

62

ЧИТ. ЗАЛ. МУЗ.

М. ДЕЙША-СИОНИЦКАЯ

Заслуженная артистка Госуд. Акад. Театров и профессор пения

Вх 311
Д 279

ПЕНИЕ 780.3 Д 27 В ОЩУЩЕНИЯХ

С приложением 12 нотных примеров
и 17 рисунков

№ 2287

4-12 ДЕЙША

БИБЛИОТЕКА
1-10
МОСКОВСКОЕ ГОСУДАРСТВ.
МУЗЫКАЛЬНОЕ УЧЕБНОЕ ЗАВЕДЕНИЕ

Государственное Издательство
МУЗЫКАЛЬНЫЙ СЕКТОР
Москва—1926

І. О Д Ы Х А Н И И.

Каждый учащийся пению желает идти сознательным путем в постановке своего голоса. Ему интересно все понять и себе уяснить.

Он знает, что при пении работают голосовые связки, дыхание и резонаторы, но так как видеть этой работы он не может, то ему остается руководиться ощущениями. Ощущения же являются критерием правильного пения, и учащемуся необходимо научиться распознавать их.

Ощущение есть результат действий каких-либо органов, а потому интересно знать какие же органы работают в соответствии с этими ощущениями.

Пение находится на трех планах:

- 1) Дыхание.
- 2) Горлань, в которой заключены голосовые связки.
- 3) Резонаторы или пустоты, в которых резонирует звук.

Мы поем и говорим при помощи чудного инструмента, заключающегося в нас самих. Мы представляем собой одновременно механизм, механика и виртуоза. Мы должны быть сильно заинтересованы тем, как действовать на этом инструменте, чтобы избежать преждевременной его порчи. Для этого надо изучить этот наш дивный инструмент, чтобы работать на нем легко и свободно с наименьшим утомлением.

Одно из важнейших условий для воспроизведения звука составляет правильное дыхание. Это — основа педагогики пения. «Искусство пения есть школа дыхания», говорили старые испытанные педагоги. Как бы хорошо ни звучал голос, но если дыхание неправильное, то никогда нельзя будет достигнуть художественного исполнения. Итак, начнем с дыхания, так как оно есть основа пения.

Чтобы научиться искусству правильно дышать при пении и при произношении прежде всего необходимо знать, как вообще дышит человек.

Человеческое туловище разделено на две части: верхнюю — грудь и нижнюю — брюшную. Их разделяет грудобрюшная пре-

града или диафрагма. Диафрагма натянута в виде перегородки куполообразно и прикреплена периферией (краями) к позвонкам и нижним ребрам. Рис. 1.

Когда мышцы диафрагмы сокращаются, то она теряет свою куполообразную форму. При этом сокращении диафрагма делается более плоской и, опустившись вниз, дает грудной полости ту часть пространства, которую отнимает у брюшной.

В процессе дыхания участвуют две группы мышц: вдыхательные и выдыхательные. При комбинированном брюшно-реберном типе дыхания вдыхательные это — диафрагма с междуреберными мышцами, а выдыхательные это — мышцы живота или брюшной пресс. Такой тип дыхания называется диафрагматическим.

Еще в древности великий врач Гален установил что при спокойном дыхании работает, главным образом, диафрагма.

Вы можете проверить это сами, всего лучше лежа, когда вы засыпаете, а также на детях, так как дети дышат правильно. Это дыхание дано нам природой, а так как пение есть процесс природный, то мы должны руководствоваться природой и не идти против нее.

Следовательно, при пении должен употребляться диафрагматический тип дыхания.

Профессор пения старой итальянской школы Ламперти говорит: «Для пения необходимо иметь диафрагматическое или грудобрюшное дыхание, так как только при этом способе горло удерживает упругое и естественное положение».

Павел Гарно, профессор Академии Наук в Бордо, говорит: «Из всех типов дыхания лишь один может быть рекомендуем как женщинам, так и мужчинам, это — тип диафрагматический, так как это самый нормальный тип, который существует».

Порпора, знаменитый учитель пения, живший в конце XVII и в начале XVIII века, учил своих учеников диафрагматическому дыханию.

Диафрагматический тип дыхания признавали и признают знаменитые певцы и профессора пения: Рубини, Эверарди, Прянишников, Джиральдони, Ламперти и большинство современных педагогов. Они употребляют его на практике, они писали о нем в своих руководствах.

При сокращении (опускании) диафрагмы у вас будет ощущение, что передняя стенка живота пойдет вперед, увлекая за собой нижние ребра и расширяя в нижней части грудную клетку.

Это будет процесс вдыхания, а потому диафрагму можно назвать мышцей вдыхательной, действие которой вы можете легко ощущать.

Выдыхательные же мышцы или брюшной пресс, это — мышцы живота, которые, нажимая на внутренности живота снизу вверх,

поднимают диафрагму и приводят ее в первоначальное положение. Рис. 2.

Вот почему после еды трудно петь. Кроме того, это мешает правильному пищеварению. Нормально после еды можно петь через 2 – 3 часа.

Мышцы живота при обыкновенном выдыхании почти не ощущаются, но при пении на них надо обращать большое внимание, так как работа их в этом деле большая.

Прямые и косые мышцы нашего живота это – очень сильные мышцы в нашем организме. О том, что они работают во время выдыхания, вы можете убедиться так: вздохнув, положите руку на низ живота и громко прокричите какую-нибудь фразу или засмейтесь, и вы почувствуете определенные толчки этих мышц, распространяющиеся снизу вверх.

Движения этих мышц чрезвычайно послушны нашему желанию: эти выдыхательные мышцы легко приподнимают диафрагму, приводят ее в первоначальное положение. Бока в это время, будучи сильно напряжены, удерживают диафрагму от слишком быстрого движения вверх, чем способствуют равномерному и экономному расходу дыхания, не нарушая правильной работы голосовых связок. Это действие называется «держать дыхание» или «певческий пояс».

Доктор Геллат говорит: «Эти выдыхательные мышцы дают ровность филировки звука, и самое нежное пиано достигается тогда, когда сильны выдыхатели».

Итак, можно сказать: вдохните диафрагмой и выдохните нижними мышцами живота.

Изучив эти движения и ощущения, вы можете работать над вашим дыханием и развить его.

Профессор Прянишников в своем руководстве говорит: «Упражняться в дыхании надо не только в период первых уроков пения, но в продолжение долгого времени, пока не овладеете дыханием вполне».

Упражняться в дыхании можно так: лечь на спину, чтобы голова была немного выше; положить для ясности ощущения руку на низ живота, набрать дыхание носом с полукрытым ртом и с определенным толчком с самого низа живота начать считать громко сколько можете, наблюдая при этом, чтобы грудь не опускалась, а мышцы живота равномерно убирала живот внутрь, сначала с самого низа а затем все выше и выше.

Это упражнение можно делать также стоя. Для этого надо стать прямо и заложить за спину руки одна на другую. Это положение очень способствует упражнению в диафрагматическом дыхании.

Считая, надо произносить цифры не горлом и не шопотом, а очень отчетливо и ясно сверху, как-будто вы говорите головой и широкими ноздрями.

Считать надо для того, чтобы дыхание уходило равномерно. Бока при этом надо держать в напряженном состоянии, как бы расширяя до тех пор, пока вы не кончите считать и не израсходуете все дыхание. Считать можно начать от 3-х до 30-ти и далее, смотря по вместимости легких.

Второе упражнение такое: наберите дыхание, и когда приподнимается грудная доска, то оставьте ее в приподнятом состоянии, и сначала выдохните, а затем вдохните. Сделайте такое движение несколько раз, наблюдая, чтобы грудная доска оставалась неподвижной.

Есть еще упражнение, практикуемое в трех приемах.

1) Набрав дыхание быстро, надо задержать его и затем выпускать медленно.

2) Набрав дыхание медленно и задержав выпускать быстро.

3) Набрав дыхание быстро, долго держать и выпустить быстро.

Делать это по счету, постоянно прибавляя время, как для набирания воздуха, так и для задерживания и выпускания. Но я системы этой не применяла.

Упражняться в дыхании нужно терпеливо и внимательно. Считать не до утомления, постепенно прибавляя счет. Сначала упражнения можно делать два — три раза в день, а потом и больше. От 3-х до 5-ти минут, каждый раз.

Через месяц или два вы увидите результаты вашей работы. Опускание во время пения грудной доски, поднимание плеч и напряжение верхней части рук — некрасиво, особенно у женщин, и вредно.

Это указывает на то, что вы работаете не диафрагматическим дыханием, а ключичным.

Ключичное же дыхание шумное, неприятное для слушателя и вредное для певца, его никто не рекомендует.

Профессор Гарно говорит: «Ключичное дыхание, не имея достаточного запаса воздуха, ведет за собою приливы крови к гортани. Вследствие чего гортань при малейшей внешней причине легко подвергается острому воспалению».

При пении грудная доска не должна опускаться, так как этим нарушается столб дыхания сверху.

Если вы при атаке звука сделаете толчок дыхания из груди или во время пения будете опускать грудную доску, то вы лишите голос его естественной опоры, так как он опустится ниже позиции и будет глухой или горловой.

Перед тем, как взять звук, вы должны раскрыть рот, взять дыхание носом на манер зевка и, задержав на мгновение дыхание (как говорят итальянцы, замкнув дыхание), взять должный звук сверху с определенным толчком нижних мышц живота.

Взяв звук или начав фразу, вы должны держать дыхание, не опуская грудь, крепко держать бока. Чем меньше остается

дыхания, тем крепче надо держать бока, чтобы не дать диафрагме вытолкнуть сразу остаток воздуха. Бока можно опустить только тогда, когда вы окончите фразу.

Бока и ребра для певца играют большую роль. Доктор Жоаль и знаменитый тенор Иван Решке утверждают, что для пения самое лучшее дыхание это—боковое или реберное. Такое ощущение действительно получается потому, что вместе с диафрагмой работают междуреберные мышцы, следовательно, и бока, которые в пении, при выдыхании, нужно держать в напряженном состоянии. Если мышцы живота и диафрагма правильно и свободно работают, а бока напряжены, то получается такое ощущение, что работают только бока, но на самом деле бока без диафрагмы работать не могут.

Профессор Ламперти говорит: «Нужно рассчитать свое дыхание так, чтобы по окончании фразы у вас остался бы запас воздуха на две и на три ноты так же, как в органах и других инструментах никогда не расходуется весь запас воздуха.

При пении правило для дыхания такое: не набирать дыхания слишком много и не расходовать его без остатка.

Вот все, что я могу пока сказать о дыхании. Я говорю—пока потому, что когда буду говорить о резонаторах, то опять возвращусь к дыханию.

II ГОРТАНЬ.

Главный орган для образования звука—есть гортань. Тот факт, что она служила голосообразованием был известен еще в древние времена Аристотелю и Гипократу. Нам, конечно, интересно знать, что же представляет собой тот орган, который служит нам инструментом.

Гортань помещается наверху трахеи, на подобие капители, увенчивающей колонну. Она имеет форму трехгранного бокала, открытого сверху и снизу для прохождения воздуха. Рис. 3.

Гортань состоит из хрящей и мышц и представляет собою орган подвижной. Он не только может двигаться весь, но каждая часть его отдельно.

Доктор Гален и Фабрициус еще в 1637 году знали о хрящах и мышцах гортани и в их действиях находили сходство с флейтой.

А доктор Феррейн более двухсот лет тому назад сравнил гортань со струнным инструментом, считая голосовые связки струнами, а воздушный ток, проходящий через них, смычком, приводящим струны в колебательное состояние.

Гортань состоит из пяти хрящей: перстневидного, щитовидного, надгортанного и двух черпаловидных: Рис. 3 и 4.

Эти хрящи соединены между собой целым рядом связок и мышц, от сокращения которых гортань меняет свое положение.

Перстневидный хрящ соединяет гортань с трахеей; на нем укреплены щитовидный и два черпаловидных.

Щитовидный хрящ действительно похож на щит: он защищает голосовой аппарат от внешних случайностей.

Надгортанный хрящ или надгортанная крышка, как видно из названия, защищает гортань от попадания в нее пищи и других посторонних тел.

Два черпаловидных хряща помещаются на возвышенном крае задней части перстневидного хряща.

Они называются хрящами установочными, своим строением похожи на две пирамидки. Каждое их основание имеет по два отростка. Одни из этих отростков помещаются внутри гортани и называются голосовыми отростками, потому что к ним прикреплены голосовые связки, а другие отростки обращены наружу гортани, к ним прикреплены мышцы, и они называются мышечными отростками. Рис. 4.

Профессор Гарно и Людвиг называют щитовидный хрящ хрящом натяжения. Он, посредством щитоперстневидной мышцы, наклонившись верхним своим краем немного вперед, производит натяжение голосовых связок, которые одним концом прикреплены к нему. Это натяжение необходимо для образования звука. Рис. 5 и 6.

Щитовидный хрящ вы можете ощущать, положив палец на переднюю часть шеи, и видеть его движение; это то, что называется адамово яблоко. Остальные же хрящи и голосовые связки вы можете видеть только при ларингоскопировании, т. е. тогда, когда осматривают что-нибудь горло.

Самому свои связки можно видеть только в автоларингоскоп. Профессор Гарно говорит: «С этой целью сядьте против зеркала, вертикально поставленного на стол. Рядом с зеркалом поставьте лампу с сильным светом и рефлектором, могущим отразить световые лучи в глубине вашего горла. Введите себе в рот ларингоскоп (маленькое зеркальце под углом на длинной ручке) и тяните букву э. Вы увидите ясно изображение гортани отраженной в стоящем перед вами зеркале, конечно в обратном направлении.

Ощущать свои хрящи и голосовые связки мы не должны так же, как не ощущаем внутренних действий в других органах. Напр. глаза: они работают, когда вы смотрите, но вы не ощущаете внутренней работы отдельных частей. Если же вы ощущаете внутреннюю работу глаз, то, значит, глаза ваши устали, больны или вы их повернули как-нибудь неловко.

Не только глаза, но даже руки и ноги, когда они здоровы и не утомлены, вы не замечаете их время работы.

Внутренность гортани покрыта слизистой оболочкой. Приблизительно на середине щитовидного хряща слизистая оболочка

образует две упругие складки, лежащие горизонтально от щитовидного хряща к черпаловидным. Эти складки называются истинными голосовыми связками. Над этими голосовыми связками из той же слизистой оболочки образуются углубления в форме карманов, называющихся «марганьевы желудочки». Верхние края этих углублений образуют также складки меньших размеров, которые называются ложными голосовыми связками. Рис. 7.

Самая главная часть гортани для образования звука это— истинные голосовые связки.

Истинные голосовые связки прикреплены, как было сказано выше, к щитовидному и черпаловидным хрящам и представляют собой две перепончатые складки, образующиеся из слизистой оболочки, покрывающей гортань.

Внутри их проходят щиточерпаловидные мышцы, а края их состоят из эластичной ткани, которая, колеблясь, производит звук.

Голосовые связки, оставаясь всегда соединенными в своем прикреплении у щитовидного хряща, раздвигаются и соединяются концами, прикрепленными к черпаловидным хрящам.

При вдыхании голосовые связки раздвинуты, а при образовании звука они сближаются, оставляя узкую щель, через которую проходит воздух. Рис. 8 и 9.

Функции дыхательного и голосового аппаратов идут параллельно, и в тоже время между ними существует антагонизм. Но так как этот антагонизм есть физиологическое действие, то мы не должны его ощущать.

Крайне важно при издавании звука, чтобы воздушная струя не расходовалась излишне и с большой силой. При слишком сильной воздушной струе голосовые связки излишне напрягаются, отягощенные дыханием, что очень вредно на них отражается.

Для того, чтобы образовался в гортани звук, недостаточно одного сближения голосовых связок, а еще надо и натяжение их.

В этом натяжении участвуют мышцы, наклоняющие щитовидный хрящ, а заложенные внутри истинных связок щиточерпаловидные мышцы регулируют натяжение, нужное для образования соответствующего звука. Рис. 5 и 6.

Звук происходит благодаря взаимодействию двух сил. Одной силой является сближение и натяжение голосовых связок, а другой—давление воздушного тока на них.

При совместном действии этих двух правильно работающих и здоровых сил является гибкость звука, создающая достоинство певца.

Вот почему, если голосовые связки неправильно смыкаются, то трудно достичь эластичности и свободы звука.

Здоровые голосовые связки очень эластичны и имеют белый цвет. Если же они недостаточно эластичны и принимают розо-

вый цвет, то это означает, что они больны. Такими связками петь нельзя. Если петь больными связками, то можно получить воспаление связок, а в дальнейшем и певческие узлы на связках, или, как немцы называют их, певческие мозоли. Эти мозоли хотя и можно излечить, но с большим трудом.

В ранней молодости, или когда эти мозоли небольшие и недавно приобретенные, они могут рассосаться при долгом и упорном молчании. Доктора лечат эти узелки прижиганием и, в крайнем случае, операцией. Но операция очень трудна и не безопасна для голоса.

Между истинными голосовыми связками и ложными с каждой стороны есть углубления, которые называются «Марганьевы желудочки».

Относительно марганьевых желудочков есть несколько медицинских мнений. Указывали на то, что они, располагаясь над истинными голосовыми связками, дают им простор при их колебании. Что они имеют множество мышечных волокон и могут менять свои размеры. Что животные с большими марганьевыми желудочками отличаются особенно звучными и резкими голосами, напр., лягушки и обьязаны-ревуны. Дети, у которых более развиты марганьевы желудочки, чем остальные части гортани, имеют звонкие и крикливые голоса, а потому марганьевы желудочки причисляют к резонаторам.

Профессор Гарно и Меркель того мнения, что марганьевы желудочки богаты железками, и секрет (выделение) их, постоянно истекая, увлажняет голосовые связки.

Можно предположить, что марганьевы желудочки выполняют несколько функций; но мне кажется, что главная их функция это — увлажнять голосовые связки.

Из всего сказанного можно заключить, что гортань есть тонко сконструированная машина, прекрасно работающая, если мы чем-либо не повредим ее и не будем мешать ее работе.

Трудно объяснить все движения хрящей и мышц гортани, а еще труднее ими овладеть. Разрезать же живую гортань и проследить ее работу невозможно, потому для певца огромную роль имеют ощущения.

Профессор Гарно говорит: гортань есть наисовершеннейший инструмент, не имеющий себе равного по своему совершенству между всеми инструментами в мире. Будем же бережно относиться к этому нашему идеальному инструменту, не форсируя его работы, чтобы дольше сохранить свежесть и силу голоса.

В этом нам помогут резонаторы, о которых я буду говорить дальше.

III. РЕЗОНАТОРЫ.

Человеческий голос, как и все музыкальные инструменты, имеет места для резонирования звука. Эти места называются резонаторами.

Чистота звука, его звонкость и легкость обуславливаются работой резонаторов.

Профессора Броун и Бек говорят, что объем голоса не столько зависит от силы дыхания, сколько от умения производить звук, в котором действуют в совершенстве полости резонанса.

Великий ученый Гельмгольц показал, что каждый тон состоит из основного тона и вспомогательных, так называемых, гармонических обертонов, которые, будучи усилены резонаторами, влияют на силу и тембр звука.

Человеческий голос богат обертонами. В голосовом аппарате мы различаем три части: воздухоносную, вибрационную (производительную) и органы резонанса.

Сила звука может быть увеличена, если поблизости его прохождения находятся резонаторы.

Поставить звук в правильную позицию, это значит найти такую точку и дать такое направление, с которого голос имел бы наибольшую сумму резонансов и обертонов. Такое действие должно подчиняться ощущению и наблюдению.

Все полости резонаторов входят в состав голосового аппарата. Одни из них находятся под гортанью, это — трахея, бронхи и легкие, а другие — над гортанью, это — полости рта, глотки, носа и все головные пазухи. Таким образом, резонаторы можно разделить на нижние и верхние.

Нижние резонаторы это — легкие, бронхи и трахея. Неоспоримо, что они резонируют, потому, что если у певца бронхит или трахеит, то голос не звучит, трудно петь и ощущается тяжесть, а при воспалении легких совсем петь нельзя. Эти резонаторы служат, как ящик для камертона, усиливающий все звуки.

Верхние резонаторы, которые легко ощущать и наблюдать, это — полости рта, носа и головные пазухи.

В полости рта главное место для резонанса это — твердое небо: оно играет одну из первенствующих ролей для резонанса звука. Твердое небо отделяет полости рта от носовой полости.

Носовая полость, ограниченная хрящевыми и костными стенками, представляет собой резонатор с постоянным определенным размером. Резонанс носовой полости необходим для того, чтобы голос имел полный блеск. Рис. 10.

Над носовой полостью лежит, как крышка, горизонтальная пластинка решетчатой кости, упирающаяся в основную или клиновидную кость. Рис. 12, 13 и 14.

Спереди, кверху от горизонтальной пластинки решетчатой кости находятся лобные пазухи. Это—головные резонаторы. Их величина имеет значение для звука, особенно на высоких нотах. Рис. 10, 11.

От середины горизонтальной пластинки решетчатой кости идет носовая перегородка, с каждой стороны которой находятся по две носовые раковины: верхние и средние. Эти раковины имеют значение для звука, так как сообщаются с головными пазухами и гаймеровыми полостями.

У переднего края крышки носовой полости от горизонтальной пластинки решетчатой кости, по обе стороны носовой перегородки находятся особые отверстия, непосредственно сообщаемые с лобными пазухами.

Это есть главный путь прохождения воздуха между носовыми и головными пазухами и центр его колебания. Это—то, что на певческом языке называется «маска».

Работы резонатора.

Дыхание по существу одно, так как при вдыхании наполняются воздухом не только легкие, но и головные пазухи; но для ясности в пении мы разделим и дыхание, как резонаторы, на нижнее диафрагматическое и верхнее—головное.

Нижнее диафрагматическое есть опора звука, а головное верхнее служит, как вибрационная (производительная) часть его.

Вдыхать надо одновременно диафрагмой и головой, на манер зевка, через нос с открытым ртом. При одновременном вдыхании диафрагмой и головой надо внимательно следить, чтобы грудь и плечи были неподвижны, а углубление на шее ниже щитовидного хряща не втягивалось сильно внутрь, а оставалось бы почти неподвижным, иначе при выдыхании сохнет горло и получается шум, производящий на слушателя неприятное впечатление. Надо выработать такой способ вдыхания чтобы слушатель не замечал, когда вы берете дыхание.

Для этого надо упражняться так: открыть рот и, убрав немного внутрь нижнюю челюсть, а с верхней образовав купол, втягивать воздух широкими ноздрями в голову. При этом надо наблюдать, чтобы при дыхании живот выдвигался вперед, а при выдыхании уходил обратно, начиная подниматься с самого низа вверх.

Неслышное вдыхание воздуха имеет исключительное значение. Если учащийся не достигнет неслышного вдыхания, то художественного исполнения ему тоже никогда не достигнуть.

Язык при вдыхании нужно опустить, при чем кончик языка упереть в нижние десна. Язык имеет большое значение при пе-

нии. Поднимаясь сильно у корней, он мешает правильной работе резонаторов, отчего голос бывает глухой и сдавленный. В этом случае хорошо попеть упражнения с высунутым языком.

Твердое небо в момент вдыхания должно как бы приподняться и образовать купол или свод. Конечно, фактически твердое небо приподниматься не может, но получается такое ощущение.

Купол, образующийся при вдыхании вверху, у основания носа надо держать твердо, не делая его вялым или плоским до окончания ноты или фразы на всех звуках. Чем выше нота, тем больше и шире купол, который должен выдвигаться вместе с верхней челюстью и лобной костью вперед и крепко держать звук вверху (головой). К нижним же нотам этот купол понемногу понижается, закругляется и выдвигается над верхними зубами вперед (ощущение).

Носовая полость, находясь в верхнем отделе лицевого черепа, соединяется с глоткой отверстиями, называемыми *х а н а м и*, небольшими отверстиями в средних раковинах — с гаймеровыми полостями, а вверху особыми отверстиями с лобными пазухами. Имеющая сама пустоты, она является как бы центром резонаторов.

Все эти названные ходы покрыты слизистой оболочкой, которая, разбухая при насморке, уменьшает, а иногда и совсем закупоривает их. Поэтому при насморке трудно петь. Смазывание кокаином дает возможность петь легко, но кокаином злоупотреблять нельзя, так как он разрушающим образом действует на голос.

При пении носовые резонаторы должны усиленно работать: через нос должен пройти воздух при вдыхании, ноздри должны быть расширены, чтобы увеличить все проходы, и на них надо перенести все напряжение с горла. Рис. 10.

Если у кого горловой тембр, то одно из лучших средств отделаться от такого тембра это — некоторое время попеть только носом.

Петь носом не значит направлять звук в нос, прижимать его к носу или гнусавить. Надо вздохнуть через нос с открытым ртом в голову, расширяя ноздри, как можно больше, и небольшим звуком петь ноздрями над куполом только тем воздухом, который прошел в головные пазухи, предоставляя диафрагме работать свободно. Надо брать звук сверху с того места, где вы произносите французское *ол*, наблюдая при этом, чтобы не было ни малейшего напряжения в горле. Потом этот звук попробуйте усилить, напрягая ноздри и квадратные мышцы лица, о которых будет сказано дальше.

Увеличивая силу звука, надо не терять места, с которого звук был (атакирован), и искать для звука в резонаторах ощущение пустоты, круглости и свободы.

Великий артист украинской труппы Крапивницкий говорил своим ученикам: «Зроби у роти під носом ложечку,

да на ложечку и спивай» (сделать во рту из твердого неба под носом ложку и на эту ложку сверху петь).

В области носовых резонаторов большая работа выпадает на долю гаймеровых полостей. Если гаймеровы полости больны, то это дурно действует на качество звука, особенно на средних нотах, так как носовые резонаторы — главные работники для средних нот. Рис. 10, 12 и 16.

Головные резонаторы играют большую роль для резонанса звука, особенно на высоких нотах и самых низких. Самое главное место для резонанса головных резонаторов это — лобные пазухи. Рис. 10, 11 и 15.

Лобные пазухи, как было сказано, непосредственно соединяются с полостью носа особыми отверстиями, через которые при вдыхании наполняются воздухом и дают блеск и свободу звуку. Их легко ощущать отражением в висках, которые близко к ним расположены и имеют общие нервы.

Профессор Гарсиа и его последователи В и а р д о, М а р к е з и и Н и с с е н - С а л о м о н заставляли верхние ноты петь головой. Знаменитый итальянский профессор Л а м п е р т и пишет в своем руководстве: «Звук должен отдаваться в голову, которая для певца исполняет должность гармонической доски на всех ступенях его голоса».

Профессор Гарно того мнения, что даже мужские голоса для высоких нот должны быть смешаны: грудной регистр с головным (фальцетом).

Профессор Эверарди говорил своим ученикам: «Держи большую голову, когда поешь».

Профессор Прянишников пишет в своем руководстве: «У непривычных петь головным регистром первое время кружится голова; этого не надо бояться, потому что по мере привычки головокружение пройдет, но оно показывает, что звук поставлен верно».

Основываясь на таких авторитетах, на своем личном опыте и наблюдениях над учениками, я уверенно могу сказать, что головные пазухи имеют важное значение для звука.

Регистры, существующие в человеческом голосе, прекрасно сглаживаются при переходах из одного регистра в другой верхними резонаторами; а если переходы регистров сглажены, то голос получается ровный, с одинаковой окраской на всех нотах.

О регистрах.

Профессор Гарсиа делит человеческий голос на три регистра: грудной, медиум и головной.

Профессор Гарно делит голос на два основных регистра: нижний и верхний и каждый из них — тоже на два, прибавляя

для сопрано еще малый регистр вверх. Таким образом получается 4 регистра для мужчин и 5 для женщин.

Я того же мнения, что в мужских голосах — 4 регистра, а в женских — 5, при чем для сопрано — пятый добавочный вверх, а для альтов я считаю 5-ый добавочный вниз.

Разность регистров при переходах ощущается так, как будто следующую ноту вы должны взять иначе, чем предыдущую и настоящую, и чувствуется неловкость и неустойчивость звука. Вот при этих переходах работа верхних резонаторов незаменима, при чем им помогают квадратные мышцы лица.

Квадратные мышцы лица имеют три пучка: первый начинается от внутреннего угла глазницы, второй — от скулы, а третий — из-под скулы. Рис. 17.

Эти мышцы, сокращаясь (раздвигаясь), способствуют свободному проходу воздуха в тех особых отверстиях, которые, находясь по обе стороны носовой перегородки, соединяют носовые пазухи с лобным. Ощущение от сокращенных квадратных мышц такое, как будто щеки на скулах полные, и на них держится звук.

Квадратные мышцы лица имеют значение не только при переходах из регистра в регистр, но вообще при пении, особенно на верхних нотах. При переходах из регистра в регистр, как только почувствуется неловкость и неустойчивость звука, так сейчас же надо озаботиться, чтобы было много воздуха в лобных пазухах и, при помощи квадратных мышц, крепко держать купол, образовавшийся из твердого неба при вдыхании. Атакировать звук надо от носа или от лобных пазух, от висков или из высоты и пространства широкими ноздрями (ощущение субъективное). Необходимо наблюдать, чтобы звук не был к чему-нибудь прижат и ни во что не упирался, тогда переходы будут не заметны, и звук будет одинакового тембра на всех нотах.

Переходы регистров в женских голосах следующие:

- 1) от РЕ к СОЛЬ в первой октаве,
- 2) от СИ к РЕ во второй октаве,
- 3) от МИ к СОЛЬ во второй октаве,
- 4) для сопрано от СИ бемоль к ДО в третьей октаве,
а для альтов от РЕ к СИ малой октавы вниз.

Дам перти говорит, что РЕ во второй октаве есть ключ к высоким нотам у сопрано. И действительно, если РЕ у сопрано поставлено и звучит легко, то имеет благотворное влияние на верхние ноты.

Есть переходы легкие, иногда почти незаметные, и переходы трудные. Самый трудный переход в женских голосах, особенно у альтов, меццо-сопран и даже драматических сопран, это от РЕ к ФА или от МИ к СОЛЬ первой октавы.

Он значительно усложняется, если грудные ноты берутся открытым сильным и плоским тембром. Такой способ брать грудные ноты очень увлекателен, и у молодых голосов он звучит сильно и даже иногда красиво.

И вот, молодая начинающая певица, поощряемая внешним успехом берет таким способом грудные ноты. Но дальше, от ФА или СОЛЬ первой октавы начинается другой регистр, который после открытых, грудных нот звучит слабо и неуверенно. Эта слабость со временем увеличивается и делается болезненной на всю жизнь. Кроме того, получается певица, поющая тремя голосами,—снизу сильный, открытый звук, в середине—слабый болезненный и тусклый, и затем большой и грубый на верхних нотах.

Голос теряет при этом гибкость, свежесть, красоту и делается малотрудоспособным. Такая певица может быть большей частью любительницей, но не настоящей работницей искусства.

Нижние ноты действительно резонируют в груди. Это ясно ощущается, если во время их исполнения положить руку на грудь или приложить ухо к грудной доске поющего, но сама поющая все внимание должна сосредоточить на том, чтобы во время исполнения грудных нот резонировали голова и носовые пазухи.

Для сглаживания трудного перехода от грудных нот к средним, для красоты и мягкости грудных звуков, а также для меньшего утомления голосовых связок, грудные звуки надо атаковать от головы и носа, от переносицы и прикрывать их, округляя куполом, головными пазухами и гаймеровыми полостями (ощущение).

Грудные ноты должны звучать, как большой колокол или виолончельная струна. Упражнение для этого очень простое: подражайте колоколу и вы достигните красивых мягких низких нот без всякого напряжения горла. Старая итальянская школа говорит, что самые низкие ноты должны звучать, как высокие в голове.

Переходы регистров в мужских голосах.

- 1) от СИ к РЕ в малой октаве
- 2) от СИ к РЕ в первой октаве

Эти два перехода легки и у многих бывают неощутительны. Зато третий переход, к так называемым закрытым нотам, очень труден. Часто на этом переходе звук бывает глухой, тяжелый и сильно отличающийся по тембру от предыдущих нот. Здесь уже начинается смешанный голос (Voix mixte) грудной с головным, и чем больше будет примешано головного звука, тем он будет мягче и красивей.

В этом трудном переходе надо обратить особое внимание на заднюю стенку глотки, а главное на корни языка: их нельзя

ни в каком случае поднимать, а нужно оставить в покое и поднять твердое небо вверх (ощущение). Набрать как можно больше дыхания в голову и с помощью квадратной мышцы, выдвинуть вперед верхнюю челюсть вместе с образовавшимся куполом, атаковать звук от носа или сверху, из пространства, на маску, на то место, куда надевают пенсне, или начать тем местом на лбу, куда вдохнули воздух (ощущение индивидуальное).

Все переходы в регистрах субъективны и могут изменяться на полтона или на тон ниже и выше. Это зависит от качества голоса. Звук, соответствующий женскому головному звуку, у мужчины называется фальцетом. Фальцет, округленный верхними резонаторами, может быть очень красив.

Профессор Гарно пишет: если даже бас будет петь только нижним регистром, то верхние ноты будут производить неприятное впечатление неблагозвучности и напряженности, что очень вредно для голоса и даже опасно.

Бас, говорит он, может расширить размеры своего голоса, пользуясь смешанным регистром (фальцета с грудным). Это называется Voix mixte, и мужской звук на пиано должен быть только таким.

Нужно внимательно следить за выравниванием регистров на переходах, особенно первое время; потом, когда позиция установится и утвердится, переходы эти будут почти не ощутительны.

Старая итальянская школа.—Ламперти, Гарсиа, Маркези, Ниссен-Соломон, Виардо, Эверарди, Гарно и Прянишников говорят о головном звуке. Что же такое головной звук? Ведь в голове нет голосовых струн. Следовательно, головной звук получается от колебания воздуха в головных пазухах и резонирования в них.

Дети, которые поют очень звонко и, играя, звонят, работают верхними резонаторами и стоят на правильном пути по отношению звука.

Профессор Джиральдони и Геллат утверждают, что при перемене регистра надо следить за опусканием и подъемом гортани и держать ее устойчиво.

Неоспоримо, что во время пения и при перемене регистров, гортань работает, но если певец будет сосредоточивать свое внимание на движении гортани, то легко может опустить позицию звука, приобрести крикливость и горловой тембр, а главное форсировать работу гортани, что очень вредно может отражаться на голосе. А потому все внимание поющего должно быть обращено на дыхание и верхние резонаторы. Если певец овладеет верхними резонаторами и дыханием, то облегчит работу голосовых связок чем сохранит их свежесть на более долгое время.

Но, чтобы овладеть этими резонаторами надо первое время не бояться носового звука и петь широкими ноздрями. Только

через посредство головных пазух носа и ноздрей можно найти и овладеть верхними резонаторами. Это — работа кропотливая, и к ней надо отнестись с большим вниманием и терпением, наблюдая за своими ощущениями.

Нужно помнить, что то, что изучается с пониманием, приобретает основательней и может всегда служить руководством; оно значительней и правильней, чем то, что изучается механически.

Трудность работы для певца.

Певцу очень трудно работать сравнительно с другими работниками искусства.

Художник имеет галерею образов и может видеть свою работу, литератор имеет книги, играющий на инструментах видит, как работают его пальцы или смычок.

Певец ничего этого не имеет, и даже слух ему часто изменяет. Он может верно судить об интонации звука, но о качестве своего звука он большей частью судить не может.

Звук, поставленный низко по позиции, глубокий, тяжелый, требующий форсированного дыхания и гортани, часто кажется поощему большим и компактным, потому что такой звук находится близко от Ефстафьевых труб, звучит ему самому могучим. Но это ошибка. Такой звук, обыкновенно глухой и тяжелый, еще в маленьком помещении может произвести впечатление, но в большой зале и на сцене он звучать не будет. При такой позиции звука верхние резонаторы не работают, и голос, будучи лишен легкости, блеска не понесется в пространство.

И наоборот, звук, поставленный на высокой позиции, при правильной работе верхних резонаторов и дыхания, будет далек от Ефстафьевых труб. Он, не требуя большой затраты сил и напряжения горла, будет казаться певцу недостаточно сильным. Между тем именно такой звук будет звучать сильно, легко и свободно во всяком помещении как бы велико оно ни было.

Так как же, звук скрипки Страдивариуса кажется слабым в первый раз играющему на ней артисту, пока он не привыкнет. Но всем известно, как прекрасно звучит скрипка Страдивариуса во всяком помещении.

Принимая во внимание трудность постановки голоса, певцу надо быть очень внимательным к своим ощущениям. Главное, чем надо руководствоваться, это легкостью и звонкостью звука, не форсировать диафрагматического дыхания, не напрягать горла и стараться, чтобы звучала вся голова.

Первое время будет казаться, что звук, хотя звонок и легкий, но мал и находится впереди далеко от вас. Не надо сму-

шаться этим. Это показывает, что звук в правильной позиции и служит залогом того, что он вырастет и разовьется.

Атака звука.

Атака звука есть очень важный момент в пении.

Профессор Ботей пишет: «нужно следить за учеником, чтобы звук атакировался без всякого напряжения мягкого неба, глотки и гортани.

Если вы будете ощущать атаку в гортани, то это будет толчок натянутых связок. Такая атака называется *Coup de glotte* (удар глотки). Он губительно действует на голос. Такие толчки голосовых связок могут вызвать гиперемия (прилив крови к ним), часто ведущий к катаррам их и затем к образованию узелков на связках.

Атака звука должна происходить таким образом: раскрыв рот, вдохнуть воздух носом в голову, наблюдая, чтобы одновременно с этим было взято диафрагматическое дыхание при неподвижности плеч и верхней части груди. Задержав эти соединения дыхания на мгновение над образовавшимся куполом, сделать одновременно два толчка: один нижними мышцами живота вверх, а другой сверху от носа или от лобных пазух вниз.

Эти два воздушных тока сверху и снизу, соединившись между собой, дают атаку звуку, как два электрические проводника, соприкасаясь, дают искру.

Поставив звук на маску (на то место, где надевают пенсне), вы не должны его толкать снизу вверх или выталкивать по прямой линии вперед, а определенно надо тянуть сверху широкими ноздрями по диагонали к себе, растягивая у линии глаз горизонтально и напрягая квадратные мышцы лица, представляя себе, что квадратные мышцы лица служат опорой звука особенно на пиано. Бока держать крепко, как бы расширяя их.

Может быть еще и такое ощущение, что звук атаккой раскрывает то место переносицы и лобных пазух, где находятся особые отверстия, которые непосредственно соединяют носовые лабиринты с головными пазухами. Тогда также, пока вы держите звук, вы должны как бы тянуть воздух из пространства на то место, откуда атакировали звук, представляя себе, что окружающий вас воздух есть ваш голос и дыхание. Если этот звук будет среднего регистра, то главные работники будут носовые лабиринты и гаймеровы полости, помогать им будут лобные пазухи и виски.

Если же звук будет высокого регистра, то главные работники будут лобные пазухи и виски. Помогать им будут носовые лабиринты и гаймеровы полости.

Носовые и головные пазухи работают в необыкновенном согласии, так как на протяжении всего голоса работают особые отверстия, находящиеся по обе стороны носовой перегородки. Эти отверстия необходимо ощущать как при вдыхании, так и при атаке, а главное — в то время, когда вы держите звук.

При вдыхании вы должны ощущать, что через них прошел воздух в голову. При атаке надо ощущать, что вы нажали сверху тем воздухом, который через них вдохнули. Когда же держите звук, особенно на пиано, то может быть такое ощущение, будто вы все время раздвигаете верхние концы этих отверстий. Квадратные мышцы лица надо направлять к вискам, которые должны также звучать на протяжении всего голоса. Звук на разных регистрах может быть сильнее или слабее, но окраска его (тембр) должен быть одинаков на всех регистрах. Тогда получается ровность голоса, при которой можно достигнуть красоты и совершенства в пении.

ДЫХАНИЕ ПРИ ПЕНИИ.

При пении не надо брать чрезмерно много дыхания, особенно при пиано. Пиано надо атаковать легким толчком дыхания снизу и сверху от лобных пазух, или от висков вниз и держать его как бы на верхней части лица, на переносице, под глазами (ощущение).

Конечно, певцу необходимо выработать сильное и продолжительное дыхание, но силой диафрагматического дыхания нельзя злоупотреблять и напирать им на горло, т.-к. это сообщает крикливость звуку и способствует дрожанию его.

Продолжительным дыханием необходимо пользоваться в тех пассажах и фразах, когда перерыв дыхания нарушает их цельность.

Если же вы чувствуете, что дыхание на исходе, то надо крепче держать бока, не выталкивать дыхание снизу и как можно сильнее держать головой звук и дыхание. Это поможет вам выйти из затруднения.

Во всех же страстных и горячо произносимых местах надо брать дыхание как только позволяет фраза, так как обмен воздуха освежает легкие и верхние резонаторы. Вследствие чего, можно придать больше выразительности и разнообразия оттенкам. Но это дыхание должно быть не слышно и не видно, за исключением только тех мест где особое придыхание необходимо для фразировки.

При пении надо брать дыхание на манер зевка, с открытым ртом. Попробуйте зевнуть, и вы почувствуете, как ваша голова наполняется воздухом. Потяните при открытом рте воздух

носом так, как будто вы нюхаете цветок, и вы почувствуете, как пройдет в голову холодок: это и будет воздух, который пройдет в головные пазухи через особые отверстия. В голове получается ощущение, как будто она полна воздухом и очень большая, или что в голове образовалось большое пространство для звука.

Это ощущение означает, что ваши резонаторы готовы работать.

Дыхание обязательно брать через нос с открытым ртом, при чем часть воздуха пройдет в головные пазухи и через рот.

Если же при вдыхании рот закрыт, то получается легкий шум, трудно образовать купол, а главное очень медленно набирается воздух, что во время исполнения, за недостатком времени, трудно применимо. Тогда второпях вы возьмете дыхание ртом, и оно вам осушит горло и слизистые оболочки гортани, а при пении горло должно быть влажное.

ФЕНОМЕНАЛЬНЫЕ РЕЗОНАТОРЫ.

Есть певцы, владеющие феноменальными резонаторами, как Батистини, Нежданова, знаменитый Мельников и многие другие. У этих певцов от природы поставлены голоса. К их счастью они имели музыкальных и добросовестных профессоров, не позволяющих им форсировать голос и диафрагматическое дыхание.

Много есть в нашей стране прекрасных голосов с хорошими резонаторами, но мало выходит из них певцов, которые могли бы хорошо и долго работать. Это происходит от того, что у самих учащихся мало терпения и почти у большинства нет серьезного и вдумчивого отношения к делу.

Обыкновенно думают, что по математике, медицине, на скрипке и т. д. нужно долго и терпеливо работать, а пению можно учиться на скорую руку. Мало кто работает сознательно над звуком, особенно те, у которых хорошие голоса. Такие учащиеся обыкновенно думают, что достаточно им выучить вещь ритмически, да поучиться фразировке, и они покорят мир. Но какое горькое постигает их разочарование, когда проработав 4, 5 лет на сцене, они начинают терять голос и, не имея представления о постановке звука, не знают, как помочь себе в этом несчастье.

Знаменитый учитель пения Порпора заставлял своего ученика Кафарелли пять лет впевать две строчки упражнения, зато Кафарелли и был самым знаменитым певцом своего времени (в 18-ом столетии).

Наши же учащиеся, едва только начнут учиться, еще не изучив ни дыхания, ни позиции звука, уже думают, что они

готовые певцы. Без ведома профессора поют еще недоступные им вещи, а главное кричат на предельных нотах взапуски друг перед другом, как бы на конкурс, кто кого перекричит; как будто вся сила пения заключается в том, чтобы прокричать как можно громче. Ведь бык может еще громче прореветь, но пение не только соловья, но самой маленькой птички приятней, чем рев быка. В нашем суровом климате в мороз и ветер после пения с разгоряченным горлом учащиеся разговаривают и смеются на улице и не берегут своего голоса, а потому и выходит: много званных, да мало избранных.

ТЕХНИКА ГОЛОСА.

Для сохранения голоса необходимо развивать технику, т. е. беглость его. Техника это есть гимнастика голоса.

Лам перти пишет: для певца очень важна беглость звука. Если певец не будет развивать беглость, то никогда не достигнет совершенства в пении.

Над беглостью должен работать каждый голос, т. к. прежде всего он сохраняется этим и приобретает гибкость, легкость и красоту.

Пренебрежение колоратным пением приносит большой вред певцу. Немцы увлекшись драматическим пением и форсированием диафрагматического дыхания, принесли большой вред вокальному искусству и голосам.

При выработке гамм, стаккато и трели работа диафрагматического дыхания должна быть минимальна. Главные работники в этом случае это—верхнее дыхание и резонаторы.

Относительно трели многие того мнения, что трель есть природный феномен и выработать ее нельзя. Но Гарсиа и Дюпре утверждают, что знаменитая певица Паста приобрела трель долгими упражнениями.

Мне самой не пришлось работать над трелью, т. к. она у меня природная, но я также утверждаю, что трель можно выработать.

Над трелью надо работать так: набрав дыхание в голову заставить колебаться этот воздух над куполом и над теми особыми отверстиями, соединяющими носовые лабиринты с головными пазухами. Ощущать отражение колебания трели в висках.

Если вы положите палец на щитовидный хрящ, то почувствуете его колебание во время трели. Но вы должны сосредоточить все внимание на колебании воздуха над куполом и упомянутыми отверстиями. Таким же способом надо работать над гаммами и стаккато.

При трели ясно ощущается, что она делается верхними дыханием, потому что, если толкнуть дыхание во время движения

трели снизу, то движение ее прекратится. Это еще одно доказательство, что диафрагматическое дыхание есть опора звука, а верхнее головное можно сравнить с скрипичным смычком.

Трель не может выйти на неправильно поставленном звуке, наоборот, трелью можно руководиться при постановке в правильную позицию звука, ставя его на то место, где происходит движение трели.

У кого природная трель, у того может быть от природы поставлен голос. В таком случае надо следить, чтобы учащийся запомнил свои собственные ощущения, развивал бы правильное дыхание, не форсировал звука и не уклонялся от природной постановки.

О МАСКЕ.

Все певчие много говорят и думают о маске и стремятся ею петь. Что же такое маска? Очертите на лице то место, куда вы надеваете маленькую черную маску, и вы увидите, что это то место, где помещаются носовые лабиринты и лобные пазухи.

Итальянцы говорят: «пейте звук».

Примадонна Парижской оперы Фелия Литвини говорила своим ученикам: «пойте глазами». Я присоединяюсь к ним в этих ощущениях и прибавляю: берите звук верхним дыханием из пространства или от лобных пазух и повторяю, что эти ощущения субъективны.

Вообще относительно звука не принято говорить вытянуть звук или вытолкнуть звук, а говорят — взять звук, поставить звук.

Взять ведь можно к себе, а поставить можно только сверху на что-нибудь.

В данном случае звук можно поставить на диафрагматическое дыхание, служащее опорой, на маску и петь сверху также, как на всех инструментах играют сверху, а не снизу.

Человеческий голос, это — наисовершеннейший инструмент, и к нему приложимы те же законы.

Надо работать главным образом не голосом, а умом, т. к. переутомить голос очень легко, а поправить очень трудно, а иногда даже невозможно.

Голос есть капитал, и певец должен пользоваться только процентами его.

СОВЕТЫ УЧАЩИМСЯ.

В начале учения пению не следует выходить за пределы средних нот, потому что трудно бывает определить тип голоса.

если он не ярко выражен. Первое время надо внимательно следить, куда легче идет голос: вверх или вниз и тогда идти за ним.

Упражняться надо не форсируя голоса и не удерживая его, а вполне свободно, т. к. ни что так на утомляет, как пение вполголоса или шопотом.

Над верхними нотами нужно работать осторожно тогда, когда уже установятся средние ноты.

Упражняться в филировании звука можно только тогда, когда ученик достигнет полного обладания дыханием и позицией голоса, а иначе можно вызвать утомление и дрожание звука.

Петь в день можно не больше часа. Только вполне поставленный голос может петь полтора часа, да и то с большими промежутками.

Заниматься как экзерсисами, так и разучиванием романсов и оперных партий надо без аккомпанимента.

С аккомпаниатором можно петь только тогда, когда вещь уже изучена правильно ритмически и правильно звучит.

Вредно упражняться в комнате с большим резонансом, потому что нельзя контролировать недостатки своего голоса и потом, когда приходится петь, где нет резонанса, то невольно певец будет форсировать голос.

Вообще при пении, а при упражнении особенно надо держать рот свободно, чтобы были видны верхние зубы, а не нижние. Нельзя выдвигать или опускать нижнюю челюсть. Этим движением нижней челюсти оттягивается звук вниз, и он теряет блеск и свободу, так как будет ниже надлежащей ему позиции.

Надо нижнюю челюсть убирать под верхнюю. А верхнюю как бы выдвинуть вперед, чтобы на нее опереть звук сверху. Чем выше звук, тем больше надо выдвигать верхнюю челюсть и лобную кость вперед (ощущение).

При упражнении очень полезно бывает поставить большой палец верхним суставом в углубление подбородка и кончиком пальца захватить верхние зубы, выгнув его так, чтобы напрочь верхнюю челюсть вперед. Это положение очень помогает найти правильную позицию звука.

При занятиях необходимо смотреть в зеркало, чтобы не делать гримас, не кривить рта, стоять ровно, не шатаясь и не горбясь.

Все слова и слоги, хотя и образуются в полости рта, но необходимо представить себе, что их нужно произносить лобными пазухами и широкими ноздрями над куполом сверху. Ощущение должно быть такое, как будто слова находятся сверху звука, в голове, при чем произносить их надо как можно отчетливее особенно на пиано и верхних нотах.

Во время болезни горла надо остерегаться слишком кислой соленой и раздражающей горло пищи. Остерегаться слишком горячего и слишком холодного.

Если вы после пения выпьете что-нибудь холодное, то охрипнете. Если после горячей пищи выйдете зимой на улицу, то сейчас же простудите горло, а потому слишком холодное или горячее это настоящие враги голоса.

Совет певицам: не петь три дня в месяц в известный период, так как это действует разрушающе на голос. Это столь важно, что даже антрепренеры, живущие эксплуатацией певцов, дают певицам три дня в месяц свободных от репертуара.

Чтобы хорошо петь надо овладеть:

1. нижним и верхним дыханием,
2. резонаторами и переходами регистров,
3. беглостью и гибкостью голоса,
4. ясностью и отчетливостью произношения.

Чтобы быть хорошим певцом надо иметь хороший голос, музыкальные способности, фантазию и воображение, пылкую артистическую душу и здравый смысл.

Сам голос, это—драгоценный дар природы. Создать его не в нашей власти, но мы можем его загубить, если будем форсировать, и мы можем развить и надолго сохранить, если правильно поставим.

В этой правильной постановке цель и смысл преподавания пения.

IV. К УПРАЖНЕНИЯМ.

Откройте рот, вдохните быстро воздух расширенными ноздрями в головные пазухи так, как бы вдохнули запах чудной розы. Это движение поможет вам образовать из твердого неба купол, или выгнутую вперед дугу (ощущение). В тот миг, когда вы будете вдыхать воздух в головные пазухи, то почувствуете, что диафрагма сокращается (живот идет вперед). Приготовив таким образом дыхание задержите его на мгновение, оставив горло совершенно свободным атакуйте звук сверху. Как бы выдыхая носом воздух, который вы взяли в голову, или держите это дыхание крепко головой и пойте только им (ощущение).

Это упражнение с вдыханием и выдыханием носом полезно поработать перед пением, чтобы дышать так во время пения. Таким образом можно выработать бесшумное, неслышное дыхание.

При атаке звука по отношению к дыханию ощущение может быть такое: как будто толчок нижних мышц живота непосредственно отражается ударом снаружи в лобные пазухи (ощущение).

Атакировать звук можно от носа, от места где звучит французское «оп» от головных пазух. Сверху над куполом, расширяя или как бы раскрывая переносицу.

Из пространства к себе на маску, на то место куда надевают пенсне, (ощущение субъективное).

Если же ни одно из этих ощущений пока не удастся вам уяснить, то атакуйте звук так, как будто вы хотите позвонить со слогом «бом», представляя себе, что вы дергаете за веревку колокола, который висит перед вами.

На всех нотах должна звучать голова и работать квадратные мышцы лица.

Твердое небо, как бы выгнутое вперед куполом или дугой надо держать твердо, как стальное, и все напряжение с горла должно быть перенесено на него и на лобные пазухи. Твердое небо, конечно, выгибаться не может—речь идет о субъективном ощущении.

К УПРАЖНЕНИЯМ.

№ 1. Начинается сверху вниз, чтобы легче уравнивать переходы регистров. Каждую последующую ноту брать с того места откуда была атакована первая.

№ 2. Хромагическую гамму необходимо петь каждый день, чтобы приобрести привычку петь хроматизмы. Кроме того, это упражнение уравнивает голос при условии, чтобы каждая нота была взята с места, откуда атакована первая.

№ 3. Для выработки пиано.

Прежде всего надо отрешиться от всякого напряжения горла и диафрагматического дыхания. Атаковать пиано легким толчком снизу, а главное верхним дыханием, растягивая звук горизонтально к вискам, ощущать и держать его на верхней части лица, как бы под глазами.

№ 4. Гамму надо петь расширенными ноздрями и головой беря каждую ноту сверху.

№ 5. Первую ноту взять легко, сверху и в момент взятия второй ноты, толчки дыхания должны быть сильнее, купол держать шире и выше. Чем выше нота тем сильнее выдвигать верхнюю челюсть вперед. Звук брать с большей высоты и пространства, представляя, что весь воздух в комнате вы должны потянуть к себе на маску.

№ 6. Приготовление к трели.

Эти последовательные две ноты надо поставить на высокую позицию и петь верхним дыханием, не напрягая горла и не форсируя диафрагматического дыхания.

№ 7. Упражнение, заменяющее филирование звука.

Первую ноту взять легко от головных пазух или от носа сверху, вторую поставить на первую сверху, сократив квадратную мышцу лица. Усилить звук горизонтально растягивая его до форте и спеть легко остальные ноты. Можно с форте спуститься на пиано и остальные ноты спеть пиано.

№ 8. Для эластичности и легкости движения звука.

Петь легко небольшим звуком, верхним дыханием, движения делать не горлом, а носом и ощущать звук в голове.

№ 9. Трель.

При движении трели должно ощущать работу верхних резонаторов и верхнего дыхания. Диафрагматическое тоже будет само легко работать, но на него не надо обращать внимание. Если же во время движения трели вы поможете себе диафрагматическим дыханием, то движение трели остановится и получится гладкая прямая нота.

Вообще для трели не надо брать много диафрагматического дыхания. Звук для трели должен быть на высокой позиции. Над маской и над особыми отверстиями горло должно быть совершенно свободно, как при пиано.

Конечно, гортань при трели работает, что вы можете ощущать, положив палец на щитовидный хрящ. Но гортань должна быть мягка и свободна.

Сделав толчок верхним дыханием вниз и легкий толчок диафрагмой при атаке той ноты, из которой вы хотите делать трель, заставьте ее колебаться, думая сначала об одной ноте. Затем когда получится ощущение, что над куполом колеблется постороннее тело, то нужно, постепенно работая, раздвигать расстояние между колеблющимися звуками, сокращая квадратную маску лица.

Самое удобное начинать трель с РЕ или МИ бемоль II-ой октавы. Дойдя до ФА той же октавы спускаться до СИ I-ой октавы. Вначале не надо идти выше, т. к. легко можно сжать горло. Если же идти ниже СИ то трудно добиться движения. Чем ниже трель, тем должна она быть наружней и выше по позиции. Когда выработается трель на указанных нотах, тогда можно двигаться вверх и вниз в зависимости от диапазона голоса. Трель выходит лучше, мягче и красивей, если не делать ее полным голосом, так же, как и все украшения в пении.

№ 10. Стаккато.

Надо атаковать верхним дыханием, носом и головой как при пиано.

№ 11. Для ясности гласных и произношения, необходимо упражняться со слогами, каждый слог надо брать определенно сверху, раздвигая слог широко ноздрями.

№ 12. Для низких нот.

Подражать большому колоколу.

Вообще все слоги и звуки должны иметь место в голове. Их надо брать оттуда. Голова все время должна быть большая — как бы наполненная воздухом, особенно лобная часть ее, и в ней свободно должна происходить вся работа как, слов так и звуков. Помогать голове должен не рот, а широкие ноздри, (ощущение).

Упражнения

№ 1.

The musical score for exercise № 1 consists of 12 staves of music. Each staff begins with a treble clef and a key signature. The key signatures are: Staff 1: B-flat major (two flats); Staff 2: D major (two sharps); Staff 3: E-flat major (three flats); Staff 4: C major (no sharps or flats); Staff 5: D major (two sharps); Staff 6: E-flat major (three flats); Staff 7: D major (two sharps); Staff 8: E-flat major (three flats); Staff 9: D major (two sharps); Staff 10: E-flat major (three flats); Staff 11: D major (two sharps); Staff 12: E-flat major (three flats). The music is written in a single melodic line on a five-line staff. The notes are primarily eighth and sixteenth notes, often beamed together. The exercise is divided into sections by double bar lines, with some sections ending in repeat signs. The overall structure is a sequence of short melodic phrases, each in a different key signature, designed to practice finger dexterity and key signature changes.

