

Spis treści

Wstęp	11
1 Zaproszenie	13
2 Rytmiczne ciało	19
Doświadczenie wewnętrznej pulsacji	19
Doświadczenie „wewnętrznego głosu”	20
Interakcja pulsu i głosu	20
Przepływ oddechu	21
Spotkanie oddechu i pulsu	22
Łączenie oddechu, głosu i chodu: płynny chód	23
Łączenie oddechu, głosu i chodu: pulsujący chód	23
Interakcja klaskania i głosu	24
Kroki w połowie odstepu między jednostkami pulsu	25
Różne relacje pomiędzy głosem, klaskaniem i krokami	26
3 Pulsacja	29
Puls i odstęp czasu między jego uderzeniami	29
Puls i uderzenie	32
Uderzenie i uderzenie uzupełniające	33
Cichy puls	34
Pulsacja w sferze dźwięku	37
Pulsacja w najwolniejszej sferze rytmu muzycznego	39
Pulsacja w ciele i innych naturalnych rytmach	42

4	Odkrywanie i rozwijanie pulsacji	47
	Interakcja ruchów rytmicznych	47
	Łączenie pulsów	50
	Tendencja percepcji do grupowania jednostek pulsu	50
	Schemat rozłożenia ciężaru	51
	Dwa uderzenia jako odcinek i cykl	52
	Trzy uderzenia jako odcinek i cykl	56
	Różnica pomiędzy odcinkiem a cyklem	58
	Rytmy recytatywne	58
	Wpływ rytmów recytatywnych na pulsację	59
	Podział odstepu	63
	Pięć elementarnych uderzeń uzupełniających	64
	Dwanaście to szesnaście	69
	Wspólny cykl	72
	Cykle addytywne i podzielone	75
	Niesłyszalna osnowa rytmu	79
5	Archetypy rytmu	83
6	Ludzkie ciało jako instrument muzyczny	91
	Bicie serca – pierwotny puls muzyki	92
	Oddech – świadomość przepływu w ciele	94
	Głos – bezpośredni wyraz rytmicznego impulsu	96
	Rytmiczne poziomy ciała	97
	Kroki – doświadczenie cyklów w ciele	98
	Krok TA KI	98
	Krok GA MA LA	99
	Krok TA KE TI NA	99
	Trzy sposoby łączenia głosu i klaskania	100
	Głos tworzy podstawę – klaskanie tworzy rytm	100
	Głos i klaskanie naśladują siebie nawzajem	101
	Głos tworzy rytm – klaskanie tworzy podstawę	104

Ukryta potęga mowy	106
Języki rytmu	107
7 Tworzenie za pomocą elementów rytmu	115
Tworzenie motywu rytmicznego	115
Linia prowadząca	117
Wzbogacanie linii prowadzącej przez podział	119
Połączone linie prowadzące	119
Wzbogacanie linii prowadzącej z wykorzystaniem dodanych wariacji	121
Jedna linia prowadząca umieszczona w różnych cyklach	122
8 Dźwiękowe i twórcze możliwości instrumentów perkusyjnych	127
Potęga dźwięku perkusyjnego	127
Niektóre możliwości twórcze gry na bębnach	128
Podstawowe formy melodii bębna	130
Melodie bębna w zespole	132
Moje bębny: ich symboliczny charakter – ich pola energetyczne	133
Buk i Taiko – poczucie centrum ciała i alter ego	134
Conga i Atabaque – moc skierowana w głąb Ziemi	135
Tschanggo, Pakhavaj i Batá – świadomość wzajemnego oddziaływania lewej i prawej strony	135
Tabla – połączenie dwóch zasad	137
Zespoły bębniarskie	137
9 Zakończenie	141
O autorze	143
Nagrane przykłady muzyczne	144

RYTM jest największą siłą w naszym życiu – łączy nas wszystkich. W każdym człowieku istnieje potężne źródło rytmicznej świadomości i kiedy powracamy do tej prastarej mądrości, łączymy się z esencją naszego życia.

W tej nowej książce, przeznaczonej zarówno dla amatorów, jak i profesjonalnych muzyków, Reinhard Flatischler prezentuje swoje rewolucyjne podejście do rytmu. **TA KE TI NA** pozwala nam doświadczyć oddziaływania pulsu, oddechu, głosu, chodu i klaskania, budząc nasze wrodzone poczucie rytmu w najbardziej bezpośredni sposób – poprzez ciało. Autor dzieli się swoją wiedzą na temat rytmicznych korzeni wszystkich kultur i nowym rozumieniem wielu rodzajów muzyki istniejących na świecie.

TA KE TI NA pozwala nam rozwinąć naturalną pewność siebie, dzięki której pewniej się poruszamy, rozwijamy swoje rytmiczne zdolności i muzyczną kreatywność. Umiejętności wypracowane dzięki metodzie **TA KE TI NA** można przełożyć na każdy instrument muzyczny i co więcej – mogą one pogłębić i poszerzyć naszą samoświadomość.

