

POLSKI UNIWERSYTET NA OBCYZNIE
W LONDYNIE

ZESZYTY NAUKOWE

SERIA TRZECIA, NR 6, 2018

LESZEK KULASZEWICZ

POLSKI UNIWERSYTET NA OBCYZNIE, LONDYN

10 LAT W WIELKIEJ BRYTANII
JAKO STUDENT, SAKSOFONISTA
I NAUCZYCIEL

WSTĘP

Pprzedmiotem niniejszego artykułu są metody codziennej pracy muzyka jazzowego, które zdołałem stworzyć i zastosować w swojej praktyce, a które uznałem za potencjalnie użyteczne dla innych osób decydujących się opanować jakąś sztukę, wymagającą bezwarunkowo regularnego nakładu czasu. Niektóre z opisanych rozwiązań wydają się bezkompromisowe, a nawet radykalne, niemniej z mojej perspektywy stały się one niczym tratwa ratująca szkatułę po katastrofie okrętu. Rozwiązania te zastąpiły lub uzupełniły metody zdezaktualizowane wyjazdem do innego kraju i założeniem rodziny. Powszechniejsze sposoby pracy muzyka i nauczyciela stały się wyraźnie nieprzystające do wymagań, jakie niesie za sobą bycie jednocześnie emigrantem, studentem, a potem jeszcze mężem i ojcem. Poniższe formuły są efektem decyzji o bezwzględnej adaptacji mimo wielu porażek i trudności. Zdanie to można uznać nie tylko za wstęp, ale też jako podsumowanie całej poniższej wypowiedzi.

FIVE I

Aby umieścić poruszaną problematykę w szerszym kontekście, zacznę od swojej formuły **Five I**, czyli **Inspiration, Influence, Instructions, Incorporation, Independence**. Pierwotnie stworzyłem ją do pracy nad dźwiękiem (brzmieniem), ale z powodzeniem można jej używać w bardziej ogólnym podejściu stawania się wszechstronnym muzykiem jazzowym.

Chodzi o to, że najpierw coś musi nas **zainspirować** (*inspiration*), aby emocjonalnie i pozytywnie odpowiadać na myśl sięgnięcia po instrument. Najwcześniejsza inspiracja, jaką pamiętam, pochodzi od mojej mamy grającej nam, dzieciom, na akordeonie ludowe walczyki, których zdążyła się nauczyć przed nagłą śmiercią jej nauczyciela. Natomiast najbardziej świeża inspiracja pochodzi od mojego taty, który niedawno przysłał mi własnoręcznie, z pietyzmem zrobiony pełnowymiarowy klarnet.

Potem musimy otworzyć się na **wpływy** (*influence*), aby zorientować się w dorobku dziedziny, którą chcemy eksplorować. W skrócie chodzi o to, aby strategicznie dużo słuchać muzyki – najpierw wszystkiego, potem tego, co jest uznane jako klasyka danego gatunku, a potem już prawie wyłącznie tego, co się lubi. Dotyczy to oczywiście słuchania wykonanń zarejestrowanych, jak i tych na żywo.

Kiedy jesteśmy już nie tylko zmotywowani i świadomi tego, że na czymś, ja-koś, coś chcemy grać, musimy zainstalować nasze pragnienia w maszynę czasu, czyli ustawić cele, strategię i plan – i to najlepiej dokładnie w tej kolejności. Potrzebujemy **instrukcji** (*instruction*), wskazówek i rad odnośnie tego, jak, kiedy, ile i co ćwiczyć.

Musimy mieć pewność, że nasza **praca** jest funkcją metody, a **metoda** jest pochodną naszych prawidłowo zdiagnozowanych **słabości (PMS)**. Prawie zawsze potrzebujemy do tego pomocy z zewnątrz, a najlepszym rozwiązaniem w dzisiejszych warunkach wciąż wydaje się pomoc instytucjonalna, która oferując podejście indywidualne, stwarza jednocześnie sposobność do obcowania z osobami na podobnym poziomie. Poza tym uczelnie, szkoły i inne organizacje nie tylko wyposażają w wiadomości, umiejętności i nawyki, ale oferują też standaryzowaną i weryfikowalną formę dokumentowania konkretnych kompetencji.

Następnie oczywiście należy ten plan rozwoju **wcielić** w życie (*incorporation*). Ten etap jest właściwie najprostszy, choć to nie oznacza, że najłatwiejszy – zazwyczaj przeciwnie, jest najtrudniejszy, bo aby rozbić skorupę oporu z zewnątrz i wewnątrz, potrzebujemy solidnego narzędzia.

MIECZ

Dlatego kolejna formuła nazywa się **MIECZ** – **miejsce, instrument, energia, czas i zespół**. Na każdym z tych obszarów rozwiązania poprzedzone były u mnie porażkami i trudnościami, niekiedy dość dramatycznymi.

Miejsce to powszechny problem szczególnie tych, którzy grają na instrumentach dętych drewnianych, nie mających skutecznego tłumika, a będących dość głośnymi. Bez wygłuszonej sali ćwiczeniowej pozostaje szukać odosobnienia.

Na początku mojego pobytu w Wielkiej Brytanii nie mogłem znaleźć ani darmowej sali ćwiczeniowej, ani odosobnienia. Najpierw zacząłem chodzić do sklepów muzycznych i godzinami próbować nowe ustniki, ale kiedy zorientowałem się, że kupiłem już dwa ustniki i stuletni saksofon sopranowy, zarzuciłem ten sposób i... przestałem ćwiczyć.

Z pomocą przyszło podejście, o którym dzisiaj mówię **0-1** – albo coś jest, albo czegoś nie ma, albo coś jest zrobione, albo niezrobione, albo coś się dzieje, albo coś się nie dzieje. Wszystko, co znajduje się pomiędzy, nie ma w ostatecznym rozrachunku znaczenia. Mówiąc obrazowo, muzyka nie dba o to, jakie są powody stanu rzeczy – albo gram, albo nie gram. Saksofon nie dba o to, gdzie i kiedy ćwiczę – jest tylko materiał zrobiony i niezrobiony.

Otóż, kiedy odrzuciłem usprawiedliwiający mnie fakty, a zacząłem myśleć 0 albo 1, rozwiązania nagle zaczęły się pojawiać i zacząłem znów ćwiczyć. Moją „jedyнкą” okazało się ćwiczenie w samochodach, na łąkach, w lasach, w stajniach, kościołach i kabinach roboczych. Miejsca te były na tyle nietypowe, że wzbudzały u innych cały szereg skrajnie różnych emocji – od rozbawienia, poprzez zachwyty, zdumienie, aż po złość i agresję. Dlatego moje sesje ćwiczeniowe były często poprzedzone albo zakończone nietypowymi rozmowami z policją, z właścicielami, przechodniami, sąsiadami i znajomymi.

Jednak po czterech latach osiadłem w Londynie i to rozwiązanie również przestało działać, więc ponownie metodą 0-1 zdecydowałem się na kilka mało typowych rozwiązań. Jednym z nich była budowa własnego studia w ogrodzie z darmowych lub tanich materiałów.

Instrument to kolejny potrzebny element budowania warsztatu muzycznego. Ogólnie chodzi o to, aby instrument był wystarczająco dobry, czyli sprawny technicznie i znośny barwowo, a ambicje posiadania lepszego sprzętu można rozłożyć w czasie.

Gdy podejmowałem decyzję o przejściu z klarnetu na saksofon, nie miałem nawet własnego instrumentu. Na uczelni był na stanie stary niesprawny sopran, na którym ktoś usiadł. Kupiłem go za 400 zł i naprawiłem za 1200 zł, co wtedy mnie finansowo pogrążyło, ale wystarczyło, aby przez jakiś czas robić swoje.

Brak instrumentu i potrzeba opanowania języka angielskiego sprawiły, że odwiedziny zamieniły się w pobyt stały. Znalazłem pracę, która pozwoliła mi szybko zdobyć pieniądze na zakup. Do tego momentu często byłem zmuszony korzystać z metody **mentalnego treningu** (MT), która polega na udawaniu, że się ma instrument, i przerabianiu ćwiczeń i wprawek w myślach. Przećwiczyłem w ten sposób, na sucho, setki godzin z wymiernymi efektami. Nawiasem mówiąc, ma to solidne poparcie w wielu ciekawych badaniach naukowych.

Energia to coś, o czym trzeba myśleć w kategoriach krótko- i długoterminowych. Można zdecydowanie powiedzieć, że do uprawiania muzyki jest potrzebna zorganizowana gospodarka energetyczna, a ćwiczenie na saksofonie tenorowym wymaga postawy stojącej i sporego zaangażowania fizycznego. Deficyty na tym obszarze mogą załamać nawet najlepiej ustawiony plan. Tak też się stało w moim przypadku.

Przez kilka lat byłem tak skoncentrowany na realizacji swoich założeń, że zacząłem „pożyczać energię od przyszłości” za pomocą kawy, napojów energetyzujących i batonów, zimnych pryszniców, rezygnowaniu ze snu i relaksu. Wypierając sygnały ostrzegawcze, doprowadziłem do sytuacji, w której owa przyszłość nadeszła i upomniała się o swoje, osłabiając moją fizyczną i emocjonalną dyspozycyjność do tego stopnia, że znów przestałem ćwiczyć.

Przez jakiś czas ratowałem się mniej energochłonnym MT na sucho, ale szybko zdałem sobie sprawę ze swoich zaniedbań i postanowiłem doprowadzić się do stanu wyjściowego. Przeszedłem kurację odtruwającą – 10 dni na samej wodzie, a potem wróciłem do regularnego wysiłku fizycznego, bardziej zrównoważonego i naturalnego odżywiania, sypiania w nocy. Krótko mówiąc, zacząłem bardziej świadomie myśleć o swojej wydolności na dłuższą metę.

Ale chroniczne zmęczenie to nie jedyna pułapka. Czasami po prostu brakuje nam czasu w ciągu dnia. Mimo że deficyt ten ma charakter subiektywny, bo jest implikacją naszego procesu ustawiania priorytetów, staje się realnym problemem.

W dużej mierze tak wyglądało moje ostatnie kilka lat – gospodarowanie energią jest pod ścisłą kontrolą moich priorytetów, które aktualnie nie należą tylko do muzyki. Moje stare rutyny są już nieaktualne i wypracowuję sobie nowe, a z pomocą przychodzi mi metoda 5M, o której dalej.

Czas – wszyscy o niego walczymy, bo to najważniejsza waluta, choć w ciągu doby wszyscy mamy jej tyle samo. Aby wycisnąć z niego jak najwięcej, wypracowałem wiele własnych sposobów, które mają mi, jako saksofoniście, możliwość adaptacji do każdej sytuacji.

Na początku pobytu w Wielkiej Brytanii byłem zmuszony szybko zapracować na instrument, na dokończenie edukacji w Akademii Muzycznej w Gdańsku i na brytyjskim ABRSM. Nie było to łatwe, bo postanowiłem jednocześnie ćwiczyć minimum pięć godzin dziennie. Rozwiązaniem mojego problemu okazała się praca w ochronie, do której mogłem zabierać saksofon i ćwiczyć na swojej zmianie.

Ćwiczyłem dużo na sucho, stojąc w korkach, będąc w pociągu lub w samolocie. Starałem się też radykalnie eliminować tzw. złodziei czasu, np. w 2012 roku na stałe wystawiłem z domu telewizor.

Zdałem też sobie sprawę z wpływu jakości mojego snu na jakość mojego dnia, więc poświęcam temu teraz więcej uwagi, choć z trojgiem małych dzieci nie mam na tym polu większych osiągnięć.

Nauczyłem się również, że kiedy brakuje mi czasu na ćwiczenie, najczęściej coś jest nie tak z moim dźwiękiem – nie kocham go wystarczająco, aby układać mój dzień pod saksofon. Zmieniam więc stroik, ustnik, czasem miejsce, dyscyplinuję technikę swojego zadęcia.

Jeżeli mogę sobie na to pozwolić, stosuję moją najnowszą metodę, z którą wciąż eksperymentuję i mam fenomenalne wyniki, bo uświadamia, że aktywność nie oznacza produktywności. Ze wspomnianego przed chwilą powodu musiałem od niej odstąpić, ale z niecierpliwością czekam na możliwość jej wznowienia. Nazwałem ją roboczo **540-1200**. W skrócie, polega na tym, że wstaję o 5.40, realizuję precyzyjnie i specyficznie zaplanowany wcześniej dzień przy założeniu, że kończy się w południe. Reszta dnia jest jakby w prezencie i wypełniona zazwyczaj wszystkim oprócz pośpiechu i stresu.

Mam też wspomnianą metodę **5M**, którą aktualnie stosuję i wiąże z nią duże nadzieje na wypracowanie nowej rutyny ćwiczeniowej, z której wypadłem po narodzinach pierwszego dziecka.

5M to metoda, która polega na podrywaniu instrumentu na pięć minut ze stoperem w ręku. W ten sposób eliminujemy ze świadomości wymówki typu, że nie mamy czasu, bo pięć minut niczego w całym dniu nie zmienia; albo że jesteśmy zmęczeni, bo pięć minut jest prawie nieenergochłonne; a nawet, że nie mamy instrumentu, bo wtedy na pomoc przychodzi metoda MT na sucho. Jeżeli mamy tylko pięć minut, do decyzji o tym, co ćwiczyć, podchodzimy bar-

dzo precyzyjnie. Do korzyści stosowania 5M należy to, że ćwicząc w ten sposób codziennie, można się rozwijać lub przynajmniej wstawić w inkubator nabyte wcześniej sprawności, ale co ważniejsze – można skutecznie stworzyć od podstaw nawyk codziennego grania.

W praktyce jednak stosowanie 5M okazało się być bardzo trudne, szczególnie dla moich uczniów, którzy przyznają, że choć mają na czym, gdzie i co ćwiczyć oraz dobre postanowienia, jednak pięć minut dziennie okazuje się często reżimem nie do utrzymania. Mimo że często nie kończy się na pięciu minutach, bo prawie zawsze ma się ochotę na kolejne i kolejne, to z jakiegoś powodu decyzja o powieszeniu saksofonu na szyi jest trudna do podjęcia. Uświadomiłem sobie, że nie chodzi o samo dmuchanie, ale właśnie o ten proces decyzyjny, bo to on sprawia nam problemy. Stwierdziłem, że 5M jest już na tyle zaawansowaną techniką, że powinno być poprzedzone treningiem przygotowawczym.

Stworzyłem taki i nazwałem go **5S**, czyli metoda „pięciu sekund”, polegająca na tym, że decydujemy się wyjąć instrument z futerału i ustawić na nim palce, a po pięciu sekundach odłożyć. To pozwala nam przeciwzyć przełamywaniu oporu w procesie decyzyjnym. Kiedy już saksofon wisi na szyi, samo granie nie jest wysiłkiem, lecz uleganiem pokusie. Przełamywanie się dotyczy głównie procesu decyzyjnego do momentu przyłożenia instrumentu do ust.

Zespół – to ostatni komponent MIECZ-a, którym muzyk jazzowy wżyna się we własne słabości i rozwała opór materii. Tak wciela plan swojego rozwoju w życie, czyli wzbogaca i profesjonalizuje swój warsztat.

Trzeba od czasu do czasu (wielu twierdzi, że w początkowym okresie profesjonalnej kariery najlepiej codziennie) wyjść z ćwiczeniówki i zagrać z zespołem. Namiastkę tego dają **podkłady** z nagraniem sekcją rytmiczną, ale to za mało – tylko żywy zespół zareaguje na naszą frazę, jednocześnie zmuszając nas do odpowiadania, to dynamika tego, co na zewnątrz. Potrzebujemy poligonu, gdzie będziemy mogli sprawdzić swoje pomysły, zmierzyć się z krytyką (nawet niemą i domyślną) kolegów i koleżanek i odkryć braki, o których nie mieliśmy pojęcia.

Dobrym i popularnym rozwiązaniem jest **jam session**, ale na dłuższą metę to też za mało. To próby, a potem występy na scenie są ostatecznym celem żmudnej pracy, opisanej przeze mnie wcześniej.

Zanim występy publiczne w Londynie stały się dostrzegalną częścią mojego dochodu, znalazłem się w sytuacji, którą znów zaliczyć należałoby do porażek – pojawiałem się na jamach, słuchałem i poznawałem coraz więcej muzyków, rozdawałem wizytówki, ale jedyne zaproszenia i oferty, jakie dostawałem, dotyczyły udziału w niepłatnych koncertach (których oczywiście nie odrzucałem).

Pierwsze grania, za które ktoś zaproponował mi poważne pieniądze, były solowe z podkładami, co nie różniło się szczególnie od mojego grania w ćwiczeniówce.

To się zmieniło dopiero po transformacji z pozycji czekającego na pozycję **oferującego**. W kilka miesięcy udało mi się doprowadzić do sytuacji w której miałem możliwość zaproponowania pracy komuś, kogo jeszcze nie znałem, ale podziwiałem i chciałem z nim grać. Z wieloma z tych muzyków nigdy bym nie zagrał bez tego rodzaju inicjatywy. Związany jest z tym pewien dodatkowy wysiłek i potrzeba wypracowania zestawu niemuzycznych umiejętności, ale wpływ na skład zespołu i listę granych utworów, jak również możliwość zaproponowania własnych aranżacji i kompozycji jest często wystarczającą rekompensatą.

PODSUMOWANIE

Jeżeli coś nas zainspirowało do tego, aby stworzyć w naszym życiu więcej przestrzeni dla muzyki i jesteśmy gotowi poświęcić nasz czas, aby ją okiełznać w takim stopniu, aby móc się nią dzielić; jeżeli zapoznaliśmy się z dorobkiem tych, którym się to w życiu udało i zgłębiliśmy fragmenty tego dorobku szczególnie bliskie naszej wrażliwości; jeżeli wiemy już co, kiedy i jak musimy zrobić, aby osobiście stać się częścią tego dorobku; i jeżeli zdołamy sobie stworzyć wewnętrzne i zewnętrzne warunki aby to osiągnąć – zdołaliśmy wspiąć się na ostatni poziom formuły Five I – poziom niezależności.

Niezależność (*independence*) zaś nie oznacza doskonałości. Oznacza samodzielność w dostrzeganiu zarówno swoich kompetencji, jak i niekompetencji, a potem właściwym na nie reagowaniu, co *de facto* jest kluczem do permanentnego rozwoju.

LESZEK KULASZEWICZ

10 YEARS IN THE GREAT BRITAIN AS A STUDENT, SAXOPHONIST AND TEACHER

SUMMARY

The article presents solutions to difficulties experienced during 10 years of being a musician, student, and teacher in a foreign country – Great Britain. The process of becoming a professional musician takes not only time, but often very radical approaches. The author brings some of his best methods which were created after his old habits of practicing failed.

Meeting new situation of moving to different country and then setting up a family was personally interesting and exciting, but professionally very demanding.

One of the key methods is the FIVE I method, suggesting an order of musical progress looping itself in the end – Inspiration, Influence, Instructions, Incorporation, Independence. This is about growing as an artist and it can be applied also in different areas of life and art disciplines. The MIECZ is a more detailed method about a place for practicing, an instrument, energy needed, time management and the outcome of being part of a musical group.

One of the most progressive approaches applied by the author are called 0-1. It represents a simplified way of looking at things and events – something exists, or does not; something took place, or did not. It simultaneously simplifies our decision-making moments and prepares us to take the hard path, often invisible, or unacceptable at first.

540-1200 is a name of another method helping to organise a day by planning activities and tasks as the day starts at 5.40 a.m., and ends at 12.00 p.m. (noon). That way often the rest of the day feels like extra time.

5M means you do one thing for five minutes every day and if that is too hard to manage then bringing the 5S (five seconds a day) method helps to introduce and develop a habit, for instance a musical habit to pick the instrument up daily.

The authors personal experience doesn't offer any shortcuts, but an alternative to a discouragement after a long-term struggle.

Keywords: music, jazz, studying, emigration, habits, career