

勞爾·亨德爾

《練習時刻》（2020年11月）

獻給卡爾海因茲·史托克豪森《音樂之屋》

說明

1. 從樂器曲目中找一個困難的樂句開始練習
2. 想像自己正處於以下場景之一
3. 練習一段時間，並休息練習時間的一半，接著重複以上步驟（例如練習十二秒、休息六秒）
4. 重複四次後停止

僅選擇相同的一個樂句。要使用幾個場景皆可。為每個場景設定不同的時間長度。並非所有場景都需要實際演奏樂器。

場景

- 樂團在你周圍暖身時練習
- 晚上十點後在家練習；盡可能不打擾鄰居
- 在樂團排練的休息時間、當指揮正談論與你無關的事情時練習
- 下午四點，在伴侶或朋友睡在身旁時練習；盡可能不吵醒對方
- 上臺演出前，在準備室練習
- 在上個別課、老師認真聆聽時練習
- 在樂團演奏某個段落時練習另一個段落；盡可能不被發覺
- 在上下一次個別課前，在大眾交通工具上練習
- 在戀人處於性愛後的半睡半醒時練習，讓對方覺得驚豔；夜色已深，但你仍想賣弄一下

自由發想其他場景。

在開始練習前清楚表達自己的想像，並將其視覺化。