

М. С. Агин. Исправление недостатков голоса как проблема комплексного воздействия на работу дыхания, гортани и резонаторов



Многолетний опыт работы со студентами показывает, что успешная профессиональная подготовка певца во многом зависит от того, как скоро будет решена проблема, связанная с исправлением основных недостатков голоса, которые, как правило, присущи почти всем молодым начинающим певцам. На это указывал ещё великий М. Глинка: «Все голоса вообще (простые и сложные) от природы несовершенны и требуют учения, цель которого исправить недостатки и усовершенствовать голос» (Багадуров, 1950).

Сложность вокального искусства состоит из нескольких принципиально важных моментов. Первое – работа певческого аппарата скрыта от наших глаз, и певец строит свой инструмент как бы на ощупь, вслепую, опираясь только на свои ощущения и веру в педагога. Возможно, поэтому иногда появляются педагоги-шарлатаны, готовые за деньги в течение одного или двух месяцев сделать из певца «Карузо». Второе – в певческом процессе принимает участие не какой-то отдельный орган человека, а весь его организм (дыхание, артикуляционный аппарат, гортань, мышцы, резонаторные полости и т. д.), на который ложится значительная нервно-мышечная нагрузка; звуковедение зависит от обмена веществ, самочувствия певца, его психологического настроения и многого, многого другого. Поэтому только скоординированная работа всего организма может дать положительный результат. Третье – работа в классе сольного пения носит индивидуальный характер, и поэтому каждый педагог волен

применять любую методику, которую он считает правильной. Так было и раньше. Например, ещё в далёком 1909 году в своей книге «Роль природы в постановке голоса у певцов и ораторов» Л. Герит-Виардо, имеющая 45-летний опыт педагогической работы, на поставленный вопрос – как излечиваются недочёты голоса, ответила так: «Едва ли можно найти двух преподавателей с одинаковым мнением по этому вопросу и всё это благодаря различным "методам", которые каждый старается защищать. Уже само понятие "метода" сделалось для нас ненавистным, а о сущности его и говорить нечего» (Герит-Виардо, 1909). Четвёртое – исправление тех или иных недостатков напрямую зависит не только от компетентности педагога, но и от того, насколько сам ученик понимает, какие цели и задачи перед ним стоят и как их выполнить. По мнению известного итальянского баса Бональдо Джайоти, «величайшая трагедия в жизни певца заключается в том, что он может правильно оценить других, но не себя» (Секреты вокальной техники..., 2010). Это совершенно верно. Не зря ведь говорят, что голос ученика находится в ухе педагога. Хотелось бы добавить, что педагог, как хирург, ошибаться не имеет права, в его руках не только голос ученика, а его будущая творческая судьба.

Значительное количество проблем с постановкой голоса возникает на первом этапе обучения, в среднем звене. В этот период молодые певцы, как правило, полностью доверяют своим педагогам, а те иногда, пользуясь такой привилегией, нарушают главную заповедь, которая должна существовать в любом деле – **не навреди!** Педагоги дают большие нагрузки на неокрепший певческий аппарат, разрешают (а иногда и просят) исполнять завышенный репертуар и т. д. Для начинающих петь такая нагрузка очень непривычна, «...так как у них на первых порах ещё нет чёткой согласованности в работе отдельных органов. Недостаточная или чрезмерная активность одних органов может повлечь перенапряжение или нарушение в работе отдельных органов» (Менабени, 1987). В итоге всё это приводит к тому, что голоса деформируются, портятся, уходит их первоначальная свежесть и лёгкость, страдает тембр голоса.

Одна из важнейших проблем, которая стоит на первом месте перед педагогом-вокалистом, заключается в том, чтобы правильно диагностировать певческие возможности голоса своего ученика. Нельзя сразу, например, ставить клеймо по отношению к типу голоса начинающего певца. В первый период обучения он может видоизменяться, у мужчин переходить из баритона в тенор и, наоборот, из басового голоса превращаться в баритон, у женщин – из неокрепшего меццо-сопрано в яркое сопрано и т. д. Ещё в 1937 году доктор В. С. Кантарович отмечал: «...что редко приходится встречать певца или певицу, – занимавшихся у разных педагогов, различно определявших их тесситуру, – из которых бы получилась какая-либо

художественная величина. Вот такие "переучки" обречены на неуспех в будущей их вокальной карьере» (Кантарович, 1937). Особенно аккуратно необходимо подходить к выявлению психофизиологических и эмоциональных составляющих молодого певца. Надо помнить, что во время пения нервная система человека постоянно задействована и не всегда удаётся её полностью контролировать. Именно она обеспечивает возможность для развития психики. Поэтому встречающиеся психологические зажимы часто мешают работе дыхания, гортани, резонаторов, артикуляции, а в целом, правильному функционированию всего нервно-мышечного аппарата. «Нервы отнимают у нас около двадцати процентов, но ещё остаются восемьдесят процентов на то, чтобы контролировать технику», – замечает знаменитая американская певица Мартина Оррайо. Безусловно, вокальную технику необходимо совершенствовать и контролировать, так как она имеет огромное значение в профессиональной деятельности певца, от неё зависит владение певческой школой. Но сбрасывать со счетов двадцать процентов, о которых говорит Оррайо, нельзя. Поэтому, намечая эффективные пути развития голоса, необходимо правильно определить все его положительные и отрицательные стороны, выявить (если они присутствуют) недостатки и наметить пути их исправления.

Все недостатки голоса и речи в пении не изолированы, они в той или иной степени связаны между собой, взаимозависимы и влияют друг на друга.

Рассмотрим проблемы, непосредственно влияющие на тембр певческого голоса и связанные, в первую очередь, с горловым и носовым призвуками; проанализируем дефекты певческого голоса и речи в связи с работой певческого дыхания и резонаторов (форсированное звуковедение, фальшивое интонирование, дефекты вибрато) и остановимся на разборчивости вокальной речи.

Девяносто процентов успеха зависит от красоты певческого голоса. К сожалению, необработанные голоса или певцы, плохо владеющие техникой пения, часто «заглушают» эту красоту, т. е. **тембральные характеристики голоса**. Зачастую он может быть: носовым, горловым, тусклым, иметь стёртый (старческий) призвук и сипоту. Причины здесь могут быть природные и приобретённые. К первым относятся врожденная форма и объёмы грудных и головных резонаторов, ко вторым – низкое или высокое положение гортани, работа голосовых складок и мягкого нёба, положение языка, степень открытия полости рта, уровень мышечного напряжения и т. д. Если тембр голоса тусклый, можно постараться звук «приблизить», и он станет более ярким. Если резкий – можно постараться его смягчить определёнными упражнениями с применением мягкой атаки. Особую

осторожность следует проявлять при горловом призвуке, так как при устранении этого дефекта можно снять звук с опоры, и голос потеряет индивидуальное тембральное качество, свою природную окраску. При исправлении этого недостатка у исполнителя должно формироваться ощущение свободного звуковедения. Это подтверждают и слова Мартины Оррайо, которая, обращаясь к вокалистам, говорила: «Но самое главное – вы не должны ничего чувствовать в горле, когда поёте» (Секреты вокальной техники..., 2010).

Часто высказываются самые разные мнения о том, что положение гортани в пении существенно отражается на тембре голоса. Это, безусловно, так. Гортань должна находиться в среднем или несколько пониженном состоянии (Дмитриев, 2000). Важно следить за тем, чтобы гортань ни в коем случае не была утрированно «расширенной» – переопущенной. Это может привести к тому, что тембр голоса начнёт звучать искусственно, потеряет свою естественность, яркость и полётность. Если певец при фонации включает в работу резонансную технику, природа сама, рефлекторно, будет влиять на положение гортани. Задача педагога – грамотно отрегулировать этот механизм, предупреждая чрезмерное опущение или поднятие («задирирование») гортани.

Важно помнить о том, что разные оттенки окраски голоса зависят от присутствия в нём тех или иных обертонов. В свою очередь, «...возникновение обертонов тесно связано с механизмом колебания голосовых связок, а, следовательно, и с механизмом производимого на них воздушного давления со стороны трахеи, т. е. с дыхательными движениями» (Работнов, 1932). Только при хорошо скоординированной работе дыхания, гортани, голосовых складок и резонаторных полостей мы получим красивый, естественный тембр голоса.

Одним из существенных недостатков, влияющих на тембр голоса, является горловой призвук. Он зависит от неестественного напряжения внутренних мышц гортани, наружных мышц шеи, слишком поднятого кончика языка, неверной работы дыхания. На наш взгляд, наиболее целесообразным способом устранения этого недостатка, является способ, предложенный профессором Л. Б. Дмитриевым. Он пишет: «Установлено, что слуховое ощущение зажатости звука зависит от слишком удлинённой, акцентированной фазы смыкания голосовой щели. Гортанный сфинктер оказывается включённым в работу в большей степени, чем это необходимо. Для исправления этого дефекта в тембре следует давать такие упражнения, которые бы способствовали понижению тонуса гортанного сфинктера, удлиняли бы фазу размыкания связок. Лучшим средством является придыхательная атака, которая приучает гортанный затвор работать с

большим пропуском за счёт менее плотного смыкания голосовой щели, уменьшает фазу смыкания голосовой щели и приводит гортань в более правильную координацию с дыханием» (Дмитриев, 2000). Мы полностью согласны и с тем, что придыхательную атаку следует применять лишь на определённое время, переходя затем на мягкую атаку.

Чтобы не было горлового призвука, одним из девизов певца должен быть такой – мускулатуры горла не существует!

Носовой призвук встречается нечасто, но певец привыкает к нему постепенно и довольно прочно, поэтому исправить этот недостаток не так легко. Гнусавость происходит от вялости и опускания мягкого нёба, оттого, что средняя и задняя часть языка поднимаются вверх по направлению к нёбу. При этом большая часть звуковых волн направляется в задние отверстия носовой полости – хоаны. От того, каков размер формы отверстия, может зависеть и уровень активности носового призвука. Такой голос в маленьком помещении может звучать достаточно ярко, но в большом он будет мало слышен. При опущенном мягком нёбе нарушается связь с головными резонаторами, с высокой певческой формантой.

Надо сказать, что этот недостаток носит довольно субъективный характер. Одни педагоги считают, что носовой резонатор очень важен в пении для получения особой тембральной окраски звука, и просят ученика специально посылать звук в нос (сторонником этого взгляда был и известный фониатр И. Левидов). В поисках высокой певческой форманты они иногда и прививают певцу чрезмерное носовое звучание. Другие категорически против такого подхода. Здесь уместно вспомнить исследования известного учёного Д. Работнова, который говорил, что мягкое нёбо в момент фонации рефлекторно тесно связано с дыхательными движениями, особенно с диафрагмой (рефлекс Работнова). Только при их скоординированной работе звук становится ярким, звонким и полётным.

Исследования крупного ученого В. П. Морозова (в соавторстве с В. Ермолаевым и В. Парашиной) наиболее актуальны в этом вопросе. Они могут без колебания быть взяты на вооружение, так как: «...особая роль носового резонатора состоит в том, что он является скорее не усилителем (хотя и усиливает некоторые спектральные составляющие), а поглотителем обертонов певческого голоса, и эта его роль при определенных условиях отнюдь не отрицательна, а положительна. Исследования показали, что слабая, едва ощутимая певцом назализация благоприятно сказывается на тембре голоса увеличением его коэффициента звонкости за счет поглощения (подавления) излишних обертонов 1800–2000 Гц, т. е.

в предформантной зоне по отношению к ВПФ (Ермолаев, Морозов, Парашина, 1964).

Многие педагоги пения, используя носовые согласные «М» и «Н», применяют метод «мычания» и «нычания» и это способствует резонансной настройке певческого аппарата. Но здесь важно помнить то, что говорили старые мастера: «звук должен быть в носу, но в звуке не должно быть носа».

Дыхание – это наиважнейшая певческая проблема. Однако мы часто упрощённо понимаем процесс певческого дыхания, так как наблюдаем только его внешнюю сторону: видим, как в основном ведут себя межрёберные мышцы и мышцы живота. Контролируемые сознанием мышцы «неуклюжие» и большие. Однако существует ещё огромное количество дыхательных мышц, не подчиняющихся контролю нашего сознания (гладкая мускулатура бронхов). Так как дыхание рефлекторно, единственное, что мы можем сделать, чтобы восстановить рефлекторный потенциал дыхания, – это убрать мешающие ему мышечные зажимы. Ещё раз хочется напомнить, что певец – это «машина», которая работает на воздухе (дыхании).

Иногда у ученика правильно формируется звук на дыхании (атака), но выдох короткий, беспокойный из-за плохого чувства опоры. В этом случае, чтобы компенсировать отсутствие силы у дыхания, мышцы горла, челюсти, губ и языка несут двойную нагрузку. Этого допускать нельзя. Чтобы преодолеть данный недостаток, необходимо: сохранить выдыхательное положение грудной клетки, диафрагмы и брюшного пресса; научиться регулировать выдыхаемую струю воздуха, следить за его равномерной подачей к голосовым складкам. Применять при этом наиболее целесообразно нижнерёберно-диафрагматическое дыхание, сторонником которого являются многие учёные, педагоги и певцы.

Дыхание должно быть бесшумным и осуществляться одновременно через нос и рот, что поможет фиксировать ощущение верхних резонаторов. Певец всё время должен петь с ощущением экономного расходования воздуха, но в то же время он ни в коем случае не должен замыкать струю воздуха при выдохе. Во время пения всё, кроме диафрагмы, должно быть освобождено от напряжения. На это указывает, например, известная итальянская певица Магда Оливьеро: «Когда я делаю вдох, я всегда чувствую свою диафрагму. Если я вдыхаю и не ощущаю движения диафрагмы, это признак того, что в моем организме что-то не в порядке» (Секреты вокальной техники..., 2010).

Самое главное заключается в том, что дыхание должно быть озвученным, его нельзя отрывать от звука и резонанса. Как пишет В.

П. Морозов: «Ответ дает опять-таки практика мастеров вокального искусства, которые практически в один голос говорят не просто об экономном эластичном выдохе, но прежде всего об озвученном дыхании, о превращении выдыхаемой струи в резонирующий столб воздуха» (Морозов, 2008).

Многие недостатки напрямую зависят от неправильного дыхания. Если дыхательная струя, например, с большой скоростью ударяет о голосовые складки, происходит **форсированное звучание** голоса. С этим недостатком связано в первую очередь непонимание того, что мощному звуку должно сопутствовать ощущение лёгкости эмиссии голоса. Многие, по мнению, например, одного из лучших итальянских преподавателей Антонио Юварра «...приходят к ошибочному заключению, что она [лёгкость эмиссии. – М. Л.] является не чем иным, как конечной целью процесса развития, этапы которого наполнены усилиями и тяжёлой работой. Это ложное представление, наполовину – плод излишнего усердия, наполовину – стремления быстрее получить результат, несёт разрушительные последствия, особенно в работе над увеличением громкости и диапазона» (Юварра Антонио, 2010).

Очень важно научиться петь ярким полётным звуком, но без форсировки и зажима. Это достигается без спешки и большим трудом. В одном из интервью знаменитая шведская певица Биргит Нильсон сказала: «И прошло много лет, прежде чем я смогла расслабиться. Много лет я пропела, напрягая свои голосовые связки». Касаясь проблемы мышечных зажимов, доктор медицинских наук З. И. Аникеева справедливо отмечает: «Борьба с зажимами любых мышц – трудная задача. Один напряжённый мускул передаёт напряжение другим, особенно ярко это проявляется при формировании верхних нот диапазона» (Аникиева, 2011).

Более всего от зажимов страдает гортань в результате сжатия глотки, о чем предостерегают все мастера, например М. О. Рейзен: «После космического темпа арии Фарлафа я ухожу с этой нотой за кулисы. Не в горле, в резонаторе беру. Горлом нельзя. Самое страшное – горло. Горло должно быть освобождено. Оно должно быть мягким. Это – труба. Если она сжимается – кончено! Все! Теперь много певцов с горловыми голосами – тенора, баритоны и басы. Это – искаленные голоса».

В недавней работе В. П. Морозова и И. С. Макарова показано, что зажатие глотки приводит к «выключению» резонанса нижних отделов глотки, расположенных по бокам гортани (грушевидных пазух), которые намного усиливают высокую певческую форманту, образованную сужением входа в гортань (Морозов, Макаров, 2010).

Если бы начинающие вокалисты ясно представляли себе, какими последствиями чревато форсированное пение, их профессиональное становление было бы гораздо успешнее. Одним из важнейших постулатов для них должен служить такой тезис: ни при каких условиях пение не должно травмировать голосовой аппарат певца.

Как правило, в начале обучения у молодого певца часто проявляется **фальшивое интонирование**. Это главным образом связано с тем, что его организм попадает в новый режим работы голосового аппарата, а точнее дыхания. Ещё мало натренированная мышца вдоха (диафрагма) работает неэффективно, плохо сокращается и не опускается, в результате чего певец не может почувствовать опору и лёгкость звучания. Ещё хуже, когда он, не контролируя дыхательную струю, неосознанно варьирует её скорость (увеличивает или, наоборот, уменьшает). В этом случае слышна позиционная неустойчивость звука (в основном встречается у студентов вуза и иногда у певцов-профессионалов). На слух певец как будто поёт чисто, но в то же время как-то и неустойчиво. Мышечный аппарат очень быстро привыкнет к неточной интонации, а чтобы её исправить (если, конечно, это будет возможно), потребуется много времени и усилий. Отрицательно влияет на процесс интонирования и неспособность быстро адаптироваться в новые акустические условия. Здесь особо пристальное внимание необходимо обратить на вокальный слух певца. Он играет очень большое значение, так как точность интонирования, связанная с особенностями чувствительного отдела нервной системы, во многом зависит от рецепторного передаточного аппарата, каким является ухо.

Дыхание напрямую связано с исполнением той или иной фразы во времени. Если она короткая, не стоит брать много дыхания, а если певец хочет наполнить голос эмоциями, дыхание, безусловно, должно быть более глубоким и опёртым. Та же Магда Оливеро говорила: «Конечно, глубина вдоха зависит от фразы, которую нам предстоит спеть. Было бы смешно накачивать полные лёгкие воздухом, чтобы спеть короткую фразу. Но если фраза длинная или предстоит петь высокие ноты, нужно иметь воздух в запасе» (Секреты вокальной техники..., 2010). Здесь хотелось бы ещё добавить одно – если фраза идёт сверху вниз, нельзя позволять дыханию идти вниз вместе с мелодией. Когда мелодия спускается вниз, певец должен обязательно удерживать высокую позицию и опёртое звучание голоса.

На певческое дыхание воздействует много моментов. Одно из них – волнение, которое зачастую появляется перед выступлением (особенно у неопытного певца). Оно передаёт импульс дыханию, которое становится беспокойным. Да ещё неправильная осанка (впалая грудь, согнутая спина и т. д.) играет большую отрицательную

роль. Всё это затрудняет работу межрёберных мышц при дыхании, мешает свободной работе диафрагмы, а в целом свободному, естественному голосоведению.

Работа над голосом должна вестись между освобождением от напряжения дыхательной мускулатуры, имеющей дело с источником звука, и освобождением от напряжения мышц горла, языка и подбородка, образующих канал, по которому движется звук. До тех пор, пока мышцы челюсти, языка и горла будут оказывать поддержку в звучании, дыхание будет лениво исполнять свои прямые обязанности. Порой нелегко заметить эту ошибку и избавиться от неё. Основная работа должна быть направлена на то, чтобы мышцы выполняли ту работу, для которой они предназначены.

Надо помнить, что, устраняя напряжение, мы таким образом создаём новые возможности для звучания голоса. А следующий, не менее важный этап, должен быть направлен на воспитание определённых мышц гибкими и послушными воле исполнителя. Важнейшей целью педагога-вокалиста является возвращение мускулатуре певца природной способности к произвольной реакции, которая приведёт, в свою очередь, к естественному, эластичному, эталонному звучанию, к чему мы все и стремимся.

Крупнейший акустик XX века С. Н. Ржевкин в середине 50-годов писал: «Одной из весьма характерных, важных и ещё далеко не достаточно изученных эстетических особенностей певческого голоса является наличие вибрато в звуке гласных» (Ржевкин, 1956). Сегодня у нас, благодаря исследованиям профессора В. Морозова, есть разработанная теория резонансного происхождения вибрато (Морозов, 2008). Оно является одним из важнейших эстетических свойств голоса и служит важным показателем степени совершенства вокальной техники. **Вибрато** делает голос ярким и полётным, придаёт ему красивое звучание. Но оно выполняет и ещё одну важную эстетическую роль – скрывает неточности интонации. Наличие хорошего вибрато (6–7 Гц) как бы поглощает неточности интонации, и они становятся неощутимы на слух.

На качество голоса влияют такие дефекты вибрато, как тремоляция (8–9 Гц) или качание звука (3–4 Гц). В отдельных редких случаях у певцов встречается прямое и плоское звучание голоса. Причины здесь могут быть разные. Например, тремоляция (если это не природное явление) может возникать от перенапряжения мышц голосового аппарата, от излишней активности мышц глотки. Этот дефект может присутствовать и от неверно сформированной гласной. Дрожание голоса возможно от того, что голосовые мышцы не справляются с большим посылом дыхания, «вследствие чего ток воздуха выходит

неравномерно и напряжение голосовых струн неровное» (Сонки, 1925). Этот дефект вибрато главным образом связан с тем, что поющий не умеет поддерживать необходимую воздушную струю во время выдоха. Вследствие этого при звуковедении выходит некоторое количество неозвученного воздуха, который мешает правильной вибрации голосовых складок. Когда ученик научится правильно дышать, недостаток этот пройдет сам собой.

Бывает и так, что на тремоляцию голоса влияет дрожание мягкого язычка. Это происходит оттого, если мягкое нёбо недостаточно приподнято; «... от напора воздуха на "язычок", этот последний дрожит, передаёт это дрожание известному количеству звуковых волн, и голос выходит дребезжащим» (Юварра Антонио, 2010). В данном случае помогут механические упражнения для мягкого нёба.

И, наконец, тремоляция, так же как и качание голоса, может возникнуть от форсированного пения, особенно в высокой тесситуре. При таком пении теряется требуемая эластичность голоса, мышцы гортани переутомляются. Некоторое время они работают на зажиме, а потом, постепенно ослабевают, теряют необходимую упругость и в голосе появляется качка. Одной из причин качания голоса может являться и расширенное, заглублённое формирование звука. Говоря о данном недостатке, профессор Л. Б. Дмитриев отмечает, что «...характер вибрато в значительной мере – качество естественное, природное, зависящее и от строения голосового аппарата, и от приобретенных навыков, и от тонуса мышц, и от состояния нервной системы» (Дмитриев, 2000).

Начинающий певец должен знать, что вибрато, как и многие другие качества голоса, поддается направленному воспитанию и в значительной мере подвластно нашей воле. Как показывает многолетняя практическая работа, одним из эффективных способов исправления недостатков вибрато является пение в фальцетно-микстовой манере. Эффект, полученный от применения этого метода, подробно описан ранее автором данной работы (Агин, 2007, 2010).

Много проблем обычно связано с **разборчивостью вокальной речи**. Очень неприятно, когда слушатель не понимает, на каком языке поёт певец, или смысл слов поющего доходит изредка только в конце произведения. Надо помнить, что «правильное произношение того или иного гласного или согласного зависит от верно рожденного, правильно направленного звука голоса, а также четко работающих частей речевого аппарата» (Курагина, 1959). Когда голос несвободен, происходит расстройство резонаторной системы. Это напрямую относится и к дыхательным мышцам. Если они напряжены, то и мышцы, выстилающие гортань, тоже напряжены. Чем больше органы

дыхания и резонаторы подвержены зажимам, тем больше их звукообразующая роль переходит к языку и губам. А мы знаем, что язык, являясь главным артикуляционным органом, опосредованно прикреплен к гортани. Он берёт на себя ответственность в тех случаях, когда дыхание несвободно. Некоторые голоса из-за напряжения языка издают скрипящий, неприятный звук. И пока язык напряжён, он будет затрачивать больше усилий на артикуляцию, чем необходимо. По всему голосовому диапазону звуки должны формироваться без всякого напряжения в задней части языка (Садовников, 1958). Для того чтобы голос свободно выражал эмоции, мышцы языка должны быть расслаблены.

Нельзя забывать и о том, что именно губы («часовые рта»), являясь частью лицевой мускулатуры, по меткому выражению выдающегося американского педагога Кристин Линклэйтер, могут выполнять роль либо тюремной решётки, либо «легко открывающейся двери с хорошо смазанными петлями» (Линклэйтер, 1993). Часто дискуссии идут о том, как лучше петь – на улыбке или нет. Нам кажется, что это беспредметный спор. Важно ни то, поёт певец на улыбке или нет, а то, насколько свободна его верхняя губа, так как именно она в первую очередь играет большую роль в артикуляции. Учёные-лингвисты подсчитали, что, когда верхняя губа зажата, на долю нижней выпадает до 85 % усилий. Возможно, что для дополнительной помощи она привлекает и челюсть, хотя, по сравнению с губой, челюсть чересчур неуклюжа. Но и этот факт нельзя сбрасывать со счетов. Часто мы видим из практики, как у некоторых вокалистов неестественно работает нижняя челюсть, каким невероятным трудом они преодолевают этот недостаток.

При формировании певческого слова немаловажную роль, помимо передней и задней частей языка и губ, играют альвеолы, купол рта, задняя часть твёрдого нёба и само мягкое нёбо. Можно сказать, что взрывные согласные формируются с помощью двух артикуляционных поверхностей, голосовых складок и губ, прерывающих поток дыхания и звука. Знаменитый тенор Николай Гедда в связи с этим советует певцу следующее: «Что бы ты ни пел, в какой угодно позиции, или на какой угодно ноте, согласная, с которой начинается слово, всегда должна звучать на той же высоте, что и последующая гласная» (Секреты вокальной техники..., 2010). Гласные же образуются при движении языка и губ, которые придают дыхательному потоку вибраций различные формы. Они должны строиться в высокой позиции. По меткому выражению Тито Скипа «гласные должны падать сверху». Но при этом слова во время пения необходимо произносить с объёмом, тогда они будут понятными и доступными для слушателя.

Ясность мысли, выраженной в слове, зависит от точности артикуляции. В процессе артикуляции мы часто сталкиваемся с несовершенством нашего мускульного аппарата. В связи с этим хотелось бы сказать следующее – мышцы не должны играть роль пассивного «наблюдателя», как часто мы это видим на практике. Они должны быть активны для более чёткого выражения мыслей и чувств (здесь нельзя путать усилия мышц с их зажимом).

Важно, чтобы педагог, обучая певца певческим установкам, следил за тем, чтобы не страдала разговорная (!) речь ученика, помнить о том, что они взаимосвязаны. На это своевременно указывает Л. Б. Рудин в своей работе «Основы голосоведения». В разделе «15 золотых принципов вокальной и речевой педагогики» он пишет: «Для певца работа над речью имеет не меньшее значение, чем сама вокальная техника, а на профессиональную речь вокальная техника оказывает весьма положительное влияние» (Рудин, 2009).

Певец должен иметь определённую эмоциональную настройку, чтобы выразить те чувства, которые заложены в том или ином произведении, в той или иной оперной партии. Из всех частей тела именно лицо может быть как наибольшим, так и наименьшим выразителем этих эмоций. Значит, и этот вопрос очень важен. При зажимах у некоторых вокалистов лицо может принимать форму бесчувственной маски или, наоборот, постоянно искажаться в какой-либо гримасе (искоренить этот недостаток, в первую очередь, может помочь зеркало). Много зависит от того, как певец реагирует на изменения настроений, как он может управлять подобно другим мышцам тела, мышцами лица, наконец, насколько они эластичны и т. д. Выражение лица и звучание голоса должны гармонировать со словами, которые поёт певец. И конечно, в данном контексте нельзя забывать слова видного вокального педагога и учёного А. П. Здановича о том, что «всякий исполнительский процесс – это соединение чувства и мысли, вдохновения и рассудка, творческой интуиции и сознания» (Зданович, 1975).

Резонаторы играют огромную роль в певческом процессе, многие недостатки вокальной техники связаны с их недооценкой или неумением использовать в работе. Порой это забывается.

Известно, что резонанс – это усиление звука. Поэтому *резонансной техникой*, по определению В. П. Морозова, называется пение с максимальной активностью всех резонаторов голосового аппарата (ротоглоточного, носового, грудного), что достигается певцом с помощью вибрационной чувствительности. Чем больше активность того или иного резонатора, тем сильнее вибрируют участки тела певца в области данного резонатора (твёрдое нёбо, «маска», грудь, лоб).

Изменяя настройку резонаторов, т. е. регулируя их размеры и форму (движениями языка, губ, челюсти, мягкого нёба), певец и может добиться максимальной активности резонаторов. Правильно организованное диафрагматическое дыхание и свобода гортани – необходимые условия резонансной техники (см. Раздел 1).

На примере экспериментального изучения техники пения выдающихся певцов профессором В. П. Морозовым показано, что резонансная техника придает голосу легкость, полётность, красоту тембра, неутомимость, а певцу – сценическое долголетие за счет освобождения гортани от перегрузок (защитная роль резонаторов). Основы резонансной техники изложены В. П. Морозовым в книге «Искусство резонансного пения» (2008), а также – в его статьях в первом разделе данной коллективной монографии.

Перечисленные положительные качества голоса, резонансная техника придает и речи актера, о чем пишет выдающийся американский педагог по сценической речи Кристин Линклэйтер (Линклэйтер, 1993).

Возвращаясь к теме моей статьи, следует заметить: можно сколько угодно освобождаться от недостатков голоса, спорить о роли дыхания, расслабляться и т. п., но если певец игнорирует резонансную технику, т. е. не чувствует вибрацию резонаторов, не поддерживает постоянно их активность по вибрационным ощущениям, а поет за счет нажима на гортань, то он обречен на постоянное присутствие тех или иных недостатков в голосе. Они у него будут практически неискоренимы.

Овладение резонансной техникой должно стать одним из главных направлений в работе по исправлению недостатков певческого голоса и речи.

Одна из выдающихся представительниц bel canto, солистка Метрополитен-опера Мэрилин Хорн как-то сказала: «Пение – это на 95 процентов мозга». Мы с нею полностью согласны. Безусловно, всем процессом голосообразования командует голова, поэтому для того, чтобы красиво звучал голос, помимо владения вокальной техникой, надо ещё и думать красиво! Тогда и недостатки голоса и речи будут ликвидированы очень быстро. Поэтому главная задача педагога – не механически устранять те или иные недостатки, а научить ученика сознательно и целенаправленно работать над совершенствованием своего голоса.

Выводы:

– основные недостатки певческого голоса и речи в большинстве своём носят приобретённый характер и во многом связаны с поспешным развитием тела-инструмента;

- недостатки голоса и речи в пении не изолированы, они в той или иной степени связаны между собой и влияют друг на друга;
- все недостатки певческого голоса и речи в той или иной степени связаны с работой дыхания, гортани и резонаторов;
- ряд недостатков происходит от неумения контролировать свои мышечные, слуховые и резонаторные вибрационные ощущения (особенно в начальный период обучения);
- исправление того или иного недостатка певческого голоса и речи должно быть в первую очередь связано с полным отсутствием у певца любого (!) неприятного ощущения напряжённости;
- работу над исправлением определённого недостатка необходимо вести не изолированно, а комплексно, с пониманием того, что певческий аппарат – это целостная функциональная система;
- овладение резонансной техникой – эффективный путь избавления от недостатков голосообразования и их профилактики.