

ALEXANDER SHONERT

Dokonalost je nuda

Alexander Shonert úspěšně koncertuje po celém světě. Coby pedagog hry na housle dosahuje neuvěřitelných výsledků originální výukovou metodou, založenou na znalostech psychologie, fyziologie a práce s energií. Ve hře na housle mu nejvíc pomáhá jóga, čínské bojové umění taiči a otužování. **TEXT EVA RIEGEROVÁ**

Jógu bych ještě pochopila, ale jak vám při hře na housle pomáhá otužování?

Otužování pomáhá překonávat strach a posilovat vůli. Ono vlézt do ledové vody není nic příjemného, nechce se mi a mám strach, který musím překonat. Když zvládnete svůj strach, zvládnete všechno. Strachy a bloky nás v životě hrozně brzdí, takže když nemůžu změnit okolnosti, např. zimu, musím změnit sebe. Občas se někdo podivuje, nebo dokonce směje, že propojuji bojové umění a otužování s hraním na housle, ale nic legračního na tom není. V technice bojového umění jde o kombinace filozofie, myšlení a uvolnění. Při hře na nástroj potřebujete ruce, které by vám ale bez hlavy byly k ničemu – a mysl a tělo se v józe a taiči dokonale potkávají.

Nechybí vám sibiřská zima?

Od dětství zimu nenávidím. Dědeček pocházel z Rakouska a poslal ho do gulagu na Sibiř, nejsem bytostný Rus, ale zkrátka se stalo, že jsem se na Sibiři narodil. Když jsem přijel do Prahy, byla mi tady zima ještě větší, protože kvůli vlhkosti je sibiřských minus čtyřicet pocitově srovnatelných s pražskými minus deseti. Když jsem si definitivně uvědomil, že se zimou nic nenadělám a změnit ji nemůžu, rozhodl jsem se, že se s ní skamarádím. Začal jsem se otužovat – a před

pár lety jsem v minus šestnácti dokázal ve vodě, která měla jeden stupeň, strávit deset minut. Lidská mysl dokáže dělat zázraky.

Míváte před vystoupením trému?

Všichni, kteří vystupují před lidmi, muzikanti, herci, mají trému, je to normální jev. Kdyby přišel hrát houslista bez trémy, bude to nuda jak pro něj, tak pro ostatní. Jako vystupující máte zodpovědnost, dívá se na vás spousta lidí, bojíte se udělat chybu. Zbavit se trémy tak, aby to věci prospívalo, je těžké, je potřeba pracovat s ní vědomě. Já se snažil najít takovou cestu, abych se s trémou skamarádil, třeba jako s tou zimou, aby mi pomohla. Na zvládnutí strachu, trémy a překonávání bloků jsem vypracoval techniku, dokonce jsem o tom napsal knihu. U nás se vypráví, že se jednou zeptali stonožky, jakou nohou vyráží, když jich má sto? Stonožka nevěděla a najednou nebyla schopná udělat ani krok. Já jsem vymyslel pokračování: stonožka strávila pět hodin důkladným přemýšlením a pak začala běhat třikrát rychleji. Protože si to v hlavě srovnala a začala chodit vědomě.

Kolik hodin denně cvičíte, myslím na housle?

Jsem odjakživa hrozně líný. Tak jsem vymyslel systém, abych cvičení zvládl za podstatně kratší dobu. Lenost, která je vlastně základem mojí metodiky,



není obecně považována za ctnost, ale může být i nástrojem vývoje: člověk byl líný chodit, tak vymyslel kolo. V tradiční české škole se cvičí dokonce i sedm až deset hodin denně, já mám názor, že je lepší nestrávit cvičením tolik času, ale dělat ho správně. **Ale proto přece houslisté tolik cvičí, aby hráli správně?** Dám vám příklad. Tři lidé dostali za úkol rozbit zeď. První tvrdě makal čtyři hodiny a pak to vzdal, druhý se zeď po osmihodinovém úsilí rozbil, ale zlomil si ruku a úplně se schvátíl. A třetí dvě hodiny tu zeď prozkoumával, našel její slabiny, přesně si spočítal, kam bouchnout a během půl hodiny byla rozbítá. Já se snažím o třetí variantu – dávám důraz na důkladnou přípravu a pak se snažím

o maximálně efektivní výkon. Nejsem přítelem toho, když profesor chce, aby žák hrál znovu a znovu, radši třicet minut vysvětluju, jak to má zahrát a co přesně po něm chci, a on to během deseti minut zvládne. Dávám přednost kratší, efektivnější cestě.

Důkladně vysvětlovat, krátce konat – to by se dalo dobře použít i jinde...

Udělat něco za kratší dobu s větším soustředěním a rozmyslem je metoda použitelná skoro ve všem. Jsem houslista, takže co se houslové hry týká, jako první doporučuji: vezmi noty a zkus pochopit, co vlastně budeš cvičit, obsah. Když některý z mých studentů má hrát skladbu, chci, aby si o autorovi co nejvíce nastudoval a pochopil období, ve kterém byla



VIZITKA

Alexander Shonert (1972)

- Narodil se v Irkutsku na Sibiři.
- Absolvoval Novosibiřskou státní hudební akademii M. I. Glinky.
- Od roku 1999 žije v Praze.
- Vede mistrovské kurzy a semináře na hudebních akademích v Evropě a USA.
- Je autorem originální výukové metody „The Shonert Technique“ a autorem knih o technice hry na housle.
- Je ženatý, má dvě děti.

FOTO AGENTURA GARDES / MAREK PILNAJ

zkomponována. Třeba Bach má z jednoho období hrozně smutnou skladbu, tou dobou mu zemřela manželka, tyhle okolnosti nelze oddělit. Jedna hodně slavná česká zpěvačka dokázala na jevišti udělat obrovský dojem, zpívala celým srdcem, prožívala strašně emoci, dokázala se i rozplakat a posluchači plakali s ní. Věřili jí všechno. A její blízká kamarádka mi prozradila takovou zajímavost. Ona měla každé gesto, každou slzu předem přesně promyšlené. To neznamená, že to bylo falešné, ona to prožívala, ale dokázala s emocemi dokonale pracovat. Kontrolovaná práce. Horké srdce a chladná hlava. Úžasné. **Jste známý svou improvizací – taky ji děláte promyšleně?** Když hraje houslista technicky naprosto přesně a čistě, tak také přesně víte,

jak to bude dál – chybí překvapení a je to nuda. Improvizace je plná překvapení, je zábavná, ale musí být dokonale zvládnutá. Jaký je rozdíl mezi geniálním umělcem a průměrným? Geniální to hraje pokaždé jinak, má šestý smysl, intuici. Je to stejné jako v životě: umíme toho počítat spoustu, ale úplně všechno ne. Takže je potřeba ten šestý smysl rozvíjet.

Na jaké hrajete housle?

Mám skvělé housle od Petra Zdražila, jednoho z nejlepších současných houslařů. Vyráběl je přímo pro mě ze starého italského dřeva a používal při tom staré italské techniky. Jsou skvostné. Nejsem takový snob, abych musel mít stradivárky za tři a půl milionu eur, tu šílenou cenu jako u mnoha jiných věcí dělá značka a mimochodem, taky jsem na ně hrál a hrálo se mi krásně, ale normálně. Existuje plno hudebních nástrojů, které jsou špičkové a zní fantasticky, jenom nejsou od tak známých autorů.

Učíte jenom profesionální houslisty?

Mezi mými žáky jsou i profesori houslové hry, z nichž někteří jsou podstatně starší než já, i začátečníci. Měl jsem žáka – profesora z Madridu, který mě pozval dělat mistrovské kurzy na akademii v Madridu, a když pochopil, že moje metodika bude pro jeho žáky přínosem, předal mi celou třídu. Učím samozřejmě technické věci, ale pracuju hlavně s psychologií, protože podle mě musí být oboje úzce propojené.

Vy berete i začátečníky?

Mám vlastní metodiku vyučování dospělých amatérů. Na jedné straně učím studenty nejvyšších tříd, na druhé straně naprosté začátečníky. Došlo k tomu tak, že se na mě obrátil dvacetiletý kluk, hrát neuměl vůbec. Chtěl jsem ho odmítnout, ale byl hodně vytrvalý a bylo vidět, jak moc se chce učit. Vyzkoušel jsem ho a zjistil, že ke všemu ještě nemá skoro žádný hudební sluch, což je pro housle katastrofa, navíc jako karatista měl tvrdé svaly, a to je naprosto nežádoucí. V té době už jsem začal propojovat metodiku bojového umění s výukou a rozhodl jsem se, že to zkusím, byla to výzva. Představte si, že za tři měsíce jsem ho pozval, aby hrál jako host na mém koncertě.

Neověřím!

Je to tak. Samozřejmě to bylo těžké a on tvrdě pracoval. I pro mě to byl šok, ale taky důkaz, že moje metodika funguje. Jde o bloky a jejich uvolnění.

Když zvládnete strach, zvládnete všechno. Strachy nás strašně brzdí.

Chcete říct, že když se zbavím bloků, můžu se po čtyřicítce naučit hrát za pár měsíců na housle?

Samozřejmě, na cokoli! Jen to nemusí být jen pár měsíců. U někoho to zabere víc času. Jsou lidé, kteří vždycky chtěli hrát na housle, ale říkají přesně to, co vy: už to nemá cenu začínat, už je pozdě – vidíte? Zase ten strach a blok. Pro dospělé amatéry je výuka trochu specifická. Ke mně teď jezdí z Kutné Hory do Prahy každý týden paní, které je přes padesát let, a udělala takové pokroky, že za pár měsíců hrála vánoční repertoár. Amatéry podporuju a přál bych si, aby se podle mojí metodiky učili další. Člověk, který se zabývá hudbou, rozvíjí sebe i okolí.

Co když nemám talent?

Talent jen šetří čas. Měl jsem průměrného žáka, se kterým jsem pracoval dohromady tři hodiny na frázování, jak to udělat, aby tam byly slyšet emoce, za tři hodiny to dokázal. Pak přišel nadanější žák, kterému stačilo deset minut, aby zvládl to samé, takže jsme díky jeho nadání ušetřili dvě hodiny padesát minut. Říká se, že na housle naučíte hrát i medvěda... Každý má k něčemu talent, ale ne každý ho během života dokáže najít. Třeba moje manželka měla problém, že dlouho nemohla přijít na to, co by chtěla studovat, co by ji opravdu bavilo. Nakonec zjistila, že je to účetnictví. Dělá v jedné britské firmě a hrozně jí to baví.

Jak to jde dohromady? Virtuóza a účetní?

Jsme úplně jiní, ale to je dobře, protože se můžeme navzájem obohacovat. Ale máme i hodně stejných zájmů, třeba oba hodně čteme. Já k manželství přistupuji se stejnou zodpovědností jako k práci, včetně ovládnutí a zvládnutí emocí. Když se mi něco nelíbí, tak to dokážu říct, ozvu se, ale tak, aby se manželka nenaštvala nebo neurazila a v klidu probereme, co je potřeba udělat nebo změnit. Dohoda a kompromis. Já se ženil pozdě, až v 38 letech, ženatý jsem sedm let a rozdíl mezi námi je čtrnáct let, což je docela dost, ale za celé manželství jsme se ani jednou nepohádali. To je podle mě velké štěstí a výjimka. ■