

MEDICINA I GLAZBA

RAZGOVARALA
ANAMARIJA NERAD



MIRJANA PETERCOL, DIPL. GLAZBENI PEDAGOG,
KONZERT-EGSAMINIRANI SOLIST NA KONCERTNOJ HARMONICI



Mirjana Petercol rođena je u Poreču, gdje završava osnovnu glazbenu školu u klasi prof. Đeni Deklele-Radaković. Po završetku srednje glazbene škole u Puli, nastavlja studij glazbe na Hochschule für Musik Hannover u Njemačkoj, u klasi prof. Elsbeth Moser, gdje je diplomirala i nastavila postdiplomski studij (Künstlerische Ausbildung kao i Solisten Examina). Paralelno se usavršava na području medicine za glazbenike, gdje je u međuvremenu predavač raznih tehnika pokreta i opuštanja (Dispokineziopedie, autogenes training, Jacobsen relaksacija mišića, yoga, medicinska hipnoza). Mirjana Petercol se nadalje usavršava u elementarnoj pedagogiji te u liturgijskoj crkvenoj glazbi. Trenutno je na usavršavanju na području gregorijanike i srednjovjekovne glazbe na Univerzitetu u Essenu.

Uz aktivnu koncertantnu karijeru od 1998. g. redovni je docent harmonike, metodike, komorne glazbe, suvremene glazbe te Dispokineziopedije na glazbenim akademijama u Kasselu, Wisbadenu te na Univerzitetu u Kasselu. Ona je kao jedini

stranac, član Predsjedničkog odbora harmonikaških pedagoga Njemačke te redoviti član raznih natjecanja diljem Europe.

Koliko je danas medicina zastupljena u glazbi?

Mislim da je medicina na isti način povezana s glazbom te s glazbenicima kao i prije tisuću godina. U antici se vjerovalo da glazba ima utjecaj na tijelo (organe) te na psihi i karakter. To je i danas jedan pogled iz glazbene terapije, glazba ima utjecaj na nas. Neka vrsta glazbe nas smiruje, neka razdražuje, a neka uzbuđuje. Istina, tu su i ostali utjecaji npr. sociološki i kulturološki. Ali Vas zacijelo interesira povezanost (izvođenja) glazbe i glazbenika. Čim se glazbenik (instrumentalist kao i pjevač) izražava glazbom, koristi se svojim tijelom. Tijelo (kao i svaka materija) pada pod fizikalne zakone. Znači – muziciranje je jedna aktivnost koja ima posljedice kako pozitivne tako i negativne.

Ako usporedimo glazbenike s vrhunskim sportašima (istini za volju ta je komparacija često neželjena, ali je zaista vjerodostojna) vidimo da pokreti sportaša kao i glaz-

benika moraju biti harmonični, pokretljivi, bez blokada te bez stereotipno pratećih pokreta. Nadalje je potrebna jedna visoka koncentracija pri izvođenju pokreta, čime se ne misli na „napetost“, nego pozornost.

Duboko vjerujem da je potrebno posjedovati više sposobnosti kojima se omogućuje aktivno muziciranje.

Na koji način medicina preventivno djeluje na probleme?

Moram Vas razočarati, medicina ne djeluje preventivno na probleme. Medicina, kako se danas shvaća, djeluje na posljedice te u najboljem slučaju na simptome. Znači ako je došlo do upale tetiva, najčešće se koriste različite kreme, ponekad gips, event. tablete za bolove te zabrana aktivnosti (muziciranje). U ovom slučaju medicina djeluje na „posljedicu“- upalu u tijelu. Sigurno da medicina može utjecati na simptome, npr. ako je glazbenik vrlo nervozan pri muziciranju, često se daju umirujuća sredstva kako bi muziciranje bilo opušteno. Znači – nervoza je simptom, posljedice su npr. napeta muskulatura te time i jedna neuspješna

tehnička izvedba.

Preventivno na glazbenike djeluje re-edukacija pokreta, kao i odnosa prema muziciranju. To je jedini način kako temeljito utjecati na probleme pri muziciranju.

Kako na tome radite sa studentima / pacijentima?

Prvo, najbitnije je napraviti dobru anamnezu držanja tijela, anamnezu instrumentalne tehnike te ergonomsku anamnezu. Ergonomija je bitan element kod glazbenika, odnos instrumenta i tijela, u to ulazi između ostalog, veličina i težina instrumenta. Bitno je da glazbenici paze kod odabira instrumenta i slušaju prvenstveno svoj vlastiti osjećaj i tijelo (inspiraciju). Često su razlozi odabira instrumenta magnifantni: kolega svira isti instrument, cijena instrumenta, veličina instrumenta (npr. kod djece). U tijeku svog pedagoškog rada, pogotovo na fakultetu, vidjela sam kakve sve posljedice ima pogrešno držanje instrumenta i to svih instrumenatalista, ne samo harmonikaša.

Držanje tijela je nadalje, jedna bitna komponenta, tijelo mora biti u balansu, svi mišići, tetive i zglobovi trebaju biti u optimalnoj napetosti. Prevelika napetost jednog mišića ili mišićnih dijelova može imati velike posljedice, uzmimo primjer bicepsa. Prevelika napetost tog mišića ima posljedice na finu motoriku ruke tj. prstiju. Posljedice neekonomske napetosti mišićnih dijelova su ozbiljne. U tijelu je sve povezano, svi sustavi su međusobno u jednoj komunikaciji. Zato je ljudsko tijelo tako komplicirano i veličanstveno te ga treba s respektom koristiti, a ne iskorištavati.

Držanje tijela je istovremeno i jedna prezentacija internog, unutarnjeg (psihičkog) stava, to se

vrlo dobro vidi kod djece koja ulaze u pubertet.

Anamneza instrumentalne tehnike je sigurno jedna tematika koja glazbenike možda najviše zanima. Zašto mi npr. ne uspijeva jedan skok na instrumentu, zašto imam probleme kod trilera, zašto boli vrat / rame nakon bellowshakea, to je samo jedan mali prikaz pitanja kojima mi se harmonikaši obraćaju. Bitno je shvatiti da su instrumentalni „problemi“ najčešće simptomi. Uzroci su negdje drugdje, a to je već polje jednog stručnjaka. Kako sam navela da je u tijelu sve u jednom balansu i komunikaciji, tako je i ovdje potrebno potvrditi da su sva tri gore navedena elementa su istovremeno u balansu. Jedna dobra tehnika uvijek se bazira na adekvatnom držanju tijela i psihe te ergonomski usklađenog tj. odabranog instrumenta.

Nakon te anamneze započinje rad na studentu / pacijentu. Moja uloga je provesti re-edukaciju – naravno s aktivnim učešćem studenta. U tom procesu radim na različitim vježbama i tehnikama dinamičnih pokreta i statičnog držanja tijela, kao i na svjesnom opuštanju istih.

Pripisujete li određene tjelesne vježbe? Možete li ih navesti?

Da i ne. Vježbe na kojima radim su iz različitih područja. Baza su sigurno tzv. URGESTALTEN od mog nizozemskog profesora dispokinezije, van Klashorsta. Nadalje imam jedan veliki repertoar vježbi koje koristim za demonstraciju pokreta. Rad sa studentima / pacijentima je individualan, shvaćam ga kao proces, a ne kao „čudotvorno sredstvo“.

Po kojim se čimbenicima vidi da je određenoj osobi potrebna pomoć s medicinske strane?



Ovo je jedno interesantno pitanje. Kako sam već navela, potrebno je paziti na gore navedene elemente, to je sigurno obaveza jednog dobrog pedagoga. Česti sam član komisija raznih natjecanja, kao i ispita, tu susrećem svakojake situacije. Učenici / studenti koji se u velikoj napetosti bore za pobjedu, previsoka očekivanja su samo jedan mali prikaz situacije. Ili studenti koji su na fakultetima u međusobnoj konkurenciji. Istina je da je današnja situacija glazbenika dosta pod pritiskom, kako ekonomskim tako i u borbi za slavu. To je vrlo neugodno. Ako glazbenici vjeruju i podlegnu ovom diktatu, nije ni čudo da izađu iz balansa. Ja sam za jednu humanu i progresivnu pedagogiju, glazba se uči i izvodi iz istinske ljubavi, a ne iz potrebe za slavom (a time i moći) kao ni za kompenzacijom.

Što je re-edukacija?

Re-edukacija znači ponovno učenje, u ovom slučaju pokreta. Na sreću glazbenici posjeduju i kognitivne sposobnosti. Prava re-edukacija je kombinacija tehničkih pokreta te shvaćanja kako i zašto se taj novi pokret izvodi. Znači ako vidim jedan problem na jednom području tijela, nema smisla samo sprovesti novu terapiju pokreta, nego glazbenik mora shvatiti novi pokret te kako ga izvesti. Bitan je i osjećaj koji se osjeti u tijelu, svi pokreti koje osjećamo kao neugodne, koji su kruti i koji se moraju „drilati“ su nezdravi.

To za mene znači da je pravi instrumentalni pedagog obavezan

promatrati pokrete svojih učenika i studenata te ih pravilno usmjeravati. Ovdje se ponovo vraćam na komparaciju glazbenika i vrhunskih sportaša, svi sportaši su vođeni od trenera koji imaju odgovornost za njihovo zdravlje. Cilj bi bio da i profesori glazbe budu tako usavršeni, da preuzmu odgovornost za zdravo muziciranje svojih učenika.

Dugi niz godina držim predavanja na akademijama o dispokineziji, ne samo da bih pomogla studentima svih odjela, nego da kroz to predavanje podučim i senzibiliziram studente (buduće pedagoge) kako bi oni u svojoj profesiji mogli to znanje primijeniti. Moja velika želja je što više profesora glazbe (na svim instrumentima, a pogotovo harmonikaše) osposobiti, kako bi sljedeće generacije učenika bile što bolje pedagoški educirane.

Poznato nam je da i koncertirate. Kako uz sve obaveze to uspijevate?

Da, aktivni sam instrumentalist – harmonikaš. Tu imam različite projekte, od solo te komornih projekata do opera. Vrlo je bitno da je profesor instrumentalno aktivan, nemoguće je predavati npr. novu glazbu ako niste u toku, ako ne proučavate tehnike, ne pronalazite dobre prstomete, ne poznajete kompozitorski rječnik itd. Moja je obaveza kao docent biti uvijek u toku glazbenog zbivanja. U međuvremenu sam izučena i kao orguljaš, i to iz dva razloga, da shvatim motorične aktivnosti sviranja raznih manualnih kombinacija te rad stopala. Nadalje, željela sam proučavati originalnu orguljsku literaturu, koju tako mogu najadekvatnije prenijeti na harmoniku. Na pitanje kako to uz sve obaveze vremenski uspijevam, moram priznati da živim za muziku i pedagogiju, svaku minutu

u danu. Na sreću imam prekrasne studente koji su mi uvijek pri ruci, moja harmonikaška klasa je jako kolegijalna i ugodna tako da se mogu svaki trenutak osloniti na njih.

Primjenjujete li vježbe kod svog vježbanja?

Naravno! To je neobično bitno, sigurno da ne koristim sve vježbe, nego samo one koje mi trenutno trebaju. Vrlo sam znatiželjna i otvorena za nove tehnike i vježbe, tako da stalno posjećujem razne tečajeve i na taj način širim svoje poglede i repertoar pokreta.

