Anexa 3

MEMORIU ŞTIINŢIFIC/ LISTĂ LUCRĂRI ŞTIINŢIFICE ŞI ALTE REZULTATE OBŢINUTE ÎN ACTIVITATEA DE CERCETARE

SCIENTIFIC REPORT / LIST OF SCIENTIFIC PUBLICATIONS AND OTHER RESULTS OBTAINED DURING RESEARCH ACTIVITY

Subsemnatul/*The undersigned*: **Oşorhean Sorin Mircea**
(Nume şi prenume doctorand/*PhD student name and surname*)

în calitate de student-doctorand al Şcolii Doctorale/*as student in the Doctoral School of*:
Universitatea de Vest Şcoala Doctoralã de Muzicã şi Teatru
(denumire Scoală Doctorală/*name of doctoral school*)
autor al tezei de doctorat cu titlul/ *author of the thesis entitled*:
Cornistul ca interpret complex şi ipostazele sale interpretative
având coordonator de doctorat pe prof.univ. dr./ *Having as PhD supervisor Professor Dr.*
prof. dr. habil. Manuela lana Mihãilescu
(Nume şi prenume coordonator / *PhD Supervisor name and surname*)

îndeplinesc standardele minimale CNATDCU aplicabile : OM nr. 5110/17 septembrie 2018/ *I meet the applicable CNATDCU minimum standards: Ministerial Order no. 5110/September 17, 2018*, Comisia de/ *Commission of* _____, astfel/ *as follows:*

Student-doctorand/*PhD student*
Oşorhean Sorin Mircea
(Nume şi prenume/*Name and surname*)
.....
(Semnătură/*Signature*)

Conducător de doctorat/ *PhD Supervisor's*
prof. dr. habil. Manuela lana Mihãilescu
(Nume şi prenume/*Name and surname*)
.....
(Semnătură/*Signature*)

Standard *(Se completează standard din OM aplicabil pentru comisie) (To be completed with the applicable standard from the Ministerial Order for the commission)*	**Dovada îndeplinirii** *Se vor enumera lucrările, conferințele, realizările etc. care fac dovada îndeplinirii standardului/ The works, conferences, achievements, etc., demonstrating the fulfillment of the standard shall be listed*	Îndeplinit (DA/NU)
1. Horia Șurianu *„Souvenirs Nostalgiques"* pentru vioară, corn și pian (2022)	Afișul recitalului atașat	**Da**
2. Ludwig van Beethoven, *Septet Opus 20*	Afișul recitalului atașat	**Da**
3. Gaetano Donizetti, *Simfonia* pentru orchestră de suflători, A 509	Afișul concertului atașat	**Da**
4. Johannes Brahms, *Trio* pentru corn, vioară și pian opus 40	Afișul recitalului atașat	**Da**
5. Charles Gounod, *Mica simfonie*	Afișul concertului atașat	**Da**
6. Igor Stravinski, Suita baletului „Pasărea de foc"	Afișul concertului atașat	**Da**
7. Ludwig van Beethoven, Concertul Nr. 5 *„Imperial"* pentru pian și orchestră în Mib Major	Afișul concertului atașat	**Da**
8. Gustav Mahler, Simfonia a V-a în do# minor	Afișul concertului atașat	**Da**
9. Articol științific ETICĂ, PROFESIONALISM ȘI PROTOCOL ÎN ORCHESTRA SIMFONICĂ: REGULI SCRISE ȘI NESCRISE ALE ARMONIEI COLECTIVE	Publicat în revista de specialitate: **MUSiQ** Research Journal No. 5/2023 Atașat	**Da**
10. Articol științific ARTICULAȚIA EZITANTĂ ÎNTRE DEBUTUL DISTONIEI FOCALE ȘI EFECTELE BURNOUT-ULUI ÎN RÂNDUL INTERPREȚILOR LA INSTRUMENTE DE ALAMĂ	Publicat în revista de specialitate: **MUSiQ** Research Journal No. 5/2023 Atașat	**Da**

Student-doctorand/*PhD student*

Oșorhean Sorin Mircea

(Nume și prenume/*Name and surname*)

.....

(Semnătură/*Signature*)

Conducător de doctorat/ *PhD Supervisor's*

prof. dr. habil. Manuela Iana Mihăilescu

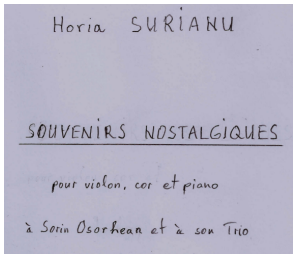
(Nume și prenume/*Name and surname*)

.....

(Semnătură/*Signature*)

1. Horia Șurianu „Souvenirs Nostalgiques” pour violon, cor et piano (2022-manuscris)

Înregistrarea recitalului cameral din data de 17 octombrie 2022, din cadrul Festivalului-Concurs Internațional „Remus Georgescu”, ediția a IX-a, cu lucrarea „Souvenirs Nostalgiques” de Horia Surianu, este disponibilă la următorul link : https://youtu.be/axtXb-lFHDU



Programul de recitaluri al Festivalului-Concurs Internațional „Remus Georgescu”, ediția a IX-a

2. Ludwig van Beethoven, Septet Opus 20

Recitalul cameral cu lucrarea *Septet* Opus 20 de Ludwig van Beethoven susținut la data de 27 octombrie 2021 de membrii Orchestrei simfonice „Remus Georgescu” a Filarmonicii „Banatul” la Sala Capitol din Timișoara (corn solist Sorin Mircea Oșorhean) poate fi văzut la următorul link: https://youtu.be/QcArQrUzPCk

Afișul de prezentare a recitalului cameral de la data de 27 octombrie 2021

3. Gaetano Donizetti, Simfonia pentru orchestră de suflători, A 509

Înregistrarea Simfoniei pentru instrumente de suflat în sol minor, A509, interpretată în cadrul concertului simfonic susținut de Orchestra simfonică a Filarmonicii „Banatul”, dirijor
Radu Popa, la Sala Capitol din Timișoara, în data de 8 aprilie 2022, este disponibilă la următorul link:
https://youtu.be/RE3VWkfjeYo

Afișul concertului simfonic din data de 8 aprilie 2022

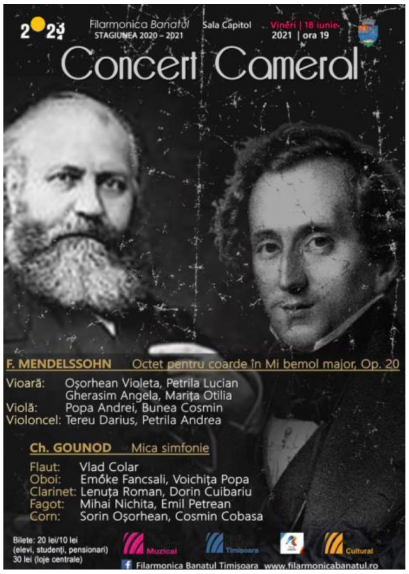
4. Johannes Brahms, Trio pentru corn, vioară și pian Opus 40

Înregistrarea recitalului cameral susținut la data de 31 martie 2008 la Howard College U.K.Z.N., cu lucrarea Trio Opus 40 de J. Brahms poate fi vizionată la următoarele linkuri:
https://youtu.be/r4vZ-3dy8YU
https://youtu.be/JrSrb-cYgKA
https://youtu.be/CMkBZf-YDqA
https://youtu.be/9Q-5IOSiyEc

Afișul de prezentare a recitalului cameral din data de 31 martie 2008

5. Charles Gounod, Mica simfonie

Recitalul cameral susținut de membrii Orchestrei simfonice „Remus Georgescu" a Filarmonicii „Banatul" Timișoara, desfășurat la Sala Capitol în data de 18 iunie 2021, poate fi
accesat la următorul link:
https://youtu.be/jE9kMu2CsiQ



Afișul de prezentare al concertului cameral

6. Igor Stravinski, Suita baletului „ Pasărea de foc”

Înregistrarea Concertului Simfonic Inaugural al Festivalului Internațional „Timișoara Muzicală”, Ediția a XVI-a, din data de 1 octombrie 2021, desfășurat la Sala Capitol și susținut de Filarmonica „Banatul”, sub bagheta dirijorului Gottfried Rabl, avându-l ca solist la corn pe Sorin Mircea Oșorhean, poate fi accesată la următorul link: https://youtu.be/AJgVdSZrO9k

7. Ludwig van Beethoven, Concertul Nr. 5 „Imperial” pentru pian și orchestră în Mib Major

Înregistrarea Concertului nr.5 „Imperial” pentru pian și orchestră în Mib Major de Ludwig van Beethoven, susținut de Orchestra simfonică a Filarmonicii „Banatul” sub bagheta
dirijorului Radu Popa și avându-l ca solist pe Horia Mihail, la Sala Capitol din Timișoara, în data de 8 aprilie 2022, este disponibilă la următorul link: https://youtu.be/8FU8x0hE1Y0

Afișul concertului simfonic din data de 8 aprilie 2022

8. Gustav Mahler, Simfonia a V-a în do# minor

Fragmente video (linkuri YouTube) din concertul simfonic susținut de Orchestra simfonică „Remus Georgescu” a Filarmonicii „Banatul” din Timișoara, sub bagheta dirijorului Radu Popa, la Sala Capitol din Timișoara, în data de 15 martie 2024, cu Sorin Mircea Oșorhean ca solist la corn obligat

Afișul de prezentare a concertului Filarmonicii „Banatul” susținut de Orchestra simfonică „Remus Georgescu”, sub bagheta dirijorului Radu Popa, la Sala Capitol din Timișoara, la data de 15 martie 2024, cu
Sorin Mircea Oșorhean ca solist la corn obligat.

Simfonia în interpretare integrală este disponibilă la următorul link:
https://youtu.be/DMNVHOsUn74

9. Articol științific publicat în revista de specialitate
MUSiQ Research Journal No. 5/2023

ETICĂ, PROFESIONALISM ȘI PROTOCOL ÎN ORCHESTRA SIMFONICĂ: REGULI SCRISE ȘI NESCRISE ALE ARMONIEI COLECTIVE

Sorin Mircea Oșorhean
Facultatea de Muzică și
Teatru
Universitatea de Vest Timișoara
E-mail: sorin.osorhean70@e-uvt.ro

ABSTRACT

Armonia colectivă într-o orchestră simfonică depinde nu doar de măiestria artistică a muzicienilor, ci şi de respectarea unor principii etice şi profesionale esenţiale. Normele scrise stabilesc structura formală a interacţiunilor din ansamblu, în timp ce regulile nescrise guvernează dinamica relaţiilor interpersonale şi contribuie la coeziunea grupului. În acest context, protocolul profesional joacă un rol fundamental în menţinerea unei atmosfere de lucru constructive, facilitând colaborarea eficientă dintre instrumentişti, solişti şi dirijori. Studiul analizează modul în care aceste aspecte influenţează desfăşurarea activităţii artistice şi impactul lor asupra performanţei colective, evidenţiind importanţa unei conduite adecvate în cadrul ansamblurilor simfonice.
Cuvinte cheie: Orchestra simfonică, muzician, comportament, colegialitate, colaborare, interacţiune

INTRODUCERE

Experienţa dobândită în cadrul diferitelor orchestre simfonice şi de operă pe parcursul unei cariere îndelungate permite formularea unor observaţii esenţiale privind conduita muzicienilor, element crucial pentru buna desfăşurare a activităţii artistice.
De-a lungul timpului, ansamblurile simfonice din întreaga lume au stabilit diverse norme şi recomandări menite să asigure un mediu de lucru armonios. Totuşi, fundamentul acestui sistem rămâne respectarea principiilor de bun simţ şi a unei comunicări decente. Prezentul demers nu îşi propune o expunere exhaustivă a acestor norme, ci se va concentra asupra celor care sunt recunoscute drept esenţiale în menţinerea unui mediu de lucru armonios şi productiv.

Este larg recunoscut că muzicienii profesionişti dezvoltă personalităţi complexe, conturate printr-un proces de formare care debutează încă din copilărie şi implică un efort constant. Aceste particularităţi individuale exercită inevitabil o influenţă asupra dinamicii de grup, în special în contexte de stres generate de specificul activităţii desfăşurate în ansambluri artistice de mari dimensiuni.
Deși momentele tensionate sunt inevitabile, acestea nu trebuie considerate un etalon în analiza conduitei profesionale. Tot ceea ce precedă intrarea pe scenă, fie pentru repetiţii, fie pentru desfăşurarea actului artistic propriu-zis, joacă un rol determinant în calitatea interpretării. Pregătirea repetiţiei sau a concertlui începe cu mult înainte de ocuparea locului în orchestră, iar comportamentul din viaţa cotidiană se reflectă direct în prestaţia artistică.

1. DEZVOLTAREA CONTINUĂ A ORIZONTURILOR MUZICALE ŞI ARTISTICE

1.1. Necesitatea unei pregătiri teoretice şi stilistice extinse

Pentru un muzician profesionist, dezvoltarea continuă a orizonturilor muzicale şi artistice reprezintă un proces esenţial în menţinerea unui nivel înalt de performanţă şi expresivitate artistică. Aceasta nu se rezumă doar la perfecţionarea tehnicii instrumentale, ci implică şi o aprofundare constantă a cunoştinţelor teoretice şi stilistice. O pregătire teoretică solidă presupune familiarizarea cu elementele de armonie, contrapunct, forme muzicale, analiza partiturii şi estetica muzicală. Aceste cunoştinţe îi permit muzicianului să înţeleagă mai bine structura şi logica unei lucrări, contribuind astfel la o interpretare mai informată şi expresivă. De asemenea, cunoaşterea teoretică favorizează o mai bună comunicare între membrii orchestrei şi dirijor, facilitând înţelegerea intenţiilor compozitorului şi a direcţiei interpretative dorite.
În ceea ce priveşte pregătirea stilistică, un muzician profesionist trebuie să fie capabil să abordeze un repertoriu variat, respectând particularităţile fiecărui stil muzical. De exemplu, interpretarea unei lucrări baroce necesită un alt tip de articulaţie, ornamentaţie şi frazare comparativ cu o lucrare romantică sau modernă. Familiarizarea cu stilurile specifice fiecărei epoci, precum şi cu tehnicile de interpretare ale marilor şcoli naţionale de muzică, permite o redare autentică şi convingătoare a repertoriului.
Pentru a menţine o astfel de pregătire extinsă, muzicienii trebuie să fie într-un proces continuu de învăţare, prin:

- Studiul constant al literaturii muzicale şi analizarea partiturilor dintr-o perspectivă teoretică şi stilistică.
- Participarea la cursuri de măiestrie şi seminarii susţinute de specialişti în domeniu.
- Ascultarea și analizarea interpretărilor marilor orchestre şi solişti pentru a înţelege diferenţele stilistice şi abordările interpretative.
- Experimentarea unui repertoriu diversificat, incluzând atât lucrări consacrate, cât şi compoziţii contemporane.

În concluzie, dezvoltarea continuă a orizonturilor muzicale şi artistice nu este doar o cerinţă profesională, ci şi o responsabilitate a fiecărui muzician care aspiră la excelenţă artistică.
Pregătirea teoretică şi stilistică extinsă asigură nu doar o interpretare corectă, ci şi o contribuţie semnificativă la expresivitatea şi autenticitatea actului artistic.

2. PERFECŢIONAREA TEHNICĂ PRIN STUDIU CONSTANT

2.1. Importanţa studiului individual zilnic pentru menţinerea şi dezvoltarea abilităţilor tehnice

Studiul individual zilnic reprezintă fundamentul excelenţei tehnice pentru orice muzician profesionist, fiind un proces esenţial atât pentru menţinerea, cât şi pentru îmbunătăţirea abilităţilor instrumentale. Continuitatea acestui exerciţiu asigură o dexteritate optimă, precizie în execuţie şi un control rafinat al expresivităţii muzicale.
Un aspect crucial al studiului individual este structura organizată şi conştientizată a sesiunilor de lucru. Repetiţia mecanică, fără obiective clare, poate duce la formarea unor automatisme ineficiente sau chiar eronate. Prin urmare, este important ca studiul să fie ghidat de un plan bine definit, care să includă atât exerciţii tehnice (gama, arpegii, pasaje dificile din repertoriu), cât şi explorarea unor modalităţi de interpretare care să conducă la o expresivitate mai profundă.
Pe lângă aspectele tehnice, studiul zilnic contribuie şi la dezvoltarea rezistenţei fizice şi mentale necesare unui muzician. În cazul instrumentelor de suflat, de exemplu, menţinerea musculaturii specifice (ambuşura) prin exerciţii regulate este esenţială, în timp ce muzicienii interpreţi la instrumente cu coarde trebuie să acorde o atenţie constantă coordonării dintre arcuş şi degete.
De asemenea, interpretarea fragmentelor muzicale rapide sau dificile necesită un grad ridicat de concentrare, iar exersarea zilnică contribuie la dezvoltarea reflexelor esenţiale pentru evoluţiile scenice.
Un alt beneficiu major al studiului individual este posibilitatea de autoevaluare şi corectare a unor probleme tehnice înainte ca acestea să devină vicii greu de remediat. În acest sens, înregistrarea sesiunilor de studiu şi analiza acestora poate fi un instrument extrem de util pentru identificarea zonelor care necesită îmbunătăţire.
Astfel, studiul individual zilnic nu este doar un mijloc de menţinere a abilităţilor, ci şi o oportunitate de evoluţie continuă. Printr-o abordare disciplinată şi conştientă, muzicianul îşi poate dezvolta nu doar siguranţa tehnică, ci şi capacitatea de a reda cu autenticitate şi expresivitate intenţia artistică a compozitorului.

2.2. Pregătirea specifică înaintea fiecărei sesiuni de repetiţie şi concert

O pregătire adecvată înaintea fiecărei repetiţii şi a fiecărui concert este esenţială pentru asigurarea unei interpretări coerente şi eficiente. Aceasta presupune atât o componentă tehnică, cât şi una mentală şi artistică.
Din punct de vedere tehnic, muzicianul trebuie să studieze individual partitura, să identifice fragmentele dificile şi să le exerseze cu atenţie, asigurându-se că este pregătit să le integreze armonios în ansamblu.
În cazul orchestrei, este importantă şi cunoaşterea partiturilor celorlalte instrumente, pentru a înţelege echilibrul sonor şi relaţiile tematice dintre secţiuni. Pregătirea mentală joacă, de asemenea, un rol deosebit de important. Concentrarea, anticiparea indicaţiilor dirijorului şi gestionarea emoţiilor contribuie la o prestaţie sigură şi expresivă. Înainte de un concert, vizualizarea interpretării şi repetarea mentală a fragmentelor muzicale cheie pot spori încrederea şi reducerea tensiunii scenice.
Nu în ultimul rând, pregătirea fizică este esenţială. Încălzirea prin exerciţii tehnice, relaxarea musculaturii şi adoptarea unei posturi corecte previn oboseala şi asigură un control optim asupra instrumentului.
Prin urmare, o pregătire temeinică înaintea fiecărei repetiţii şi a fiecărui concert contribuie nu doar la calitatea interpretării, ci şi la eficienţa muncii colective în cadrul ansamblului orchestral.

2.3. Responsabilitatea personală în atingerea unui nivel artistic optim

Atingerea unui nivel artistic de excelenţă depinde în mare măsură de implicarea şi autodisciplina fiecărui muzician. Aceasta presupune nu doar studiu individual constant, ci şi o atitudine profesionistă faţă de repetiţii şi concerte, respectând cerinţele ansamblului şi indicaţiile dirijorului.
Un muzician responsabil îşi asumă dezvoltarea continuă prin autoevaluare, corectarea propriilor deficienţe şi integrarea observaţiilor şi sugestiilor primite. De asemenea, cultivarea unei mentalităţi deschise către învăţare şi perfecţionare este esenţială pentru progresul artistic. Pe lângă dezvoltarea individuală, responsabilitatea personală se reflectă şi în contribuţia activă la coerenţa ansamblului orchestral. Respectarea dinamicii colective, colaborarea eficientă şi adaptabilitatea în diferite contexte interpretative sunt aspecte esenţiale care influenţează rezultatul artistic final.
(Berger, Wilhelm Georg. Muzica simfonică Barocă-Clasică Ghid. București: Editura Muzicală a Uniunii Compozitorilor din R.S.R., 1967, p.10.).

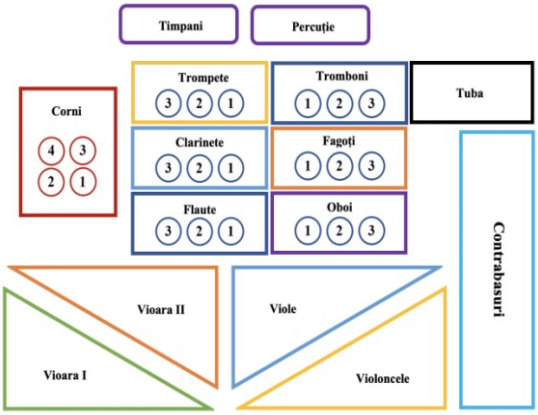
3. CONDUITA ARTISTICĂ ÎN TIMPUL REPETIŢIILOR

3.1. Interacțiunea cu colegii și respectarea ierarhiei (şefi de compartiment, concertmaeştri, dirijori, solişti)

Un ansamblu orchestral funcţionează eficient doar în baza unei structuri ierarhice bine definite şi a unei colaborări armonioase între membrii săi. Respectarea acestei ierarhii şi menţinerea unor relaţii de lucru constructive sunt esenţiale pentru coeziunea ansamblului şi pentru atingerea unui nivel interpretativ superior.

În cadrul orchestrei, fiecare muzician trebuie să îşi asume rolul specific şi să interacţioneze cu colegii într-un mod profesionist, demonstrând respect şi receptivitate faţă de indicaţiile primite. Șefii de compartiment coordonează secţiunile instrumentale, asigurând uniformitatea frazării, dinamicii şi articulaţiei, iar concertmaestrul, ca intermediar între orchestră şi dirijor, contribuie la coerenţa interpretativă a ansamblului. Dirijorul are autoritatea supremă asupra interpretării, stabilind viziunea artistică şi direcţia stilistică a execuţiei, în timp ce soliştii, în calitate de protagonişti ai momentelor solistice, au nevoie de susţinere şi sincronizare perfectă din partea orchestrei. Comunicarea eficientă şi atitudinea cooperantă sunt aspecte fundamentale ale interacţiunii între muzicieni. Orice lipsă de disciplină sau de respect faţă de ierarhia orchestrală poate afecta negativ atât atmosfera de lucru, cât şi rezultatul artistic final. Prin urmare, respectarea structurilor organizatorice şi menţinerea unui climat de colaborare bazat pe profesionalism contribuie decisiv la succesul ansamblului simfonic.

În cadrul orchestrei simfonice, respectul şi colaborarea eficientă se bazează pe înţelegerea rolului fiecărei părţi în ansamblu, indiferent de statutul lor (membru al orchestrei sau solist). Comunicarea vizuală şi auditivă devine esenţială pe scenă, iar distanţele fizice şi dispunerea pe scenă necesită o coordonare continuă.



Exemplul 1. Dispunerea diferitelor compartimente în orchestra simfonică

În imaginea de mai sus, se poate observa clar importanţa disponibilităţii de colaborare în cadrul orchestrei simfonice, având în vedere distanţele dintre compartimentele orchestrei. Fiecare secţiune a orchestrei, fie că este vorba despre corzi, suflători sau percuţie, este poziţionată într-o anumită zonă a scenei, ceea ce poate îngreuna interacţiunea directă între membrii ansamblului. În acest context, colaborarea devine esenţială pentru menţinerea coeziunii şi sincronizării, mai ales când semnalele vizuale şi auditive pot fi mai greu de perceput din cauza distanţelor.
De asemenea, este important ca fiecare muzician să fie atent la gesturile dirijorului şi la evoluţia ansamblului, pentru a se adapta în timp real. Disponibilitatea de a colabora şi de a răspunde prompt la semnalele venite de la dirijor şi colegii de scenă contribuie la o interpretare unitară şi expresivă, chiar şi în faţa acestei distanţări fizice.
Soliştii şi dirijorii, prin prezenţa lor activă, ghidează interpretarea, iar membrii orchestrei trebuie să fie atenţi la semnalele acestora.
Dirijorii permanenţi, având o cunoaştere profundă a ansamblului, facilitează fluxul natural al comunicării, în timp ce dirijorii invitaţi aduc un plus de prospeţime şi inovaţie, încurajând o adaptare rapidă din partea orchestrei. În această dinamică, colaborarea eficientă este sprijinită de respectul reciproc şi de angajamentul tuturor celor implicaţi pentru a crea o performanţă artistică de succes.

3.2. Comunicarea eficientă şi gestionarea observaţiilor constructive

Într-un ansamblu orchestral, comunicarea clară şi receptivitatea faţă de indicaţiile primite sunt esenţiale pentru coerenţa interpretativă. Aceasta presupune atât transmiterea precisă a ideilor muzicale, cât şi capacitatea de a asculta şi de a răspunde adecvat la observaţiile primite.
Gestionarea observaţiilor constructive joacă un rol esenţial în îmbunătăţirea performanţei colective. Un muzician profesionist trebuie să manifeste deschidere faţă de sugestiile dirijorului, ale şefilor de compartiment sau ale colegilor, tratând fiecare corectură ca pe o oportunitate de progres.
În acelaşi timp, formularea observaţiilor trebuie să fie obiectivă, clară şi respectuoasă, contribuind astfel la un climat de lucru pozitiv.
Prin menţinerea unui dialog eficient şi a unei atitudini constructive, ansamblul îşi poate optimiza interpretarea, consolidând atât coeziunea artistică, cât şi eficienţa procesului de repetiţie.

3.3. Evitarea comportamentelor care pot perturba procesul artistic

Pentru ca o repetiţie de orchestră să fie eficientă şi să contribuie la coerenţa interpretativă, fiecare muzician trebuie să manifeste disciplină, respect şi profesionalism. Anumite comportamente pot afecta concentrarea ansamblului şi productivitatea repetiţiei, influenţând negativ rezultatul artistic final.

Un exemplu frecvent de comportament perturbator este conversaţia inutilă în timpul repetiţiei. Discuţiile între colegi, fie despre aspecte muzicale, fie despre subiecte nelegate de repetiţie, pot distrage atenţia şi îngreuna comunicarea dintre dirijor şi orchestră.
De asemenea, lipsa de punctualitate reprezintă o problemă serioasă, întrucât fiecare minut pierdut afectează dinamica repetiţiei. Muzicienii care întârzie pot perturba fluxul de lucru şi pot împiedica ansamblul să funcţioneze eficient.
Un alt comportament necorespunzător este exersarea individuală în momente nepotrivite. Uneori, instrumentiştii repetă fragmente muzicale personale în timp ce dirijorul oferă explicaţii sau lucrează cu o altă secţiune a orchestrei. Acest obicei împiedică transmiterea indicaţiilor şi afectează atenţia colectivă.
De asemenea, utilizarea necorespunzătoare a telefonului mobil în timpul repetiţiei, mai ales în pauzele din cadrul unei lucrări simfonice, poate afecta concentrarea şi disciplina ansamblului. Chiar dacă aceste momente pot părea neimportante, muzicienii trebuie să fie atenţi la indicaţiile dirijorului şi la desfăşurarea lucrării, pentru a menţine fluiditatea interpretării În plus, atitudinea pasivă sau lipsa de implicare pot compromite sincronizarea şi omogenitatea interpretării. Muzicienii care nu sunt atenţi la indicaţiile dirijorului sau la intrările colegilor riscă să afecteze ansamblul.
Prin evitarea acestor comportamente şi menţinerea unei atitudini profesioniste, repetiţiile devin mai eficiente, facilitând atingerea unui nivel artistic superior şi consolidarea calităţii interpretative a orchestrei.

4. ETICA ŞI COMPORTAMENTUL MUZICIENILOR ÎN AFARA SCENEI

4.1. Relaţiile interumane şi impactul acestora asupra mediului profesional

A fi muzician poate fi, uneori, o experienţă paradoxală. Să luăm, de exemplu, cazul instrumentiştilor de alamă. Aceştia îşi dedică mii de ore perfecţionării unei conexiuni subtile între imaginaţie, echilibrul delicat al tuturor factorilor fizici – corp, aer, minte – şi unda staţionară a unui tub inert de alamă. Fiecare undă sonoră emisă oferă un feedback auditiv esenţial: a fost un sunet clar? Exact? În acordaj perfect? Suficient de omogen? Îndeajuns de bogat în armonice?
Ore întregi sunt petrecute într-un proces de încercare şi eroare, în care acest sistem complex – corpul uman integrat într-un mecanism – este coordonat şi ajustat astfel încât legile fizicii să se transforme în muzică de o frumuseţe aparte.
Acest proces este, într-un fel, miraculos. Faptul că poate fi învăţat şi stăpânit astfel încât rezultatul să fie plăcut urechii este remarcabil. Totuşi, dacă într-o zi conexiunea cu această fizică extraordinară a tubului nu este suficient de precisă, unele sunete vor pierde o articulaţie perfectă, iar în acel moment apare un sentiment de eşec total!

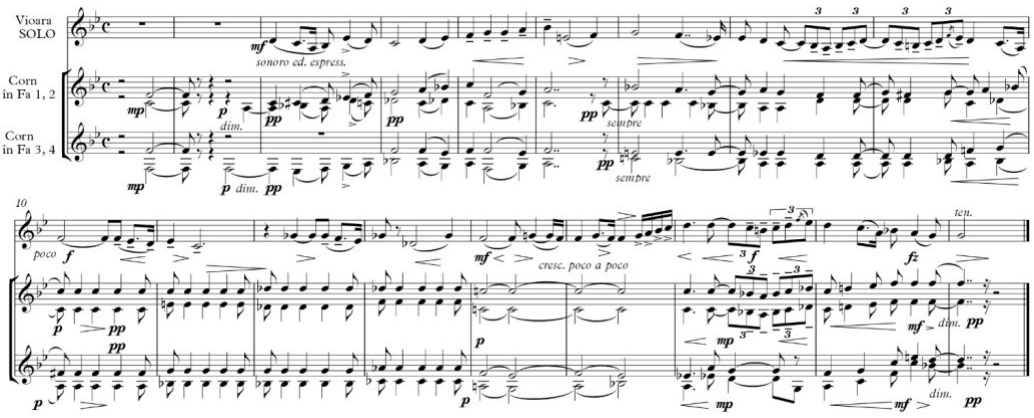
Dacă însă privim lucrurile cu mai multă detaşare, putem fi mai îngăduitori atât cu noi înşine, cât şi cu ceilalţi. Numeroşi factori pot influenţa acest echilibru fragil. Poate cea mai frustrantă realitate este că, pe măsură ce orele de studiu se acumulează înaintea unui concert, sensibilitatea buzelor scade, modificând parametrii fizici ai interpretării. Cu toate acestea, interpretul trebuie să aibă o performanţă impecabilă de fiecare dată.

Acest lucru nu este posibil fără o disciplină riguroasă şi fără o relaţie armonioasă cu ceilalţi membri ai ansamblului.

Calitatea relaţiilor interumane dintr-o orchestră influenţează direct atât atmosfera de lucru, cât şi performanţa artistică. Un mediu profesional fundamentat pe respect, colaborare şi comunicare eficientă contribuie la coeziunea ansamblului şi la eficienţa repetiţiilor, în timp ce conflictele sau tensiunile personale pot afecta negativ interpretarea colectiv.

Atunci când muzicienii îşi sincronizează frazarea, intonaţia şi expresivitatea, ansamblul capătă unitate şi claritate interpretativă. De exemplu, într-o orchestră simfonică, un grup de cornişti care îşi coordonează respiraţia şi dinamica contribuie la un echilibru sonor omogen şi la o execuţie expresivă.

Un exemplu sugestiv este coralul acompaniator de corni din partea a doua a Concertului pentru vioară şi orchestră în re minor, op. 47, compus de Jean Sibelius. În acel moment magic, orice imperfecţiune poate afecta echilibrul delicat pe care violonistul solist încearcă să îl creeze, diminuând intensitatea emoţională a fragmentului şi perturbând „împletirea” subtilă dintre linia melodică şi armonia orchestrală. Un astfel de fragment necesită o atenţie sporită la detalii şi o cooperare perfectă între membrii ansamblului.

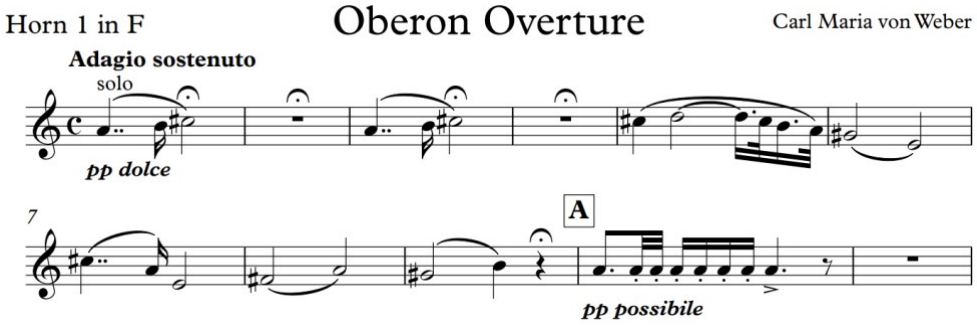


Exemplul 2. Concertul pentru vioară şi orchestră în re minor, op. 47 de J. Sibelius partea a doua măs. 4-21

Generozitatea şi sprijinul reciproc constituie aspecte fundamentale ale unei orchestre profesioniste. O atitudine de sprijin şi colaborare între colegi, mai ales în momente de presiune, cum ar fi pregătirea unui concert important, este esenţială pentru menţinerea unui nivel artistic ridicat.

O orchestră în care membrii se încurajează reciproc şi îşi oferă sprijin moral are mai multe şanse de a funcţiona armonios şi de a evita lipsa de motivaţie individuală.

În contrast, rivalităţile şi lipsa de respect pot împiedica desfăşurarea eficientă a repetiţiilor, generând o atmosferă tensionată şi afectând omogenitatea interpretării.
Un alt factor perturbator îl reprezintă atitudinea negativă faţă de dirijor sau faţă de colegi. Dacă un muzician manifestă lipsă de respect faţă de autoritatea dirijorului sau ignoră indicaţiile concertmaestrului, întreaga orchestră poate avea de suferit.
De asemenea, manifestările discrete de tip onomatopeic în timpul execuţiei unui fragment solistic de către un coleg pot afecta în mod negativ concentrarea şi expresivitatea interpretului. Oftaturile, murmurele sau alte sunete involuntare pot crea disconfort emoţional solistului şi pot diminua calitatea momentului artistic.
Un exemplu elocvent în acest sens este celebrul semnal de început al uverturii operei „Oberon" de Carl Maria von Weber.
Acest fragment solistic pentru corn impune un control tehnic şi expresiv deosebit, iar orice zgomot de fond din timpul repetiţiilor poate afecta siguranţa interpretării.



Exemplul 3. Uvertura la opera „Oberon" de Carl Maria von Weber, semnalul cornului 1 măs. 1-10

Diferenţa dintre atmosfera uneori agitată a repetiţiilor şi liniştea absolută care precedă intrarea cornului în cadrul reprezentaţiei de operă sau al unui concert simfonic poate constitui un factor suplimentar de presiune pentru interpret, subliniind astfel importanţa unui mediu de lucru disciplinat şi respectuos.
În concluzie, relaţiile interumane au un impact direct asupra calităţii actului artistic. Prin menţinerea unui climat de respect, colaborare şi susţinere reciprocă, ansamblul orchestral poate funcţiona armonios, asigurând atât un mediu de lucru profesionist, cât şi o performanţă muzicală de înaltă calitate.

4.2. Generozitatea şi colaborarea ca principii fundamentale în realizarea actului artistic autentic

Într-un ansamblu simfonic, succesul artistic nu depinde doar de competenţele individuale, ci şi de atitudinea fiecărui muzician faţă de colegi şi faţă de procesul colectiv. Generozitatea şi colaborarea sunt esenţiale pentru crearea unei interpretări unitare şi expresive, permiţând ansamblului să funcţioneze organic şi să transmită mesajul muzical cu autenticitate (Stravinski, Igor. *Poetica muzicală*. București: Editura Muzicală a Uniunii Compozitorilor din R.S.R., 1967, p.16.).

Un exemplu de generozitate artistică este flexibilitatea unui instrumentist în echilibrarea sonorităţii, astfel încât vocea principală să se distingă clar. De exemplu, în fragmentele unde cornii oferă suport armonic unei fraze cântate de coarde, aceştia trebuie să ajusteze intensitatea sunetului pentru a nu acoperi linia melodică.

Un alt gest de colaborare eficientă este disponibilitatea de a oferi sprijin colegilor în momente critice. De exemplu, în cazul unor schimbări rapide de pagină în partituri, un instrumentist care nu cântă în acel moment poate ajuta un coleg, evitând astfel sincope în interpretare.

Un aspect adesea subestimat, dar esenţial, este atitudinea pozitivă în timpul repetiţiilor, mai ales în faţa dificultăţilor tehnice. De exemplu, un muzician experimentat poate împărtăşi soluţii practice pentru depăşirea unui fragment melodic sau ritmic dificil, contribuind astfel la îmbunătăţirea întregii secţiuni. Această deschidere nu doar că optimizează procesul de lucru, dar şi creează un climat de încredere şi respect reciproc.

De asemenea, în cazul lucrărilor de mare anvergură, cum ar fi simfoniile lui Mahler sau lucrările vocal simfonice, generozitatea se manifestă prin răbdare şi ascultare activă. În momentele în care o secţiune a ansamblului nu cântă, menţinerea atenţiei şi susţinerea colegilor printr-o prezenţă implicată sunt gesturi de respect faţă de întregul proces artistic.

Prin astfel de comportamente, ansamblurile muzicale mari reuşesc să creeze interpretări de excepţie, în care fiecare muzician contribuie nu doar prin măiestrie tehnică, ci şi printr-o atitudine care sprijină armonia colectivă şi excelenţa artistică.

4.3. Relaţia managementului cu artiştii instrumentişti

Promovarea unui mediu de lucru echitabil şi profesional, lipsit de favoritisme şi de orice formă de intimidare, reprezintă un aspect fundamental în funcţionarea unei orchestre sau a oricărui ansamblu muzical.

Relaţia dintre management şi artiştii instrumentişti joacă un rol esenţial în succesul colectiv, iar o gestionare eficientă, bazată pe transparenţă şi comunicare clară, contribuie la consolidarea unui climat de respect reciproc, productivitate şi creativitate artistică.

Un aspect fundamental al acestei relaţii este evitarea favoritismului.

Managementul trebuie să trateze toţi muzicienii cu imparţialitate, indiferent de statutul lor, experienţă sau influenţă în cadrul ansamblului.
Preferinţele personale şi tratamentul preferenţial pot duce la resentimente şi tensiuni între membri, afectând coeziunea ansamblului şi calitatea interpretării.
De exemplu, un dirijor sau un şef de compartiment ar trebui să îşi exprime aprecierea faţă de toţi membrii orchestrei pe baza meritului artistic, nu pe baza unor relaţii personale sau a poziţiei în ierarhie.
Pe de altă parte, inducerea unei atmosfere de lucru profesioniste şi respectuoase este esenţială pentru o colaborare eficientă. Managementul trebuie să stabilească un climat în care muzicienii să se simtă încurajaţi să îşi exprime opiniile şi să primească feedback constructiv fără frica de critici umilitoare.
Acest lucru presupune crearea unor canale clare de comunicare şi menţinerea unui ton respectuos în toate interacţiunile. De exemplu, în timpul repetiţiilor, un manager sau un dirijor ar trebui să formuleze observaţiile într-un mod care să ajute muzicianul să înţeleagă ce trebuie îmbunătăţit, fără a-l face să se simtă ruşinat sau demotivat.
Evitarea bullyingului şi umilirea publică: este esenţial ca orice formă de agresiune, fie verbală sau psihologică, să fie complet eliminată din cadrul procesului artistic.
Funcţiile psihice fundamentale ale simţirii muzicale – identificarea, recunoaşterea şi diferenţierea – joacă un rol esenţial în coeziunea şi interacţiunea muzicienilor instrumentişti care împart scena muzicală (Ionescu, Constantin A. *Istoria psihologiei muzicale*. Bucureşti: Editura Muzicală, 1982, p.272.).
Identificarea permite fiecărui interpret să îşi integreze propriul discurs muzical în ansamblu, recunoscând intenţiile expresive ale colegilor.
Recunoaşterea asigură o percepţie clară a timbrului, frazării şi dinamicii celorlalţi instrumentişti, facilitând ajustarea în timp real pentru o interpretare unitară Diferenţierea este esenţială pentru a menţine echilibrul sonor, delimitând clar rolurile în cadrul ansamblului – solist, acompaniament, contrapunct etc.
În acest context, managementul orchestrei trebuie să adopte o abordare echilibrată şi sprijinitoare, asigurând un mediu de lucru armonios, unde fiecare muzician se simte valorizat. Prin promovarea unei comunicări eficiente şi a unui leadership deschis, se creează premisele unei interpretări coerente, bazate pe respect reciproc şi adaptabilitate artistică. Astfel, atât relaţiile interpersonale, cât şi rezultatul artistic final sunt optimizate printr-un management care sprijină atât performanţa individuală, cât şi armonia colectivă.
Comentariile care pot submina încrederea unui muzician sau care îl pot face să se simtă marginalizat nu doar că sunt inacceptabile, dar şi contraproductive. De exemplu, un dirijor care ridiculizează un muzician pentru o eroare tehnică va descuraja nu doar acel artist, ci şi pe ceilalţi membri ai ansamblului, creând o atmosferă de teamă şi nelinişte.

În schimb, managementul poate încuraja un feedback constructiv şi susţinerea colegială. Atunci când un muzician greşeşte sau întâmpină dificultăţi, este important ca ceilalţi membri ai ansamblului să ofere ajutor şi să contribuie la soluţionarea problemei într-un mod pozitiv. Astfel, se construieşte o cultură bazată pe respect reciproc şi dorinţa de a contribui la succesul colectiv.
De exemplu, un solist care întâmpină dificultăţi într-un anumit fragment, poate beneficia de ajutorul colegilor din secţiunea sa sau din alte secţiuni, creându-se astfel o atmosferă de susţinere reciprocă.
Managementul participativ (Brian Tracy, *Cum să angajați și să păstrați cei mai buni oameni*. Editura Meteor Business, București, 2008, p.91) reprezintă un stil de conducere aplicabil şi în domeniul artistic interpretativ, în special în cadrul orchestrelor simfonice, unde implicarea activă a muzicienilor în procesul decizional contribuie la coerenţa artistică şi la optimizarea performanţei ansamblului. Acest model se fundamentează pe principii precum colaborarea, transparenţa şi delegarea responsabilităţilor, având drept obiectiv îmbunătăţirea calităţii interpretative şi consolidarea motivaţiei individuale şi colective a instrumentiştilor.
Principalele caracteristici:
Implicarea muzicienilor – Opiniile şi sugestiile acestora sunt luate în considerare în luarea deciziilor artistice şi organizatorice.
Comunicare deschisă – Fluxul informaţional între dirijor, solişti, şefii de partidă şi restul orchestrei este esenţial pentru coerenţa interpretării.
Lucru în echipă – Se promovează colaborarea între instrumentişti pentru obţinerea unei omogenităţi sonore şi a unui discurs muzical unitar.
Responsabilizare – Membrii orchestrei sunt încurajaţi să îşi asume roluri active în procesul artistic şi să contribuie la îmbunătăţirea ansamblului.
Prin aplicarea acestui model de management, orchestra poate funcţiona mai eficient, stimulând creativitatea interpretativă şi consolidând coeziunea ansamblului.
În concluzie, relaţia managementului cu artiştii instrumentişti trebuie să fie ghidată de principiile respectului, echităţii şi profesionalismului. Prin evitarea favoritismelor şi crearea unui mediu pozitiv, se asigură nu doar o performanţă artistică de înalt nivel, ci şi un mediu de lucru sănătos, în care toţi membrii ansamblului se simt susţinuţi şi motivaţi să evolueze.

4.4. Responsabilitatea socială şi reprezentarea valorilor instituţiei din care face parte artistul

Responsabilitatea socială şi reprezentarea valorilor instituţiei din care face parte artistul sunt aspecte fundamentale în activitatea unui muzician profesionist, în special pentru membrii orchestrelor simfonice.
Artistul nu se limitează doar la interpretarea unei lucrări muzicale, ci reprezintă totodată instituţia care îl susţine şi serveşte drept model pentru publicul său, devenind astfel un ambasador al valorilor acesteia.

Aşadar, comportamentul său pe scenă şi în viaţa profesională reflectă nu doar abilităţile şi dăruirea individuală, ci şi standardele şi valorile instituţiei din care face parte.
În acest context, responsabilitatea socială a artistului nu se limitează doar la performanţa artistică în sine, ci se extinde la modul în care acesta interacţionează cu publicul, cu colegii din orchestră, cu organizatorii de evenimente şi cu întreaga comunitate culturală.
Un muzician trebuie să conştientizeze impactul pe care îl are asupra celor din jur, fie că este vorba despre o educaţie muzicală formală, fie despre realizarea unor activităţi educative şi de sensibilizare pentru a încuraja implicarea publicului larg în viaţa culturală. Reprezentarea valorilor instituţiei este strâns legată de etica profesională a artistului, care se traduce prin respectarea normelor de conduită, dedicare şi corectitudine în activitatea artistică.
Fiecare interpretare pe scenă devine, astfel, o oportunitate de a transmite nu doar esenţa lucrărilor muzicale, ci şi valorile fundamentale ale orchestrei sau ale instituţiei respective: excelenţa, tradiţia, inovarea şi promovarea culturii la nivel înalt.
În acelaşi timp, artistul trebuie să fie un exemplu de integritate şi responsabilitate, contribuind astfel la consolidarea reputaţiei instituţiei din care face parte şi la îmbogăţirea pe termen lung a patrimoniului cultural.
Această responsabilitate socială se poate extinde şi în viaţa culturală publică, prin implicarea în proiecte sociale şi educaţionale, colaborări cu tineri muzicieni sau participarea la evenimente care susţin dezvoltarea culturii şi educaţiei muzicale. În acest mod, artistul nu doar că îşi îndeplineşte rolul în cadrul orchestrei simfonice, dar devine un vector activ în promovarea şi susţinerea valorilor culturale ale comunităţii sale.

5. DISCIPLINA ÎN ORCHESTRELE SIMFONICE LA NIVEL GLOBAL: CONSIDERAŢII ŞI APRECIERI

Disciplina în cadrul orchestrelor simfonice este un factor esenţial în obţinerea excelenţei artistice, însă manifestarea şi rigorile acesteia variază semnificativ în funcţie de factori precum poziţia geografică, nivelul de educaţie şi cultură, dar şi de trăsături care pot avea o componentă genetică, modelată de-a lungul istoriei.

1. Disciplina şi poziţia geografică

O serie de interviuri realizate cu personalităţi marcante ale scenelor simfonice internaţionale oferă o perspectivă autentică asupra disciplinei, rigorii şi atmosferei de lucru din orchestrele de elită ale Europei.
Aceste interviuri evidenţiază experienţele unor muzicieni instrumentişti care au activat în ansambluri de prestigiu şi care, ulterior, şi-au continuat cariera ca dirijori.

Printre aceştia se numără:

- Wolfram Christ – fost şef de partidă violă la Berliner Philharmoniker timp de mulţi ani sub conducerea lui Herbert von Karajan, în prezent dirijor.
- François-Xavier Roth – fost prim flautist al Operei din Paris, actualmente dirijor şi fondator al orchestrei Les Siècles, specializată în interpretări pe instrumente de epocă.
- Gottfried Rabl – fost prim cornist al Orchestrei simfonice Radio Viena (Österreichischer Rundfunk), în prezent dirijor.
- Friedrich Pfeifer – fost prim cornist al Filarmonicii din Viena (Wiener Philharmoniker), în prezent dirijor.
- Iván Ortiz Motos – fost prim cornist al Orchestrei de Cameră din Lausanne (Orchestre de Chambre de Lausanne), actualmente dirijor.

Relatările acestor muzicieni evidenţiază standardele ridicate ale rigurozităţii în orchestră, structura organizatorică a ansamblurilor şi exigenţele profesionale specifice fiecărei formaţii.

Aceste aspecte reflectă nu doar nivelul artistic impus de instituţiile respective, ci şi dinamica interacţiunii dintre membrii orchestrei şi conducerea artistică.

Modelul german, de exemplu, valorifică respectul pentru ierarhie, repetiţiile extrem de structurate şi un nivel ridicat de autonomie profesională a muzicienilor.

Pe de altă parte, interviurile realizate cu muzicieni activi în orchestrele din America de Nord oferă o perspectivă detaliată asupra particularităţilor disciplinei şi managementului artistic din aceste ansambluri.

Deşi standardele profesionale rămân extrem de ridicate, sistemele de organizare sunt caracterizate printr-o mai mare flexibilitate şi o deschidere către inovaţie interpretativă. Relaţia dintre dirijor şi orchestră tinde să fie mai democratică, iar modelele de conducere artistică sunt mai dinamice, adaptându-se unui mediu cultural în care colaborarea şi experimentarea joacă un rol important.

Printre muzicienii intervievaţi se numără:

- William Eddins – dirijor şi fost director muzical al Edmonton Symphony Orchestra, cu o experienţă vastă în sistemul orchestrelor nord-americane.
- Dr. Leslie B. Dunner – dirijor apreciat, cu o activitate extinsă în ansambluri americane, recunoscut pentru promovarea diversităţii repertoriale.
- Cristian Ganicenco – trombonist solist al orchestrei Cincinnati Symphony, cu o carieră îndelungată în peisajul muzical american.
- Radu Rusu – cornist la Nashville Symphony Orchestra, activ în numeroase proiecte educaţionale şi artistice. • Jeff Nelsen – profesor şi cornist al celebrului cvintet de alamă Canadian Brass, cunoscut pentru abordările sale pedagogice inovatoare.

Aceste interviuri evidenţiază o cultură de orchestră diferită de cea europeană, în care procesul decizional este mai participativ, iar individualitatea artistică este încurajată în cadrul unui sistem bine reglementat.
Adaptabilitatea şi diversitatea repertorială sunt trăsături esenţiale ale ansamblurilor nord-americane, reflectând un model artistic centrat pe echilibru între excelenţă tehnică şi libertate interpretativă.
În Asia, disciplinele impuse în marile orchestre din Japonia, Coreea de Sud sau China sunt deosebit de riguroase, influenţate de tradiţiile culturale fundamentate pe respectul absolut pentru autoritate şi muncă în echipă. Aceste orchestre sunt recunoscute pentru sincronizarea impecabilă, studiu intensiv şi o etică profesională aproape militară.
Pe de altă parte, orchestrele din America Latină sau Africa, deşi excelează în expresivitate şi diversitate stilistică, manifestă adesea o abordare mai relaxată a disciplinei, în care improvizaţia şi spontaneitatea joacă un rol important.

2. Nivelul de educaţie şi cultură

Sistemele educaţionale din care provin muzicienii orchestrelor influenţează direct nivelul de disciplină din ansamblul simfonic. În ţările cu tradiţie academică solidă, cum ar fi Rusia sau Franţa, există un accent puternic pe educaţia muzicală riguroasă încă de la vârste fragede, ceea ce duce la un simţ al disciplinei foarte dezvoltat în cariera artistică.
În schimb, în zonele unde accesul la educaţie muzicală este mai limitat, disciplinele interioare ale ansamblurilor sunt mai variabile, fiind influenţate mai mult de talentul individual şi de experienţa acumulată în practică, decât de o formare metodică uniformă.

3. Caracteristici genetice şi evoluţia Istorică

O perspectivă interesantă asupra disciplinei în orchestre vizează influenţele genetice şi modul în care acestea s-au dezvoltat de-a lungul istoriei. Studiile despre neuroplasticitate sugerează că anumite populaţii pot avea predispoziţii diferite în ceea ce priveşte răbdarea, capacitatea de concentrare sau sincronizarea motorie fină, factori ce pot influenţaabordarea disciplinei muzicale
(Ionescu, Roxana.*Neuroplasticitatea, Metamorfoza Continuă a Creierului*, Farma, 2012. https://farma.com.ro/articles/2012.3-4/PF_Nr-3-4_2012_Art-8.pdf, accesat pe 19 martie 2025).
Popoarele cu o istorie îndelungată a muncii colective în contexte structurate (cum ar fi societăţile asiatice sau cele europene organizate în bresle) au dezvoltat, de-a lungul generaţiilor, o predispoziţie culturală pentru coordonare şi respectarea regulilor de grup. Pe de altă parte, comunităţile în care individualismul a fost mai pronunţat au manifestat o mai mare flexibilitate în cadrul disciplinelor de orchestră, cu mai mult spaţiu pentru interpretare personală şi libertate artistică.

În concluzie, disciplina în orchestrele simfonice este un concept complex, influenţat atât de factori geografici şi culturali, cât şi de particularităţi istorice şi, posibil, chiar genetice. Deşi fiecare orchestră are propria sa dinamică şi reguli, ceea ce rămâne universal este necesitatea unei structuri organizatorice eficiente şi a unei etici profesionale solide pentru atingerea excelenţei artistice.

6. NORME DE DISCIPLINĂ ŞI CONDUITĂ PENTRU MUZICIENII DIN ORCHESTRA SIMFONICĂ

Respectarea normelor de disciplină şi conduită profesională în orchestră reprezintă nu doar un semn de profesionalism, ci şi o manifestare a respectului faţă de colegi, dirijor şi public. O atitudine adecvată sprijină succesul colectiv al ansamblului şi asigură o experienţă muzicală de înaltă calitate.

1. Fii punctual şi bine organizat

Ora stabilită pentru prezentare nu este un reper orientativ, ci un angajament profesional. Sosirea la timp sau chiar mai devreme îţi oferă ocazia de a te acomoda cu spaţiul, de a-ţi pregăti instrumentul şi de a evita orice stres inutil.
Planifică-ţi deplasarea astfel încât să ai suficient timp pentru eventuale întârzieri neprevăzute (trafic, condiţii meteo etc.).
Dacă ai repetiţie înainte de concert, foloseşte acest timp pentru a te concentra, a verifica detaliile partiturii şi a efectua ultimele ajustări ale instrumentului.

2. Respectă codul vestimentar

Majoritatea orchestrelor impun o ţinută de concert, de obicei „concert black” (toată vestimentaţia în negru), sau o ţinută formală. În unele cazuri, organizatorii pot furniza vestimentaţia sau pot impune un anumit stil.
Asigură-te din timp că hainele sunt curate, bine călcate şi nu îţi limitează libertatea de mişcare în timpul interpretării.
Evită bijuteriile excesive, machiajul strident sau coafurile care ar putea distrage atenţia. Părul lung trebuie aranjat astfel încât să nu interfereze cu instrumentul sau partitura.

3. Fii bine pregătit din punct de vedere muzical şi tehnic

Studiul individual este esenţial. La repetiţii şi concerte, trebuie să fii deja familiarizat cu partitura şi să fii capabil să urmăreşti indicaţiile dirijorului fără dificultate.
Verifică-ţi instrumentul din timp. Asigură-te că este în stare optimă de funcţionare şi că ai tot ce îţi trebuie: ancii, corzi de rezervă, sacâz, ulei pentru ventile etc.
Dacă nu ai o repetiţie înainte de concert, asigură-te că instrumentul este acordat în prealabil. Evită acordajul zgomotos pe scenă odată ce publicul începe să intre în sală.

4. Menţine liniştea şi respectul pe scenă
Evită conversaţiile inutile în timpul repetiţiilor şi concertului. Comunicarea în orchestră trebuie să fie clară, discretă şi eficientă.
Orice ajustare (acordare) a instrumentului trebuie făcută cu maximă grijă pentru a nu perturba ansamblul. Dacă trebuie să aşezi instrumentul sau arcuşul jos, fă-o fără zgomot. Evită să fredonezi, să baţi ritmul cu piciorul sau să faci mişcări inutile care ar putea distrage publicul sau colegii.

5. Menţine o prezenţă scenică profesionistă
Chiar şi atunci când nu cânţi, eşti în continuare parte din spectacol. Publicul îţi poate observa expresia şi postura, aşa că evită să arăţi plictisit sau neatent.
Stai cu spatele drept, priveşte dirijorul şi arată-te implicat în interpretare. Dacă ai pauze lungi, rămâi conectat şi pregătit pentru următoarea intrare.
Dacă ai nevoie să tuşeşti sau să strănuţi, încearcă să o faci cât mai discret posibil. Asigură-te că telefonul este complet oprit şi că nu ai ceasuri sau dispozitive electronice cu notificări active.

6. Fii atent la gesturile de final şi la interacţiunea cu publicul
La sfârşitul unei piese sau al unui concert, urmează indicaţiile dirijorului privind momentul în care orchestra sau anumite compartimente trebuie să se ridice.
Zâmbeşte şi mulţumeşte publicului cu tact. Dacă ai un coleg solist, aşteaptă ca dirijorul să îl prezinte înainte de a-ţi arăta recunoştinţa faţă de acesta.
Evită mişcările bruşte sau părăsirea scenei înainte de momentul corespunzător. Respectarea acestor principii asigură un mediu armonios şi eficient în orchestră, contribuind la succesul fiecărei interpretări şi la profesionalismul ansamblului.

CONCLUZII

Disciplina şi etica profesională reprezintă pilonii fundamentali ai funcţionării ansamblurilor orchestrale, influenţând atât coeziunea colectivului, cât şi succesul individual al muzicienilor.
Analiza realizată în acest articol a evidenţiat diferenţele dintre modelele disciplinare din diverse contexte culturale, impactul educaţiei asupra rigorii interpretative şi importanţa valorilor instituţionale în definirea identităţii artistice a unui ansamblu.
Respectarea acestor principii nu este doar o cerinţă formală, ci o condiţie esenţială pentru excelenţă artistică. Coordonarea impecabilă, respectul reciproc şi responsabilitatea socială contribuie la menţinerea unui mediu profesionist, unde inovaţia şi tradiţia coexistă armonios.
Mai mult, autodisciplina şi etica muncii devin elemente definitorii ale carierei fiecărui muzician, influenţând atât percepţia publicului, cât şi longevitatea artistică.
În perspectiva viitorului, ansamblurile simfonice vor trebui să îmbine tradiţia cu adaptabilitatea, menţinând standardele de excelenţă într-un peisaj cultural aflat în continuă schimbare.

Digitalizarea, diversificarea repertoriului şi noile abordări educaţionale vor influenţa modul în care disciplina şi profesionalismul sunt înţelese şi aplicate. Totodată, o etică artistică solidă va rămâne esenţială pentru asigurarea relevanţei şi prestigiului acestor instituții în viitor.

REFERINȚE BIBLIOGRAFICE

André, Christophe; Lelord, François. (2003). *Cum să ne purtăm cu personalităţile dificile*. Bucureşti: Editura Trei.
Berger, Wilhelm Georg. (1967). *Muzica simfonică barocă-clasică. Ghid*. Bucureşti: Editura Muzicală a Uniunii Compozitorilor din R.S.R.
Casella, Alfredo; Mortari, Virgilio. (1965). *Tehnica orchestrei contemporane*. Bucureşti: Editura Muzicală a Uniunii Compozitorilor din R.P.R..
Gîlcă, Costel. (2025). *Codul muncii, Legea privind dialogul social*. Ediţia a 18-a, actualizată la 19 ianuarie 2025. Bucureşti: Editura Rosetti Internaţional.
Greene, Don. (2002). *Performance Success*. New York: Routledge.
Ionescu, Constantin A. (1982). *Istoria psihologiei muzicale*. Bucureşti: Editura Muzicală. Murakami, Haruki, Ozawa, Seiji. (2018). *Pur şi simplu despre muzică*. Iaşi: Editura Polirom. Pritchard, Paul. (1992). *The Business*. Compilat şi editat de Paul Pritchard.
Rapin, Jean-Jacques. (1975). *Să descoperim muzica*. Bucureşti: Editura Muzicală. Raynor, Henry. (1978). *The Orchestra*. New York: Charles Scribner's Sons.
Ridgeon, John. (1986). *The Physiology of Brass Playing*. Brass Wind Educational Supplies and Co.
Spitzer, John. (2004) *The Birth of the Orchestra: History of an Institution, 1650-1815*. New York: Oxford University Press.
Stravinski, Igor. (1967). *Poetica muzicală*. Bucureşti: Editura Muzicală a Uniunii Compozitorilor din R.S.R.
Tracy, Brian. (2008). *Cum să angajaţi şi să păstraţi cei mai buni oameni*. Bucureşti: Editura Meteor Business.
Wekre, Frøydis Ree. (1994). *Thoughts on Playing the Horn Well*. Manuscris editat de Jennifer Miller, Norvegia.

10. Articol științific publicat în revista de specialitate
MUSiQ Research Journal No. 5/2023

ARTICULAȚIA EZITANTĂ – ÎNTRE DEBUTUL DISTONIEI FOCALE ȘI EFECTELE BURNOUT-ULUI ÎN RÂNDUL INTERPREȚILOR LA INSTRUMENTE DE ALAMĂ

Sorin Mircea Oșorhean
Facultatea de Muzică și
Teatru
Universitatea de Vest Timișoara
E-mail: sorin.osorhean70@e-uvt.ro

ABSTRACT

Articulația ezitantă reprezintă un fenomen tot mai des întâlnit în rândul interpreților profesioniști la instrumentele de alamă, fiind adesea un simptom precoce al distoniei focale sau o consecință directă a burnout-ului. Acest articol explorează legătura dintre controlul motor deficitar, suprasolicitarea fizică și psihologică și declinul tehnic al muzicienilor expuși unor cerințe profesionale ridicate.

Analiza evidențiază diferențele dintre articulația ezitantă ca efect temporar al oboselii cronice și ca manifestare incipientă a unei disfuncții neurologice persistente.

De asemenea, sunt prezentate metode de prevenție și recuperare, incluzând tehnici de reeducare neuromotorie, strategii de gestionare a stresului și recomandări pentru optimizarea efortului în practica instrumentală.

Articolul evidențiază importanța conștientizării acestor probleme în rândul muzicienilor și necesitatea unei abordări interdisciplinare pentru susținerea excelenței artistice.
Cuvinte cheie: articulația ezitantă, distonie focală, burnout, muzicieni interpreți la instrumentele de alamă, suprasolicitare, prevenție, recuperare

INTRODUCERE

Articulația ezitantă constituie o problemă tot mai frecventă în rândul interpreților la instrumentele de alamă, fiind adesea primul semnal al unor disfuncții motorii profunde. Într-un domeniu artistic în care precizia și controlul sunt esențiale, orice perturbare a mecanismelor de producere a sunetului poate avea consecințe severe asupra carierei muzicale.

Acest fenomen, aparent subtil în stadiile sale incipiente, poate evolua fie către distonie focală
(o tulburare neurologică ce afectează coordonarea fină a mișcărilor), fie poate fi rezultatul unui burnout avansat, cauzat de suprasolicitarea fizică și psihică specifică profesiei de muzician.

În acest context, este esențială o înțelegere profundă a factorilor declanșatori ai articulației ezitante, a mecanismelor fiziologice și psihologice implicate, precum și a strategiilor de prevenție și recuperare. Studiul de față explorează conexiunile dintre stresul profesional, disfuncțiile neuro-musculare și impactul acestora asupra performanței muzicale, evidențiind nevoia unei abordări integrate în diagnostic și tratament.

O mai bună conștientizare a acestor aspecte poate contribui nu doar la protejarea sănătății interpreților la instrumentele de alamă, ci și la optimizarea performanței artistice pe termen lung. În acest sens, articolul propune o analiză detaliată a articulației ezitante, plasată la intersecția dintre debutul distoniei focale și efectele burnout-ului, cu scopul de a oferi o perspectivă clară asupra acestei probleme delicate și a soluțiilor posibile.

DEFINIȚIA ȘI IMPORTANȚA ARTICULAȚIEI ÎN TEHNICA INSTRUMENTELOR DE ALAMĂ

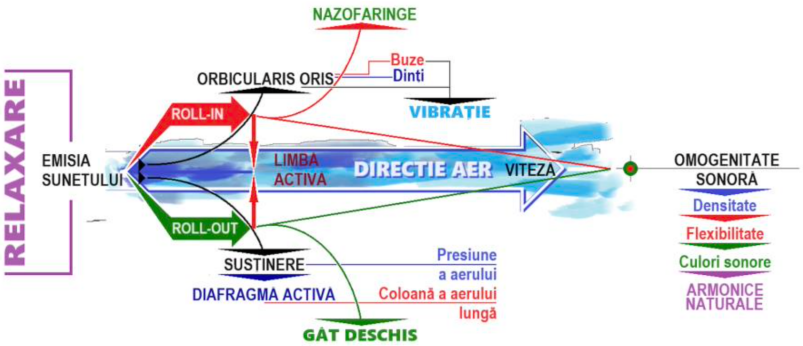
Articulația reprezintă un element fundamental al tehnicii interpreților la instrumentele de alamă, având un rol esențial în claritatea, precizia și expresivitatea interpretării muzicale.

Prin definiție, articulația desemnează modul în care sunetele sunt inițiate și separate în cadrul frazelor muzicale, influențând direct caracterul și inteligibilitatea discursului sonor.

În cazul interpreților la instrumentele de alamă, articulația este realizată printr-o coordonare complexă între limba, coloana de aer și mecanismele specifice fiecărui instrument.

Utilizarea corectă a diferitelor tipuri de articulație – staccato, legato, marcato etc. – permite obținerea unei sonorități coerente și expresive, esențială atât în context solistic, cât și în ansamblu.

Importanța articulației depășește sfera tehnicii instrumentale, având implicații profunde asupra sănătății muzicianului. O articulație deficitară sau ezitantă poate fi un simptom precoce al unor probleme precum distonia focală sau poate indica instalarea unui burnout profesional. De aceea, conștientizarea și menținerea unei articulații corecte sunt aspecte fundamentale în prevenirea disfuncțiilor și în asigurarea longevității carierei muzicale.



Exemplul 1. Schema elementelor esențiale pentru controlul respirației

Într-o analogie cu domeniul sportiv, importanța articulației în interpretarea muzicală poate fi comparată cu startul într-o cursă de atletism, unde inițierea mișcării și sincronizarea perfectă cu semnalul de plecare sunt factori determinanți pentru performanța finală. Orice întârziere, ezitare sau lipsă de coordonare poate compromite rezultatul competiției, la fel cum, în domeniul muzical, o articulație deficitară afectează claritatea și precizia interpretării.

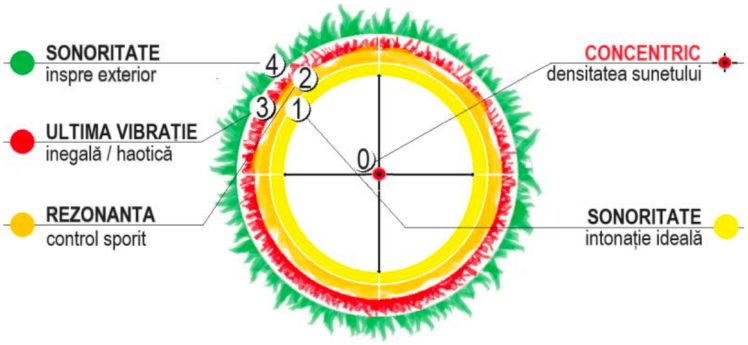
În cazul interpreților la instrumentele de alamă, controlul articulației implică o coordonare complexă între sistemul neuromuscular și cel respirator, similar modului în care un sprinter își antrenează reacția la pistolul de start pentru a obține o accelerație optimă. O inițiere defectuoasă a sunetului poate duce nu doar la probleme de expresivitate, ci și la instalarea unor mecanisme compensatorii incorecte, care, în timp, pot contribui la apariția unor disfuncții motorii, inclusiv distonia focală.

Prin urmare, articularea eficientă nu este doar un aspect tehnic al interpretării, ci și o condiție esențială pentru sănătatea și longevitatea carierei muzicale. La fel cum antrenamentul riguros și tehnicile de prevenție sunt esențiale pentru sportivi, muzicienii

trebuie să acorde o atenție sporită dezvoltării și menținerii unei articulații precise, prevenind astfel eventualele probleme ce pot apărea din suprasolicitare, stres sau erori de mecanică instrumentală.

SCOPUL ȘI RELEVANȚA STUDIULUI ARTICULAȚIEI ÎN TEHNICA INTERPRETULUI LA INSTRUMENTELE DE ALAMĂ

Studiul articulației la instrumentele de alamă este esențial în dezvoltarea tehnică a interpretului, având un rol fundamental în obținerea unui sunet clar și expresiv.
Emiterea corectă a sunetelor de început influențează direct capacitatea de a reda fraze muzicale cu precizie, control și nuanțare, fiind o componentă esențială a tehnicii de suflat.



Exemplul 2. Reprezentarea grafică a sunetului pentru o proiecție sporită

Astfel, studiul zilnic al articulației este o practică deosebit de importantă pentru fiecare muzician, contribuind la îmbunătățirea performanței și la prevenirea unor posibile disfuncții tehnice, cum ar fi ezitarea în execuție sau distonia focală.

În acest context, cercetarea articulației asociată cu emisia sunetului la instrumentele de alamă capătă relevanță în înțelegerea impactului unor factori precum stresul, oboseala sau presiunea profesională asupra tehnicii de interpretare.

De asemenea, abordarea acestui subiect poate contribui la dezvoltarea unor strategii preventive și de intervenție pentru a menține sănătatea tehnică și fizică a muzicienilor pe termen lung.

ARTICULAȚIA EZITANTĂ – DEFINIȚIE ȘI CARACTERISTICI

Articulația ezitantă reprezintă o deficiență tehnică a interpreților la instrumentele de alamă, în care limba și mușchii implicați în producerea sunetului nu reușesc să aplice un control uniform și precis asupra vibrațiilor necesare pentru a produce note clare și articulate.

Acesta poate fi un fenomen care afectează în mod variabil atât inițierea sunetelor, cât și schimbările dintre acestea. În general, acest tip de articulație este caracterizat printr-o lipsă de fluiditate și o aparentă dificultate de a controla coloana de aer, ceea ce poate duce la sunete bruște, neclare sau chiar absente în anumite momente ale interpretării.

MANIFESTĂRI SPECIFICE ÎN EXECUȚIA MUZICALĂ A INTERPREȚILOR LA INSTRUMENTELE DE ALAMĂ

Articulația ezitantă poate afecta calitatea interpretării printr-o serie de simptome specifice, observabile atât în repetiții, cât și în contextul performanței scenice.

Printre cele mai frecvente manifestări se numără:

- Întârzieri în inițierea sunetului – sunetul nu răspunde imediat la atacul dorit, generând un decalaj perceptibil în frazare.
- Lipsa de claritate în atac – începuturile notelor pot fi difuze, imprecise sau incomplete, afectând precizia ritmică și coerența liniilor melodice.
- Inconstanță în articulație – variații necontrolate în intensitatea și fermitatea atacului, ceea ce poate duce la o interpretare fluctuantă și imprevizibilă.
- Tensiune musculară excesivă – blocaje involuntare la nivelul limbii, buzelor sau musculaturii faciale, determinând o pierdere a fluidității în interpretare.
- Efort compensatoriu vizibil – încercarea de a depăși dificultatea prin modificări nefirești ale tehnicii, cum ar fi creșterea presiunii aerului sau ajustări ale poziției ambușurii, ceea ce poate agrava problema pe termen lung.

DIFERENȚA DINTRE ARTICULAȚIA EZITANTĂ OCAZIONALĂ ȘI O PROBLEMĂ PERSISTENTĂ

Articulația ezitantă poate apărea fie ca un fenomen izolat, cauzat de factori externi temporari, fie ca o problemă recurentă, semnalând un dezechilibru tehnic sau chiar debutul unei afecțiuni motorii.

- Articulația ezitantă ocazională este frecventă în situații de oboseală, stres emoțional sau condiții nefavorabile de performanță (de exemplu, temperaturi scăzute care afectează flexibilitatea musculaturii, sau temperaturi ridicate care umezesc excesiv buzele). Un interpret poate experimenta ezitări la începutul unei repetiții după o pauză îndelungată sau în primele minute ale unui concert, dar își recapătă rapid controlul odată ce se adaptează.

Exemplu: Un cornist care, după un program încărcat, întâmpină dificultăți la primele atacuri în timpul unei repetiții de dimineață, dar își regăsește stabilitatea după câteva exerciții de încălzire.

- Articulația ezitantă persistentă indică o problemă tehnică profundă sau o posibilă disfuncție neuromusculară. Dacă dificultățile de inițiere a sunetului devin constante, chiar și în condiții optime de repetiție, iar eforturile de corectare nu dau rezultate, este necesară o analiză atentă. Persistența acestor simptome poate semnala debutul distoniei focale sau poate fi o consecință a suprasolicitării fizice și mentale.

Exemplu: Un trompetist care, indiferent de cât de bine se pregătește, observă că atacurile devin din ce în ce mai nesigure, iar senzația de pierdere a controlului se agravează în timp, afectând performanța generală.

Distincția dintre cele două situații este esențială pentru a stabili strategii adecvate de remediere și prevenire.

În timp ce articulația ezitantă ocazională poate fi corectată prin ajustări tehnice și odihnă, o problemă persistentă necesită o abordare multidisciplinară, implicând atât profesori de instrument, cât și specialiști în medicină artistică.

DISTONIA FOCALĂ LA MUZICIENI – O AMENINȚARE INVIZIBILĂ

Ce este distonia focală și cum afectează muzicienii?

Distonia focală este o tulburare neurologică caracterizată prin contracții musculare involuntare care afectează precizia și controlul mișcărilor. Aceasta apare atunci când semnalele transmise de creier către mușchii implicați în execuția unei activități specifice devin anormale, determinând mișcări necontrolate sau blocaje motorii.

La muzicieni, distonia focală afectează în mod particular grupurile musculare utilizate intens în timpul interpretării, fiind adesea clasificată în funcție de instrument.

La interpreții la instrumentele de alamă, această afecțiune poate provoca dificultăți în controlul buzelor, limbii și musculaturii faciale, afectând inițierea sunetelor, articulația și susținerea sunetului. Muzicienii pot experimenta senzația de pierdere a preciziei, lipsa de coordonare sau chiar incapacitatea de a executa fragmente muzicale pe care anterior le stăpâneau cu ușurință.

Deoarece distonia focală este adesea progresivă și nu este însoțită de durere, mulți interpreți nu o recunosc în stadiile incipiente, ceea ce poate duce la frustrare și la epuizare psihologică. Managementul acestei afecțiuni necesită o abordare interdisciplinară, incluzând reeducarea motorie, tehnici de relaxare și, în unele cazuri, tratamente medicale personalizate.

Semne timpurii: când o simplă ezitare devine un simptom

Semnele timpurii ale articulației ezitante pot fi ușor trecute cu vederea, fiind adesea percepute ca simple momente de nesiguranță sau lipsă de concentrare. Totuși, atunci când ezitarea în inițierea sunetelor devine recurentă și începe să afecteze consistența interpretării, poate indica o problemă mai profundă.

Muzicienii pot observa întârzieri involuntare în atacuri, lipsa preciziei în articulație sau o senzație de pierdere a controlului asupra mecanismului ambușurii și al limbii. Aceste dificultăți, dacă persistă și se agravează, pot semnala debutul unei disfuncții motorii, cum ar fi distonia focală, sau pot fi rezultatul suprasolicitării și burnout-ului. Identificarea acestor semne la timp este esențială pentru prevenirea unor probleme mai grave și pentru menținerea sănătății tehnice și artistice a interpretului.

De asemenea, un alt simptom remarcabil este „bâlbâiala” în articulație (denumită internațional „stuttering”), care agravează instabilitatea și imprecizia sunetului produs. Aceste manifestări, ce includ întârzieri involuntare, imprecizii și o senzație generală de instabilitate, pot semnala debutul unor probleme motorii ce necesită intervenție timpurie pentru prevenirea evoluției către stadii mai avansate de disfuncție.

Unul dintre muzicienii care studiază acest fenomen colateral nefavorabil este profesorul Eric Wallace, specialist în interpretarea la trombon bas și în sănătatea muzicienilor. Acesta îmbină activitatea de interpret cu cea de lector și a colaborat cu ansambluri precum Odysseus Chamber Orchestra, Milal Orchestra, Fort Worth Civic Orchestra și Pecos River Brass Band. De asemenea, a ocupat poziții didactice la Western Oregon University și Chemeketa Community College, unde a predat instrumente de alamă gravă. HSC at Fort Worth+3Ericwallace.com+3Greenhoe Trombones+3HSC at Fort Worth+1Greenhoe Trombones+1Greenhoe Trombones

Profesorul Eric Wallace, specialist în interpretarea la trombon bas și sănătatea muzicienilor, îmbină activitatea artistică cu cea didactică, colaborând cu ansambluri precum Odysseus Chamber Orchestra, Milal Orchestra, Fort Worth Civic Orchestra și Pecos River Brass Band. A ocupat poziții didactice la Western Oregon University și Chemeketa Community College, unde a predat instrumente de alamă din registrul grav (trombon, trombon bas și tuba).

Experiența sa personală în ceea ce privește distonia focală a muzicienilor l-a determinat să se implice în cercetarea tulburărilor de performanță la interpreții la instrumentele de alamă, colaborând cu Texas Center for Performing Arts Health și publicând articole despre durerea musculo-scheletală la tromboniști în revista *Medical Problems of Performing Artists*. HSC at Fort Worth+2Ericwallace.com+2International Trombone Association+2

Prin activitatea sa, profesorul Wallace contribuie la înțelegerea și tratarea problemelor de sănătate specifice muzicienilor, oferind suport și soluții pentru cei care se confruntă cu astfel de dificultăți.

Factori de risc și profesioniștii cei mai predispuși

După cum am menționat deja, distonia focală specifică muzicienilor este o tulburare neurologică caracterizată prin contracții musculare involuntare care afectează performanța instrumentală. Această afecțiune este influențată de diverși factori de risc și afectează anumite categorii de profesioniști mai frecvent decât altele.

Factori de risc:

1. Studiu intensiv și prelungit: Studiile indică faptul că orele îndelungate de repetiție și solicitarea intensă a anumitor grupuri musculare pot contribui la dezvoltarea distoniei focale la muzicieni.
2. Genul masculin: Cercetările au arătat o prevalență mai mare a distoniei focale la bărbați comparativ cu femeile.
3. Durata îndelungată a studiului muzical: Muzicienii cu mulți ani de practică continuă prezintă un risc crescut de a dezvolta această afecțiune.
4. Repertoriu provocator fără abilități motorii adecvate: Interpretarea unor piese dificile fără o pregătire tehnică corespunzătoare poate crește riscul apariției distoniei.

Profesioniștii cei mai predispuși:

- Pianiști: De obicei, dezvoltă simptome la mâna dreaptă, afectând degetele implicate în execuția fragmentelor rapide.

Chitariști și percuționiști: Pot prezenta simptome la oricare dintre mâini, în funcție de tehnica specifică utilizată.

- Instrumentiști interpreți la instrumentele de alamă (de exemplu, corniștii, trompetiști, tromboniști): Sunt susceptibili la distonia ambușurii, fenomen medical care afectează mușchii feței, buzelor și maxilarului, esențiali pentru formarea ambușurii. dystoniacanada.org
- Instrumentiști interpreți la instrumentele de lemn (de exemplu, clarinetiști, flautiști): Pot dezvolta distonie care afectează mâinile, degetele sau ambușura, în funcție de cerințele tehnicii necesare instrumentului. BioMed Central

În concluzie, distonia muzicienilor este o afecțiune complexă influențată de factori precum intensitatea și durata practicii, genul și repertoriul abordat. Conștientizarea acestor factori de risc și adoptarea unor strategii preventive pot contribui la reducerea incidenței și impactului acestei tulburări în rândul muzicienilor profesioniști.

Studiu de caz : exemple din literatura de specialitate

În literatura de specialitate, există numeroase exemple care ilustrează impactul devastator al distoniei focale asupra carierei unui muzician profesionist.

Un astfel de caz este cel al unui muzician care, la începutul carierei, era considerat un adevărat etalon al tehnicii de interpretare, fiind recunoscut pentru performanțele sale excepționale. Cu toate acestea, în timp, a început să resimtă o pierdere treptată a controlului asupra instrumentului, iar atacurile i-au devenit din ce în ce mai nesigure. Această evoluție a dus, în cele din urmă, la imposibilitatea de a continua activitatea profesională, obligându-l să renunțe la o carieră promițătoare. Distonia focală i-a impus astfel limitări considerabile, demonstrând cât de vulnerabili pot fi chiar și muzicienii de mare valoare în fața acestei afecțiuni.

Un alt exemplu relevant se regăsește în cazul unui alt muzician care, confruntându-se cu dificultăți de articulație și blocaje în procesul de interpretare, a ajuns într-o stare aproape iremediabilă de incapacitate de a executa corect diferite fragmente muzicale.

Aceste simptome de articulație ezitantă, asociate cu fenomenul de „stuttering”, au avut un impact negativ asupra carierei sale, afectând nu doar performanțele pe scenă, dar și starea sa mentală.

Mulți muzicieni care se confruntă cu aceste dificultăți sunt adesea nevoiți să își ascundă problema, din dorința de a nu risca pierderea veniturilor și a statutului profesional.

Această luptă cu simptomele distoniei focale, ale articulării ezitante sau ale fenomenului de „stuttering” nu este izolată la un anumit grup de muzicieni, ci afectează o gamă largă de interpreți. Deși sunt bine pregătiți din punct de vedere tehnic, aceștia se confruntă cu o vulnerabilitate dificil de gestionat, iar nevoia de a ascunde aceste probleme devine o barieră în a căuta ajutor. Între dragostea pentru muzică și frica de a pierde sursa principală de venituri, acești muzicieni trăiesc cu un dublu stres. Este, așadar, crucial ca mai multe resurse și cercetări să fie dedicate acestui fenomen, pentru a oferi sprijinul necesar celor care se confruntă cu aceste afecțiuni și pentru a le proteja sănătatea fizică și mentală.

FACTORII DECLANȘATORI ȘI DIFERENȚELE DINTRE CELE DOUĂ AFECȚIUNI

1. Articulația ezitantă ca simptom comun

Articulația ezitantă se manifestă adesea în momentele de atac sau inițiere a sunetului, în special atunci când un muzician este stresat sau obosit. Acest fenomen este frecvent întâlnit la interpreții la instrumentele de alamă și se caracterizează printr-o pierdere temporară de control asupra emiterii sunetului, manifestându-se prin ezitări sau întârzieri în inițierea acestuia.

Deși poate fi un simptom izolat sau tranzitoriu, atunci când devine persistent, poate indica o problemă mai gravă, cum ar fi distonia focală.

2. Cum diferențiem o problemă de oboseală de un început de distonie?

- Oboseala: Oferă simptome temporare, cum ar fi lipsa de energie, dificultăți de concentrare sau articulații imprecise în contextul unei perioade de efort prelungit. După odihnă sau reducerea activității, simptomele se ameliorează semnificativ.
- Distonia focală: Este o tulburare motorie persistentă care afectează în mod specific mișcările implicate în interpretarea muzicală. Ea nu dispare cu odihna și poate evolua treptat, având un impact semnificativ asupra controlului asupra instrumentului, uneori chiar la începuturile celor mai fine atacuri. Diagnosticul distoniei este diferit, iar simptomele nu dispar fără intervenție terapeutică.

3. Rolul psihologic și factorii emoționali în declanșarea problemelor tehnice

- Stres și anxietate: Factorii psihologici, cum ar fi frica de manifestarea artistică în sine, presiunea creată pentru asigurarea succesului sau auto-critica exagerată, pot influența grav abilitatea unui muzician de a executa o tehnică corectă. În momentele de anxietate, muzicianul poate experimenta spasmul muscular involuntar sau un control mai redus asupra mușchilor diafragmei, conducând astfel la articulația ezitantă sau chiar la distonie focală.
- Tensiunea emoțională: Stările emoționale intense (fie ele pozitive sau negative) pot afecta mușchii implicați în producerea sunetului (mușchii orbicularis oris, zigomatici, limba, buzele sau mușchii diafragmei), iar tensiunea fizică adăugată poate contribui la declanșarea problemelor de performanță tehnică. De asemenea, conflictele interioare și autocritica excesivă pot alimenta simptomele distoniei, determinând o spirală negativă de performanță.

Astfel, este esențial ca factorii psihologici să fie luați în considerare ca parte dintr-o evaluare completă a problemelor tehnice ale unui muzician, pentru a asigura o intervenție corectă și eficientă.

STRATEGII DE PREVENȚIE ȘI RECUPERARE

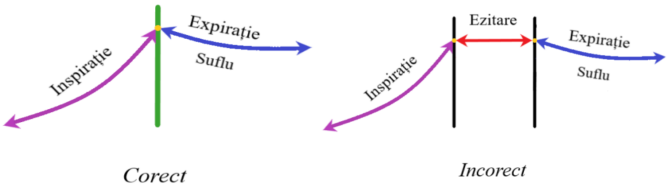
Tehnici de relaxare și optimizare a efortului

Performanța interpreților la instrumentele de alamă depinde de o combinație între control tehnic, eficiență respiratorie și relaxare musculară. O tensiune excesivă sau gestionarea inadecvată a efortului poate duce la probleme tehnice, oboseală prematură și, în cazuri severe, la disfuncții precum distonia focală. Din acest motiv, metodele de relaxare și optimizare a efortului au devenit esențiale pentru prevenirea și tratarea acestor dificultăți.

Unul dintre cele mai studiate și aplicate concepte în acest sens este relaxarea progresivă Jacobson. Această metodă, dezvoltată de medicul și psihologul Edmund Jacobson, se bazează pe ideea că o stare profundă de relaxare poate fi obținută prin contractarea și relaxarea controlată a grupelor musculare. Prin aplicarea acestei tehnici, interpreții pot învăța să identifice și să elimine tensiunea inutilă, îmbunătățind astfel precizia și flexibilitatea articulației muzicale.

Pe lângă abordarea Jacobson, metoda Carmine Caruso, îmbunătățită ulterior de Julie Landsman, este recunoscută pentru eficiența sa în dezvoltarea coordonării neuromusculare. Aceasta se bazează pe exerciții ritmice care vizează sincronizarea dintre sistemul respirator și cel de articulație, ajutând muzicienii să își optimizeze fluxul de aer și să mențină o articulație stabilă și clară. Studiul regulat al exercițiilor Caruso (The six notes), permite interpretului să își creeze reflexe motorii eficiente, reducând riscul de oboseală excesivă și blocaje tehnice.

Marele cornist și profesor american Gunter Schuller a oferit o sinteză remarcabilă a fenomenului articulației ezitante, prezentându-l într-o schemă clară și structurată, care evidențiază esența acestui fenomen tehnic și comportamental în interpretarea la instrumentele de alamă. Günter Schuller, Horn Technique, 2nd ed. (New York: Oxford University Press, 1992), 25.



Exemplul 3. Abordarea articulației în viziunea lui Günther Schuller

Un alt aspect esențial al optimizării efortului este recunoașterea și gestionarea simptomelor de suprasolicitare musculară. Lucinda Lewis, prin metoda *Broken Embouchure*, a subliniat efectele negative ale suprasolicitării asupra musculaturii implicate în cântat. Programul său de recuperare oferă soluții practice pentru eliminarea tensiunii excesive și refacerea ambușurii afectate. Această metodă este deosebit de utilă pentru interpreții care se confruntă cu oboseală cronică, dureri musculare sau pierderea controlului în zona mușchilor orbiculari.

În același context, abordarea lui Arnold Jacobs este fundamentală pentru o tehnică eficientă și sănătoasă. Cartea *Song and Wind*, scrisă de Brian Frederiksen, documentează filozofia acestuia privind importanța respirației și a relaxării musculare. Jacobs a pus accent pe utilizarea unei coloane de aer natural și pe eliminarea tensiunii inutile din corp, considerând că o bună gestionare a respirației este cheia unui sunet clar, puternic și flexibil. Ideile sale sunt aplicate pe scară largă de interpreți la instrumentele de alamă, oferind o bază solidă pentru prevenirea disfuncțiilor cauzate de tensiunea excesivă.

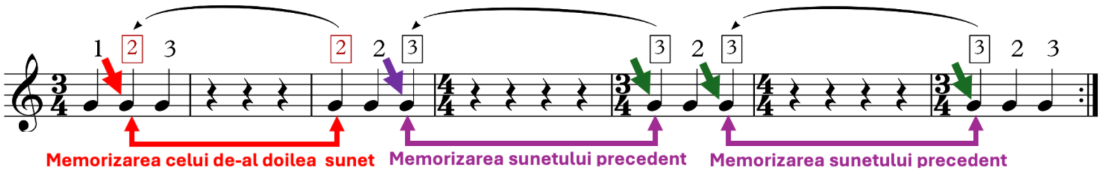
În concluzie, integrarea unor tehnici adecvate de relaxare și optimizare a efortului este esențială pentru sănătatea și longevitatea carierei interpreților la instrumentele de alamă. Indiferent dacă este vorba de metode tradiționale precum relaxarea progresivă Jacobson, exercițiile ritmice de articulație Caruso, abordarea recuperatorie propusă de Lucinda Lewis sau filosofia respiratorie a lui Arnold Jacobs, toate aceste strategii contribuie la îmbunătățirea performanței muzicale și la prevenirea problemelor tehnice. Conștientizarea și aplicarea acestor principii sunt pași fundamentali în menținerea unei tehnici sănătoase și eficiente.
Enumerăm doar câteva tehnici care pot avea un efect benefic pentru cazurile enumerate mai sus:

1. Respirația controlată și tehnicile de relaxare musculară
   - Exercițiile de respirație profundă, precum tehnica "inhalare în patru timpi – expirare în opt timpi", ajută la reglarea tensiunii musculare și la îmbunătățirea susținerii aerului.
   - Metodele de relaxare progresivă (Jacobson) sau tehnicile de mindfulness pot contribui la reducerea tensiunii involuntare și la o mai bună conștientizare corporală.
   - Utilizarea exercițiilor de stretching specific pentru zona gâtului, umerilor și maxilarului ajută la detensionarea grupelor musculare implicate în producerea sunetului.
2. Eficientizarea efortului prin tehnici de optimizare a posturii
   - O postură corectă asigură un echilibru între stabilitate și libertate de mișcare, prevenind suprasolicitarea anumitor grupe musculare.
   - Antrenarea coordonării dintre respirație, atacul notei și emisia sonoră optimizează efortul și reduce riscul apariției unei articulații ezitante.
   - Studierea în fața unei oglinzi sau utilizarea înregistrărilor video ajută la identificarea eventualelor tensiuni necontrolate în timpul interpretării.
3. Strategii pentru gestionarea oboselii mentale și prevenirea burnout-ului
   - Alternarea perioadelor de studiu intensiv cu pauze scurte (tehnica Pomodoro) poate îmbunătăți concentrarea și eficiența.
   - Vizualizarea mentală a pasajelor dificile înainte de interpretare poate reduce efortul fizic necesar în timpul studiului efectiv.
   - O abordare echilibrată a repertoriului (combinarea exercițiilor tehnice cu studiul muzical expresiv) menține motivația și reduce stresul.

În urma experienței acumulate și a observațiilor făcute în practică, autorul propune două exerciții specifice care au demonstrat eficiență în ameliorarea și corectarea deficiențelor legate de articulație. Aceste exerciții sunt fundamentate pe principiile tehnicii instrumentale și sunt concepute pentru a sprijini îmbunătățirea controlului motor și a articulației corecte la interpreții la instrumentele de alamă.

Exercițiul 1: Exercițiu pentru evitarea bâlbâielii în articulație

Exercițiul propus are ca scop reducerea inhibițiilor psihice și fizice asociate cu articulația, fenomen care se manifestă frecvent în condiții de intensitate artistică ridicată. Prin focalizarea atenției asupra celei de-a doua articulații, în loc de a pune presiune pe prima, se eliberează tensiunea legată de perfecțiune, permițând astfel o mai mare fluiditate și mai multe oportunități pentru articulațiile următoare.



Exemplul 4. Schema principiului de studiere a articulației întârziate și a „bâlbâielii" în articulație

Această tehnică permite creierului să reevalueze rapid sistemul și să recupereze în cazul unui eșec sau semieșec, rezultând într-o calitate superioară a articulației a doua și a treia. Acestea vor beneficia de o îmbunătățire continuă datorită aplicării corecte și insistente a principiilor tehnice deja internalizate.

După cum se poate observa, pasul următor constă în aplicarea senzației memorate atunci când articulația a fost corectă și perfectă la momentul dorit. Rezultatele vor apărea doar după ce se atinge o reală relaxare psihică, fiind bine cunoscut faptul că această stare este extrem de dificil de obținut, mai ales în condiții de stres.

Exercițiul 2: Exerciții diversificate pentru sporirea controlului articulației

Această serie de exerciții a fost concepută pentru a coordona cu precizie prima articulație cu aerul proiectat în instrument.

Acest lucru se realizează nu doar prin plasarea și retragerea limbii în zona destinată întreruperii coloanei de aer, ci și prin eliberarea forțată a acestuia prin pronunțarea silabei „**Ha**”

Cu alte cuvinte, se utilizează atât o articulație cu limbă (**Ta**), cât și una fără limbă (**Ha**), iar scopul principal al acestei tehnici este de a elimina tensiunea din limbă și buze, care poate apărea din cauza stresului și a dificultății muzicii interpretate.

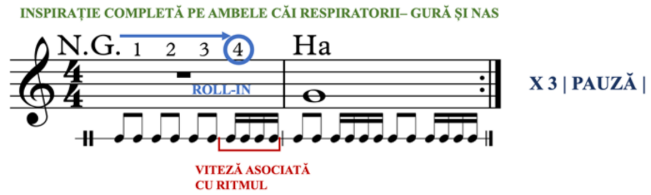
Fiecare etapă este concepută astfel încât cornistul să utilizeze o anumită tehnică de respirație, alternând între inspirația prin gură, inspirația prin nas și o combinație a ambelor.
Notația folosită este următoarea:

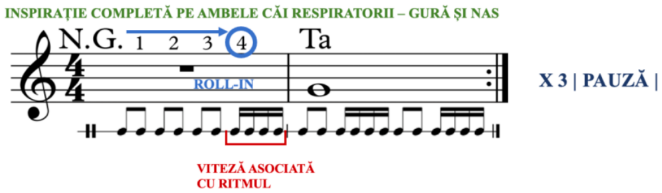
- **N** – nas
- **G** – gură
- **N.G.** – nas și gură concomitent

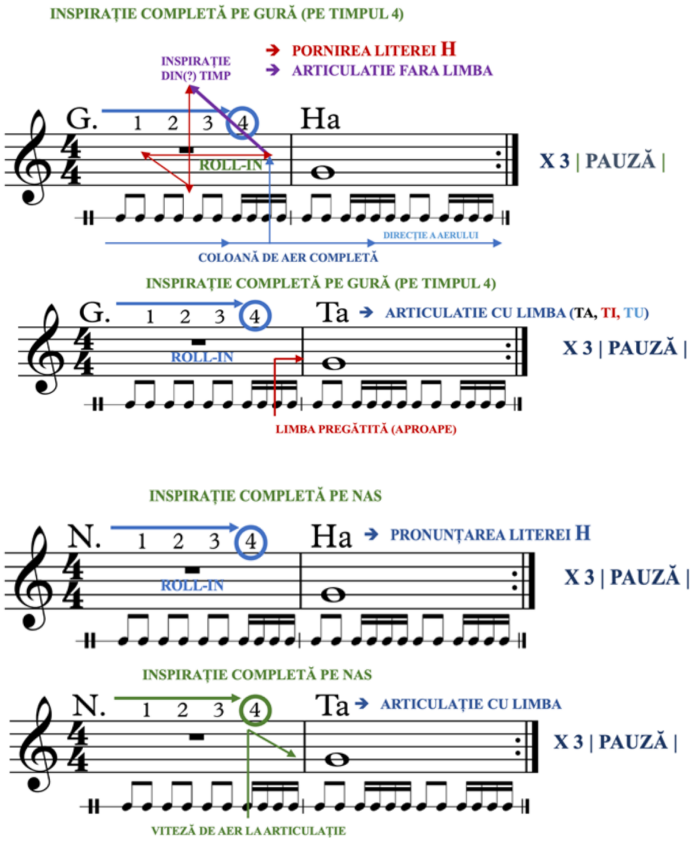
După cum am arătat mai sus, a doua etapă a acestui exercițiu este articularea primei note prin pronunțarea alternativă a două formule:

- **Ha** – constituind o articulație la care nu folosim limba, ci doar literele **H** și **A**
- **Ta** – constituind o articulație, folosind consoana **T,** urmată de vocala **A**

Alternarea celor cinci elemente duce la o dezvoltare spectaculoasă a tehnicii necesare diferitelor tipuri de articulații și, în consecință, la o flexibilitate crescută substanțial în abordarea diferitelor genuri muzicale.







Exemplul 5. Exerciţii utile controlului articulaţiei

CONCLUZII ȘI PERSPECTIVE

Principalele idei desprinse din analiză

Analiza problemelor asociate cu articulația ezitantă evidențiază complexitatea acestui fenomen, care nu poate fi redus la o simplă dificultate tehnică, ci trebuie înțeles ca un posibil simptom al unor afecțiuni mai profunde, precum distonia focală sau burnout-ul. Studiul a demonstrat că această problemă poate avea cauze multiple – biomecanice, psihologice și neurologice – și că intervenția timpurie poate preveni agravarea simptomelor. De asemenea, s-a subliniat importanța unor strategii interdisciplinare, care să includă nu doar îmbunătățirea tehnicii instrumentale, ci și optimizarea efortului, gestionarea stresului și utilizarea unor metode validate de recuperare.

Necesitatea conștientizării și educației în rândul muzicienilor

Un aspect esențial care reiese din această cercetare este necesitatea unei mai bune informări a interpreților la instrumentele de alamă cu privire la riscurile asociate articulației ezitante. În absența unei conștientizări adecvate, aceste probleme sunt adesea trecute cu vederea sau considerate simple deficiențe tehnice, ceea ce întârzie accesul la soluții eficiente. Educația muzicală ar trebui să includă nu doar aspecte legate de tehnica interpretativă, ci și cunoștințe despre sănătatea muzicienilor, prevenția afecțiunilor profesionale și importanța unei abordări holistice a studiului. Integrarea acestor informații în formarea tinerilor muzicieni ar putea reduce incidența problemelor pe termen lung și ar contribui la dezvoltarea unor cariere mai sustenabile.

Direcții viitoare de cercetare și posibile soluții

Având în vedere că distonia focală și burnout-ul sunt subiecte încă insuficient înțelese, este necesară o aprofundare a cercetării în acest domeniu. Viitoarele studii ar putea analiza mai detaliat legătura dintre oboseala cronică, stresul psihologic și problemele de articulație, identificând factori de risc și mecanisme care contribuie la apariția acestor dificultăți. De asemenea, explorarea unor metode de reabilitare, precum terapia neuromotorie, tehnicile de respirație și relaxare, precum și utilizarea tehnologiei pentru monitorizarea și îmbunătățirea performanței muzicale, ar putea deschide noi perspective asupra tratamentului și prevenirii acestor probleme. În plus, colaborarea între muzicieni, medici specializați în afecțiuni ale artiștilor și cercetători din domeniul neuroștiințelor ar putea duce la dezvoltarea unor strategii eficiente pentru menținerea sănătății muzicienilor pe termen lung.

Astfel, este imperativ ca muzicienii, profesorii și specialiștii în domeniul sănătății să abordeze aceste probleme cu responsabilitate, promovând o cultură a prevenției și a îngrijirii corespunzătoare a structurilor musculare implicate în interpretarea la instrumentele de alamă.

Doar printr-o abordare integrată și interdisciplinară, care să includă atât aspecte tehnice, cât și psihologice și fiziologice, se poate asigura nu doar prevenirea disfuncțiunilor, ci și menținerea unei cariere muzicale sustenabile și de succes pe termen lung.

REFERINȚE BIBLIOGRAFICE

Brian Frederiksen. *Arnold Jacobs: Song and Wind.* Gurnee, IL: Windsong Press Limited, 1996.

Casella, Alfredo, și Virgilio Mortari. *Tehnica orchestrei contemporane.* București: Editura Muzicală a Uniunii Compozitorilor din R.P.R., 1965.

Damrow, Fritz. *Fitness for Brass.* Heerenveen: De Haske, 1999.

Arnold, Denis. *The New Oxford Companion to Music.* Oxford: Oxford University Press, 1983.

Greene, Don. *Performance Success.* New York: Routledge, 2002.

Farkas, Philip. *The Art of French Horn Playing: A Treatise on the Skills, Knowledge and Sensitivity Needed by the Mature Musician to Perform in an Artistic and Professional Manner.* Miami: Summy-Birchard Music Inc., 1956.

Marc, Alexandru. *Tehnica de suflat.* Cluj-Napoca: Editura Media Musica, 2006.

Reynolds, Marcus. *Range Without Resistance.* London: Stratos Brass, 2020.

Murakami, Haruki, și Ozawa Seiji. *Pur și simplu despre muzică.* Iași: Editura Polirom, 2018.

Netter, Frank H. *Atlas de anatomie a omului.* Ediția a cincea. București: Editura Medicală Callisto, 2012.

Ridgeon, John. *The Physiology of Brass Playing.* London: Brass Wind Educational Supplies and Co., 1986.

Schuller, Günter. *Horn Technique.* Ediția a doua. New York: Oxford University Press, 1992.

Smiley, Jeff. *The Balanced Embouchure.* Houston, TX: Smiley Brass, 2009.

WEBOGRAFIE

Wallace, Eric. Eric Wallace Music. Accessed March 27, 2025. https://www.ericwallacemusic.com.

"Second Study for Horn by Karl Goepfart." Research Catalogue. Accessed March 27, 2025. https://www.researchcatalogue.net/view/216139/344693.

Landsman, Julie. "Biografie." Accessed March 27, 2025. https://www.julielandsman.com/bio.

Landsman, Julie. The Six Notes: Essential Principles for Playing the French Horn. Accessed March 27, 2025. https://s3.amazonaws.com/julielandsman/sixnotes.pdf.

"Respiră corect." Accessed March 27, 2025. https://respiracorect.ro.

Student-doctorand/*PhD student*	Conducător de doctorat/ *PhD Supervisor's*
Oșorhean Sorin Mircea	**prof. dr. habil. Manuela lana Mihãilescu**
(Nume şi prenume/*Name and surname*)	(Nume şi prenume/*Name and surname*)
……	……..
(Semnătură/*Signature*)	(Semnătură/*Signature*)