobyciu jej zaufania po to, aby ze mną wyszła z sali. Ten szczególnie pomógł mi utrzymywać podyktowane intencją aktorską zmienne tempo w śpiewanej balladzie-.

Figury: fałdy głosowe-  cienkie i sztywne, wychylenie chrząstki tarczowatej, krtań-  
środkowa/obniżona/wysoka

Jakości: falsetto-sob-cry

### IF I LOVED YOU

If I loved you,  
Time and again I would try to say  
All I'd want you to know.  
If I loved you,  
Words wouldn't come in an easy way  
Round in circles I'd go!  
Longin' to tell you,  
But afraid and shy,  
I'd let my golden chances pass me by!  
Soon you'd leave me,  
Off you would go in the mist of day,  
Never, never to know how I loved you  
If I loved you.

Utwór autorstwa Richarda Rodgersa i Oscara Hammersteina II zalicza się do klasyki amerykańskiego musicalu. Pochodzi z musicalu „Carousel”, który miał prapremierę na Broadwayu w roku 1945. Stylistyka utworu nawiązuje do muzyki klasycznej. Możemy zatem zaliczyć go do kategorii - **legit**. Z uwagi na tradycję wykonawczą wraz z pianistą zdecydowaliśmy się, aby precyzyjnie zrealizować wizję kompozytora zapisaną w nutach.

Z tego samego powodu postanowiliśmy, że będzie to jedyny utwór w języku angielskim. Tekst tej pieśni jest zawołanym wyznaniem miłości Billego Begelow - naganiacza w tytułowej karuzeli- do Julie Jordan.

Styl legit wymagał, abym zmienił kombinację Figur, których zwykle używam śpiewając utwory pop/rock. Zmodyfikowałem jakość mowy obniżając krtań i wychylając chrząstkę tarczowatą. Ton, którego używam stał się dzięki temu ciemniejszy i bardziej śpiewny. Uniesienie podniebienia miękkiego sprawiło, że odczułem dźwięk, którym śpiewałem z przodu twarzy - „na masce”. Dzięki zastosowaniu tej techniki mogłem z łatwością docierać głosem do oddalonej ode mnie przestrzeni w teatrze. Wysłunięcie ust do przodu i obniżenie szczęki sprawiło, że mój trakt głosowy wydłużył się i rozszerzył, co dodatkowo wydobyło niskie składowe dźwięku. Wcześniejsze doświadczenie zdobyte dzięki pracy z repertuarem klasycznych pieśni polskich i włoskich w czasie studiów aktorskich niewątpliwie pomogły mi w odnalezieniu się w tym stylu, który wymaga od wykonawcy umiejętności śpiewania i opowiadania historii za pomocą tekstu.

Figury: wychylona chrząstka tarczowata, smooth onset, wysokie podniebienie, head&neck anchoring

Jakości: speech-cry, twang, opera

### OCH, JAK ŻŁE!<sup>34</sup>

Czy mogłem skrzywdzić, znieważyc ją czymś?

Czemu ucieka wciąż?

Dałem jej serce, a w zamian mam but, który zgubiła mknąc.

Straszny ból! Niewymowny wprost żal!

Kradnie serce i co?

Po północy już nie chce mnie znać.

Moja królowna jest w wieży zamknięta, więc tonę we łzach.

Ona beztrasko wciąż czesze swe włosy śpiewając to swoje: la la la la la la lalala

Bracie mój! Cierpię bardziej niż ty! Jak uwolnić ją z wieży mam, skoro nie ma tam drzwi?

Serce me wyrwać z piersi się chce!

---

<sup>34</sup> Oryginalny tytuł: „Agony”, polski przekład: Dorota Kozielska

Jestem zdziwiony, na wskroś udręczony, nie mogąc jej mieć.

Czemu nie widzi, że mądry, uroczy, wrażliwy, poczciwy, łagodny, dowcipny, przystojny?

Dziedziczyć wszak tron!

-Bracie uwierz masz zalet aż nadto!

-Więc czemu?

-Ja nie wiem.

-Coś z nią jest nie tak.

Nawet nie masz pojęcia...

Jak to jest gdy się wspinasz po włosach swej lubej, zalewasz się potem i słyszysz to: la la la la  
la la la la la la la la la ( ła, ła, ła )

Och, jak źle!

Strasznie źle! Jak długo można to znieść?

Zawsze z tyłu o krok.

Coraz trudniej się wspiąć.

Wymykają się wciąż. Męka ta będzie trwała po grób

Lub zakończy ją ślub

Utwór pt. „Och, jak źle” (org. „Agony”) pochodzi z musicalu „Into The Woods”, w którym opowiedziana jest w krzywym zwierciadle historia postaci znanych z bajek dla dzieci, takich jak „Czerwony Kapturek”, „Rozpunka” czy „Kopciuszek”. Muzykę i oryginalny tekst stworzył Stephen Sondheim. Kompozytor ma swój charakterystyczny styl oparty o muzykę atonalną. Zainteresowałem się jego twórczością ze względu na mroczne tematy, które podejmuje w tworzonych przez siebie muzycznych opowieściach. Sondheim jest autorem m.in. „Sweeney Todd’a” - historii o pochłoniętym żądzą zemsty golibrodzie -mordercy. Wcielenie się w czasie koncertu w księcia sfrustrowanego nieudaną miłością do swojej księżniczki wydało mi się ciekawym zadaniem aktorskim.

Utwór napisany na 6/8 nawiązuje do *barkaroli* - pieśni śpiewanej przez weneckich gondolierów. Rytm i metrum wzbudzają skojarzenie z bujaniem odczuwanym w czasie płynięcia łodzią. Muzyka pełni funkcję ilustracyjną, np. kiedy postać śpiewa o tym, że wspina się na wieżę można usłyszeć w linii melodycznej i akompaniamencie fortepianu pochod dźwięków w górę skali. Nic w tym utworze nie jest tym, czym być powinno. Księżęta śpiewają o miłości, jednocześnie ją negując. Utwór ten zaliczyłbym do stylistyki **contemporary legit**.

Podstawą do eksplorowania tej barwy były dla mnie dwie jakości z treningu Estill: **cry i opera**. Kontakt z partnerem i naczelną intencją, jaką był paradoksalny „pojedynek, kto ma gorzej”, umożliwiły zbudowanie dramaturgii utworu. Klarowne intencje spowodowały, że nasze działania fizyczne były wiarygodne i celowe, a głos z założenia nieco stylizowany i sztuczny, nabrał naturalności mowy.

Figury: chrząstka tarczowata - wychylona, wysoki język, mięsień nalewkowo - nagłośniowy-,  
zwięzły, krtań - środkowa/obniżona, retrakcja fałdów rzekomych

Jakości: Speech, Cry, Sob, Falsetto, Twang, Opera, Belt

### AŻ USŁYSZĘ ZNÓW TWÓJ<sup>35</sup>

powoli przemija każdy dzień  
cicha noc sunie jak cień  
mrok spłynął już  
lecz ja nie zaznam snu  
nim usłyszę cię  
tygodnie, miesiące tyle lat  
czekam, aż zjawisz się w drzwiach  
i jak w półśnie odliczam dzień za dniem  
aż usłyszę znów twój śpiew  
spotykam cię we śnie i znów przeklinam los  
sen znikł a w ramionach trzymam zimną noc  
i w wieczność się zmienia każdy rok  
serce wciąż ściska ten ból  
rozdarta w pół dusza nie zgoi się  
aż usłyszę znów twój śpiew  
i twoja melodia z oddali wola mnie  
i biegnę w szaleństwo bo tam nie ma cię

---

<sup>35</sup> Oryginalny tytuł: „Till I hear you sing”, polski przekład: Dorota Kozielska

niech spłoną marzenia zgasną sny  
tracą sens gdy nie ma cię  
w samotne dni będę wspomnieniem żył  
będę czekał na twój śpiew

Utwór autorstwa kompozytora Sir Andrew Lloyd Webbera pochodzi z musicalu „Love Never Dies”. Jest to sceniczna kontynuacja jego najpopularniejszego spektaklu muzycznego „Upiór w Operze” (ang. Phantom of the Opera). Musical ten opowiada o niemożliwej do zrealizowania miłości Eryka, oszpeconego geniusza muzycznego, zamieszkującego podziemia paryskiej opery, do śpiewaczki Christine Dae. W „sequelu”, spektaklu, wypędzony z Paryża upiór, postanawia odnowić kontakt z miłością życia zapraszając ją na występ do Ameryki. Piosenka „Aż usłyszę znów twój śpiew” jest monologiem muzycznym wyrażającym jego niesłabnącą pomimo upływu lat tęsknotę. Postać upiora z opery kojarzy mi się z wampirem, który często w kulturze popularnej jest przedstawiany jako znużony nieśmiertelnik. Kompozytor uwypuklił to poprzez powtarzanie tej samej melodii w kolejnych zwrotkach utworu. W miarę narastania rozpaczki postaci wyrażanej przez postać melodia przemieszcza się w górę skali głosu i fortepianu i tuż przed finałem powraca do dolnej oktawy, co z punktu widzenia aktora może oznaczać dojście do kresu sił. Ciekawa była uwaga pianisty, Ignacego Wiśniewskiego, o tym, że być może kompozytor musiał tutaj powrócić do niskiej oktawy ze względu na zakres skali męskiego głosu, który mógłby nie utrzymać potrzebnej intensywności przy kolejnej modulacji w górę.

Kompozytor użył prostych zabiegów harmonicznycch. Andrew Lloyd Webber jest melodystą. Często w jego musicalach określony motyw muzyczny przynależy do danej postaci. Tak jak u Wolfganga Amadeusza Mozarta, który tworzył *leitmotivy* wybranym bohaterom swoich oper. Melodia w oryginale i w polskim tłumaczeniu jest perfekcyjnie dobrana pod słowa. W przypadku tłumaczenia *libretta* nie jest to proste zadanie. W języku polskim w porównaniu do angielskiego słowa zazwyczaj są dłuższe - niewiele jest słów jedno sylabowych, z których można stworzyć sensy potrzebne w przekładzie. Język angielski posiada więcej samogłosek, dyftongi<sup>36</sup> oraz więcej spółgłosek półotwartych, tzw. kontynuantów, np. /j/, /n/, /l/, których brzmienie można przedłużać, co wpływa na wrażenie płynności melodii.

---

<sup>36</sup> „dyftong- połączenie dwóch samogłosek w jednej sylabie; dwugłoska” <https://sjp.pl/dyftong>

Opisywana wyżej piosenka charakteryzuje się dużą amplitudą emocjonalną. Zaczyna się od wyrażanej półgłosem, niemal szeptem tęsknoty, aż po rozdzierający i pełen nadziei okrzyk na samym końcu. Przez większą część utworu zdaje się nie stanowić wyzwania pod względem rozpiętości skali. Baryton lub tenor poruszają się po średnicy, czyli używając dźwięków z środka dostępnej skali głosu, które zazwyczaj można wydobyć z mniejszym wysiłkiem niż bardzo niskie lub wysokie dźwięki. Problem może stanowić bridge i końcowa część, w której wokalista śpiewa na swoim *passagio* - czyli dźwiękach przejściowych. W tym wypadku, aby połączyć rejestry użyłem techniki **cry** (ang. płacz) - rozciągnąłem fałdy głosowe poprzez wychylenie chrząstki tarczowatej. Swobodna postawa pozwoliła na ustabilizowanie ruchów krtani, a ręka położona na brzuchu pod pępkiem podczas ćwiczeń sprawiła, że kontrolowałem siłę wkładaną w regulowanie ciśnienia powietrza. Kluczowe było uświadomienie sobie, że muszę zbudować dynamikę i przeprowadzić melodię zgodnie z intencją aktorską tak, aby wzrastała i opadała wraz ze stanami, przez które przechodzi postać. Od strony technicznej pomogło mi w tym stopniowanie głośności głosu w poszczególnych częściach utworu. Świadomość głośności każdej z jakości pomogła mi zbudować „mapę głosu” po której mogłem się poruszać w tym utworze. Zacząłem od cichej jakości **sob**, do której dodałem przydech. Następnie zwiększałem głośność poprzez domknięcie fałdów głosowych. Po pierwszym refrenie, w którym narosła dynamika zmniejszyłem głośność poprzez zminimalizowanie kontaktu fałdów głosowych, jak w jakości **cry**. W kolejnym refrenie zaś zwiększyłem głośność przechodząc na głos **legit**. W części, w której głos i fortepian schodzą oktawę niżej następuje nagłe zmniejszenie głośności - *subito piano* - uzyskałem je dzięki przejściu na wariant jakości **speech** z przydechem. Natomiast w finałowej części posłużyłem się najgłośniejszą z jakości - **beltingiem**.

Figury: aspirate gradual onset, mięsień nalewkowto - nagłośniowy- rozszerzony/zwężony, język - wysoki , chrząstka tarczowata - wertykalna i wychylona, chrząstka pierścieniowata - wychylona

Jakości: Speech, cry, opera, belt

## KANTATA JAZZOWA

„Kantata Jazzowa” to zbiór utworów pisany na mój głos przez kompozytora Ignacego Jana Wiśniewskiego . Mimo, że jazz nie jest stylem, z którym mam codzienny kontakt, wiele elementów kompozycji było mi już znanych, m. in, długie nuty legato, wysokie dźwięki i prymat tekstu nad muzyką. Teksty do obydwu utworów stworzył Michał Rusinek.

## WSZYTSKO TU SWĄ MIARĘ MA

Wszystko tu swą miarę ma

Wszystko tu swą miarę ma,  
kwadratowych cali pięć,  
odtąd dotąd, kroki dwa,

każdy łokieć, każda piędź,  
między punktem A i B,  
gdzie zatoczysz cyrklem krąg,  
nigdzie, wszędzie, byle gdzie.  
wszystko ma tu miarę swą.

Sen mara  
Bóg wiara,  
wszystkiego  
co nie miara!

Wszystko swoją miarę ma  
pół godziny, kwadrans, dzień,  
wszystko, co choć chwilę trwa,  
choćby kilka oka mgnień,  
choć sekunda, w tę lub wspanak,  
gdy wskazówki ledwie drgną  
nawet między tik i tak  
wszystko ma tu miarę swą:

Sen mara  
Bóg wiara,  
wszystkiego  
co nie miara!

To nostalgiczna i intymna miniatura muzyczna. Testowaliśmy przez dłuższy czas różne tonacje tego utworu. W zależności od nastroju, w jakim jesteśmy z akompaniatorem w dniu koncertu wybieramy tonację, w której chcemy go zagrać. Świadomie nawiązuję tu do piosenki aktorskiej, której głównym założeniem jest interpretacja tekstu. Wykorzystuję dźwiękonaśladowczość w artykulacji, śpiewając np. o odległości od punktu A do punktu B (zaznaczając cezurę między głoskami „a i b” poprzez chwilowe zamknięcie fałdów głosowych) czy imitując dźwięk tykania zegara na sylabach „tik i tak” (dociskając czubek języka do zębów, a potem tył języka do podniebienia miękkiego, wzmacniając wymowę spółgłosek „t” i „k”). Delikatną barwę głosu osiągnąłem dzięki zastosowaniu jakości **speech**, **falsetu** i nie-wielkiej ilości przydechu.

Figura: Aspirate onset

Jakosci: Speech Quality, Falsetto

## CISZA GALAKTYK

Wśród ciszy galaktyk,  
milczenia kosmosu,  
coś nagle dochodzi  
do głosu.

Przypływy, odpływy,  
bałwanów gonitwy,  
tak z morza wnet rodzą  
się rytmy.

Przez wiatru poświsty,



wśród skał oraz liści,  
rozlega się ton  
pierwszej myśli.

Od myśli do gestu,  
od gestu do słowa,  
przybiera na sile  
- rozmowa.

I toczy się, toczy  
od wieków do teraz  
zaczęta raz - już  
nie zamiera.

Od wtedy do zawsze,  
raz ciszej, raz głośniej,  
rozmowa jak trawa  
nam rośnie.

Wśród ciszy galaktyk,  
milczenia kosmosu,  
dosz-  
liś-  
my  
do głosu.

W piosence kompozytor nawiązuje do melodycznego stylu Andrew Lloyd Webbera. Tekst w poetyczny sposób opowiada o twórczości. Tematem są głos i słowo, a fakt ten sprawia, że muszę w tym miejscu wspomnieć o pani profesor Darii Iwińskiej, która była moją nauczycielką impostacji w Akademii Teatralnej w Warszawie. Jest dla mnie niedościgłym wzorem, jeśli chodzi o pracę nad emisją głosu. W trakcie zajęć nauczyłem się, że możliwe jest śpiewanie pełnym głosem bez zaciskania mięśni brzucha i mięśni międzybrownych w celu wzmocnienia głosu. To potrzeba powiedzenia czegoś partnerowi na scenie lub widzowi

wyzwała energię potrzebną w wydobywaniu głosu, a zachowanie swobodnych (ale nie wiotkich) mięśni sprawia, że możliwe jest śpiewanie bez nadmiernego wysiłku. Fizjologicznie, posługując się nomenklaturą Estill, strategia ta może oznaczać pobranie ilości powietrza adekwatniej do śpiewanej frazy z zachowaniem retrakcji fałszywych strun głosowych i odpowiednim poziomem wysiłku w zakotwiczeniu głowy, szyi i torsu. Odczucia towarzyszące mi podczas ćwiczenia tych Figur wskazywałyby na podobieństwo między tymi dwoma podejściami do pracy nad głosem.

Technicznym wyzwaniem w piosence “Cisza Galaktyk” było zbudowanie dynamiki od *piano* do *forte fortissimo*. Aby wyzwolić odpowiedni poziom energii do tego potrzebny zastosowałem Figurę Zakotwiczenia (ang. **Anchoring**) w oparciu o technikę wyobrażeniową. Akompaniament przywodził mi na myśl obraz romantycznego bohatera na szczycie góry, obserwującego chaos, z którego wyłania się świat. Poszukując dużego głosu w czasie ćwiczeń wykorzystywałem to wyobrażenie, które pomagało przybrać otwartą postawę ciała, i zachować swobodny sposób oddychania, pomimo dużego zaangażowania mięśni, jakie musiałem włożyć w śpiewanie niektórych nut. Na tej bazie ćwiczyłem regulowanie strumienia powietrza potrzebnego mi do zaśpiewania długich fraz i wysokich dźwięków.

Figury: fałdy głosowe- grube/cienkie, retrakcja fałdów rzekomych, chrząstka pierścieniowata-wychylona, głowa i szyja- anchoring

Jakości: speech, cry speech, oral twang, belt

## ZEMSTA

Są słowa, których się nie da cofnąć  
i których nigdy się nie wybaczy  
są rzeczy, które zapomnieć trudno  
za wszystko kiedyś trzeba zapłacić

Zemsta słodsza jest niż miód  
i czerwiejsza jest niż krew  
zemsta dobrą pamięć ma  
nawet w piekle znajdzie cię

Zemsta szybsza jest niż nóż  
ma swe drogi, zna swój czas  
kiedy w końcu chwyci cię  
nie zostanie z ciebie ślad

Przed zemstą nigdzie się nie ukryjesz  
choć żyjesz, to jakby już po tobie  
od zemsty niczym się nie wykupisz  
modlitwa też ci nic nie pomoże

Utwór autorstwa Sławomira Wiercholskiego pochodzi z polskiego musicalu „Tajemnica Tomka Sawyera”. Kompozycję napisaną w stylu bluesa wykonuje czarny charakter - Mr Black. Praca nad piosenką w tym stylu polegała na porzuceniu nawyku kończenia dźwięku z musicalowym *vibrato*. Aby to osiągnąć ćwiczyłem rozpoczynanie każdej frazy od zdecydowanego ataku na samogłoskę, czyli **Figury Glottal Onset**, by wyćwiczyć proste dźwięki. Istotne było, aby rozpoczynając dźwięk nie wypychać powietrza dla osiągnięcia siły głosu. Następnym krokiem było poszukiwanie barwy dobrej dla postaci i stylu bluesowego. Użyteczna w tym celu okazała się imitacja stylu śpiewania znanych bluesmanów. Udało mi się odnaleźć pozorną niedbałość i śpiewanie frazy do tyłu polegające na świadomym opóźnieniu początku frazy w takcie. Dalej pojawiły się wokalne improwizacje na stopniach skali bluesowej, której elementy wykorzystywałem śpiewając na scenie. Głos, którym się posługiwałem nazwałbym piersiowym z krtanią w środkowej i obniżonej pozycji. Przyciemniłem barwę opuszczając nieco język oraz żuchwę.

Figura: glottal offset, fałdy głosowe - grube, krtani - środkowa/niska/ wysoka

Jakosci: Speech, Sob, Twang, Belt

## WYZNANIE URSZULI<sup>37</sup>

Tak, przyznaję, że paskudna kiedyś byłam  
Nazywano często nawet wiedźmą mnie  
Lecz od dzisiaj twierdzę, że  
Na lepsze zmieniam się  
Znalazłam promyk światła, tu na dnie  
Tu, tak!  
Bo na szczęście odrobinę magii znałam  
Talent mam, gdy o te rzeczy chodzi, wiesz  
I przydaje się ten dar  
Bo zwykle rzucam czar  
Kiedy nieszczęśnikom pomoc pragnę nieść  
Żalodne  
Bo, problemy, dusz to!  
I ból  
I strach,  
Ta chce być znów szczuplejsza  
Ten dziewczynę pragnie mieć  
Czy im pomagam?  
Cały czas  
Och, jak pochłania mnie to!  
Bo żal mi dusz,  
Które stojąc przy mym kotle o zaklęcia proszą mnie  
Więc pomagam im i już  
Raz na moją prośbę płąć  
Dusza nic nie mogła dać  
Jasne, że na karę się skazało ją  
Choć wpłynęło parę skarg  
Ja jestem święta, to nie żart!  
Kto nie wierzy, ten robi błąd!  
Mężczyźni tam nie lubią trajkotania

---

<sup>37</sup> Oryginalny tytuł: „Poor Unfortunate Souls”, polski przekład: Marek Robaczewski

Plotkarstwo ich właściwie nudzi dość  
Oczekuje się od pań żeby oszczędzały krtań  
Lepiej milczeć niż bez sensu palnąć coś  
Daj spokój!  
Nie licz na wrażenie konwersacji  
Zamkniętą przy mężczyźnie trzymaj twarz  
Bo gdy milczysz w tedy on  
Sam uderza w czuły ton  
I widzisz, że go nagle w garści masz  
No chodź tu !  
Duszo biedna już chodź,  
Nie bój się, uczyń to  
Bo nie wiele mam już czasu,  
A o cenę nie martw się, jest niska tylko głos  
Och zrób duszyczko ten krok  
Bo wiedz że to  
Gdy przez most się pragniesz dostać  
Na wyśniony drugi brzeg  
Musisz zawsze płacić myto,  
Masz cyrograf podpisz się  
Teraz chłopcy wreszcie mam jej głos  
Największe szczęście to  
To był najlepszy mój krok!

Piosenka pochodzi z filmu animowanego wytwórni Walta Disneya „Mała Syrenka” (ang. „The Little Mermaid”). Twórcą muzyki jest Alan Menken, a autorem polskiego przekładu Marek Robaczewski. Wybrałem tę piosenkę, gdyż mogłem w niej eksplorować kolejną z jakości Estill - **sob**. Jakość ta w podstawowej formie ma najszerszy trakt głosowy - co oznacza, że krtań jest w niskiej pozycji, a fałszywe struny głosowe są maksymalnie rozszerzone. Wychylenie chrząstki tarczowatej i cienkie struny głosowe nadają głosowi ciepłego brzmienia. W filmie „Mała Syrenka” piosenkę śpiewa czarny charakter – morska wiedźma Urszula. Kiedy Ariel - tytułowa bohaterka - przy pływa prosić ją o ludzkie nogi w miejsce syreniego ogona, wiedźma postanawia podstępem zniewolić młodą dziewczynę i wykorzystać ją jako kartę przetargową w zdobyciu korony jej ojca. Muzyka w tym utworze

napisana jest w stylu cygańskim. Występują elementy wokalne improwizacji oraz **patter song** - czyli trajkotanie - w którym postać musicalowa na prostej melodii w szybkim tempie wyśpiewuje zdania składające się z wielu słów, oparte na wyraźnym rytmicznym wzorcu.

Kontrolowałem w tym utworze głos mniej poprzez pracę określonych mięśni, a raczej poprzez użycie wyobraźni, która pozwalała mi kierować jego wibracje do różnych przestrzeni rezonacyjnych. Kluczem do odnalezienia emisji było wyobrażenie, że śpiewam tę piosenkę jako kobieta. Skojarzenie sprawiło, że część mówioną otwierającą utwór zacząłem mówić wyższym głosem. Pozwoliło mi to odkryć jakość, która wydała mi się właściwa do mojej interpretacji. Różne warianty wysokości krtani, stopnia domknięcia fałdów głosowych i operowanie pozycją żuchwy umożliwiły różnorodne wykorzystanie rezonacji, a co za tym idzie zróżnicowanie barwy głosu. Grana przeze mnie postać posługiwała się wieloma poziomami głosu, bo też stany emocjonalne przez jakie przechodziła były zróżnicowane. Chcąc wzbudzić zaufanie wyobrażonej Ariel, do której śpiewałem wykorzystywałem jakość **sob** - ciepły, opiekuńczy głos. Śpiewając ironicznie na stronie, łamałem głos, przechodząc z jakości **speech** do **falsetu**. Imitując głos trajkoczących kobiet w drugiej zwrotce używałem jakości **twang**. Jakość **speech** w części parlandowanej na słowach „Gdy przez most się pragniesz dostać na wysniony drugi brzeg, musisz zawsze płacić myto, masz cyrograf, podpisz się ” pozwoliła mi na zachowanie wyraźnej dykcji w tempie. Triumfując, w górnym rejestrze głosu w finale utworu na słowach „To był najlepszy mój” , wykorzystuję jakość określaną przez nauczycieli Estill Voice Training jako **cry-belt** - znacznie „słodsza”, lżejszą w brzmieniu od podstawowego beltingu. Usłyszałem ten dźwięk podczas warsztatu z Anne Marie Speed, od której pożytyłem również nazwę tej jakości.

Figury: chrząstka tarczowata - wychylona, krtień-niska/środkowa

Jakości: Speech, Sob, Cry, Twang, Belt, Opera, Falsetto

### SPRZED I PO TOBIE JA / MILION MIL<sup>38</sup>

Francesca:

Gdy tulę cię ze wszystkich sił,

---

<sup>38</sup> Oryginalny tytuł: "Before and After You/One Second and Million Miles Away", polski przekład: Maciejka Mazan

zagarniam cię w głąb ciała.  
I nagle staje się nieznany świat.  
Muśnięcie ust i burza fal  
rozdziela mnie, rozdwaja.  
Sprzed- i po tobie - ja.  
Twój jeden gest i runął w pył  
ten mur, co mnie osłonił.  
Skąd mogłeś wiedzieć, czego jest mi brak?  
Czując twój dotyk nagle wiem,  
że to mnie los dogonił.  
Sprzed- i po tobie - ja.  
Pośród dróg.  
(Roz)darta w pół.  
Sprzed i po Tobie – ja.

Robert:

To jest dla mnie pierwszy raz  
kiedy żyję tu i teraz,  
gdy aparat nie zasłania świata, który niby znam.  
To jest dla mnie pierwszy raz,  
kiedy jestem częścią czegoś.  
ty mnie sklejasz i ogarniasz.  
Proszę, niech to dalej trwa  
To jest dla mnie pierwszy raz.  
Otworzyłaś jakąś drogę.  
Nic nie może nas zatrzymać  
kiedy trzymam twoją dłoń.  
To jest dla mnie pierwszy raz,  
Ten strach, że coś stracić mogę.  
A więc proszę cię, Francesco...  
Proszę, chodź.

Nie chcę mówić, że wiem, co przyniosą nam dni.

W końcu kto to wie?  
Patrząc w te oczy wiem, że pokazać ci chcę  
tyle różnych miejsc...  
tłum, wielbłądy i szczyty do chmur.  
Jedno wiem: w czasie, co dał nam Bóg  
od pierwszych chwil  
po (o)statni dzwonek...

Ty i ja jesteśmy chwilę,  
pędząc w dal przez jedną chwilę,  
Ty i ja (ma)my jedną chwilę  
i do przejścia milion mil.  
Nie chcę mieć złotych gór, nie chcę zmieniać już nic.

Francesca:

Nie chcę świata, gdzie brak tego, co mamy tu.

Robert:

Czego chcę, czego chciałem od zawsze – to ty.

Francesca:

Jeśli mam rzucić to...

Robert:

Teraz na mnie spójrz:

Przyszłaś z duszą wędrowca na świat

Właśnie tak pojmiesz, kim masz się stać.

Wśród gwiazd płomieni,

(w o)brotach Ziemi.

Robert i Francesca:

Ty i ja jesteśmy chwilę,  
pędząc w dal przez jedną chwilę,  
Ty i ja (ma)my jedną chwilę  
i do przejścia milion mil.

Francesca:

Pośród dróg.

Rozdarta w pół.

Sprzed- i po Tobie – ja.



Robert:

Proszę, chodź...

Francesca:

Otwórz się.

Otwórz drzwi.

Sprzed- i po Tobie – ja

Robert:

Proszę, chodź...

Francesca:

Jak mam stąd iść?

Powiedz,

jak mam stąd iść?

Jak z tobą mam stąd iść?

Jak mam spakować się,

zamknąć drzwi,

schować klucz,

odejść stąd?

Spójrz, gdzie jestem dziś,

kim jestem dziś

i powiedz.

Spróbuj to wyjaśnić mi.

Jak mam stąd iść?

Jak z tobą mam stąd iść?

Robert:

Nie chcę mówić, że wiem, jak odpowiedź ta brzmi,

skąd to wiedzieć mam?

Lecz to coś, co nas łączy, jest większe niż my.

Tak pisane nam.

Wiąże nas, spaja nas mocna więź.

Nie da się cofnąć czy zerwać jej.

Cokolwiek w gwiazdach jest spisane,

wytrzymamy

i zostaną.

Bo ty i ja jesteśmy chwilę,  
pędząc w dal przez jedną chwilę,  
Ty i ja (ma)my jedną chwilę

Francesca:

i do przejścia milion mil.

Robert:

Dzień za dniem od zawsze biegnę...

Francesca:

Dzień za dniem od zawsze biegnę...

Robert:

Dzień za dniem od zawsze biegnę tam, gdzie...

Francesca:

Dzień za dniem od zawsze biegnę...

Robert i Francesca:

Ty i ja (ma)my jedną chwilę

Robert

i do przejścia milion mil

Francesca

Proszę, chodź...

Utwór od strony muzycznej nawiązuje do amerykańskiego folku. Na samym początku mamy recytatywy, których zadaniem, tak jak w operze, jest popchnięcie akcji do przodu. Gdyby smyczki grały akompaniament, mógłby on w zasadzie być oparty na jednym akordzie. Można tu znaleźć również skojarzenie z nutą burdonową, która nawiązuje do pieśni irlandzkich, gdzie kobza lub lira korbowa podtrzymuje jeden dźwięk, na którym wyśpiewywana jest melodia. Głos, którego używałem sklasyfikowałbym jako **contemporary legit** - jaśniejszy niż śpiew operowy, osadzony na rezonatorze piersiowym i „masce”, potoczysty.

Zaprosiłem do współpracy aktorkę musicalową Anastazję Simińską, gdyż zależało mi, aby ten emocjonalny duet pojawił się w repertuarze mojego koncertu doktoranckiego. Od wysłuchania oryginalnego wykonania Stephena Pasquala i Katie O'Harry zacząłem proces integracji wielu wiadomości, które posiadałem z zakresu pracy nad głosem. Nauczycielka śpiewu, Charlotte Xerii, z którą współpracowałem, przy pomocy wyobraźni i ćwiczeń

relaksacyjnych pomogła mi dotrzeć do głębokiej barwy głosu i ujednolicić brzmienie w przejściu między rejestrami. Technika wyobrazeniowa, którą stosowała w pracy ze mną miała na celu zredukowanie nadmiernego wysiłku wkładanego w emitowanie mocnych dźwięków. W ćwiczeniach zastosowała wyobrażenie czakr, które przedstawiane są zwykle wzdłuż kręgosłupa jako kule energii różnych kolorów. Każda czakra odpowiedzialna jest za różne rodzaje energii w ciele. Odnalezienie balansu między czakrami, poprzez dotarcie do swobodnej postawy, otwarcie klatki piersiowej i ugruntowanie ciała pozwoliło mi na obniżenie poziomu wysiłku, jaki wkładałem w wydobywanie głosu. W odnalezieniu ciemnej, „piersiowej” barwy głosu pomógł mi szczególnie jeden obraz mentalny: wizualizacja kryształowej jaskini w klatce piersiowej. Ćwiczenie z tym wyobrażeniem sprawiło, że poczułem inny, szerszy rodzaj przestrzeni w klatce piersiowej i gardle. Wykorzystując te właściwości mogłem śpiewać intensywnie niskie i wysokie dźwięki, decydując świadomie o natężeniu głosu oraz dodając cieplejsze brzmienie do wyższych tonów. W języku Estill można by powiedzieć, że wykorzystałem właściwości jakości **sob** - czyli zakotwiczenie torsu, głowy, szyi oraz maksymalną retrakcję fałszywych strun głosowych. Krtań w tym ustawieniu mogła się nauczyć jak pracować z najbardziej komfortowym poziomem wysiłku. (ang. **Most Comofortable Vocal Effort**).

Powoli mogłem wprowadzać nowe nawyki wykonawcze. Na początku, w części *a capella*, posłużyłem się jakością **speech**. W refrenie, gdzie pojawiają się dźwięki „e i f razkreślne” śpiewam z wykorzystaniem rezonansu,. Jednak na pewnym etapie pracy potrzebowałem prób, podczas których przechodziłem z niskich dźwięków na wysokie, zmieniając rejestr na głowowy. W języku Estill zabieg ten nazywa się zmianą masy strun głosowych z grubych na sztywne (ang. **thick to stiff folds**). Odgłos przy tym słyszalny przypomina jodłowanie. Było mi to potrzebne, aby wyczuć zmieniające się miejsca w gardle podczas dużych przeskoków interwałowych. Gdy „figura jodłowania” stała się łatwa mogłem zacząć poszukiwać pełnego kontaktu fałdów głosowych, które nazywam „zaczepienia w gardle”. Odczucie to dało mi pewność, że mój głos w czasie śpiewania nie przerwie się, lecz przejdzie płynnie i jednolicie z niskiego tonu w wyższy. Trening tej umiejętności sprawił, że mogłem coraz pewniej wykonywać utwór, myśląc o założeniach aktorskich.

Figury: chrząstka tarczowata- wertykalna, wychylona, chrząstka pierścieniowata- wychylona  
mięsień nalewkowo-nagłośniowy- szeroki/zwężony, głowa, szyja, tors- anchoring

Jakości Głosu: Speech, Twang, Cry/Sob, Belt, Opera

## WSPÓŁCZESNA PIOSENKA MUSICALOWA<sup>39</sup>

Były raz dni,  
te mityczne dni  
- lud je złotym wiekiem zwał... -  
gdy pieśni rój,  
ach, pamiętny rój,  
z Broadwayu scen ku nam wiał.  
Tam wkraczał śpiew,  
gdzie słowom brakło sił.  
Na szczęście dziś  
ten styl się zmienił był.  
Musiałem co dzień dbać o głos,  
intonację i wibrację.  
A dzisiaj każda z moich ról  
idzie w melorecytację.  
Śpiewam, że kawa, że ipod, że but.  
Każde uczucie wyjaśniam jak drut.  
To by pojął i na miedzy wół.  
Mózgu mi nie trzeba nawet pół.  
Ref  
Ale fajnie we współczesnych musicalach piosenki śpiewa się!  
Każdy podtekst jak na tacy i najmniej dwadzieścia minut się tu drę.  
Gdy ci twarz się nie zamyka, to uwielbia cię publika.  
Wszystko styka, kiedy we współczesnych musicalach piosenki śpiewa się...  
La, la, la...  
Jeśli chodzi o nowy styl,  
zapamiętaj dobrze sobie:  
gdy ciut przesadzisz, zrobisz wieś  
to stary, już po tobie.

---

<sup>39</sup> Oryginalny tytuł: „Contemporary Musical Theatre Song”, polski przekład: Maciejka Mazan

Chcesz ton dramatyzmu dorzucić, to stań  
i piszcz, jakby ból właśnie miażdżył ci krtań.

No i greps, co zawsze działa, to  
ten subtelny, nieobecny wzrok.

Ref

Ale czad! - móc zagrać w jednej z tych współczesnych

musicalowych scen!

Możesz stać jak pień, a czasem zrobić sobie  
taki ruch, jak ten.

To tak, jak filmowe granie.

Wielkie gesty są za tanie.

Zasłaniają nam przesłanie treści  
tych współczesnych, musicalowych dram.

Tę treść przybliżę wam:

Spotkałem raz człowieka, co bez grosza był,  
lecz zabrał mnie do Nibylandii, bym pofrunął chociaż raz.

I teraz wiem, że umiem być wspaniały i spokojny,  
pełnią życia żyć, więc żegnam was, bo w drogę ruszyć czas.

Tak brak mi gór, więc już tam podążam...

widzę, leżysz tam, tak, to ty!

Ja się nie boję Schadenfreude,  
w niebieskich włosach jest bosko mi!

Stop! Mam spostrzeżenie.

Gdzie jest pole do interpretacji?

Słowne rozwolnienie  
nie jest synonimem inspiracji.

Może nam z tą dosłownością coś tam wyszło źle...

Lecz to nie pora na dyskusje z racji tego, że...

To jest właśnie świetny przykład na współczesny musicalowy styl!

Zerknij na zegarek, a odkryjesz, że tu śpiewam już od paru chwil.

Za tematem nowy temat...

Ta piosenka końca nie ma!

I oto nowa część...

Zaczyna coda mknąć...  
Nie może tempo paść,  
więc rozpędzam się, by wziąć  
ten finałowy, spodziewany,  
i tak oklaskiwany,  
najdłużej brzmiący  
głośny, współczesny musicalowy dźwięk!

Piosenka, amerykańskiego kompozytora Andrew Byrne'a, nawiązuje do dwóch odległych wokalnie i muzycznie stylistyk - klasyki i popu. W pierwszej części możemy usłyszeć „w krzywym zwierciadle” frazę i styl śpiewaczy charakterystyczny dla stylu **legit**, a w drugiej części pop i latin pop, który mógłby nawiązywać do współczesnego musicalu (ang. **contemporary musical theatre**), np. „In The Heights” Lina Manueala Mirandy. Można tu usłyszeć parodię charakterystycznego dla amerykańskiego musicalu **patter song**, gdzie w krótkim okresie następuje nagromadzenie wielu słów śpiewanych na jednej nucie. Część, w której wokalnie przechodzę na falset, nawiązuje bezpośrednio do west-endowskiego i broadwayowskiego hitu „Wicked”, gdzie bohaterka Elfaba stosuje ten zabieg w wielu śpiewanych przez nią piosenkach, m.in. „Defying Gravity”. Nawiązaniem do tej samej postaci jest również belting i ozdobnik na samym końcu piosenki. Musical „Wicked” miał swoją prapremierę w 2003 roku i wciąż pozostaje wzorcem połączenia popowej estetyki z aktorskim opowiadaniem historii w teatrze muzycznym (ang. **acting through song**). Wybrałem tę piosenkę jako podsumowanie badanego zagadnienia, aby w pastiszowej formie pokazać elementy warsztatu głosu, których używam śpiewając piosenki musicalowe.

Figury: faldy głosowe- grube, cienkie, sztywne, mięsień nalewkowo-nagłośniowy- zwięzony, głowa, szyja tors- zrelaksowane/anchoring, język-wysoki

Jakości: legit: Cry, Sob, Opera; contemporary: Speech, Twang, Cry, Falsetto, Belt, Sob, Opera

## PRZYJDZIE CZAS<sup>40</sup>

Wasz król przemówić dziś chce wysłuchajcie uważnie mnie więc  
Wasz żal niestosowny jest gdy tyle szkód wyrządzacie dziś mnie  
Skąd ten foch?  
Zawarliśmy układ i każdy z was zgodził z nim się  
Zasmucacie dziś mnie  
Pomimo to wciąż dla was bije serce me  
Przyjdzie czas, wkrótce już  
Że wróćcie z płaczem do mych stóp  
Przyjdzie czas, wierzcie mi  
Że wspomnicie nasze wspólne dni  
W trudny czas wszedł ten świat  
Lecz imperium nasze nadal trwa  
Jeśli wam pomoc mam  
Przyślę do was zbrojny mój batalion i miłości dowód dam  
Dadadadada  
Nie mówcie mi że to uczucie wypaliło się  
Naprawdę będzie wam ciężko gdy zbraknie mnie  
W miłości bywa różnie  
Lecz kocham cię mój ludzie  
Mój mały, słodki ludzie  
Lojalny, wierny ludzie  
Już zawsze i zawsze i zawsze i zawsze na zawsze  
Przyjdzie czas, wierzcie mi  
Nie przegrałem jeszcze żadnej z bitw  
Stawką dziś miłość jest  
Będę kochał was po życia kres  
Bez was bym nie mógł żyć  
Wpadłbym w rozpacz i oszalałbym  
Wiedźcie więc jakby co

---

<sup>40</sup> Oryginalny tytuł: „You’ll be back”, polski przekład: Dorota Kozielska

Pozabijam wam rodziny żeby miłość trwała wciąż

Dadadadada Dadadadada

Przez fanfarowy początek utworu podkreślony został królewski charakter postaci. Jednak przewrotnie piosenka reprezentuje prosty, współczesny język muzyczny. Zestawienie archetypu władcy z lekką muzyką jest komediowym zabiegiem zastosowanym przez kompozytora Lina Manuela Mirandę. Król nie śpiewa w stylu klasycznym, lecz estradowym, posługując dźwiękiem charakterystycznym dla idoli muzyki pop. Motyw wokalny oparty na sylabach „ta-ta-ta” jest pomyślany jako melodia, którą publiczność będzie nucić po zakończonym przedstawieniu. Ma ona również uzasadnienie interpretacyjne. Król Jerzy III - pierwowzór postaci, w którą wcielam się w utworze - cierpiał na chroniczną chorobę psychiczną. Jak pisał jeden z jego królewskich lekarzy Robert Willis: „wydawał dźwięki nie mające żadnego sensu”<sup>41</sup>. Szczegół ten pozwolił kompozytorowi stworzyć charakterystyczną postać i nadać jej atrakcyjną dla współczesnego odbiorcy popową formę. W oryginalnej orkiestracji występuje również klawesyn, który nawiązuje do muzyki barokowej i recytatywów w operze przedromantycznej.

Figury: mięsień nalewkowo - nagłośniowy- zwężony, fałdy głosowe – grube, cienkie, sztywne, głowa, szyja, tors - zrelaksowane

Jakości: Speech, Cry, Sob, Falsetto, Nasal Twang, Oral Twang, Opera, Belt

---

<sup>41</sup> Odnosić do TARARARA [https://www.vogue.pl/a/digitalsyndication-prawdziwa-historia-milosci-charlotty-i-gerzego-iii#:~:text=W%20roku%201810%20Jerzy%20wykazywa%C5%82,z%20kr%C3%B3lewskich%20lekarzy%20Robert%20Willis\).](https://www.vogue.pl/a/digitalsyndication-prawdziwa-historia-milosci-charlotty-i-gerzego-iii#:~:text=W%20roku%201810%20Jerzy%20wykazywa%C5%82,z%20kr%C3%B3lewskich%20lekarzy%20Robert%20Willis).)



## WNIOSKI

Technika wokalna jest dla mnie zagadnieniem fascynującym. Interesujące jest, jak bardzo różnią się profesjonalne podejścia do pracy z głosem. Kiedy poznałem model Estill, wydało mi się, że nie wiedziałem przed nim nic na temat techniki wydobywania głosu. Biorąc pod uwagę poziom jej zagłębienia się w dziedzinę fizjologii rzeczywiście miałem trochę racji. Posiadałem za to dużo doświadczeń nabytych dzięki pracy zawodowej, edukacji artystycznej i dobremu słuchowi, który pozwala mi z łatwością przyswajać, a także imitować różne dźwięki. Estill oferuje model podzielony na trzy obszary pracy: Rzemiosło, Artyzm i Magię. Prawidłowego posługiwania się głosem może nauczyć się osoba, która nie ma za sobą lat edukacji aktorskiej i wokalnej. Tym, co wyróżnia Estill Voice Training jest uporządkowanie ćwiczeń według struktur i funkcji jakie spełniają one przy produkcji głosu. Ciekawa jest również akceptacja każdego rodzaju głosu i brzmienia - pod warunkiem, że zostanie zachowane zdrowie strun głosowych. Model oparty o wiedzę z zakresu fizjologii głosu umożliwia nieszkodliwą dla śpiewaka emisję nawet „nieestetycznego” dźwięku.

Połączenie modelu Estill z pracą z obrazami mentalnymi, skojarzeniami i tak zwanym „organicznym ciałem” wydawało mi się na pewnym etapie niemożliwe. Dobre nawyki i instynkt praktyka nie pozwalały mi na zaufanie w sens dekonstrukcji głosu, jaką jest część procesu uczenia się Figur i Jakości Estill. W miarę nabierania doświadczeń zrozumiałem, że świat nauki może uzupełniać praktykę i odwrotnie. Nauka jest otwierającym twórcze możliwości narzędziem dla aktorów i wokalistów. Dzięki zrozumieniu tego, jak działa głos i z jakich części się składa aparat mowy, można zanalizować swoje nawyki i świadomie poprowadzić proces uczenia się. Można dzięki tej wiedzy zastąpić mnożące się mity - takie jak ten, że jedzenie czekolady przed śpiewaniem zakleja struny głosowe - konkretnymi faktami. Czekolada nie może zakleić strun głosowych, bo trafia do przełyku, a nie do krtani. Inaczej życie wokalisty byłoby w niebezpieczeństwie. Zrozumienie mechanizmów pracy aparatu głosowego skraca czas docierania do określonych efektów dźwiękowych oraz pomaga zrozumieć, co potencjalnie uruchamiają obrazy mentalne stosowane w nauce emisji głosu.

Pytania Stanisławskiego stawiane przez aktorów o konflikt, cel i przeszkody na drodze do osiągnięcia go sprawdzają się również w piosence musicalowej. Każda z nich jest jak etiuda dramatyczna, w której aktor zaczyna w określonym stanie, zmieniającym się pod wpływem okoliczności. Aktor w postaci w obrębie trwania piosenki przemieszcza się emocjonalnie z

punktu A do punktu B. Aktorskie podejście do oddechu, zakładające, że zmienia się on pod wpływem okoliczności i namiętności, również pozwala pozostać elastycznym na zmiany wynikające ze stylu śpiewania. Inaczej oddycha się w prawdziwej, intensywnej emocji, inaczej w parodii operowego śpiewania, a inaczej w szybkiej rockowej piosence. Jo Estill twierdzi, że nie ma jednego dobrego sposobu oddychania. Istnieją jego różne rodzaje, które mają wpływ na cały trakt głosowy. Są wokaliści, którym wygodnie oddycha się brzuchem, są tacy, którzy preferują oddech klatką piersiową. To zadania jakich się podejmują mogą wymagać zmodyfikowania nawyków.

W okresie przygotowań do koncertu, pomiędzy próbami, korzystałem z technik pracy z ciałem: metody Feldenkraisa<sup>42</sup> i kilku lekcji techniki Alexandra<sup>43</sup>. Uważam, że są skutecznym narzędziem przy autoregulacji stresu przed występem. W czasie koncertu czułem, że pomiędzy mną a widownią istnieje połączenie. Myślę, że dzięki solidnemu przygotowaniu materiału muzycznego, jak i poszczególnych zapowiedzi mogłem momentami improwizować, bawić się i dzielić radością z muzykowania. Być może o tym mówiła Jo Estill, kiedy wyszczególniła w treningu głosu Magię - „stan bycia w strefie” (ang. **in the zone**).

---

<sup>42</sup> Metoda Feldenkraisa-„ metoda reedukacji ruchowej, samopoznania i rozwoju swojego potencjału poprzez ruch” <https://metoda-feldenkraisa.pl/metoda/>

<sup>43</sup> „Technika Alexandra- metoda przywracania wewnętrznej swobody ciała i ducha opracowana przez Fredericka Matthiasa Alexandra (1869-1955)” I.Jeżewska,S.Chomiak, *Kinemission, koncepcja treningowa wspomagająca wyzwolenie głosu*, Akademia Sztuk Teatralnych im.S Wyspiańskiego w Krakowie Filia we Wrocławiu,2020, str.22



## STRESZCZENIE

Praca niniejsza jest zapisem etapów przygotowań do koncertu „Wieczór na Broadway”, który miał miejsce 17 marca 2023 w Teatrze Collegium Nobilium. Do współpracy zaprosiłem utalentowanego pianistę i kompozytora Ignacego Jana Wiśniewskiego oraz dwoje wybitnych aktorów musicalowych: Anastazję Simińską i Adriana Wiśniewskiego. Repertuar koncertu obejmował piosenki musicalowe oraz 2 utwory skomponowane przez akompaniatora na płytę „Kantata Jazzowa”.

Każdy utwór napisano w innym stylu muzycznym. Musical jest gatunkiem wymagającym od wykonawcy dużej sprawności technicznej i elastyczności w dostosowywaniu się do stylu danego utworu. Przygotowując się do koncertu badałem jakie narzędzia z warsztatu głosu aktora umożliwią mi osiągnięcie tego celu. Prezentuję elementy wywiedzione z podejścia opartego o obrazy mentalne jaki dominował w moim szkoleniu aktorskim oraz ćwiczenia z Estill Voice Training bazującego na anatomii i fizjologii głosu. Opracowałem polskie nazewnictwo, które mogłoby stać się podstawą przetłumaczenia pracy oryginalnej badaczki głosu - Jo Estill - na język polski.

Praca składa się z kilku części. We wstępie nakreśliam koncepcję pracy. W pierwszym rozdziale prezentuję założenia treningu głosu Estill Voce Training oraz podstawowe jego ćwiczenia. W drugim rozdziale pojawia się charakterystyka stylu musicalowego oraz rodzajów głosu jakie można wykorzystywać w tym gatunku. Trzecia część jest analizą wokalnno-aktorską koncertu „Wieczór na Broadway’u”. W zakończeniu przedstawiam wnioski płynące z wykorzystania różnych ćwiczeń zarówno głosowych, fizycznych i aktorskich dzięki którym możliwa jest wszechstronna praca ze zróżnicowanym repertuarem piosenek teatru muzycznego.



## Bibliografia:

1. J.Estill, *Compulsory Figures For Voice- A User's Guide to Voice Qualities. Level II: Six Basic Voice Qualities*, Estill Voice International, 1997
2. J.Estill, *Compulsory Figures For Voice- A User's Guide to Voice Qualities. Level II: Six Basic Voice Qualities*, Estill Voice International, 1997
3. K. Steinhauer, M. McDonald Klimek, J. Estill, *The Estill Voice Model Theory & Translation*, Estill Voice International, 2017
4. B. Tarasiewicz, *Mówię i śpiewam świadomie. Podręcznik do nauki emisji głosu*, Towarzystwo Autorów i Wydawców Prac Naukowych UNIVERSITAS, Kraków 2006
5. K. Steinhauer, M. McDonald Klimek, K. Obert , J. Estill, *Level One:Figures for Voice Control-Workbook*,Estill Voice Training Systems International, LLC, 2005
6. J.Deer, R. Dal Vera, *Acting In Musical Theatre: Comprehensive Course*, Routledge, 2016
7. K.Hall, *So you want to sing in Music Theatre*, Rowman & Littlefield, 2014
8. K.B.Obert, S.R.Chicurel, *Geography of The Voice*, Estill Voice Training International, LLC,2005
9. I.Jeżewska,S.Chomiak, *Kinemission, koncepcja treningowa wspomagająca wyzwolenie głosu*, Akademia Sztuk Teatralnych im.S Wyspiańskiego w Krakowie Filia we Wrocławiu, 2020
10. D.Michałowska, *O podstawach polskiej wymowy scenicznej*, Państwowa Wyższa Szkoła Teatralna im.L.Solskiego w Krakowie, 1994

## Źródła internetowe:

1. [https://www.vogue.pl/a/digitalsyndication-prawdziwa-historia-milosci-charlotty-i-jezego-iii#:~:text=W%20roku%201810%20Jerzy%20wykazywa%C5%82,z%20kr%C3%B3lowskich%20lekarzy%20Robert%20Willis\)](https://www.vogue.pl/a/digitalsyndication-prawdziwa-historia-milosci-charlotty-i-jezego-iii#:~:text=W%20roku%201810%20Jerzy%20wykazywa%C5%82,z%20kr%C3%B3lowskich%20lekarzy%20Robert%20Willis)
2. <https://metoda-feldenkrais.pl/metoda/>
3. <https://sjp.pl/dyftong>
4. [https://www.imaios.com/pl/e-anatomy/glowa-i-szyja/jama-ustna?mic=mouth-oral-cavity-illustrations&afi=4&is=2824&il=pl&l=pl\\_PL&ul=true](https://www.imaios.com/pl/e-anatomy/glowa-i-szyja/jama-ustna?mic=mouth-oral-cavity-illustrations&afi=4&is=2824&il=pl&l=pl_PL&ul=true)
5. <https://www.diki.pl/>
6. <https://ling.pl/>
7. <https://www.imaios.com/pl/e-anatomy/>

Rysunki użyte w pracy pochodzą z książek:

1.K. Steinhauer, M. McDonald Klimek, J. Estill, *The Estill Voice Model Theory*  
& *Translation*, Estill Voice International, 2017

2. K.B.Obert, S.R.Chicurel, *Geography of The Voice*, Estill Voice Training International,  
LLC,2005

Rysunki użyte za zgodą Estill Voice International. (ang. **Image/s used with permission of Estill Voice International.**)

#### SPIS RYSUNKÓW:

<b>Rys. 1</b> Struktury w modelu głosu Estill. Od góry: głowa i szyja, podniebienie miękkie, usta, język, żuchwa, krtań, zwieracz nalewkowato-nagłośniowy, fałdy rzekome, fały głosowe, chrząstka tarczowata, chrząstka pierścieniowata, tors.....	15
Rys. 2 Rysunek schematyczny fałdów głosowych. Po lewej fałdy otwarte, po prawej zamknięte. ....	17
Rys. 3 Fałdy rzekome a) w pozycji środkowej b) zacisk c) retrakcja.....	18
Rys. 4 Przekrój poprzeczny fałdu głosowego (ang. <b>true vocal fold</b> ). Najgłębsza warstwa to część głosowa mięśnia tarczowo-nalewkowatego (vocalis portion of thyroarytenoid muscle). Dwie kolejne warstwy- głęboka i środkowa blaszka właściwa (ang. deep and intermediate lamina propria) tworzą więzadło głosowe. Mięsień głosowy i więzadło stanowią ciało fałdu głosowego (ang. <b>body</b> ). Powierzchnowa blaszka właściwa (ang. superficial lamina propria) oraz naskórek (ang. epiphilium) stanowią powierzchnię fałdu głosowego (ang. <b>cover</b> ). .....	19
<b>Rys. 5</b> Chrząstka tarczowata w pozycji wertykalnej (środek) i wychylonej (z prawej).....	21
Rys. 6 Chrząstka pierścieniowata w pozycji wertykalnej (środek) i wychylonej (z prawej). .....	22
Rys. 7 Przekrój boczny krtani. Mięsień nalewko- nagłośniowy (ang. aryepiglottic muscle)- rozszerzony (z lewej), zwężony (z prawej). .....	22
Rys. 8 Rysunek schematyczny krtań. Od góry: kość gnykowa (ang. hyoid bone), „jabłko Adama” (ang. „Adam’s Apple”), chrząstka tarczowata (ang. thyroid cartilage), chrząstka pierścieniowata (ang. cricoid cartilage).....	23
<b>Rys. 9</b> Rysunek schematyczny miękkiego podniebienia (ang. velum lub soft palate).....	24
Rys. 10 Rysunek schematyczny języka (ang. tongue). Wyszczególniono części języka: czubek (ang.tip), część przednią grzbietu (ang.blade), grzbiet (ang. dorsum), korzeń (ang.root), trzon (ang.body) .....	26
<b>Rys. 11</b> Rysunek schematyczny ust- górna warga (ang. upper lip), dolna warga (ang. lower lip). .....	26
Rys. 12 Na obrazku przedstawiono żuchwę (ang.mandible) oraz kość szczękową (ang.maxilla). .....	27
<b>Rys. 13</b> Schemat mięśni biorących udział w Figurze Head&Neck Anchoring.....	28
Rys. 14 Schemat mięśni biorących udział w Figurze Torso Anchoring: piersiowe większe (pectoralis major), czworoboczny grzbietu (quadratus lumborum), najszerszy grzbietu (lattissimus dorsi), mięsień prostownik grzbietu: kręgosłupowy, najdłuższy, biodrowo-żebrowy (erector spinae: spinalis, longissimus, illocostalis) .....	29

