

# ГОЛОС



Полный курс  
эстрадного мастерства

«Зоя Гарина. Полный курс эстрадного мастерства»: АСТ; Москва; 2015  
ISBN 978-5-17-089613-4

## Аннотация

Автор книги – специалист по подготовке вокалистов. Много лет она поет и играет джаз, пишет музыку и стихи, но ее настоящее призвание – помогать начинающим вокалистам раскрыть свои таланты на таком непросто́м пространстве, как шоу-бизнес. Среди ее воспитанников финалисты детского Евровидения, руководители успешных как у нас, так и за границей музыкальных групп и вокальных коллективов.

Ее профессиональные советы сделают вашу цель намного реальнее. Если у Вас есть природные данные, терпение, трудолюбие и оптимизм – все получится!

## Зоя Гарина Полный курс эстрадного мастерства

© Гарина Зоя, текст, 2015

© ООО «Издательство АСТ», 2015

### Глава 1

#### У меня тоже голос есть, я тоже хочу петь (О том, как разобраться в своих мечтах)

Хотите петь? Хотите петь так, чтобы это занятие приносило удовольствие и вам, и окружающим. Тогда эта книга для вас.

Быть может, вы не найдете здесь великих откровений, способных перевернуть весь ваш мир с ног на голову (хотя кто знает?), но то, что эта информация будет вам интересна, я не сомневаюсь.

Часто человек, выбирая дорогу, совсем не представляет, с чем ему придется столкнуться, каких усилий ему будет стоить преодоление препятствий, возникающих на этом пути, а главное – куда ведет выбранный путь и как долго нужно будет по нему идти, чтобы наконец задохнуться от счастья: «Я достиг того, о чем мечтал!»

Первое, что нужно сделать – это обозначить свою мечту не в общем, а самым конкретным образом. Другими словами – сформулировать свою цель и ответить предельно честно самому себе: чего же я хочу и зачем мне это нужно?

Если ваш ответ прост и незамысловат, что не мешает ему быть на первом месте по популярности, и звучит так:

**«Я хочу петь. Ну просто петь. Для себя», –**

поздравляю. Ваш путь закончен. Вам даже никуда не пришлось идти. Пойте! Вам ничего не мешает делать это тогда, когда захотите, и столько – сколько захотите. Вот разве что соседи...

Ох уж эти соседи! Как часто они оказываются черствыми, сварливыми и совершенно равнодушными к искусству людьми! Тут уж ничего не поделаешь. С соседями придется договариваться. Но если вдруг не договоритесь, то обязательно прочтите эту книгу и обратите внимание на раздел «приемы и техники пения». Освойте прием «Субтон» – и ваши проблемы будут решены! Вы получите удовольствие, и соседи станут приветливыми и мирными. Возможно, в скором времени вы подружитесь!

**«Я хочу петь. У нас в компании все поют. Чем я хуже?»**

Факт. Ничем не хуже. Но эта задача чуть сложнее. От вас уже потребуются некоторые усилия. Хотя титаническими их назвать язык не повернется.

Попробуйте как-нибудь, пробегая или проезжая мимо местного дома культуры, остановиться, зайти и записаться в хоровой кружок. Я думаю, что вас с удовольствием возьмут, если вдруг не выяснится, что у вас нет музыкального слуха! Такой вариант не исключен, но и в этом случае не отказывайтесь от своей мечты. Раз уж душа просит – пойте! Но старайтесь это делать как можно тише, почти шепотом: во-первых, не так сильно будет заметно, что вы поете совершенно новые, никому не известные музыкальные произведения, а во вторых, в значительной степени уменьшите количество косых взглядов в вашу сторону. А впрочем, если вы внимательно отнесетесь к разделу «Сила обаяния личности», то можете и не сдерживать своих вокальных порывов: вас будут обожать, несмотря на фальшивые ноты!

*«Я хочу петь. У меня от природы поставленный голос. Наверняка это неспроста. Может, это тот путь, на котором меня ждет успех?»*

Очень даже может быть. А сколько вам лет? О! Далекое за сорок. И ваша профессия совсем не связана с музыкой?

Ничего страшного. Эта книга будет полезна вам. Во всяком случае, ваши друзья и близкие будут поражены вашим вокальным мастерством, и вы не раз услышите в свой адрес: «Вот! Вот кого нужно показывать по телевизору. А не этих... Эх! Все куплено. А настоящий талант пропадает!»

Нет! Ваш талант не пропадет: следуйте инструкциям книги и в скором времени вы махнете рукой и скажете: «А чем черт не шутит?!» – и заполните анкету на шоу «Голос».

*«Я хочу петь! У меня есть музыкальное образование! Школа по классу балалайки! Так отчего бы мне и не затянуть душевно-народную?»*

Так и затяните! Под балалайку-то грех не затянуть!  
Прочтите книгу – и в добрый час!

*«Я хочу петь. И пою хорошо. Но мне бы хотелось большего».*

Прекрасно! Дорога к совершенству бесконечна. Возможно, в этой книге вы найдете источник вдохновения для новых важных побед.

*«Я готовая звезда! Почему же меня никто не замечает?!»*

Читайте!

Читайте, думайте, работайте – и все получится!

## **Глава 2**

### **Каждый слышит, как он дышит...**

#### **(О том, что такое дыхание для голоса)**

Обожаю Окуджаву. И поэтому я позволила себе озаглавить эту часть строчкой из его песни.

Итак, этой главой мы начнем наш краткий, но все же полезный курс обучения. Ведь, как сказала весьма мною уважаемая Елена Васильевна Образцова: «Пение – это осознанный процесс, а не стихийный, как многим кажется».

Поэтому я хочу поговорить о дыхании. Что оно значит для вокалиста? Те, кто хоть немного занимался вокалом, знают ответ на этот вопрос.

*Дыхание – это основа всех основ для любого исполнителя. Почему я говорю*

*«исполнителя», а не «вокалиста»? Потому что без дыхания нет звука. Без правильного дыхания – нет правильного звука. А правильный звук важен не только для вокалистов. Актеры, дикторы, лекторы, ораторы – словом, все, кто пытается привлечь к себе внимание группы людей, учится правильно дышать.*

«Хм, – возразите вы мне, – разве чтобы привлечь внимание группы людей нужно что-то особенное? Вон, на базаре без всяких особых навыков очень легко с этим справляется торговка. Как завершит: «Помидоры! Краснодарские помидоры! Сладкие! Дешево!» – глядишь, возле нее уже толпа.

Да. Но толпу собирает не она, а помидоры – сладкие, а главное, дешевые. И купив помидоры, всякий старается отойти подальше, чтобы этот навязчивый неприятный ор больше не раздражал слух. Трудно представить, что такой базарный тембр голоса может поднять из глубин человеческой души переживания сродни радости или печали, удивлению или восторгу. А мы хотим добиться именно этого. Мы хотим, чтобы нас слушали, закрывали глаза, качали головой и тихо шептали: «Боже мой! Какой голос! С ума сойти! Невероятно...»

Итак, начнем с того, что в действительности является основой всех основ для тех, чья работа связана с голосовой нагрузкой. Я говорю о дыхании. Дыхание – это опора, фундамент, на котором строится вся работа вокалиста. Если не будет опоры, то какой бы потрясающий материал ни подарила вам природа, какими бы уникальными красками она ни наделила бы ваш тембр, все ваши достоинства превращаются в пыль.

Поэтому наше обучение начнем с дыхательных упражнений. На самом деле эти упражнения полезны любому. Если кто-то в вашей семье и не собирается заниматься пением, но у него есть свободная минутка, отчего бы ему не позаниматься вместе с вами? Вместе-то веселее!

И чего мы добьемся, выполняя эти упражнения? Мы научимся дышать так, чтобы в наши легкие попадало как можно больше воздуха. Зачем нам это нужно?

***Во-первых, глубокое дыхание и в медицинском аспекте полезно организму: клетки организма насыщаются кислородом в большем объеме, что способствует лучшему кровообращению, а следовательно, лучшей работе всех органов и систем, их очищению и регенерации.***

А во-вторых, большой объем воздуха в легких позволит нам управлять звуком, моделировать его сообразно нашему желанию, делать красивыми и правильными музыкальные фразы. По сути, дыхание является энергетической системой голосового аппарата певца. Оно определяет не только рождение звука, но и его силу, динамические оттенки, в значительной мере тембр, высоту.

В процессе пения дыхание должно как бы подстраиваться, приспособливаться к работе голосовых связок. И это создает лучшие условия для их вибрации, поддерживает то воздушное давление, которое нужно при той или иной амплитуде, частоте сокращений и плотности смыкания. Умберто Мазетти, очень известный итальянский вокальный педагог, считал, что «необходимое условие пения – умение сознательно управлять дыханием». Итак, приступим.

Но для начала разберемся, каким типом дыхания обладаете именно вы. Совершенно верно, каждый человек дышит по-своему и не особенно задумывается над тем, как он это делает.

### **Отметим три основных типа дыхания:**

*Грудной (ключичный):*

Воздух набирается в верхнюю часть легких. При этом вдох приводит в движение верхнюю часть туловища. Присмотритесь к себе: если при вдохе у вас чуть приподнимаются плечи, то вы обладатель грудного типа дыхания. Большинство женщин дышат именно так. Этот тип дыхания недопустим при вокале. Вам придется учиться дышать заново.

*Диафрагменный:*

Воздух набирается в среднюю часть легких. От этого в движение приходит верхняя часть живота, то есть диафрагма. Большинство мужчин дышат именно так. Этот тип допустим при вокале, но не так эффективен, как следующий тип дыхания.

*Брюшной:*

Воздух набирается в нижнюю часть легких, заполняя воздухом максимально возможный объем. При этом приходит в движение, «надувается» весь живот. Так дышат вокалисты.

Важно добиться такого дыхания не только при пении, но сделать этот тип дыхания нормой вашей жизни.

***Добиться этого несложно: каждый вечер, укладываясь в постель, возьмите за правило хотя бы 10 минут, лежа на спине, положив руки на живот, контролировать свое дыхание. При правильном дыхании ваши руки на животе будут приподниматься на вдохе и опускаться на выдохе.***

Ниже я приведу различные упражнения для постановки дыхания у вокалистов. Вы можете выполнять их все или же выбрать те, которые вам понравятся больше. Эффект в любом случае будет достигнут с той лишь разницей, что при выполнении полного комплекса упражнений результат наступит быстрее.

### **Дыхательное упражнение «Цветок»**

Упражнение выполняется стоя. Положение рук и ног – произвольное. Спина ровная. Следим за осанкой, но мышцы тела не напряжены, особенно усердно добиваемся расслабления в плечевом поясе. При выполнении упражнения обращаем внимание на правильность дыхания (плечи при вдохе неподвижны!).

Глубокий, шумный вдох через нос (как будто нюхаем цветок), задержка дыхания 2–3 секунды, свободный выдох через рот.

Выполняется 4, 6 или 8 раз.

### **Дыхательное упражнение «Чуткий пес»**

Положение тела, как в «Цветке».

4 коротких, шумных вдоха через нос, задержка дыхания 2–3 секунды, свободный выдох через рот.

Выполняется 4, 6 или 8 раз.

### **Дыхательное упражнение «Гласная У»**

Положение и вдох, как в «Цветке», задержка дыхания 2–3 сек, при выдохе губы слегка свернуты в трубочку, диафрагма силой мышц удерживается в положении вдоха, не давая животу «упасть», выдыхаем со звуком «У».

Следим, чтобы звук был ровный и чистый, то есть без дрожания и призвуков других букв. Только после полного выдоха и окончания звучания расслабляем мышцы живота, позволяя ему «упасть».

Выполняется 4 раза.

### **Дыхательное упражнение «Гласная А»**

Все последующие упражнения со словом «гласная» аналогичны упражнению «Гласная У», так же как и:

Дыхательное упражнение «Гласная О».

Дыхательное упражнение «Гласная Э».

Дыхательное упражнение «Гласная Ы».

Дыхательное упражнение «Гласная И».

Дыхательное упражнение «Саранча».

Положение тела: ноги слегка расставлены и чуть согнуты в коленях, кисти сжаты в кулак. Не сильно надавливаем кулаками в область спины чуть ниже поясницы. Спина (не сильно) наклонена назад, живот слегка выпячен.

Шумный глубокий вдох через нос. Задержка дыхания 2–3 секунды. Выдох: выпускаем воздух 4-мя резкими прерывистыми порциями. После каждой порции

выдыхаемого воздуха надавливание кулаков на спину усиливается.

Выполняется 2 или 4 раза.

### **Дыхательное упражнение «Солнце – Самурай»**

Положение тела, как в упражнении «Цветок». Глубокий, шумный вдох через нос, одновременно с которым руки широко разводятся в стороны (как будто хотим обнять весь мир – «Солнце»), задержка дыхания 2–3 секунды.

На задержке дыхания резко сгибаем туловище к коленям и обнимаем себя, стараясь сжать как можно сильнее грудную клетку – «Самурай». Резкий выдох. Возвращаемся в исходное положение.

Выполняется 2 или 4 раза.

### **Дыхательное упражнение «Самурай – Солнце»**

Аналогично предыдущему упражнению, но вдох производится в положении «Самурай». А выдох в положении «Солнце».

Выполняется 2 или 4 раза.

И заканчиваем комплекс дыхательных упражнений двукратным повторением упражнения «Цветок».

Для постановки правильного вокального дыхания вполне достаточно упражнений, приведенных выше, но если вы хотите укрепить свое здоровье, быть всегда в тонусе и не болеть простудными заболеваниями, которые могут лишить вас на какое-то время способности петь, то я вам рекомендую освоить более сложный комплекс дыхательных упражнений для вокалистов.

### **«Дай-дай»**

Исходное положение: встать прямо, руки согнуты в локтях и ладони раскрыты и развернуты как бы к зрителю. Выполнять шумные ритмичные вдохи носом (4 вдоха) и одновременно делать хватательные движения кистями рук – «дай-дай». Так 4 раза подряд. Затем отдых 3–4 секунды с опущенными руками. Далее снова 4 вдоха и пауза. Плечи в момент вдоха неподвижны!

Выполнять 12 раз.

### **Тесто**

Исходное положение: встать прямо, кисти сжать в кулаки и прижать к животу на уровне пупка. Во время вдоха нужно резко толкать (4–6 раз) кулаки вниз. (Месим тесто). Плечи напряжены. Расслабив плечи, делаем выдох. Опускаем руки.

Выполнять 8 раз.

### **Мое почтение!**

Исходное положение: встать прямо, ноги поставить на ширине плеч, руки вдоль туловища. Нужно сделать легкий поклон, тянуться руками к полу, не касаясь его, и одновременно вдох во второй половине поклона. (Мое почтение!) Приподняться, не выпрямляясь до конца, и снова сделать поклон со вдохом. На четыре вдоха один выдох.

Поклоны делаются ритмично, спина круглая, голова опущена. Выполнять 8 раз.

### **Часовой**

Встать прямо, ноги на ширине плеч, от пола не отрываются. Выполнить приседание и одновременно повернуть корпус вправо – вдох. Затем приседание с поворотом влево и вдох. Выдохи происходят произвольно. Приседание легкое, не глубокое. Спина прямая.

Выполнять 8 раз в каждую сторону.

### **Встреча**

Выполняется стоя. Ноги на ширине плеч. Руки согнуты в локтях и находятся на

уровне плеч.

Бросаем руки навстречу друг другу, как бы обнимая себя. И одновременно с «объятием» – резкий вдох. (Какая встреча!) Руки двигаются параллельно друг другу, нельзя их менять (все равно, какая рука сверху); руки расслаблены и широко не разводятся.

Выполнять 8 раз.

### **Кто здесь?**

Встать прямо, ноги на ширине плеч. Поворот головы вправо – вдох с правой стороны. (Кто здесь?) Затем поворот головы влево – вдох с левой стороны. (Кто здесь?) Вдох справа – вдох слева. Голову не останавливать, шея расслаблена.

Выполнять 8 раз в каждую сторону.

### **Часики**

Встать прямо, ноги на ширине плеч. Наклон головы вправо, правое ухо тянется к плечу – вдох. (Тик!) Затем наклон головы влево, левое ухо тянется к плечу – тоже вдох. (Так!) Смотреть прямо перед собой.

Выполнять 8 раз в каждую сторону.

### **Полет**

Встать прямо, ноги на ширине плеч. Голова вниз (смотреть на пол) – вдох. (Летим!) Голову вверх (смотреть в потолок) – тоже вдох. Вниз – вверх. Выдох непроизвольно производится после каждого вдоха.

Выполнять 8 раз. (Прилетели!)

Будем считать, что с постановкой вокального дыхания мы справились на «отлично».

Означает ли это, что мы можем забыть про дыхательные упражнения? Нет, конечно. Всегда подготовка голосового аппарата к работе (пению) должна у вас начинаться с дыхательных упражнений. Их не нужно делать целым комплексом. Достаточно ограничиться двумя-тремя.

## **Глава 3 Чистый голос... (О том, как начать работу с голосом)**

Как много звуков окружает нас. Их гораздо больше, чем мы способны услышать. Но и тех, что мы слышим, превеликое множество. Человеческое ухо улавливает эти звуки в совокупности и полученную информацию передает в мозг, который и формирует наше отношение к тому, что услышано.

*Хитрый мозг предпочитает многие звуки не замечать.*

«Как тихо», – говорим мы и улыбаемся. Однако абсолютной тишины не бывает! Все, что живет или существует во времени, все звучит!

Мягкое движение секундной стрелки в часах, урчание спящего кота, треск поленьев в камине, едва заметная волна тюлевой занавески от легкого сквозняка...

Но большинство существующих звуков – это шум. Пониженный уровень шума человек воспринимает как тишину, а повышенный, как кошмар!

Я не стану углубляться в природу звука: в конце концов, эта книга не учебник физики. Однако в природе существуют звуки, ласкающие наш слух, так называемые «чистые» звуки, имеющие определенные частоту, тон, громкость. К чистым звукам относится, например, звучание камертона.

«Звучит как песня», – часто говорят о том, что нравится, производит впечатление.

*А в песне, как правило, на почетном месте стоит неповторимый,*

*уникальный музыкальный инструмент – человеческий голос, который тоже может быть близким к чистому звуку.*

И если звучание камертона всегда одинаково, то, о боже(!), какими же неповторимыми красками окрашено звучание человеческого голоса.

Любой из вас назовет как минимум десять эпитетов, которые употребляются в словосочетании со словом «голос»: мягкий, нежный, бархатный, звонкий, серебристый, громовой, металлический, скрипучий, хриплый, вибрирующий... Эти перечисления можно продолжать и продолжать.

Однако тембры голоса человека все же классифицированы. И для того, чтобы учиться пению, вам необходимо как можно больше узнать о своем голосе.

Не сомневаюсь, что этот путь познания самого себя (а в частности, и собственного голоса) полезен и увлекателен.

Познание – дело не одной минуты, или дня, или даже месяца. Но чтобы этот процесс не затянулся на долгие изнурительные годы, настоятельно рекомендую вам организовать сферу своего жизненного обитания в непосредственной близости к музыкальному инструменту. Лучше всего для процесса познания собственного голоса и его возможностей подходит фортепиано или клавишный синтезатор. Нет, конечно, можно приспособиться работать над голосом, используя губную гармошку, но такая работа будет очень непроста и оригинальна. Это приблизительно как заниматься живописью, используя строительные краски и кочергу. Возможно, полученный результат и назовут шедевром в каком-нибудь музее современного искусства, но признания народа вы не добьетесь...

### **Итак, пришло время рассказать о классификации певческих голосов.**

На сегодня существует огромное количество различных классификаций певческих голосов. Другими словами, все голоса разделены на типы.

Тип голоса может быть определен по анатомическим признакам, по тембру, диапазону, подвижности, отчетливости голоса, расположению переходных нот и пр.

*Но наиболее распространенной является классификация, произведенная еще в XVI столетии, основанная на диапазоне и поле вокалиста. Но тогда деление было весьма простым – на женский и мужской вокал, однако со временем эта классификация начала разделять высокие и низкие мужские и женские голоса. А в ходе усложнения вокальных партий и расширения репертуара начали появляться и промежуточные распределения.*

Итак, к нашему времени мы получили следующую, весьма полную и понятную, классификацию певческих голосов.

## **Мужские голоса**

**Бас** (от итальянского «basso» – «низкий») – самый низкий из мужских певческих голосов. Отличительные особенности – густота, полнота и глубина звучания. Разновидности баса: низкий бас (диапазон – от ДО большой октавы до ДО первой октавы, самая низкая нота может быть даже СОЛЬ контроктавы), центральный бас (от МИ большой октавы до МИ первой октавы), высокий бас (от ФА большой октавы до ФА-диез, а иногда даже до ЛЯ-бемоль первой октавы).

**Баритон** (от древнегреческого – «низкозвучающий», или дословно «тяжелый тон») – относительно низкий мужской певческий голос, средний между басом и тенором. Отличительные особенности – большая сила, мощь и достаточно яркое звучание. Вокальный диапазон – от СОЛЬ большой до СОЛЬ, а иногда до СИ первой октавы. От низкого до высокого звучания различают бас-баритон, драматический баритон, лирико-драматический,

лирический и тенор-баритон.

**Тенор** – самый высокий тип мужского певческого голоса. Отличительные особенности – яркость и насыщенность, особая красота звучания верхнего регистра. Вокальный диапазон – от ДО малой октавы до ДО второй октавы. Разновидности тенора (снизу вверх): драматический, лирико-драматический, лирический, тенор-альтино (достает до МИ второй октавы). Также отдельно выделяют характерный тенор (для исполнения партий комедийного характера) и героический, или вагнеровский тенор (для исполнения партий героических персонажей в оперных произведениях Вагнера).

## Женские голоса

**Контральто** – наиболее низкий женский голос. Отличительные особенности – грудной, глубокий, бархатистый звук. Диапазон – от МИ малой октавы до ФА второй октавы.

**Меццо-сопрано** (от итальянского «mezzo» – «середина», «soprano» – «верхний») – женский певческий голос, отличительными особенностями которого являются насыщенный и красочный звук, очень глубокий и звучный тембр. Рабочий диапазон – от Ля малой октавы до ЛЯ второй октавы. Выделяют драматическое и лирическое меццо-сопрано.

**Сопрано** – самый высокий женский певческий голос. Отличительные особенности – яркость, полетность звучания, звонкость, прозрачность, подвижность и легкость голоса. Выделяют следующие типы сопрано (от нижнего к самому высокому): драматическое сопрано (диапазон – от СИ малой октавы до СИ второй октавы), лирико-драматическое (от ДО первой октавы до ДО третьей октавы), лирическое (от ДО первой октавы до ДО третьей октавы, однако лучше звучит верхний регистр), лирико-колоратурное (от ДО первой октавы до ФА третьей октавы) и колоратурное сопрано (от ДО первой октавы до Соль-диез третьей октавы, а иногда и еще выше).

Надеюсь, что вы уже рядом с инструментом и при помощи этой классификации пытаетесь определить свой тип певческого голоса!

Вероятно, вы уже вынесли свой собственный вердикт. Однако, мне придется вас огорчить. Даже такую, на первый взгляд, простую работу выполнить самостоятельно зачастую бывает трудно по той лишь простой причине, что в ходе работы над голосом и ваш диапазон, не говоря уже об окраске тембра, существенно изменится.

***Например, ваш голос в процессе занятий может неожиданно наиболее ярко и привлекательно зазвучать вверху и потерять свою прежнюю окраску в нижнем диапазоне или, наоборот, вдруг «загудеть», сделав ваши нижние ноты насыщенными и глубокими. Верхние в таком случае поблекнут.***

А может, и вовсе все случится иначе: вы к своему рабочему диапазону прибавите значительный кусок хорошо звучащих звуков как внизу, так и вверху!

К сожалению, все тонкости работы с голосом доступны только лишь специалисту. Безусловно, львиную долю этой работы должны сделать вы сами. Но консультация специалиста необходима и обязательна. И к специалисту нужно обращаться, как к лечащему врачу – регулярно. Как часто это нужно делать, вы решите вместе с ним.

Кроме того, голос редко бывает весь «на поверхности». Чаще его ресурсы скрыты из-за неумелого пользования вокальным аппаратом, его неразвитости, и только в процессе занятий, когда голос развивается, становятся ясными его достоинства, богатство и красота тембра.

Только специалист может правильно определить все перспективы вашего голоса, снабдить вас нужными рекомендациями и вокальными упражнениями. А вот дальше все зависит от вашего упорства и работоспособности.

## Глава 4

### Голосовой аппарат

#### (О том, как рождается и трансформируется голос)

Так почему же нам голос меняется в ходе работы с ним? Это сложно объяснить, если не рассказать, что же такое голос и как он рождается.

«Человеческий голос является результатом координированной работы всего голосового аппарата», – писал Мануэль Гарсиа – крупнейший педагог XIX века (1805–1908 гг.).

#### Так что же представляет собой голосовой аппарат?

Это сложная система, в которую входят многие органы.

Основное значение в «производстве» звука принадлежит гортани. Непринужденное свободное положение гортани считается наиболее благоприятным для пения. Здесь воздух, выталкиваемый легкими, встречает на своем пути сомкнутые голосовые связки и приводит их в колебательное движение.

Голосовые связки могут быть длинными и короткими, толстыми и тонкими. Ларингологи установили, что связки у низких голосов длиннее, чем у высоких. Вопрос, на мой взгляд, спорный, поскольку доподлинно известно, что у Карузо – тенора с мировым признанием, были весьма длинные связки – такие, как, по этому утверждению, у баса.

*Колеблющиеся голосовые связки образуют звуковую волну. Но для того, чтобы человек произнес букву или слово, необходимо деятельное участие губ, языка, мягкого неба и т. д. Только слаженная работа всех органов голосообразования превращает простые звуки в пение.*

Важную роль играет также и носовая полость. Вместе с придаточными пазухами она принимает участие в образовании голоса. Здесь звук усиливается, ему придается своеобразная звучность, тембр. Для правильного произношения звуков речи и для тембра голоса определенное значение имеет состояние носовой полости и придаточных пазух. Именно их индивидуальность придает каждому человеку своеобразный тембр голоса.

Механизм правильного голосообразования строится на максимальном использовании так называемых резонаторов. В вокальной педагогике различают два резонатора: головной и грудной.

**Резонатор** – прежде всего усилитель звука. **Головной резонатор** – это полости в передней части черепной коробки человека. Интересно, что они полностью соответствуют по своему назначению и форме (!) акустическим сосудам, которые в древности замуровывали в римских амфитеатрах, чтобы те выполняли функции природных резонаторов. Резонатор усиливает звук, практически не требуя от источника звука никакой дополнительной энергии. Умелое использование законов резонанса позволяет достичь огромной силы звука и сверх этого – обеспечивает богатство звучания обертонов, индивидуальность и красоту голоса.

Нижний, грудной резонатор придает певческому звуку более низкие обертоны и окрашивает его мягким плотным звучанием. Обладатели низких голосов, как правило, более активно используют грудной резонатор, а высоких – головной. Но для каждого голоса важно применение и грудного и головного резонаторов.

Немецкий педагог Ю. Гей считает «соединение грудного и головного резонаторов возможно при помощи носового резонатора, который он называет «золотым мостом». Полагаю, что Ю. Гей подразумевал под носовым резонатором ноздри человека? Так это или нет, но вы уже наверняка поняли, что процесс рождения звука далеко не так прост, как кажется на первый взгляд.

И как в любой науке – чем сложнее цепочка, тем большая вероятность ошибки. О каких ошибках я говорю? Повторюсь.

*Не пытайтесь самостоятельно безудержно экспериментировать со своим*

*голосом. Это может быть опасным для вас. Вы можете сорвать связки – и тогда вам вместо вокала предстоит длительное лечение.*

А что же это значит – «сорвать связки», «сорвать голос»?

### Небольшой экскурс в анатомию

Различают два вида голосовых складок: *истинные* и *ложные*.

**Истинные** голосовые складки – две симметрично расположенные складки слизистой оболочки гортани, выступающие в ее полость, содержащие голосовую связку и голосовую мышцу.

Истинные голосовые складки имеют особое мышечное строение, отличное от строения других мышц: пучки продолговатых волокон идут здесь в разных взаимно противоположных направлениях, начинаются у края мышцы и оканчиваются в ее глубине, вследствие чего истинные голосовые складки могут колебаться как всей своей массой, так и одной какой-либо частью, например, половиной, третью, краями и т. д.

*Иными словами, наши связки – это не что иное как мышцы, которые, как говорят спортсмены, можно «накачать», укрепить, сделать более мощными.*

Правда, сделать их более подвижными, то есть добиться, чтобы связка колебалась какой-то своей частью – четвертью, третью – если вам это не дано от природы, крайне сложно. Эта природная подвижность связок делает ваш голос неповторимым, окрашивает его характерными красками. Например, у музыкантов существуют такие понятия, как «черный» и «белый» голос. Да, действительно, у негроидов связки от природы могут колебаться своими четвертями, а у европейцев – половинками.

Но «накачать» свои связки – это просто! Как это сделать? Правильными и систематическими упражнениями.

К сожалению, нет однозначных рецептов правильных упражнений для всех. Эти упражнения (распевки) должны подбираться для каждого индивидуально.

Самостоятельные занятия (например, по нотам упражнений, найденным в Интернете) могут как принести желаемый результат, так и нанести непоправимый вред. Не пожалейте своих средств и времени и возьмите хотя бы несколько уроков у специалиста – и тогда вы получите уникальный комплекс упражнений, который вскоре вас поставит на более высокую ступень и сделает вашу мечту если не совсем близкой, то вполне достижимой.

Вы поймете, что ваш голос изменился: стал светлее, мягче и в то же время гораздо сильнее. Вы уже не задыхаетесь на длинных нотах, не давитесь на высоких, как раньше, а ваше лицо при этом не выражает великие страдания. Вы улыбаетесь! Вы способны донести смысл песни, а не прогнусавить нужные ноты! Вы мастер! Но самое главное – вы обретете бесценную привычку работать над собственным совершенствованием!

Второй вид связок – **ложные** голосовые складки. Это вестибулярные складки, складки преддверия – две складки слизистой оболочки, которые покрывают подслизистую ткань и небольшой мышечный пучок; в норме ложные голосовые складки принимают некоторое участие при смыкании и размыкании голосовой щели, но они двигаются вяло и не подходят вплотную друг к другу. Ложные голосовые складки приобретают свое значение при выработке ложносвязочного голоса и гортанном пении.

Каждый певец способен улучшить свои связки, над этим можно работать годами. Не забывайте, путь самосовершенствования длиною в жизнь.

## Глава 5 Вначале было слово... (О том, что очень важно для вокалиста)

Надеюсь, вы уже получили свой индивидуальный комплекс вокальных упражнений. Как и когда это случилось, по моему ли совету или гораздо раньше – не важно. Главное – вы вооружены и, надеюсь, очень опасны для тех, кто уже прочно укрепился на Олимпе вашей мечты. Им придется подвинуться! А может статься, и вовсе уступить вам место, так как вы полны решимости, трудового энтузиазма и немедленно приступаете к реализации вашего плана.

Вы трудитесь часами, но при этом не забываете, что ваши связки – очень хрупкий орган и относиться к ним нужно бережно. Нужно постоянно прислушиваться к звучанию собственного голоса и собственным ощущениям в горле.

*При первых же признаках несмыкания связок (охриплость или ощущение першения, слабая боль) нужно сделать перерыв, побаловать свои связки молчанием, выпить теплого (но не горячего!) травяного чая или пару очень полезных для связок перепелиных яиц.*

Если вы потеряете бдительность в этом отношении, то на ваших связках могут образоваться узлы – и тогда мечта останется мечтой... Но не будем о грустном. Впереди вас ждет светлое и лучезарное будущее! Теперь ваши связки сильны, эластичны, подвижны. «Все? – спросите вы меня. – Я уже могу петь? Я много работал, и мне не терпится продемонстрировать свои результаты!»

*О, нет! Это всего лишь начало. Но даже маленькими шагами можно пройти огромный путь. Не отчаивайтесь и вовсе не думайте о предстоящем пути. Просто работайте. И помните, что рекомендации этой книги – всего лишь скромные путеводители, указывающие направление.*

Они сродни оглавлению в конце книги, изучив которое вы будете знать, о чем, собственно, идет речь. Но как дилетант способен произвести впечатление знающего человека, так и вы, следуя облегченным методикам этой книги, вполне будете способны впрыгнуть в вагон уходящего экспресса с громким названием «Успех».

*Как сказал швейцарский композитор и педагог Эмиль Жак-Делькроз: «Не в том дело, чтобы мочь то, что мы хотим, а в том, чтобы хотеть то, что мы можем».*

Но с другой стороны, чем больше мы можем, тем больше нам позволено хотеть! Так давайте не будем сомневаться! Давайте работать дальше!

### **Самое время поговорить о культуре звукоизвлечения**

Начнем с дикции. Наше слово, обращенное к аудитории либо в речи, либо в пении, должно быть четким по произношению, выразительным и достаточно громким, чтобы нас слышали те, к кому мы обращаемся. Для этого необходима хорошая дикция, то есть четкое, ясное произношение слов.

Чтобы добиться хороших результатов, надо работать над усовершенствованием артикуляционного аппарата, разрабатывать его технические возможности.

**Артикуляционный аппарат** – это часть голосового аппарата, формирующая звуки речи, а органы, входящие в его состав – артикуляционные органы. Работа этих органов направлена на создание звуков речи (гласных, согласных). И называется она артикуляцией.

Для сведения: к артикуляционному аппарату относятся ротовая полость (щеки, губы, зубы, язык, челюсти, небо), глотка, гортань.

Надо помнить, что ротовая полость – это очень важный орган, от «архитектуры» которого зависит качество звука.

*Запомните: первое условие работы артикуляционного аппарата – естественность и активность.*

Добиваться активной естественности можно, устраняя существующие зажатия и стимулируя четкую работу различных мышц и органов. Конечно, очень просто сказать «снятие зажатий», но ведь их надо сначала обнаружить и только после длительной работы перед зеркалом и с постоянным вниманием эти недостатки начнут исчезать. В этой работе вам помогут простейшие упражнения.

Вы должны научиться активной естественности или активной свободе, то есть обрести нормальную жизненную манеру (но не манерность!) произношения звуков. Для этого будем чуть-чуть утрировать и активизировать звуки, чтобы вас смог понять каждый слушатель, как бы глубоко в толпе, внедряющей вам, он ни находился. Причем важное условие: активизация не должна создавать новых зажатий. Она возникает через удобство, естественность и свободу.

*Кстати, Карузо говорил: «Плох тот певец, который думает петь с зажатой челюстью».*

Зеркало – большой помощник в работе над приобретением гармонии и естества, так как многие зажатия отражаются не только в звуке, но и на лице поющего и говорящего.

### **Вот упражнения вам в помощь:**

**1. Подойдите к зеркалу.** Рассмотрите свое спокойное лицо. Обратите внимание на естественную форму губ. Теперь попробуйте их активизировать: пошлепать губами, собрать их в трубочку, поднять верхнюю губу, открыть верхние зубы. Откройте рот. Посмотрите, какая у него красивая форма, как спокойно в нижней челюсти лежит язык. У корня языка рассмотрите свод, маленький язычок, попробуйте его подогнуть, освободив глотку. Попробуйте зевнуть, почувствовать мягкое небо (от верхних зубов сначала идет твердое небо, а за ним – мягкое). Запомните это ощущение мягкого неба в зевке. Попробуйте с открытым ртом и ощущением зевка (высоким небом) четко произнести гласные звуки «О», «А», «У», «И».

**2. Для активизации языка.** Пошевелите языком из стороны в сторону, вперед, назад, вправо, влево, круговые обороты в обе стороны, «винтиком», «трубочкой». Высуньте кончик языка и быстро-быстро перемещайте его из одного угла рта в другой.

**3. Почувствуйте кончик языка,** он активный и твердый, как молоточек. (В этом вам поможет воображение). Побейте кончиком языка по зубам изнутри. Хорошо в этот момент представить себе «высокое небо» и объемный рот. Энергично произнесите: Т-Д, Т-Д, Т-Д.

**4. «Внутренним взглядом»** осмотрите полость рта, естественное положение языка, который спокойно лежит в нижней челюсти, его кончик касается внутренней поверхности нижних зубов у самого их корня. Наверху – «высокое небо». Корень языка спокоен, опущен, поэтому гортань спокойная, свободная. «Послушайте» и запомните эти ощущения.

Если не получается сразу все почувствовать, то возьмите зеркало, посмотрите, а потом представляйте себе строение рта, как будто вы смотрите в зеркало.

Педагоги-вокалисты заметили, что когда язык лежит горбом, то он подтягивает и напрягает гортань, нарушая спокойствие и гармонию в пении. Насильно укладывать язык не стоит, полезно с помощью зеркала зафиксировать этот дефект, почувствовать его и поискать комфортное положение и состояние. Здесь помогут глаза и внимание.

**5. Чтобы освободить язык и гортань,** выполните такое задание: быстрый, короткий и глубокий вдох носом, затем полностью выдохнуть через рот. Выдох резкий, как «выброс» воздуха со звуком «ФУ» (щеки «падают»). А чтобы укрепить мышцы гортани, энергично произнесите: К-Г, К-Г, К-Г.

**6. Чтобы активизировать мышцы губ,** надуйте щеки, сбросьте воздух резким «хлопком» через сжатые (собранные в «пучок») губы. Энергично произнесите: П-Б, П-Б, П-Б.

**7. Это упражнение для освобождения нижней челюсти.** Просто откройте рот, подвигайте челюстью в стороны, почувствуйте свободу этого движения. Делайте его

перед зеркалом, пока не почувствуете легкую усталость. Нижняя челюсть должна быть свободной, но не приоткрытой. Тяжелая, болтающаяся нижняя челюсть бьет по гортани, делает звук неприятным, бесформенным.

**8.** Челюсти не должны быть зажаты. Постучите мелко, дробно передними зубами, как в ознобе. Чтобы случайно не возникли новые зажатия, пока вы старательно выполняете эти разные действия, контролируйте себя с помощью зеркала. Ваше лицо (лоб, брови, глаза) должно быть спокойно, без гримас страдания, напряжения и старания. Привыкайте к наблюдению за своим лицом. Проследите, какое из этих заданий вам доставило трудности, в каком вы почувствовали дискомфорт, напряжение или увидели мученическую гримасу в зеркале. Упражнение, доставившее вам неудобство, нужно повторить много раз. Только многократным, контролируемым, сознательным повторением неудобного движения вы добьетесь желаемого результата.

***Кстати, в работе над дыханием ставится неременное условие – не уставать, а в работе с артикуляционными органами – повтор до легкой усталости.***

Эти легкие упражнения развивают, совершенствуют ваш артикуляционный аппарат. Простое рассматривание процессов в зеркале дает информацию для памяти и воображения.

Очень часто бывает так, что само слово «упражнение» вызывает у человека зажатие, потерю естественности, какой-то тормоз, неверное психологическое настроение. Особенно часто это случается с начинающими учениками. Но у людей, привыкших к регулярной работе, слово «упражнение» вызывает рабочее, активное состояние.

Допустим, я говорю человеку: «Вообразите, что вы дуете на свечу», – и человек очень органично производит это действие, то есть упражнение, поскольку подключается к процессу работы и воображение. Если, работая с начинающим, я перед этой фразой скажу: «Сделаем упражнение», – то неопытный начинающий мгновенно потеряет естественность, он запирает дыхание, делает немислимые паузы, невероятно напрягает губы и т. п.

***Надо учиться быстро входить в рабочее состояние, учиться подключать воображение, чтобы имитировать любое действие, образ, учиться концентрировать внимание на самых мелких движениях, ощущениях, процессах.***

**9.** Возьмите любое стихотворение или отрывок в прозе, которые вы знаете наизусть. Прочитайте его для себя перед зеркалом. Проследите за своим лицом, ртом, глазами во время чтения. Послушайте звучание своего голоса. Критерий оценки – эстетическое восприятие, естественность, гармония во всех проявлениях, комфортность физического и психологического состояния. Очень часто для начинающих работа перед зеркалом – это настоящее испытание, так как интуитивно у каждого есть осознание своей неполноценности. Вы должны найти в этой работе комфортность, понравиться себе в зеркале. Очень важно справиться с этим комплексом.

Существует правило: перед произнесением любой фразы, звука обязательно берите дыхание и направляйте его к корням верхних зубов, в твердое небо. (В шутку представьте себя кроликом, грызущим морковь своими передними зубами. Такую же активность в области передних зубов должны ощутить в момент произношения текстов, звуков). С того момента, как вы занялись постановкой голоса, все звуки должны быть на дыхании, причем это условие для всей жизни, даже для бытовой речи.

**10.** Работайте над навыком брать дыхание перед новой фразой. Читая стихотворение или отрывок, сознательно берите дыхание перед каждой фразой. Берите, как умеете, но обязательно берите, привыкайте брать сознательно, не забывая о нем!

Следите, чтобы дыхание было не шумным, ведь любые призвуки мешают воспринимать текст. Запомните два правила:

*1). В начале фразы губы должны быть слегка разомкнуты, чтобы не*

*запаздывать с началом звука, не производить призвуки (ya, уэ, yo) и не «причмокивать».*

*2). Закрывать рот следует после окончания звука, иначе получается его «съедание» и звучит «м» на конце фразы.*

**11.** Проследите, на какое произношение, громкое или тихое, вам нужно больше дыхания. Убеждена, вы сразу поймете, что для громкого произношения потребуется больше воздуха (основательнее вдох), а тихая речь потребует меньшего объема дыхания, но большего контроля за его выдохом, концентрации, активности. Тихую речь тоже должны услышать ваши будущие слушатели.

**12.** Стихотворение или прозу читайте, утрированно произнося текст. Это хорошая гимнастика для аппарата. Утрированность снимается – активность остается. Утрированное произношение в классе в зале прозвучит четко, ярко, однако утрированное произношение не должно приводить к зажатию челюстей, гортани, языка, губ.

Надо всегда помнить, что согласные должны произноситься активно, мгновенно, четко и легко. Они не должны разбивать поток гласных, которые в пении переходят одна в другую. Утяжеление и укрупнение согласных дает зажатие аппарата. Очень сомнительна рекомендация «удесятерения» согласных при произношении, особенно в пении.

**13.** Чтобы отработать манеру произнесения гласных ровным потоком и четкого, мгновенного произношения согласных в этом потоке, надо стихотворение прочитать (протянуть) на одних гласных:

### **белеет парус одинокий**

**е-е-а-у-о-и-о-ии**

Послушайте этот ровный, красивый поток гласных. Затем в этот поток «вставьте» быстрые, четкие и легкие согласные, стараясь не нарушить ровность и красоту потока гласных. При этом надо следить, чтобы слово оставалось близким (на зубах), гортань – свободной, дыхание – активным.

**14.** Очень хороши для тренировки скороговорки. Читать скороговорки надо сначала медленно, постепенно по мере успешного совершенствования. Следите за ритмичностью произношения, не забываете про темп, дикцию.

**а). На дворе трава, на траве дрова.**

**Не руби дрова на траве двора.**

**б). Шит колпак не по-колпаковски,**

**Надо его переколпаковать.**

**в). Ты, сверчок, сверчи, сверчи,**

**Сверчать сверчаток научи.**

**г). Шла Саша по шоссе и сосала сушку.**

**д). Ехал Грека через реку, видит Грека в реке рак.**

**Сунул Грека руку в реку, рак за руку Грека цап.**

**е). Свил паук себе гамак в уголке, на потолке,**

**Чтобы мухи просто так покачались в гамаке.**

**ж). Бык тупогуб, тупогубенький бычок.**

**з). Нет абрикоса, кокоса, релиса,**

**Палтуса, уксуса, кваса и риса,**

**Компаса нет, баркаса и троса,**

**Термоса, пресса, индуса-матроса,  
Баса нет, вкуса, веса и спроса,  
Нет интереса – нет и вопроса.**

**и). У Киры и Фиры  
В квартире был пир:  
Факир ел зефир  
И кефир пил факир.  
А Фира и Кира  
Не пили кефира  
Не ели зефира –  
Кормили факира.**

**к). Ежели вы не жили возле ежевичника,  
Но ежели вы жили возле земляничника,  
То значит, земляничное варенье вам привычное  
И вовсе не привычное варенье земляничное.  
Но ежели вы жили возле ежевичника,  
То значит, ежевичное варенье вам привычное  
И вовсе не привычное варенье земляничное.  
Но ежели вы жили возле ежевичника,  
И ежели вы жили возле земляничника,  
И ежели вы времени на лес не пожалели,  
То значит, преотличное варенье ежевичное,  
Варенье земляничное вы ежедневно ели.**

**15.** Если у вас есть проблемы с какими-то звуками, то возьмите любой словарь, откройте его на той букве, которая вас затрудняет при произношении и, не торопясь, читайте подряд все слова, вслушиваясь в трудный для вас звук. Многократное контролируемое произнесение звука изменяет ситуацию к лучшему. Хорошо к этой работе подключить магнитофон. Словарь помогает не тратить внимание на придумывание слов с нужной вам буквой (звуком).

**16.** Для развития акустических и тембральных свойств голоса необходимо развивать мышцы глотки, языка, выявлять резонирующие свойства организма. Произнесите беззвучно А-Э-О, стараясь шире раскрыть полость зева, а не рот. Повторите 10 раз. После всех этих советов и упражнений делаем вывод, подводим итог:

*а). В работе с артикуляционным аппаратом важны тренировка, сознательный контроль, внимание.*

*б). Очень важна работа с зеркалом.*

*с). В работе над «активной свободой» надо быть к себе очень требовательным, чтобы не пропустить никаких зажатий типа кривого рта, бровей домиком или вытаращенных глаз.*

*д). При тренировке артикуляционного аппарата требуются многочисленные повторы неудобных движений до ощущения комфорта. Не надо бояться усталости мышц, но надо избегать новых зажатий.*

*е). Очень важно и полезно слушать записи хороших исполнителей, так как слуховое восприятие, как правило, оказывает неоценимую помощь вашим обучающимся правильно работать мышцам.*

## **Глава 6**

### **И музыкой льются слова...**

#### **(О том, что не помешает знать)**

«А когда же, когда же мы будем петь?! – нетерпеливо спросите вы. – Это уже становится

невыносимо!»

Правда? Невыносимо? Очень жаль. А вот мне это было всегда интересно. Но тогда давайте договоримся так. Если вам процесс обучения не интересен, то у вас все равно есть шанс стать звездой. Пропустите скучные для вас главы, но дальше вы все равно найдете нечто занимательное для себя.

А со мной в этой главе останутся те, кто любит работать и находит в этой работе глубокое удовлетворение.

### Поговорим о понятии «вокальная маска»

Помните, мы говорили о резонаторах: верхнем (головном) и нижнем (грудном)? Но для вас это были только слова. А прием «вокальная маска» поможет вам не только понять, как они работают, но и убедиться в этой работе на уровне ощущений.

Итак, понятие «петь в маску» подразумевает пение с полным использованием верхних резонаторов (головных), то есть в высокой звуковой позиции, которая является верхней опорой звука. При этом дыхание является нижней опорой.

Не очень понятно?

Тогда давайте перейдем к упражнениям, которые все прояснят.

1. Откройте рот и введите в него указательный палец довольно глубоко. Рука расположена ладонью вниз. Палец (ногтем вверх) прижат к небу. Сделайте направленный выдох. Он должен быть медленным, «собранным в пучок», как луч фонарика.

Указательный палец, будто шкала прибора, ощутит тепло струи выдыхаемого воздуха. Самое теплое место на пальце – это «точка атаки» выдоха. В это место «ударяется» звук при пении.

Постепенно путем фиксирования внимания нужно добиться, чтобы эта точка максимально сдвинулась к корням верхних зубов. Ощущения нужно проверять, сопоставляя их со звуком. Внимательно вслушайтесь в свой голос. Он должен стать намного ярче. Запомните свои ощущения.

2. Сказать очень «остренько» в корни верхних зубов: а, а, а, а или у, у, у, у. Говорить на удобной ноте. Должно возникнуть ощущение, будто вы укалываете этот звук иголкой.

3. Сказать в «высокий купол», «уколоть» в зубы: да, да, да или ду, ду, ду. Ощутите купол. Для этого вспомните упражнение «Цветок». Помните? Ощущения во рту объемные. Следите, чтобы звук не падал с высокой позиции.

4. Имитируем голос кукушки. Говорим «ку-ку» на довольно высокой ноте, певуче. Ощущения, как в предыдущих упражнениях.

5. Попробуем эти ощущения в пении, сначала на одной ноте, на ту гласную, которая в предыдущих упражнениях вам была удобной.

Если вы успешно справились с этими упражнениями, то словосочетание «головной резонатор» перестало быть для вас загадкой. Вы почувствовали в работе, как использование головного резонатора помогает вам без усилий брать высокие ноты, делает их звук красивым и естественным, громким и глубоким.

Теперь разберемся с грудным резонатором. Его работа особенно важна на низких нотах. Понять и почувствовать эту работу также возможно при помощи упражнений.

1. Глубокий вдох и выдох со звуком «З». Вы почувствуете место правильного выхода любого звука при работе грудного резонатора – твердое небо у верхних резцов. Любой звук при работе грудного резонатора направляется именно в это место.

2. Возьмите максимально возможный низкий звук и погудите его, например, со звуком «У». Контролируйте место выхода звука. Постепенно повышайте тон этого звука и прислушивайтесь к своим ощущениям.

3. Найдите тон звука, при котором произойдет переключение резонаторов с грудного на головной. Назовем этот тон «точкой перехода». Прodelайте дыхательные упражнения «Гласные» на тоне звука чуть ниже «точки перехода».

4. Поделайте дыхательные упражнения «гласные» чуть выше «точки перехода».

5. Прodelайте дыхательные упражнения «гласные», пропевая в одном упражнении последовательно три звука: чуть ниже «точки перехода», «точка перехода», чуть выше «точки перехода». Добейтесь благозвучного ровного звучания.

Вот, собственно, на этом мы и завершим свой обзорный курс по звукоизвлечению. Я очень надеюсь, что он оказался полезным для вас и вы кое-чему научились в техническом плане, а возможно, и в психологическом. Ведь понимание того, что (как поет Дима Билан) все невозможное – возможно, стоит многого!

## Глава 7

### И звезда с звездой говорит...

#### (О том, что такое красивое пение, и о многом другом)

Теперь вы готовы начать свой блистательный путь восхождения в звезды. Для начала определитесь, к какому жанру пения вы тяготеете. Все, что было написано выше, – это ваша техническая база. Она общая для всего вокала в принципе. Это основа для всех направлений вокала.

*Правила постановки дыхания и звукоизвлечения остаются неизменными, как бы вы ни решили петь. Конечно, из всякого правила есть исключения, которые, как известно, только лишь подтверждают правила. А для того, чтобы это исключение возвести в ранг правила и свободно пользоваться им, необходимо знать это правило «на зубок».*

Жанров в вокальном исполнительском искусстве достаточно много, и каждый из них имеет свое характерное звучание: эстрадный вокал, джазовый, рок-вокал, фолк, академический, спиричуэл, блюз, скэт, госпез, рэгги, камерный... Всего не перечислишь. И в каждом направлении есть свои звезды, свои киты. Их голоса узнаваемы, они имеют огромное количество поклонников, фанов, подражателей. Но все же только самые яркие исполнители являются эталоном жанра. Мы восхищенно слушаем их, закатываем глаза от удовольствия и, качая головой, шепчем: «С ума сойти! Как он это делает?» Очень правильный вопрос. Обязательно нужно разобраться, как он это делает. И не только он. Но и многие другие звезды выбранного вами жанра.

На этом этапе начинается серьезная, почти «шпионская» работа. Вы должны, словно архивариус, собрать все самое интересное, все признанное хитами, а лучше вообще все, что окажется в зоне вашего доступа; словно кладоискатель, найти то «золото» в вокале каждого выбранного вами исполнителя, благодаря которому он и стал богат на успех; словно вор, украсть это золото и, словно ювелир, создать из этого золота собственное украшение.

А может оказаться, что секрет успеха звезды кроется вовсе не в вокале, а в чем-то другом. «Зачем же я столько времени потратил на все эти упражнения? – спросите вы. – Ведь оказывается, чтобы стать звездой, можно быть вовсе безголосым!» Погодите отчаиваться. Вы получите ответы на все ваши вопросы. Но пока предположим, что ваши кумиры замечательно поют, и, слушая их, вы понимаете, что все эти правила, которые вы с таким трудом и усердием осваивали не дали никакого результата. Звук, который вы научились извлекать, совсем не похож на тот звук, который вы бы хотели получить!

«Это все не то!» – возмутитесь вы. И я с вами соглашусь. Не то. Но как писателю никогда не написать роман, если он не научился читать, так и вам никогда не найти свой звук, если вы не научились получать звук «чистый». Получение «чистого» звука – это то, чем мы с вами занимались все это время.

Теперь пришло время узнать новые секреты. Вы уже знаете, что звук – это выдыхаемый вами воздух, что сила и чистота этого звука зависит в огромной степени от объема выдоха и от направленности воздушной струи, а также от работы и «архитектуры» всего голосового аппарата. Вот они – печальные реалии жизни! Вы титанически трудились, чтобы получить голос, пригодный разве что для скромной роли хорового статиста или в лучшем случае для

солиста провинциальной оперетты. Я так много написала, а суть всего сказанного свелась к одному предложению. Да... Но разве мы напрасно проделали этот путь? Нет!

Мы преодолели бугристую грязную гравийную дорогу и выкатили на автобан! Давим на газ и набираем скорость! Вы уже отобрали из множества найденного материала самые потрясающие песни? Прекрасно! Давайте послушаем их вместе.

**Песня** – это законченное музыкальное произведение, некий рассказ, некая история, если хотите, спектакль, в котором, как и во всем вышеперечисленном, есть завязка, кульминация, главная мысль и развязка.

А как рассказана эта история, целиком зависит от исполнителя. И как рассказ состоит из предложений и слов, так и песня состоит из нот и музыкальных фраз. Если в рассказе будут написаны не те слова или убраны все знаки препинания, мы ничего не поймем.

«Что это за лажа?» – пожмем мы плечами и никогда больше не станем читать такого автора.

*То же самое и в вокальном искусстве. Фальшивые ноты и невыразительные музыкальные фразы говорят о полной беспомощности исполнителя.*

Будем учиться выразительности музыкального языка, выучив одну из песен звезды того жанра, в котором вы собираетесь работать. К выбору такой песни нужно подойти с пониманием вопроса, то есть:

а) песня должна принадлежать вашей тесситуре. Другими словами, если вы лирический тенор, то и песня должна исполняться лирическим тенором, а не баритоном или басом.

б) песня должна быть в диапазоне вашего голоса. В ней не должно быть нот слишком высоких или слишком низких для вас.

Предположим, такая песня найдена. Но прежде чем начинать работу с этой песней, разберемся еще с одним понятием – музыкальная фраза.

Если вы всерьез решили заняться музыкой (вокалом) то вам предстоит нелегкая задача научиться выражать свои мысли, эмоции и чувства музыкальными фразами.

Это не так просто, как кажется на первый взгляд. Внутри вас может бушевать вулкан страстей, и вам будет казаться, что этим пламенем вы зажгли свой голос, наполнили до краев этой эмоцией песню – и это уже не песня, а крик вашей души...

Стоп! Запишите себя на диктофон. Послушайте. Как вам крик души? Думаю, что не очень. А если у вас отсутствует планка самокритики, то лучше дайте послушать эту запись кому-нибудь и попросите объективно оценить. Скройте тот факт, что это поете вы, и тогда... Короче, с криком души не все так просто. В чем же дело? Почему же такая настоящая, чистая искренняя эмоция вашей души так фальшиво передалась вашим голосом? И здесь есть свои секреты. Во-первых, человек свой голос слышит совсем иначе, нежели кто-то со стороны. Вспомните свое первое удивление, когда вы услышали свой голос в записи. «Это мой голос?» – первый вопрос, который возник в вашей голове.

Обычно человек воспринимает свой голос более низким, чем он есть на самом деле. И этому есть анатомические объяснения. Но мы не станем сейчас тратить время на их изучение, поскольку не в этом наша основная задача. Мы учимся петь.

*Так как же справиться нам с этим неожиданным препятствием? Поверьте, для этого нам нужно не так много: понять, что эмоция в музыке имеет совсем другие законы.*

В жизни вы можете перейти на крик и при этом разбить чашку – и сразу станет понятно, что вы в гневе. Но если вы точно так же закричите в песне, то гнева не получится. Получится только плохое пение. Чашку, конечно, можно разбить, если у вас уже готовое шоу, но пока ему, вашему шоу, еще не время. Попробуем обойтись менее разрушительными средствами.

Не пожалейте времени и послушайте, например, «Времена года» Антонио Вивальди. Это

одно из самых знаменитых произведений композитора.

Произведение «Времена года» было создано в 1723 году, а впервые вышло в свет только два года спустя. Каждый концерт соответствует одному времени года, разделен на три части, посвященных трем месяцам каждого времени года.

В произведении кроме явного описания сезонов присутствует аллюзия: разный возраст человека, от рождения до смерти (весна как пробуждение природных сил символизирует начало жизни или юность, а зима символизирует конец жизни или старость).

*Антонио Вивальди сумел мастерски изобразить грозу, зной, журчание ручьев, лай собак, шелест листьев, пыльный знойный ветер, жужжание мух, пение птиц, дождь, холод...*

Во «Временах года» гениальным образом отражены настроение и чувства, которые вызывает у автора каждый месяц года. Все это и предопределило признание цикла как непревзойденного шедевра. «Времена года» Антонио Вивальди – одно из самых знаменитых его произведений. Оно также является одним из известнейших музыкальных произведений этого стиля.

Как автор добился такого потрясающего эффекта? Только ли своей мыслью? И мыслью в том числе. Но и, конечно же, знанием динамических и звуковых характеристик каждого инструмента, звучащего в произведении, их способностью рождать определенные звуки. В этом произведении вы услышите богатейшую палитру разнообразных по динамике звуков: громких, тихих, протяжных, прерывистых, пунктирных...

*Слушая это произведение, вы легко разберетесь и поймете, что же такое музыкальная фраза, как она может звучать, какую продолжительность во времени может иметь. Фраза может быть совсем короткой или очень длинной, плотной или мягкой, светлой или темной.*

Чтобы добиться такого эффекта от своего голоса, для начала определитесь, что для голоса музыкальная фраза начинается на каждом вдохе и заканчивается на полном выдохе. Каждый ваш вдох – это чистый холст, выдох – завершенная картина. Каким же образом вы должны рисовать этот музыкальный холст? Как это делается? Музыкальные картины рисует динамика звука. Вы наверняка это поняли, прослушав Вивальди.

Давайте научимся пользоваться палитрой вашей души посредством данного вам природой голоса. Для этого сделайте следующее **упражнение** :

а). Придумайте простую музыкальную фразу из 5 нот. Спойте ее на звуке «а», закончив выдохом на последней ноте. Повторите ее достаточное для полного запоминания количество раз.

б). Спойте данную фразу, придав нотам динамику: тихо – громче – громче – громче – громко. Повторите не менее десяти раз.

в). Спойте данную фразу, придав нотам динамику: тихо – тихо – громче – громче – громко. Повторите не менее десяти раз.

г). Спойте данную фразу, придав нотам динамику: тихо – тише – тихо – громче – громко. Повторите не менее десяти раз.

д). Спойте данную фразу, придав нотам динамику: тихо – громче – громко – тише – тихо. Повторите не менее десяти раз.

е). Придумайте самостоятельные динамические упражнения. Спойте их.

ж). Вообразите картину природы (бескрайнее золотое пшеничное поле, высокое безоблачное небо, порхающие бабочки, стрекозы). Спойте ваше упражнение, представляя в воображении эту картину. Понаблюдайте за своим голосом, как меняется его окраска.

з). Придумайте несколько воображаемых картинок с пейзажами или природными явлениями. Попытайтесь передать свои ощущения музыкальной фразой (или несколькими фразами).

Помните, не семь банальных нот передают шум морского прибоя или звон колокольчиков, веселый праздник или глубокую скорбь, задушевную беседу или военное сражение.

*Яркость образов достигается с помощью фразировки, а умение ей пользоваться отличает профессионального талантливого музыканта, отражает его художественный вкус и творческую фантазию.*

Теперь вы готовы к более серьезной работе с музыкальным произведением. Вернемся к песне звезды, выбранной вами. Для начала многократно прослушайте это произведение. Выучите мелодику и текст. Пойте эту песню под плюсовую фонограмму, пока и вы не почувствуете, что ни одна нота, ни одна музыкальная фраза не осталась для вас просто формальностью.

Попытайтесь спеть эту песню самостоятельно и опять запишите на диктофон. Возможно, ваше исполнение вам понравится. Тогда дайте прослушать запись сторонним ценителям. Возможно, этот хит и у них найдет одобрение, но не исключен вариант, что вы услышите:

«Клево! Но чего-то все же не хватает. Драйва нет...» Вот теперь давайте и разберемся, что же ваш независимый эксперт имел в виду.

## **Глава 8**

### **Счастье – это умение слушать голос собственной души (О приемах и техниках пения)**

Что бы вы ни делали, чем бы ни занимались, если к этому занятию не лежит душа, то все старания, все усилия идут прахом. А вы работаете над своим голосом с душой, вдохновенно? Если да, то почему же нет ожидаемого результата? Погодите! Еще не время. Но скоро, скоро...

Вернемся к вашему независимому эксперту. Что же все-таки он имел в виду, ответив вам: «Клево! Но чего-то все же не хватает. Драйва нет...»? Предполагаю, что в первую очередь в вашем голосе нет индивидуальности, яркости, как говорят, «характерной краски». Такого индивидуального звучания можно добиться при помощи специальных вокальных приемов.

Не спешите тешить себя иллюзией, что сейчас я вам расскажу сакральный секрет, воспользовавшись которым вы тут же получите уникальный голос, который принесет вам мировую славу. Но все же освоив хотя бы один вокальный прием, вы сможете раскрасить ваш голос и добиться узнаваемости. Не станем забывать, что каждая «краска» голоса (впрочем, как и все другое в вокале) требует методичной тренировки.

Перечислю некоторые приемы, применяемые в эстрадном вокале:

#### **Расщепление:**

Прием пения, при котором к чистому звуку примешивается определенная доля другого звука, нередко представляющего собой немusикальный звук, то есть шум. Один дыхательный поток как бы расщепляется на два. К расщеплению можно отнести некоторые приемы народного пения (например, горловое пение народов Азии), а также широко известные субтон и драйв.

#### **Драйв:**

Один из важнейших в арсенале рок-вокалистов – прием расщепления «драйв» (его подвиды: гроулинг, рев, хриплый голос, дэт-вокал и др.). Еще каких-нибудь десять лет назад считалось, что после использования этого приема связки можно просто выплюнуть – они уже больше не понадобятся. Классические вокалисты считают его чуть ли не восьмым смертным грехом, а педагоги старой школы уверены, что научить так петь нельзя – это или есть от природы, или нет.

#### **Субтон:**

Пение с придыханием. Примеры этого приема можно услышать в джазе и поп-музыке, например, у Tony Braxton, Cher или Tanita Tikaram.

Остановлюсь на этом приеме подробнее, поскольку в начале книги я обещала помочь тем, кто из-за своей любви к пению конфликтует с соседями. Лично я люблю субтоновое звучание, хотя нередко слышала пренебрежительные отзывы о нем. Мол,

да она же субтоном поет! И звучит эта фраза так, что якобы субтон – это прием для безголосых вокалистов.

Отнюдь нет! Субтон – это прием мастера. Кажется, петь шепотом совсем несложно. А вы попробуйте! Без специальных длительных упражнений желаемого эффекта (то есть выразительности, яркости и красоты звука) достичь невозможно.

Да, именно так. Субтон (а точнее, его разновидность – шайтинг) – это пение шепотом. Вся трудность, возникающая при пении в такой манере – это большее количество воздуха, посылаемое на выдохе. Иными словами, к обыкновенному звучащему выдоху «на опоре» посылается дополнительная струйка воздуха, то есть мы шепчем и поем одновременно! При этом происходит следующее: воздух в легких, который должен служить даже на самых длинных нотах надежной опорой звука, быстро заканчивается. Звук теряет свою яркость и естественность, поэтому, используя прием «шайтинг», мы вынуждены брать дыхание более часто, но при этом необходимо логическое оправдание как смысловое, так и музыкальное, то есть мы не можем взять дыхание посередине слова или неоправданно укоротить музыкальную фразу. Все должно звучать естественно и красиво.

#### **Обертоновое пение:**

Также известно как «горловое пение». Использование расщепления для исполнения обертонов к основному тону позволяет выпевать двузвучия. Характерно для дальневосточной музыки (Тибет, Тува, Монголия и др.).

#### **Глиссандо:**

Также известен как «слайд». Плавный переход с ноты на ноту.

#### **Фальцет:**

Пение «без опоры». Позволяет расширить диапазон в сторону высоких нот. Нередко встречается в джазе и поп-музыке.

#### **Йодль:**

Этот прием больше известен с названием «тирольское пение» и заключается в резком переходе с пения «на опоре» на фальцет. В современной музыке широко используется такими исполнителями, как Dolores O'Riordan (Cranberries), Alanis Morissette, Billie Myers и другими.

С некоторых пор получил распространение так называемый «обратный йодль», заключающийся, как нетрудно догадаться, в резком переходе с фальцета на «опору». Примеры исполнения этого приема можно найти, например, в песнях Linda Perry (4 Non Blondes).

#### **Штробас:**

Это очень низкие ноты, которые невозможно спеть нормальным голосом (особенно детям). Звук очень специфический, поэтому в музыке используется редко. Например, у Britney Spears в «Oops, I did it again».

#### **Вибрато:**

Один из основных приемов академической школы. Заключается в колебании тона звука, вызываемом периодическим движением диафрагмы.

Вот далеко не полный перечень приемов, способных придать вашему пению неповторимое звучание. А для того, чтобы определить, какой же из этих приемов ваш, вам необходимо слушать много разнообразных исполнителей и анализировать их манеры исполнения. То есть стать настоящим знатоком!

Я не думаю, что это занятие будет вам в тягость. В конце концов, если с звездной карьерой на ниве вокального исполнительства у вас ничего не получится, то вы с успехом сможете создать конкуренцию Сергею Соседову и занять тепленькое местечко музыкального критика в каком-нибудь новом вокальном шоу! Но не станем забегать вперед и заниматься прогнозами. Прогнозы вообще занятие рискованное, способное подорвать даже самый неоспоримый авторитет. Поэтому я предпочитаю это слово употреблять как можно реже.

Но в данном случае я не побоюсь этого слова, и вот мой прогноз: все, что вы сделаете для себя, рано или поздно принесет свои плоды. И для того, чтобы это случилось все же рано, а не поздно, давайте учиться дальше!

## Глава 9

### И снова в бой! Покой нам только снится (О некоторых нюансах работы на студии)

Я надеюсь, что вы уже преуспели в своих вокальных навыках?

О, да! У вас прекрасное извлечение звука, правильная, стабильная и хорошая «опора», то есть дыхание, в вашем багаже несколько симпатичных, хорошо отрепетированных мировых хитов. Вы полны сил и желания идти дальше по намеченному, пусть трудному, но столь увлекательному пути.

Теперь наш путь лежит за пределы вашего дома. Пора выходить в люди! Вы вышли из дома и оказались у краеугольного камня на котором написано: «Направо пойдешь... Налево пойдешь...» Но ваш путь прямо – на студию. Конечно, можно пойти и направо, и налево. И возможно, вам повезет. Но получить дополнительные навыки и хороший опыт не помешает.

### Студия

Зачем она вам?

*Какие цели вы должны поставить перед собой? А цель такая: получение первого опыта и представления об очень важной составляющей работы эстрадного вокалиста.*

Вокалисты других жанров рано или поздно тоже оказываются на студии. Но для того, чтобы прийти на студию и начать работать, вам необходимо подготовиться. В первую очередь вы должны иметь минусовую фонограмму произведения, которое вы собираетесь исполнять.

### Что такое минусовая фонограмма и где ее взять?

Минусовая фонограмма, или, как ее называют музыканты, минусовка – это точная копия музыкального произведения известного или не очень известного исполнителя без вокальной партии. Самый простой способ получить нужную минусовку – скачать ее из Интернета.

Существует огромное количество сайтов, на которых это «добро» представлено широко и разнообразно. Правда, качество этих фонограмм не позволяет их использовать для серьезных целей, как-то запись серьезного аудиоматериала, но для демонстрационной версии или домашнего концерта вполне можно подыскать фонограмму. «Фанера» – это, как вы догадались, но сленге музыкантов означает «фонограмма».

Если вы не найдете то, что ищете, оставьте на время свою идею спеть именно эту песню. Изготовление фонограммы – достаточно дорогое удовольствие, и на этом этапе не стоит тратить столь значительные деньги. Если у вас есть кое-какие сбережения и вы не прочь ими рискнуть, то поверьте, такой случай вам еще представится.

Итак, вы нашли нужную фонограмму и как следует отрепетировали произведение. Вы не ищете нужные ноты и не путаетесь в тексте. Значит, вы готовы к работе в студии. Если вы живете в мегаполисе или в большом городе, то найти недорогую студию не составит большого труда. Почему недорогую? Ну, во-первых, «дорого» не всегда означает «хорошо», а во-вторых – дорогая студия на этом этапе вам не нужна, поскольку то, что вы получите на выходе – это всего лишь демонстрационный материал.

Этот материал вы должны использовать для анализа собственных ошибок, а если ни вы, ни кто-то сторонний (например, ваш педагог по вокалу) в этом демонстрационном материале не обнаружит серьезных ошибок, то вы можете использовать его при оформлении заявок на конкурсы, фестивали, вокальные шоу и т. д.

### Так какую же студию вам выбрать?

В принципе, для поставленной задачи подойдет любая студия, даже домашняя. Главное, чтобы в этой студии был хороший звукооператор.

Конечно, хорошего специалиста по внешнему виду не определишь. Прежде чем принять решение, стоит ли вам записываться именно в этой студии, попросите послушать какие-нибудь готовые работы, выполненные специалистами (или специалистом) этой студии, и если эти работы вас впечатляют, то смело просите назначить вам время для записи вашего голоса на выбранную минусовую фонограмму.

*И вот настал этот ответственный день – день вашей первой записи в студии. Я вам дам несколько советов, которые можете использовать всегда, если вам предстоит работа в студии.*

Конечно, и в моей жизни был такой день – день первой записи. К сожалению, у меня не было возможности потренироваться на демонстрационном материале. И студия, в которой я в первый раз записывала свой голос, не была выбрана мною. Это были советские времена. Времена бобинных магнитофонов и ламповых микрофонов. Все студии были государственными, и платить за них исполнителю не требовалось. Тогда были другие критерии. Заслужил – получай!

Моя первая студия была лучшей в Союзе. Студия Апрелевского завода на Тверском бульваре, выпускавшего знаменитые грампластинки фирмы «Мелодия».

Я очень хорошо помню свое состояние перед записью. Это состояние иначе как паникой не назовешь. В таком состоянии петь невозможно. И звукооператору пришлось со мной изрядно повозиться, чтобы привести мое состояние в норму. Тем более что в то время не было возможности ошибиться в песне. Даже самая невинная ошибка, например, шумно взятое дыхание, означала, что всю работу с записью песни нужно начинать сначала.

Но ваша ситуация, несомненно, гораздо более приятна.

С тех пор много воды утекло: и студий много, и особых заслуг для того, чтобы в них попасть, не требуется, и технологии звукозаписи ушли далеко вперед. Так что волноваться перед записью не нужно. Хотя я не исключаю, что некоторый душевный дискомфорт вы все же будете испытывать.

**Вот несколько советов, которыми вы можете воспользоваться и в данном случае, и в последующем.**

1. Накануне хорошо выспаться.
2. Не испытывать никаких признаков простудных заболеваний (в противном случае нужно отложить запись до момента полного выздоровления)
3. За сутки до дня записи не принимать в пищу шоколад, семечки, сыпучее печенье.
4. Не приходить в студию голодным или сразу после обильного приема пищи.
5. Иметь при себе бутылочку с негазированной водой.
6. Перед приходом в студию распеться.

Эти простые правила позволят вам не отвлекаться на какие-либо дискомфортные физические ощущения, например, першение в горле или бурчание в животе.

Итак, вы уже в студии, получили первые указания звукооператора и готовы записать свой первый дубль.

### **Что вы должны знать и к чему должны быть готовы?**

При записи ваш голос будет отличаться от того голоса, который вы привыкли слышать на репетициях. Неправильное исполнение будет сразу слышно.

Если вы будете слышать свой голос слишком «сухим», то попросите режиссера добавить вам в наушники немного обработки.

При работе добивайтесь настройки уровня громкости в наушниках, чтобы вам было комфортно работать. Учтите, что если музыка в наушниках будет звучать слишком громко, а петь вы будете тихо, то в микрофон будет проникать много посторонних звуков из наушников (несмотря на то что они закрытого типа), т. к. в случае тихого исполнения необходимо увеличивать чувствительность микрофона.

### **Необходимо правильно работать с микрофоном:**

- сетка перед микрофоном – это поп-фильтр – акустически прозрачное устройство для рассеивания энергии звуков «б», «п»;
- вы можете регулировать громкость голоса в тракте звукопередачи расстоянием до микрофона (другими словами – управлять динамикой);
- также расстояние до микрофона влияет на частотный состав голоса. Чем вы ближе к микрофону, тем ярче будет голос (и тем слышнее призвуки исполнения), чем дальше – тем больше шумов комнаты будет улавливать микрофон. Все это можно при необходимости использовать в художественных целях (например, на большом расстоянии или вообще отвернувшись от микрофона можно создать ощущение отдаленности от слушателя и т. д.);
- не вертите головой во время исполнения, иначе будет слышен эффект Доплера (как в случае с приближающейся/удаляющейся машиной).
- не отстукивайте ногой такт и не хлопайте ладонью по ноге (особенно если у вас в карманах лежат звенящие предметы, например, ключи).
- попробуйте улучшить звучание голоса и попросите звукооператора записать дабл-трек вокальной партии – две идентично исполненные партии. Это делает голос более плотным, добавляет небольшой, но очень естественный эффект хора. Кроме того, такие партии можно развести по панораме (больше применимо для бэк-вокала). Большинство современных коммерческих записей создается таким способом, то есть даблом.

Помните, самое важное – это эмоции, лучше плохо спетый, но эмоциональный материал, чем хорошо «вылизанный», но бездушный.

Вы справились с этой увлекательной, но сложной и ответственной работой – записью своего исполнения мирового (или просто любимого) хита в студии.

Поздравляю! Скоро в ваших руках окажется флешка с бесценным сокровищем: вашим первым аудиотреком! Это прекрасно! Но мне придется добавить ложку дегтя в вашу бочку меда. Вы пришли на студию, чтобы получить не только это сокровище, а еще как минимум два других трека: трек с вашим «чистым» голосом, без обработки и правки, без фонограммы, а также трек с «чистым» голосом, без обработки и правки, с фонограммой. Предчувствую ваше первое огорчение: «Как же так?! Неужели все так плохо?» Нет, не плохо. Просто реальность в который раз не совпала с вашей иллюзией. Творческий человек очень часто смотрит на мир сквозь «розовые очки», и он то там, то тут, то в том, то в этом находит своим убеждениям несомненные подтверждения. Например, в клубах караоке.

«Я прекрасно пою, – думает человек. – Мой голос никого не может оставить равнодушным. Да! Я уже не раз слышал от друзей, да что там от друзей (!), даже от совсем незнакомых людей, что я пою в сто раз круче Киркорова!»

***Снимите розовые очки! И послушайте свои студийные треки. Два первых трека – это ваш реальный голос. А третий – ваш голос после обработки.***

В караоке-клубах голос получает столько обработки, что от него практически ничего не остается. Это своеобразная ловушка, в которую легко попадает тот, кто живет по принципу: «Ах, обмануть меня так просто, я сам обманываться рад».

Внимательно прослушайте свои треки, звучащие, возможно, совсем непривлекательно и не огорчайтесь, а сделайте анализ ошибок, которые вы непременно услышите. Подумайте, как их исправить. Вы уже достаточно много знаете о себе, о своем голосе и о методах работы над вокалом, чтобы справиться самостоятельно с этой задачей.

## **Глава 10**

### **Если друг оказался вдруг... (О том, что желательно знать)**

В этой главе я хочу снабдить вас нужной информацией, которая связана не только с работой в студии, но и вообще с работой вокалиста. Это информация о микрофонах. Вы уже поняли, что звуковые технологии способны творить чудеса. Но самая замечательная техника в руках дикаря не более чем груда металла. Первый помощник вашему голосу – это микрофон. Если вы умеете с ним обращаться правильно, он будет вашим лучшим другом, если нет – жестоким врагом.

#### **Что же нужно знать о микрофонах?**

Первостепенные характеристики микрофона – это принцип работы, амплитудно-частотная характеристика (АЧХ) и направленность. Второстепенные характеристики – электрические параметры и конструктивное исполнение.

Кратко расскажу обо всем. Рано или поздно вам придется выбрать себе друга, поэтому информация о нем не может быть лишней. Но если вы устанете от сухого, технического языка, пропустите эти страницы и читайте дальше. В любом случае, вы будете знать, где взять некоторую полезную информацию о микрофоне. Используя ее, вы не ошибетесь в своем выборе, а столкнувшись в своей практике с неизвестным микрофоном, легко поймете, как с ним работать.

#### **Принцип работы**

В первую очередь поговорим о преобразователях, находящихся внутри микрофонов и отвечающих за восприятие звука и преобразование его в электрический сигнал. Преобразователь – это устройство, переводящее энергию из одной формы в другую, в нашем случае – акустическую энергию в электрическую. Принцип работы определяет ключевые возможности микрофона. Самые распространенные типы микрофона – динамический и конденсаторный.

#### **Динамические микрофоны**

Динамические микрофоны включают в себя сборку из диафрагмы, голосовой катушки и магнита, которые образуют миниатюрный электрогенератор со звуковым приводом.

Динамический микрофон имеет относительно простую и, соответственно, экономичную и надежную конструкцию. Он может обеспечить отличное качество звука практически во всех областях применения. В частности, он может иметь дело с чрезвычайно громкими звуками. Вдобавок динамические микрофоны относительно устойчивы к перепадам температуры и влажности. Динамические микрофоны используются в основных задачах звукоусиления чаще всех других микрофонов.

С практической точки зрения, если микрофон будет использоваться в таких суровых условиях, как рок-клуб или открытый воздух, хорошим выбором будут динамические микрофоны.

#### **Конденсаторные микрофоны**

Конденсаторные микрофоны имеют в своей основе сборку из электрически заряженной диафрагмы и неподвижной пластины, которые образуют чувствительный к звуку конденсатор.

Все конденсаторные микрофоны содержат в себе активные контуры для согласования

выхода элемента с типичными микрофонными входами. Это требует подачи питания на микрофон: либо при помощи батарей, либо при помощи фантомного питания (метод подачи питания на микрофон непосредственно по микрофонному кабелю). Конденсаторные микрофоны имеют два потенциально ограничивающих фактора: во-первых, электроника добавляет немного шума; во-вторых, есть предел громкости сигнала, который может обработать электроника. По этой причине спецификации на конденсаторные микрофоны содержат параметры шума и максимальную громкость звука. Хорошие модели, однако, имеют очень низкий уровень шума и могут справиться с широким динамическим диапазоном.

*Конденсаторные микрофоны более сложны, чем динамические, и обычно несколько дороже. Также на конденсаторы могут существенно повлиять перепады температуры и влажности, что может привести к повышению шума или временной негодности.*

Однако в конденсаторных микрофонах можно добиться большей чувствительности и более мягкого, более натурального звука, особенно на высоких частотах. Пологая АЧХ и расширенный частотный диапазон больше присущи конденсаторному микрофону. Вдобавок конденсаторные микрофоны могут быть сделаны очень маленькими без ощутимого ущерба для характеристик.

В более благоприятной среде, например, в концертном зале или театре, для большинства источников звука предпочтительнее использовать конденсаторные микрофоны, особенно когда требуется высочайшее качество звука.

### Электретные микрофоны

Принцип действия электретных микрофонов аналогичен принципу действия конденсаторных с тем отличием, что для их работы не требуется внешний источник питания. Мембрана таких микрофонов получает электрический заряд в процессе производства, и для их питания достаточно небольшого напряжения (обычно около 1,5 Вольта), которое обеспечивается установленной в микрофоне батареей.

*По сравнению с конденсаторными микрофонами, мембрана электретных микрофонов значительно толще, поэтому их чувствительность и частотные характеристики несколько хуже.*

Появившиеся недавно обратно-электретные микрофоны несколько компенсируют этот недостаток.

### Фантомное питание

Фантомное питание – это постоянный ток (обычно 12–48 вольт), используемый для питания электроники конденсаторного микрофона. Это напряжение подается по микрофонному кабелю от микшера с источником фантомного питания или от другого внешнего устройства.

Источники фантомного питания имеют ограничители по току, которые предотвращают повреждение динамического микрофона в случае короткого замыкания или неправильной распайки. Обычно балансные динамические микрофоны могут быть подключены ко входам с фантомным питанием без каких-либо проблем.

### Переходный отклик

Переходный отклик характеризует способность микрофона откликаться на быстро меняющуюся звуковую волну.

Для того чтобы микрофон трансформировал звуковую энергию в электрическую, звуковая волна должна физически перемещать диафрагму микрофона. Тяжелой динамической диафрагме требуется больше времени, чтобы начать двигаться, чем легкой конденсаторной диафрагме. И точно так же динамической диафрагме, по сравнению с конденсаторной диафрагмой, требуется

больше времени, чтобы прекратить движение. Переходный отклик динамических микрофонов не так хорош, как у конденсаторных.

*Динамическому микрофону требуется почти вдвое больше времени, чтобы отреагировать на звук. Ему также требуется больше времени, чтобы перестать колебаться.*

Поскольку конденсаторные микрофоны в целом имеют лучший переходный отклик, чем динамические, они лучше подходят для инструментов, имеющих резкую атаку или расширенный высокочастотный спектр в звуке, например, для тарелок. Переходный отклик определяет более ясный, отчетливый звук конденсаторных микрофонов и более мягкий, округлый звук динамических микрофонов.

### Амплитудно-частотная характеристика

**Амплитудно-частотная характеристика (АЧХ)** – выходной уровень микрофона по всему рабочему спектру частот и чувствительность к ним. Микрофон, выход которого одинаков для всех частот, имеет пологую АЧХ. Микрофоны с пологой АЧХ обычно имеют расширенный диапазон. Они воспроизводят сигналы от различных источников звука без изменения или окраски оригинального звука.

Микрофон, чья АЧХ имеет пики или провалы в определенных частотах, имеет рельефную АЧХ. Рельефная АЧХ обычно используется в конкретных приложениях. Например, микрофон может иметь пик в области 1–2 кГц, чтобы улучшить разборчивость вокала. Такой профиль называется подъемом. Микрофон может также иметь меньшую чувствительность к некоторым частотам. Примером тому может быть уменьшенная отдача на низких частотах (срез низа) с целью минимизирования ненужного.

Выбор микрофона с пологой или же рельефной АЧХ, опять-таки, зависит от источника звука, аппаратуры и окружающей среды. Микрофоны с пологой АЧХ обычно желательны при воспроизведении звука таких инструментов, как акустическая гитара или фортепиано, особенно при высококачественной аппаратуре. Они также обычно применяются при стереорасстановке микрофонов и при удаленной, более метра от источника звука, установке: отсутствие пиков отдачи минимизирует обратную связь и дает более естественный звук. С другой стороны, микрофоны с рельефной АЧХ предпочтительнее для вокалистов и некоторых инструментов, таких, как ударные или гитарные усилители, которые вы играют от усиления отдачи, сильнее проявляясь в общей картине. Также они полезны, когда надо ослабить прием нежелательных звуков и шумов за пределами диапазона инструмента.

### Децибелы

**Децибел (дБ)** – это величина, часто используемая в электрических и акустических измерениях. Децибел – это число, отражающее соотношение величин одной единицы измерения.

Это логарифмическое соотношение, применяемое с целью сократить большой диапазон величин до много меньшего и более удобного.

*Поскольку децибел – величина относительная, должна быть какая-то точка отсчета, заданная в децибелах. Обычно это отражается в суффиксе при условном обозначении: дБV – (1 вольт составляет 0 дБV) или дБ SPL (0.0002 микробар составляют 0 дБ звукового давления).*

Одна из причин, почему децибелы так полезны именно в звуковых измерениях, заключается в том, что принцип их шкалы довольно точно отражает чувствительность человеческого слуха. Например, изменение в 1 дБ SPL близко к едва уловимой разнице в громкости, в 3 дБ – это граница уверенной различимости, 6 дБ – существенная разница, а

прирост в 10 дБ обычно интерпретируется как удвоение громкости.

## Направленность

**Направленность** – чувствительность микрофона к звуку в зависимости от направления или угла, с которого приходит звук. С точки зрения направленности, существует три основных типа микрофонов – всенаправленные, однонаправленные и двунаправленные.

### Всенаправленный микрофон

Всенаправленный микрофон имеет одинаковый выходной уровень при любом направлении. Он покрывает все 360 градусов. Всенаправленный микрофон улавливает максимальное количество пространственных звуков.

При концертном применении всенаправленный микрофон должен быть расположен очень близко к источнику звука, чтобы был правильный баланс между непосредственным и пространственным звуком. Вдобавок мы не можем отвернуть всенаправленный микрофон в сторону от ненужных источников звука, таких как порталы, что может вызвать заводку (эффект обратной связи).

#### *Всенаправленные микрофоны:*

- зависимость от акустики помещения: не отсекают эхо;
- не обеспечивают акустическую изоляцию, разве что только при малом расстоянии от источника звука до микрофона;
- низкая чувствительность к звукам дыхания;
- практически отсутствует «эффект близости»;
- расширенные низкие частоты у конденсаторных микрофонов, что очень полезно при работе с органом, бас-барабаном и симфоническим оркестром.

### Однонаправленный микрофон

Однонаправленный микрофон наиболее чувствителен к звуку, приходящему с одного направления, и менее чувствителен к остальным. Типичной для таких микрофонов является кардиоидная характеристика (диаграмма имеет форму сердца). При ней наибольшая чувствительность достигается на направлении вдоль оси микрофона (0 градусов), а наименьшая – в противоположном (180 градусов отклонения). Эффективный угол работы кардиоидного микрофона составляет 130 градусов, то есть по 65 градусов в любую сторону от оси перед микрофоном.

*Таким образом, кардиоидный микрофон улавливает около трети пространственных звуков, по сравнению со всенаправленным. Однонаправленные микрофоны отделяют нужный прямой звук от ненужных боковых и пространственных звуков.*

Применение кардиоидного микрофона часто необходимо. Например, в случае подзвучивания гитарного усилителя, стоящего рядом с ударной установкой – это единственный способ уменьшить проникновение звука ударных в канал гитары.

Однонаправленные микрофоны могут иметь различные варианты кардиоидной диаграммы. Два из них носят названия суперкардиоиды и гиперкардиоиды. Обе характеристики имеют меньшие, чем кардиоиды, рабочие углы (115 в случае суперкардиоиды и 105 в случае гиперкардиоиды), а также сильнее отсекают пространственные звуки. В то время как кардиоиды имеет наименьшую чувствительность сзади (180 градусов отклонения), у кардиоиды направление наименьшей чувствительности составляет 126 градусов, а у гиперкардиоиды – 100. При правильной установке они обеспечивают более сфокусированный съем звука и меньшее количество пространственного шума, чем у кардиоиды. Однако они имеют зону улавливания непосредственно сзади (rearlobe). У суперкардиоиды подавление сзади составляет 12 дБ, а у

гиперкардиоиды всего – 6 дБ. Хорошая кардиоида имеет подавление сзади, по меньшей мере, 15–20 дБ.

Однонаправленные микрофоны могут не только отделить звучание одного инструмента от другого, но могут также уменьшить обратную связь, допуская тем самым большее усиление. С этой точки зрения однонаправленные микрофоны предпочтительнее всенаправленных практически во всех задачах усиления звука.

#### **Микрофоны с суперкардиоидной диаграммой направленности:**

- имеют максимальную разницу между передней и задней областями чувствительности среди подобных микрофонов;
- обеспечивают большую изоляцию, чем микрофоны с кардиоидной направленностью;
- менее чувствительны к акустике помещения, чем микрофоны с кардиоидной направленностью.

#### **Микрофоны с гиперкардиоидной диаграммой направленности:**

- обеспечивают максимальную среди подобных им микрофонов нечувствительность к боковым звукам;
- обеспечивают максимальную акустическую изоляцию: защищают от неблагоприятных эффектов помещения, feedback (эффект обратной связи) и посторонних шумов;
- препятствуют утечке сигнала.

### **Двунаправленные микрофоны**

Двунаправленный микрофон («восьмерка») имеет наибольшую чувствительность как спереди (0 градусов), так и сзади (180 градусов). Наименьший уровень он имеет сбоку (90 градусов). Рабочий угол составляет только 90 градусов как спереди, так и сзади. Уровень пространственного шума такой же, как и у кардиоиды. Этот микрофон используется для улавливания звука от двух противоположных источников, например, вокального дуэта. Несмотря на то что такие микрофоны редко применяются в звукоусилении, их используют в некоторых стереотехнологиях.

#### **Микрофоны с направленностью «восьмерка»:**

- используются, в частности для интервью когда собеседники сидят напротив друг друга, или для записи и озвучивания дуэтов;
- обеспечивают максимальную изоляцию при overhead-записи;
- применяются для стереозаписи по методу Блюмляйна (Blumlein), когда используются два скрещенных микрофона-«восьмерки».

### **Эффект приближения**

У однонаправленных микрофонов отдача в низах усиливается по мере того, как микрофон приближается (в пределах полуметра) к источнику звука. При установке вплотную (менее 30 см) следует помнить об эффекте приближения и убрать низы, чтобы получить более натуральный звук. Вы можете (1) убрать низы на микшере, (2) использовать микрофон, минимизирующий эффект, (3) использовать микрофон с кнопкой среза басов или (4) использовать всенаправленный микрофон (не проявляющий такого эффекта).

### **Подавление ненужных звуков**

При усилении звука микрофоны часто могут находиться в местах, где они могут принять звук от посторонних источников. Например, микрофон, установленный у барабана, может улавливать звук от соседних барабанов, вокальный микрофон может улавливать все шумы на сцене. Вокальные микрофоны могут улавливать звук мониторов. В каждом случае мы имеем один нужный источник звука и один или более ненужных источников. Выбор правильной

характеристики направленности может помочь в максимальном улавливании нужного звука и минимальном – ненужных звуков.

Несмотря на то что для лучшего улавливания обычно очевидным вариантом является осевое направление, направление, минимизирующее улавливание посторонних звуков, может зависеть от типа микрофона. В частности, кардиоида менее чувствительна сзади (отклонение 180 градусов), а суперкардиоида и гиперкардиоида улавливают на этом направлении звук. У них наименьшая чувствительность приходится на отклонение в 125 и 110 градусов соответственно.

*Например, размещая монитор неподалеку от вокального микрофона, мы должны нацелить микрофон точно сзади, чтобы повысить предел возникновения заводок. А в случае суперкардиоиды для наилучшего результата монитор должен смотреть немного вбок (отклонение от обратной оси – 55 градусов).*

Соответственно, используя микрофоны супер– и гиперкардиоидного типов мы должны учитывать их прием сзади и ориентировать их так, чтобы избежать улавливания звука от других барабанов и тарелок.

### Электрические характеристики

Электрические характеристики микрофона обычно включают в себя выходной уровень, импеданс и тип разъема. Выходной уровень, или чувствительность – это уровень электрического сигнала, порождаемого микрофоном при заданном уровне звукового сигнала. В целом, конденсаторные микрофоны имеют большую чувствительность, чем динамические. Для слабых или удаленных источников звука предпочтительнее использовать микрофоны с высокой чувствительностью, в то время как при подзвучивании громких источников или с близкого расстояния лучше всего микрофоны с низкой чувствительностью.

Выходной импеданс микрофона примерно равен его электрическому сопротивлению: 150–600 Ом – низкий импеданс, 10000 или больше – высокий. С практической точки зрения, низкий импеданс означает, что микрофон может работать с кабелем длиной 300 или более метров без потерь в качестве, в то время как модели с высоким импедансом обнаруживают заметные потери в высоких частотах при длинах кабеля более 6 м.

### Тип разъема

Наконец, тип разъема в микрофоне может быть балансным или небалансным. Балансный выход передает сигнал по двум проводникам (плюс экран). Сигналы, идущие по каждому из проводников, имеют одинаковый уровень, но разную полярность. Балансный микрофонный вход усиливает только разницу между сигналами и игнорирует ту часть сигнала, что одинакова у обоих проводников. Небалансный микрофонный тракт передает сигнал по одному проводнику (плюс экран), а небалансный микрофонный вход усиливает все сигналы в проводнике. Балансные низкоимпедансные микрофоны рекомендуются для использования практически во всех задачах подзвучивания.

### О радиомикрофонах

Радиомикрофон, как следует из названия, – это микрофон, объединенный с радио, т. е. с радиоканалом передачи звуковой информации. В настоящий момент нет устоявшегося названия этих устройств. Их называют радиозакладками, радиобагами, радиокапсулами, радиосистемами, иногда – «жуками». Отличаются удобством их оперативного использования, простотой применения, дешевизной, очень небольшими размерами. В самом простом случае радиомикрофон состоит из собственно микрофона, а также радиопередатчика – устройства. Микрофон определяет зону акустической чувствительности (обычно до 20–30 метров), радиопередатчик – дальность действия радиoliniи.

Определяющими параметрами с точки зрения дальности действия для передатчика являются мощность, стабильность несущей частоты, диапазон частот, вид модуляции. Такие микрофоны в основном используются артистами (на сцене, в театре).

Можете вздохнуть облегченно. Со скучной информацией покончено. Начинаем развлекаться!

## Глава 11

### Жить весело – хорошо, но хорошо жить веселее! (Доступно о том, что уже доступно)

У вас уже есть песня с вашим хорошо записанным голосом. Возможно, вы уже не раз повторили свой мужественный поход на студию – и в результате у вас не одна прекрасная песня, а целый альбом! Правда, аранжировки этих песен не очень качественные, ведь вы их скачали из Интернета в mp3-формате.

Но открою вам тайну: качество этой записи удовлетворяет качеству записи песен для ротации на радио. А почему бы вам сразу не попробовать смело ступить в эту реку? Конечно, если вы живете в мегаполисе – успех маловероятен. Но если в небольшом городке, имеющем собственное радио, то смело показывайте свою работу музыкальному редактору. Даже если вы не добьетесь успеха сразу, то польза от этого знакомства будет велика.

**Во-первых:** вы продолжите свой путь нужных знакомств. Знакомство со звукорежиссером (звукооператором, одним словом, звукачом) – тоже весьма нужное.

**Во-вторых:** говоря вам «нет», музыкальный редактор обоснует причину своего отказа. Чаще всего из их уст звучат такие речи:

*– Лично мне этот материал очень нравится, но, к сожалению, у нашего радио есть свой формат. И это произведение в формат нашего радио, повторюсь, к сожалению, не вписывается.*

*И мило улыбаясь, вам дают от ворот поворот. Но не спешите уходить. Выясните, какое произведение они готовы были бы принять. Возможно, вы услышите более резкий ответ.*

*– Ну что, не понятно?! Произведения этого жанра нас вообще не интересуют!*

*Улыбнитесь. Кстати, улыбка – сильнейшее оружие и ключ ко многим закрытым дверям. Улыбнитесь и узнайте, есть ли на этом радио поздравительная программа.*

Как правило, на любом радио есть поздравительная программа. Тогда изъявите желание поздравить своей записанной песней друга, подругу, маму, папу, дядю, тетю – кого угодно, с днем рождения. Да! День рождения у друга, подруги, мамы, папы, тети, дяди – кого угодно – буквально на днях. Вам не откажут. Хотя, возможно, и попросят каких-то денег. Но как правило, такие заказы бесплатны. Если нет, то деньги будут невеликие.

*Узнайте точное время эфира. И за работу. Вы должны обзвонить всех своих друзей, знакомых родственников – всех, кто к вам относится дружественно, и попросить об услуге – позвонить на радио после эфира и поговорить с сотрудником радио примерно так:*

*– Сейчас прозвучала песня такая-то. Скажите, кто исполнитель этого трека? Не знаете? А как это узнать? Хорошо, я перезвоню. А вот еще! Могу ли я этим треком поздравить завтра свою сестру, у нее день рождения?!*

Вот такая хитрость. Но что поделывать? Помните, я вам говорила, что на этом тернистом пути «в звезды» вас никто не ждет? Так что без хитрости, увы, не обойтись. Придется вам продемонстрировать чудеса изворотливости, чтобы заслужить всенародную любовь.

*После месяца-другого такой работы повторите свой визит к музыкальному редактору. Принесите ему новое произведение. Если вас и не встретят с распростертыми объятиями, то, уверяю вас, с вами будут разговаривать более благосклонно. Возможно, вы услышите какие-то интересные предложения.*

Что это изменит в вашей исполнительской судьбе? По большому счету – ничего. Но то, что вы обретете новый полезный опыт – несомненно. Он вам обязательно пригодится!

Но если вы себя мыслите элитарным исполнителем, например, вам близок исключительно хард-рок, или джаз, или андерграунд, то на радио можете и не ходить – не утруждайте себя. Потратьте свои силы на присутствие в Интернете. Но не запутайтесь в этой коварной паутине, иначе у вас не останется времени для дальнейшего роста в профессии!

*Но и тем, кто проложил путь на местное радио, игнорировать возможности Интернета не стоит. Интернет при продуманном и серьезном отношении к его ресурсам – замечательная дорога к сердцам ваших будущих поклонников.*

Сколько безумных интернет-проектов сделали известными его участников! Далеко ходить не надо: проект «Зоя и Валера». Миллионы просмотров, и как итог – «Первый канал» телевизора! Конечно, не стоит наивно думать, что только самобытность этих исполнителей стала залогом их успеха. Конечно, за этим проектом стоят невидимые серые кардиналы, возможно – с большими деньгами, а возможно, просто с великолепными креативными мозгами. Конечно, этот проект – вовсе не результат усилий этих двух милых сельских жителей.

Но если вы добьетесь некоторых успехов – ваши композиции уже звучат на местном урюпинском радио, ваша страница ВКонтакте или на Facebook имеет с десяток подписчиков – повторяюсь, поверьте, это ровным счетом ничего не значит. Вы еще далеки от цели. И несмотря на огромную проделанную работу, вам предстоит еще большая работа, которая потребует от вас серьезного нервного напряжения и титанических трудовых усилий.

*Но главное не терять веру в то, что у вас все получится! Поэтому, засучив рукава, как Иван Ургант в своей вечерней передаче, показываем своему отражению в зеркале кулак с бодрым возгласом: «Работаем!»*

Задержитесь у зеркала. Как вы выглядите? Давайте поговорим об этом.

## **Глава 12**

### **Свет мой, зеркальце, скажи... (О силе обаяния личности)**

Начнем с главного. Нравитесь ли вы себе? Ответ «нет» – ответ неправильный. Как же вы можете понравиться другим, если вы даже себе не нравитесь?

У каждого человека есть внешние изъяны. Даже у признанных красавцев и красавиц. Вы неповторимы – и в этом ваше неоспоримое достоинство. Так давайте же гордиться своими изъянами, культивировать их! У вас нос с горбинкой? Супер! Оттопыренные уши? Замечательно! Все это делает вас абсолютно узнаваемым. Главное – вы не должны выглядеть серо.

Да! Вам придется потрудиться над своим внешним видом. Прическа, цвет волос, одежда, обувь, аксессуары – все имеет значение. Возможно, вы не обладаете от природы безупречным вкусом и ваши личные усилия не принесут желаемого результата. Есть два варианта решения этого вопроса. Начнем с менее затратного. Посмотрите телеканалы с новостями о жизни

мировых звезд, каналы высокой моды, купите пару-тройку глянцевого журналов, посмотрите, как выглядят звезды. Но учтите, что сейчас мы ведем речь не о вашем сценическом образе, об этом мы поговорим позже, а о вашем внешнем виде в реальной жизни.

Согласна, не у всех звезд внешний вид привлекательный. Некоторые из них выглядят просто ужасно. Но только состоявшаяся звезда может себе позволить выглядеть плохо. Это, как правило, тактический ход, попытка привлечь к себе внимание. Ведь перед всякой звездой стоит своя тоже весьма сложная задача: постоянно привлекать к себе внимание. Как звезда решает эту задачу – дело третье. Это может быть шумный развод, скандальный роман на стороне, шикарный наряд на красной дорожке или же, наоборот, вопиющая безвкусица и неопрятность. Увы, вам до этой тактики еще далеко, поэтому вы должны выглядеть, как говорится, на все 100. Прекрасно, если таким образом вы будете выглядеть постоянно, каждый день, но понимаю, что для некоторых людей это непосильная задача.

Если вы придумали интересный образ, организуйте фотосессию. Постарайтесь, чтобы на фото удивлял и радовал не только ваш внешний вид, но чтобы эти фото говорили что-то и о вашем характере. Можно, конечно, и не тратиться на дорогих фотографов, а поэкспериментировать с телефоном и забить его память сэлфиками, а затем отобрать лучшие.

Хотя профессиональные фото могут оказаться не лишними. Помните пословицу: «Встречают по одежке, а провожают по уму»? Очень справедливая пословица. Ваш внешний вид – это визитная карточка.

Вы должны выглядеть так, чтобы вас сразу запомнили, запомнили надолго с первого раза. Конечно, не стоит сразу бросаться во все тяжкие: бриться налысо или организовывать себе красочную татуировку на лбу.

Возможно, вы обладаете столь сильной человеческой харизмой, что как бы вы ни выглядели, никто не сумеет скрыться от вашего магнетизма. Это вполне возможный вариант – и примеров этому тьма. Наверняка и в вашем окружении есть люди, которые обладают такими замечательными качествами, а уж в среде звезд такие люди встречаются сплошь и рядом. Кажется, и голос так себе, и внешность – ничего особенного, а поди ж ты, популярность бешеная!

Вот теперь самое время поговорить о силе обаяния личности.

Душа. Духовность. Одухотворенность. Воодушевление. Все эти слова имеют один корень и говорят о чем-то высоком, нематериальном – о том, что нельзя измерить земными мерками, о том, что нам дано природой, Богом, если хотите. И как же много смысла таится в этих понятиях. Образованный человек не всегда духовный. Но духовный человек чаще всего образован. Хотя и бывают удивительные исключения, но образование творческому человеку никогда не вредило, человеку образованному всегда даются легче любые творческие задачи.

***Культура – тоже немаловажный фактор. Бывает, что отсутствие культуры речи и неумение точно, кратко и грамотно выразить свою мысль наглухо закрывают перед человеком дверь, в которую он стучится.***

Я не говорю, что в речи не могут присутствовать сленговые модные словечки. Все может быть, если оно к месту, но слова-паразиты должны навсегда исчезнуть из вашего лексикона.

На этом этапе круг вашего общения расширяется. К вам присматриваются, вас оценивают, и будет обидно, если неправильно поставленное ударение в слове или характерный, скажем, вологодский акцент понизит ваш рейтинг в глазах нужного человека. Да! Выходит так: певцу нужно не только следить за своим дыханием и звукоизвлечением, но и за своей речью! Непростая это работа достижение звездных высот!

Вы все еще по-прежнему хотите стать звездой? Тогда продолжим наш разговор о силе обаяния личности. Почему люди так много говорят о звездах, чем они сумели заинтересовать, «зацепить» умы людей? В самой большой степени – своей личной историей. «Боже мой, – думаем мы, – и бывает же у некоторых такая интересная жизнь! Сколько удивительных событий происходит с ними! А тут сплошная серость!» Нет, дорогие мои! Не все так просто.

Помню, в юности я с интересом и восторгом прочла труд Карлоса Кастанеды – несколько книг – своеобразные литературные произведения, претендующие на учебники магии. Эти книги

были необычайно популярны в начале 90-х прошлого века. Людям, уставшим от духовной изоляции за «железным занавесом», нестерпимо хотелось неких сакральных знаний. Но духовная литература, которая к этому времени в обилии стала появляться на полках книжных магазинов, отталкивала своим сложным, сухим, зачастую непонятным языком. И хотя эти книги стремительно раскупались по застарелой привычке, сформированной информационным голодом, до массовой любви, как к книгам Кастанеды, им было далеко.

Успех книг Карлоса был обусловлен наличием сюжета, однако и полезных понятий духовных практик в них было предостаточно. На одном таком понятии – «стирание личной истории» – я хочу заострить ваше внимание.

*Кастанеда советовал будущим магам навсегда избавиться от своего прошлого. «...если у тебя нет личной истории, то никаких объяснений не требуется, никто не сердится, никто не разочаровывается в твоих поступках».*

И более того, никто не прищипливает тебя своими мыслями...» – писал Кастанеда. Такое характерное словечко – «прищипливает». Однако мы сами чаще всего зависимы, «прищиплены» к собственным убеждениям и мыслям, сформированным в прошлом – далеком и недалеком.

«Это нельзя, потому что...», «нужно делать только так, потому что...», «это ужасно...», «это прекрасно», «это – то...», «это – это...» – целая куча стереотипов и понятий не дает вам ощущения полной свободы. А свобода в ощущениях (отнюдь не в поведении) вам просто необходима.

Но ваша личная история не позволяет вам добиться этого ощущения.

Забудьте свое прошлое. Забудьте все свое прошлое. Но вы ведь не собираетесь стать магом, человеком без прошлого. Так? Поэтому оставьте в своем прошлом только то, что вам по-настоящему дорого, то, что вызывает добрую улыбку и тепло. А в образовавшиеся пустоты «загрузите» себе новое придуманное прошлое. Воплотите в своем новом прошлом все свои давние и настоящие мечты, поверьте в это прошлое и, как говорят актеры, присвойте это прекрасное прошлое себе.

*Самая сложная задача даже не в том, чтобы придумать свое прошлое, а в том, чтобы поверить в него самому.*

*Но сделать это необходимо, ведь кто же поверит вам, если вы сами себе не верите?*

Помните, у Ильфа и Петрова в «Золотом теленке» великий комбинатор легко убедил главу города в том, что он сын лейтенанта Шмидта? А Паниковскому и Балаганову это не удалось...

Нет, я не собираюсь советовать вам стать на скользкий путь мошенничества. О своем «присвоенном прошлом» не нужно делиться с активными народными массами, не стоит заявлять о нем в прессе или в опросных анкетах. Это придуманное прошлое придумано вами исключительно «для собственного потребления».

Для чего нужен этот необычный психологический тренинг? Чтобы сделать вас неуязвимым и устойчивым ко всем возможным разочарованиям. Ведь удача так редко «неожиданно сваливается на голову». Чаще всего она, удача, так далека, что прийти к ней можно только по дороге потерь, неудач и горьких разочарований.

Но с таким блистательным прошлым, которое вы «присвоили себе», никакие неудачи вам не страшны. Не взяли песню на радио? Какой пустяк! Не прошли кастинг? Ерунда! Не ответили, не заметили, не услышали, не оценили? Мелочи!

Что-де может вас огорчить? Ведь у вас блистательное прошлое, вы пережили такие взлеты, что никакие падения не страшны! А если были взлеты, то что же мешает им повториться вновь?

Вам легко будет жить по очень правильному булгаковскому совету: «Никогда и ничего не просите! Никогда и ничего, и в особенности у тех, кто сильнее вас. Сами предложат и сами все дадут».

Да, просить не надо. Но предлагать нужно неустанно. А что вы уже можете предложить? Песни, перепетые с чужого голоса, и кальку чужого имиджа? Негусто, скажем прямо. Но уже надо начинать предлагать!

### Глава 13

## И почему же, скажите, мамаша, эта ваша зелень? (О тайнах спроса и предложения)

Почему я так странно назвала эту главу? Потому что сейчас я хочу поговорить о хитрых взаимоотношениях покупателей и продавцов. Каждый человек, обучившись чему-либо, невольно задается вопросом: «Интересно, а смогу ли я этим заработать на жизнь?» Искусство – это тоже рынок. Кто-то предлагает, кто-то покупает. Есть хитрые продавцы, есть ловкие покупатели. Все, все совсем непросто. Я постараюсь, насколько это возможно, подстелить соломку там, где часто спотыкаются новые посетители этого пестрого шумного базара.

В вашей жизни начинается непростой, но очень интересный период поиска путей собственной реализации. Вы психологически устойчивы ко всем вероятным неудачам. Вы, как шахматист, считаете возможные варианты, но считаете не в уме, а на доске, передвигая фигуры. Это, конечно же, образное сравнение. А в реальности вы используете все возможные шансы продвижения собственного творчества. Все варианты – это означает все! Не пытайтесь включать свой аналитический ум и определять, подходит ли вам этот вариант. Тот вариант, который вам не подходит, просто-напросто не сработает. Если какой-то вариант сработал, но не принес желаемого результата, то вы спокойно говорите себе: «Это был не вариант». И ищите другие пути успешного развития событий.

Какие варианты вам доступны уже сейчас и какие шансы можете использовать в полной мере? Конечно, различные вокальные шоу и конкурсы. Для начала собираете информацию и наиболее полно отвечаете на вопросы: «Что?», «Где?», «Когда?». Учтите, собирать информацию нужно постоянно, ведь она меняется чуть ли не каждый день!

*Вокальные шоу, конкурсы, фестивали – все это должно быть подчеркнуто красной линией в сознании. Вы должны научиться составлять заявки и заполнять анкеты. Только на первый взгляд эта работа кажется формальной.*

Что здесь сложного? Сложного, конечно, ничего нет. Простые вопросы – простые ответы. Но простая анкета может о вас рассказать многое.

Начнем с самого начала. Имя, фамилия. Не у всех людей благозвучные и легкопроизносимые фамилии. Вы можете придумать себе псевдоним или сценическое имя при необходимости. В анкете свой псевдоним нужно указывать первым, а в скобках – свое реальное имя.

Такая мелочь уже говорит о том, что у вас есть определенный сценический опыт. В анкете могут быть вопросы, касающиеся вашей профессиональной деятельности. Совершенно не обязательно сообщать о том, что вы, к примеру, физик-ядерщик. Даже если вы и гордитесь своей профессией и своими достижениями в ней. Но вы ведь заполняете анкету на вокальный конкурс! Значит, вы допускаете мысль о возможности смены профессии?

К чему же тогда эти отвлекающие подробности из вашего уже забытого прошлого? Воспользуйтесь вашим «присвоенным прошлым» и укажите профессию, в которой себя мыслите. Пусть это будет так: «певец» или «певица», «вокалист» или «вокалистка».

**Далее могут быть вопросы следующего плана:**

- пишете ли вы музыку?
- пишете ли вы тексты?

Не торопитесь отвечать «да», даже если вы пишете прекрасные тексты и замечательную музыку. Почему?

Расскажу историю, произошедшую со мной в моем реальном прошлом. Я с юности пишу песни. И уже в самом начале своего творческого пути я была избалована признанием своего творчества на весьма популярных в то время фестивалях авторской песни. Но моей мятежной душе даже самых высоких наград в этом жанре показалось мало, и я решила изменить свою творческую траекторию и попробовать себя в новом жанре – эстрадном. Я написала две интересные в музыкальном и смысловом плане песни, заказала на них аранжировки и получила свой «начальный капитал». Затем я попробовала свои силы на международном эстрадном конкурсе, осталась довольна собственным результатом и решила приумножить свои достижения – заказать аранжировку у известного в то время московского аранжировщика. Очень непростыми и хитрыми путями я все же добилась с ним встречи.

– Ты кто? – спросил он меня.

– Я Зоя Гарина. Певица.

– И что ты поешь?

– Я пою свои песни.

Он явно не понял моего ответа и переспросил:

– В смысле?

Я пояснила:

– Я пою песни собственного сочинения, – и с гордостью добавила: – Тексты и музыку я пишу сама.

Меня обескуражила его ироничная усмешка, а ответ вообще прозвучал как суровый приговор:

– Даже слушать не буду.

– Почему?!

– Потому что мне даже и слушать не нужно. Я знаю, что это плохо.

От потрясения и внутреннего возмущения я не могла вымолвить ни слова. Тогда мой собеседник, сжалившись надо мной, со вздохом пояснил:

– Ну что же здесь непонятного? Невозможно делать хорошо все сразу. Если хочешь добиться мастерства, тебе придется отказаться от многого, к чему у тебя есть способности, и заниматься только одним делом. Поэт должен писать стихи. Композитор – писать музыку. Певец – петь произведения, у которого есть авторы – композитор и поэт.

В конце концов, мы с ним все же стали на достаточно продолжительное время добрыми приятелями, но в творческом плане сделать какую-то совместную работу у нас так и не получилось – уж слишком, мягко говоря, нестандартным было мое творчество. Нестандартно – это вовсе не означает плохо. Те, кто мыслит и творит нестандартно, как говорят сейчас, креативно, должен быть готов к тому, что его труд может остаться невостребованным.

***Однако жизнь все же доказала справедливость слов моего приятеля: «Невозможно делать хорошо все сразу». И если вы в анкете заявляете себя как певец или певица, скромно умолчите о своих других способностях и заслугах.***

Итак, продолжим разговор о заполнении анкеты. В анкете могут быть пункты, в которых вам предлагают рассказать о себе, или перечислить свои заслуги, или отметить самое яркое событие в вашей жизни, или написать, чем же вы отличаетесь от других исполнителей. Эти пункты не помечены \* (обязательно к заполнению), то есть, по идее, вы можете их оставить пустыми. Но ни в коем случае не поступайте так! Что говорят для организаторов конкурса, кастинга, фестиваля незаполненные строки пунктов? Что вам нечего о себе сказать. Это не расценивается как скромность, это говорит им о том, что вы неинтересный, серый человек, вы – пустота! А кому интересна пустота? Никому! Так что уж напрягитесь и извлеките из своего реального или присвоенного прошлого блистательные строки о своем творчестве. Пишите кратко, но литературно, образно и без грамматических и синтаксических ошибок. Это важно! Если не получается написать слету, то уделите этому моменту свое время и составьте текст на черновике. Прочитайте его через некоторое время – скажем, завтра. Внесите корректировки, если они требуются, дайте прочитать эти строки своему другу. Спросите его мнение.

Прислушайтесь к своей интуиции. Примите решение – нужно следовать совету друга или все же оставить все так, как есть. Заполните анкету. Обязательно проверьте правильность адреса и других контактных данных. Иногда к анкетам нужно прикрепить фотографии.

Да! Но вы уже готовы к такому повороту событий. Почти всегда просят выслать песенный материал с вашим голосом. И здесь вы оказались на высоте! Ни один из вопросов анкеты (а анкета – это всегда тестирование предполагаемого участника, а не простой сбор информации) для вас не оказался неожиданностью.

Теперь несколько слов о способах отправки вашей анкеты. Как правило, существуют три способа отправки анкет: отправка анкеты в электронном виде (электронным письмом или напрямую с сайта организатора конкурса); почтовой корреспонденцией (заказным письмом); в электронном виде или почтовой корреспонденцией (на выбор).

*Если отправить анкету можно только заказным письмом*, то этот вариант и обсуждать не стоит. Вы отправляете заполненную анкету, диск с песней или песнями, фотографиями заказным письмом с уведомлением (чтобы убедиться, что ваше письмо получено) и ждете приглашения или звонка. Если долгое время никакой реакции на ваше почтовое отправление нет, то ваша заявка не принята. Как правило, об отрицательном результате никто не оповещает.

*Когда отправить анкету нужно по электронной почте*, то есть нюансы с отправкой фотографий и аудиофайлов из-за определенного формата и ограничения объема пересылаемой информации. Если вы плохо разбираетесь в работе с конвертером, то лучше обратитесь к специалисту, поскольку неумелое переформатирование исходного материала может настолько ухудшить его качество, что ваш материал не сможет заинтересовать организаторов мероприятия.

*Если отправить анкету можно или в электронном виде, или по почте*, то лучше всего воспользоваться этими двумя возможностями одновременно. Ваш материал будет рассмотрен дважды. Это, понятно, плюс!

Надеюсь, эта глава была для вас полезна и вы уже успели оформить пару-тройку заявок, а теперь ожидаете ответа. Ожидание – это всегда волнение. Но не стоит волноваться, ведь вас устраивает любой вариант, так как ваше движение вперед к успеху мало зависит от проходящих внешних событий. Не расслабляйтесь! Работаем!

## **Глава 14**

### **И после плохого урожая нужно сеять...**

#### **(О вопросах и ответах)**

Итак, часть пути пройдена. Но возможно, вы, оценив свои результаты, близки к отчаянию. Вы серьезно изменились сами, но в вашей судьбе никаких заметных изменений не произошло. Поверьте! Нет причин для огорчений. Да, так устроен мир, что реальность более инертна, чем человеческая душа, но тот импульс, который вы придали Вселенной своей упорной работой над собой, непременно заставит окружающий вас мир измениться. Если вы будете продолжать свою работу, а не предаваться праздным ожиданиям изменений в своей судьбе или, того хуже, глупому унынию, то вы и не заметите, как радость и восторг постучат в вашу дверь.

Чем же вам нужно заняться сейчас? Я думаю, что пора перестать подражать кому-то, быть похожим на кого-то, сравнивать себя с кем-то. Пора начать культивировать собственную индивидуальность. Но вот что удивительно: не важно, кто вы есть на самом деле, важно то, кем вам нужно предстать перед строгим взглядом публики. Вы должны быть ей интересны. И этот интерес должен быть живым, притягивающим, будоражающим воображение. Как этого добиться?

Есть два очень важных аспекта, способных решить эту задачу: имидж и репертуар. Вы уже работали над своим имиджем и репертуаром, но это были «скромные пробы пера». Вы перепели несколько песен из чужого репертуара и «сняли» свой имидж со страниц модного журнала. Теперь же вам предстоит перейти на новый качественный уровень.

Сначала о репертуаре. Вы прекрасно поете песни из чужого репертуара. Возможно, вы их поете даже лучше, чем первоисточник. Но есть такое понятие: преимущество первого

исполнителя. И как бы вы ни старались, вы никогда не станете № 1. Вас всегда будут с кем-то сравнивать, поскольку за каждой песней незримой тенью стоит личность первого исполнителя. Да, чужие песни хороши для конкурсов, фестивалей и других аналогичных мероприятий, в конце концов, для корпоративов, где пьют, закусывают, танцуют. Но не более того.

*Миру не нужны вторые Джо Кокеры, Майклы Джексоны, Фредди Меркури, Григории Лепсы, Валерии, Аллы Пугачевы... Вы должны стать № 1. Для этого вам нужны собственные песни. Песни, написанные лично для вас.*

**Эта задача требует ответов на многие вопросы:**

- Где взять эту песню?
- В каком стиле должна быть песня?
- Какая мелодия должна быть в ней?
- Какие слова?
- Какая аранжировка?
- Кому должна понравиться эта песня? Кто ее целевой слушатель?
- Сколько по времени должна звучать песня?
- Где она может исполняться?
- Почему вам нужна именно эта песня?

Вот сейчас мы начнем связывать в один прочный узел все ваши знания и практические умения.

Но для начала я расскажу коротенькую историю, которая произошла со мной и заставила меня задуматься над всеми этими вопросами, изложенными выше. Это было, как вы уже догадались, достаточно давно. Мои природные вокальные данные, неуемный «творческий зуд», бесстрашный (порой даже до глупости) характер пророчили моей юности только головокружительные взлеты. Мне казалось: не важно, что петь, главное – как! Но благо, мир не без добрых людей. Все же нашелся человек, который буквально несколькими фразами изменил всю мою, казалось, к тому времени уже прочную и незыблемую систему подбора и оценки песен собственного репертуара.

Это случилось у моря, в Коктебеле, куда я каждое лето вместе со своими товарищами музыкантами, поэтами, художниками – огромной компанией, человек пятнадцать (если не считать наших детей, которых мы непременно брали с собой), выезжала на отдых. Коктебель в советское время был своеобразной Меккой для творческой интеллигенции и молодежи, стремящейся к духовной свободе. Благословенные Волошинские места, чистое море, потрясающий пляж и, наконец, санаторий Центрального Дома Литераторов – все это притягивало и манило, будоражило воображение.

Утром и днем жизнь в Коктебеле ничем не отличалась от жизни в других приморских городах: отдыхающие млели на пляжах, купались в море, ходили на экскурсии, покупали свежее испеченные пирожки, вяленую рыбу, сладкую кукурузу, пили ароматное крымское вино...

А вот вечером в Коктебеле начиналась совсем другая жизнь. Весь отдыхающий народ собирался на набережной, где чуть ли не на каждом квадратном метре можно было увидеть, а чаще услышать нечто удивительное: виртуозные музыканты играли на своих инструментах, певцы – пели, актеры декламировали стихи, художники писали портреты...

Наша компания, приезжавшая в Коктебель не менее чем на месяц, как правило, не имела достаточных средств, чтобы сразу оплатить свое жилье, и поэтому мы тут же принимались за работу. И после первого же вечера вдохновенной демонстрации своих талантов у нас появлялись деньги не только на оплату жилья, но и на шампанское и фрукты.

Возле нас всегда собиралась большая толпа народа, и наша импровизированная музыкальная группа (в которой я была солисткой), исполнявшая по большей части песни моего сочинения, пользовалась популярностью. Нас узнавали на пляже, с нами знакомились, говорили нам комплименты. Одним словом, мы были звездами коктебельского масштаба.

Что же за песни были тогда в моем репертуаре? Это были в основном песни на стихи

известных поэтов серебряного века – Ахматовой, Мандельштама, Северянина, Цветаевой, Пастернака. Замечательная поэзия замечательных поэтов, приятная мелодика и мой низкий громкий голос делали эти песни весьма привлекательными для людей, ценящих литературу. А в Коктебеле в те времена и собирались именно такие люди.

У меня появилось много друзей-поклонников среди писателей и журналистов, которые делали мне заманчивые предложения по поводу моих выступлений в Москве, продвижения моего творчества. И казалось, что мне вот-вот откроются безграничные горизонты.

Возможно, все бы так и случилось, если бы не случилось иначе. Среди этого всеобщего восхищения, слова которого давно стерлись из моей памяти, однажды прозвучало совсем другое мнение. И этот разговор я помню почти дословно. Я много думала над этим разговором тогда, но понимание правильности всего сказанного пришло гораздо позже, спустя много лет.

Как-то раз после одного из таких вечерних концертов на набережной меня пригласил прогуляться по аллеям санатория литераторов известный и весьма популярный писатель Леонид Жуховицкий. У нас с ним завязался любопытный разговор об искусстве, литературе, поэзии. И в ходе этого разговора прозвучало его мнение:

– *А вы знаете, Зоя, вы никогда не станете известны.*

– *Почему? – спросила я.*

– *У вас нет репертуара.*

– *Как нет? У меня в репертуаре более ста песен. Этого количества вполне хватит на несколько сольных концертов!*

– *Я говорю не о количестве, а о качестве.*

– *Вам не нравится моя музыка? Ведь в качестве поэзии у вас не может возникнуть сомнений: любой текст песен из моего репертуара – признанный шедевр!*

– *Нет, – улыбнулся мой собеседник. – У меня нет сомнений в том, что тексты – шедевры русской поэзии, да и ваши мелодии очень милы. Но вот ваши песни, по сути, никуда не годны...*

– ?

– *...поскольку они лично о вас ничего не говорят. Вас в этих песнях нет.*

– *Как нет? А мой голос?*

– *Да, голос у вас волшебный, но и голос о вас ничего не говорит.*

Видя, что его рассуждения вызвали у меня недоумение, Жуховицкий продолжил свою мысль:

– *Вот скажите, а вы задумывались над тем, что такое популярность?*

– *А что над этим думать? Это вполне понятная вещь.*

– *Ну и что же это такое?*

– *Я никогда не пыталась это сформулировать, но предположим так: популярность – это когда тебя узнают на улицах и просят автограф.*

Жуховицкий рассмеялся:

– *И вы полагаете, что, распевая песенки на стихи Мандельштама, Ахматовой, Цветаевой – да кого угодно, вы добьетесь того, что вас станут узнавать на улицах? Да никогда!*

– *Почему? Ну вот если добиться того, чтобы сняли обо мне фильм, взяли несколько песен на радио, выпустили пластинку и...*

– *И ничего не будет, – перебил меня писатель.*

– *Разве?*

– *Уж поверьте мне. Чтобы стать известным исполнителем, впрочем, не только исполнителем, а вообще известным человеком в области творчества, нужны совсем другие факторы. Нужно, чтобы именно вы, а не Мандельштам или Цветаева, были интересны публике. Каждая ваша песня должна рассказывать о вас лично. Пусть это будет выдуманная история, но ей должны верить. Что общего у вас и Мандельштама или у вас и Цветаевой? Разве вы и они это одно целое?*

– *Нет, – растерянно ответила я.*

Вот такой у меня был разговор. Это был толчок к моим первым размышлениям о репертуаре и личности исполнителя.

*Главный секрет успеха – это интерес публики к вам. Мы говорили о том, что имидж и репертуар – это две составляющие успеха. Да. Их отсутствие делает успех невозможным. Но увы, их наличие не гарантирует успеха. Если вы сами не являетесь личностью, вызывающей интерес публики, то ни репертуар, ни имидж вам не помогут.*

Вот мы опять вынуждены вернуться к вашей личной истории, то есть к «присвоенному прошлому». Так какой же нужно быть личностью, чтобы привлечь внимание и вызвать интерес этой самой публики? Сказать «неординарной» – значит, ничего не сказать. Это понятно и без определения. Как ни парадоксально, но исходить для решения этого вопроса нужно не из личности исполнителя, а из личности слушателя. Кто ваша публика? Каков ее возраст? Уровень образованности? Количество этой публики? Ее интересы, менталитет? Каким образом до нее доходит музыкальная информация: концерты, ТВ, радио, Интернет, диски?

На все эти вопросы исполнителю необходимо ответить, прежде чем снова заняться своей «личной историей». Чтобы иметь успех у вашей публики, вы должны слиться с ней, стать ее частью, обрести ее привычки, разговаривать на ее языке, понять ее мечты, желания и цели. Вы должны настолько точно понимать ее, чтоб в итоге стать ее путеводной нитью, светом в конце тоннеля, кумиром. И уже не важно, кем на самом деле вы являетесь. Выбирая свой сценический имидж, вы перестаете быть собой! Готовы ли вы к этому? Если да, то начинайте мыслительный процесс и отвечайте на поставленные вопросы. Желательно после каждого вопроса еще ответить дополнительно на вопрос: почему мой ответ правильный?

**Приведу пример ответов:**

– Кто ваша публика?

«Моя публика – молодежная и подростковая аудитория».

– Почему?

«Я достаточно молод и понимаю, какая музыка нравится этой аудитории. К тому же именно эта аудитория активно посещает концерты».

– Каков ее возраст?

«От 14 до 28–30 лет».

– Почему?

«Именно этот возраст соответствует понятию подростковая и молодежная аудитория».

– Каков ее уровень образованности?

«Эту аудиторию нельзя назвать высокообразованной».

– Почему?

«Это школьники, студенты и те, кто «задержался» в детстве. Но зато они веселы и живо интересуются музыкальными новинками».

– Количество этой публики?

«Это самая обширная аудитория слушателей и зрителей».

– Почему?

«Люди этого возраста активны и жаждут развлечений. Они посетители дискотек, клубов-караоке, концертов, ночных клубов и прочих развлекательных заведений, где звучит музыка».

– Ее интересы, менталитет?

«Эта публика – основной потребитель модной эстрадной музыки. Ее менталитет сформирован желанием материальных благ и развлечений».

– Почему?

«Большинство этой публики – молодые люди с невеликим жизненным опытом. Многие из них еще активно пользуются родительской опекой и помощью, что позволяет им задумываться о балансе заработанных и потраченных средств».

– Каким образом до нее доходит музыкальная информация: концерты, ТВ, радио, Интернет, диски?

«Эта категория публики использует все перечисленные способы получения информации».

– Почему?

*«Эти данные подтверждают статистические опросы. Молодежь активно посещает концерты модных эстрадных и рок-исполнителей, смотрит музыкальные каналы по ТВ, скачивает и слушает музыку, используя интернет-ресурсы, правда, в приобретении дисков и получение информации через радиоканалы эта публика не является лидером».*

Если вы ответите для себя на вопросы о своей предполагаемой публике, вам станут более понятны варианты и пути продвижения собственного творчества и то, каким это творчество должно быть: что желательно представлять в песне, а что может повредить продвижению вашего творчества. Например, в данном конкретном случае использование модного – это минус.

Не спору, что для детального и более полного анализа нужно потратить достаточно много времени и сил, но это стоит того!

К тому же вы все равно находитесь в режиме ожидания ответов на ваши заявки, так что можно и заняться анализом своего богатого на хиты будущего репертуара. Не теряйте время зря – сейте семена удачи, и урожай вам будет великий успех!

## Глава 15

### Птица счастья завтрашнего дня...

#### (О том, как готовиться и победить в кастинге)

Вот она синяя птица удачи прилетела, крыльями звеня: вам пришло приглашение на кастинг серьезного вокального шоу или конкурса! Предполагаю, что это сообщение заставило ваше сердце радостно забиться, но погодите безраздельно предаваться этому приятному чувству – радости, ведь вам нужно как следует подготовиться к предстоящему ответственному испытанию.

Времени мало, но вы все успеете, ведь вы не напрасно столько времени упорно трудились! Первым делом найдите и изучите всю доступную информацию о предыдущих кастингах, если конечно, это в истории не первый по счету кастинг. Внимательно просмотрите существующие в интернете видеоотчеты с кастингов и, по возможности, все выходы программ этого шоу. Проанализируйте, как ведут себя участники, как комментируют выступления участников ведущие, какая реакция судей, как принимает выступление того или иного конкурсанта зрители? Ничего не должно остаться незамеченным, ваше внимательное око должно уловить все мельчайшие детали поведения участников и судей. Возможно вы сумеете отметить ошибки и промахи тех или иных участников и определить музыкальные пристрастия того или иного судьи.

Прочитайте отзывы о шоу на музыкальных форумах и в соцсетях. Но не принимайте за чистую монету восторженные или резко отрицательные отзывы. В них обычно нет объективной информации, обращайтесь внимание только на отзывы, в которых есть полезные для вас сведения: сколько времени длился кастинг, техническое оснащение и т. п. Внимательно изучите положение о шоу, требования к участникам и к исполняемому произведению.

Еще раз оцените правильность выбора произведения, которое вы собираетесь исполнять. Если на предыдущих кастингах его исполняли другие участники, то лучше откажитесь от этого произведения и выберете новое, то которое до вас никто не пытался исполнить. Вы лишите судей возможности сравнивать вас с другими участниками, а это несомненный плюс. Учтите, что если на кастинге требуют исполнения одного произведения или части произведения, то у вас в запасе должно быть как минимум еще два произведения, которые вы готовы при необходимости исполнить.

*Детально продумайте свое поведение на сцене: жесты, движения, эмоции. Помните, вас будут оценивать не только по голосу, но и по тому, как вы держитесь на сцене. Способны ли вы «завести» публику, насколько вы адаптированы к выступлениям перед зрителями?*

Особое внимание уделите своему внешнему виду. Внешний вид на кастинге – это вообще

отдельная история. Ни в коем случае не надевайте сценических костюмов, если этого не требуют условия кастинга, туфель на высоких каблуках, не делайте сценического грима. Ваша одежда и обувь должны быть элегантно, но комфортно и удобно. Обычно кастинг – это долгое изнурительное мероприятие, и если вы будете испытывать дискомфорт от одежды, то может оказаться, что вскоре желание освободить себя, к примеру, от неудобных туфель может стать не просто главным, а единственным. И тогда о хорошем выступлении не может быть и речи.

Отправляясь на кастинг, нужно чувствовать себя, насколько это возможно, здоровым и отдохнувшим, поэтому накануне желательно хорошо выспаться, есть легкую нежирную пищу. Исключите из рациона орехи, семечки, мед, шоколад. Берегите свое горло, не переохлаждайтесь. Возьмите с собой на кастинг теплую кофту или свитер (если на улице прохладная погода или холодное время года), бутылочку негазированной воды или термос с теплым, не очень сладким чаем. Хорошенько распойтесь и повторите произведения, которые будете исполнять.

Но главное – будьте уверены в своем успехе и смотрите на происходящее с позитивом и оптимизмом. Общаясь с администрацией и участниками кастинга, будьте доброжелательны и улыбки. Не торопитесь, но и ни в коем случае не опаздывайте. Надеюсь, что ваша синяя птица не улетит в заоблачные дали и у вас все же получится схватить ее за хвост! Буду держать за вас кулачки!

«И это пройдет...» – было написано на кольце Соломона. Неоспоримая мудрость. Да, проходит все. Каков бы ни был результат кастинга, он уже позади. Если все сложилось удачно, то впереди вас ожидают новые испытания и вам полезно будет узнать, о чем же пойдет далее речь в нашей книге, а если удача в этот раз не улыбнулась вам, то это всего лишь мимолетный каприз судьбы – не огорчайтесь! И читайте дальше! Возможно, новые знания помогут вам стойко пережить случившуюся неудачу и открыть новые горизонты на пути движения к успеху!

Но чтобы оградить вас от глупых промахов на пути к вашей удаче, расскажу несколько реальных историй, герои которых стояли на пороге своей удачи, но так и не смогли открыть заветную дверь своего светлого будущего из-за обидных промахов, которых можно было бы легко избежать. К сожалению, не только профессиональное мастерство – ключ к заветной запертой двери...

В этих историях я не стану называть реальных имен. Это ни к чему. Главное в этих историях не герои, а обстоятельства, в которых они оказались.

## История 1

1999 год. Анастасия К. готовилась к международному вокальному конкурсу почти полгода. Каждодневные репетиции с педагогом по вокалу и усердная самостоятельная работа отточили мастерство трех исполняемых произведений до совершенства. Все готово для успешного выступления: качественные фонограммы, великолепное концертное платье, обувь и аксессуары. Да и сама Анастасия в новом имидже выглядела потрясающе: к такой красоте равнодушным может остаться только слепой! В Стокгольме она летела за победой!

Но победа досталась другой вокалистке. А Анастасии пришлось присутствовать на конкурсе в качестве... зрителя! Все было при ней: и голос, и красота, и платье! А вот мини-диска с фонограммами не оказалось. То ли она его забыла дома, то ли потеряла во время осмотра вещей в аэропорту – этого мне так и не пришлось узнать, но факт остается фактом!

Почему я начала эту историю с указания года? А как бы вы вышли из такого положения, если бы это случилось с вами в настоящее время? Правильно! Вы бы воспользовались Интернетом. Позвонили бы на родину другу и попросили бы его срочно изыскать возможность закачать фонограммы, например, в браузер Яндекс.

Так не лучше ли, не дожидаясь экстремального случая, обеспечить доступность вашей творческой информации в любое время в любом месте?

## История 2

Константин Д. привык к восторженным возгласам в свой адрес. «Поет, как Бог! –

говорили про него в музыкальных кругах города N. – Что ему делать в нашем захолустье? В столицу ему надо, в столицу!»

*«И правда! – решил друг Константина Борис. – Хватит тебе, Костян, загнывать. А что такое столица? Пора выходить на европейский уровень!»*

*«Неплохо бы... – согласился Константин Д. – Да вот только как на него выйти?»*

*«Не боись! Я все устрою! Поедешь на «Евровидение!»*

И действительно, Борис оказался человеком с хорошими задатками продюсера. Он развил бурную деятельность по поиску спонсора, и его усилия вскоре дали замечательный результат: деньги были найдены, песня с прекрасным текстом на английском языке и яркой, запоминающейся мелодией куплена и записана в студии, номер поставлен, костюмы сшиты, предварительный отборочный тур с успехом пройден. И вот грядет финал отборочного тура. Борис и здесь оказался на высоте. Развернул за спонсорские деньги обширную рекламную кампанию и благотворительные акции. Казалось бы, все идет по сценарию сказки со счастливым концом. Но увы, все надежды оказались напрасными. Путевка на «Евровидение» досталась другому исполнителю. Решением компетентного жюри Константин в этом длительном и затратном марафоне оказался вторым. Это был провал. Плакали спонсорские денежки.

Но это еще не конец этой нерадостной истории. Уж не знаю, какие обязательства были у Бориса перед спонсором, но думаю, что совсем не демократичные, поскольку после оглашения результата конкурса Борис не придумал ничего более умного, как начать войну против состава жюри и победителя финала отборочного тура. В высокие инстанции полетели письма с обвинениями в некомпетентности членов жюри, в подтасовке результатов зрительского голосования, в слабом художественном уровне произведений, представленных в финале...

Конечно, эта война была бессмысленной и глупой. Кроме как «мышьиной возней» ее не назовешь. Но что же в итоге? Репутация Константина сильно пострадала, и вместо победного шествия по Европе ему пришлось вернуться домой и забыть обо всех, даже самых скромных, путях продвижения собственного творчества. Скандалистов никто не любит.

### ***Какие же выводы нужно сделать из этой истории?***

*Вывод первый:* нужно уметь проигрывать!

*Вывод второй:* даже если ты лучший – всегда найдется кто-то лучше тебя.

*Вывод третий:* не стоит оспаривать решения жюри – это бессмысленно.

*Вывод четвертый (главный):* лучше с умным потерять, чем с дураком найти.

## **История 3**

Марине Ф. на престижном вокальном конкурсе пророчили легкую победу. Но совершенно неожиданно в первых турах конкурса ярко выступила молодая, никому не известная Галина Р. И хотя Марина Ф. по количеству баллов все же удерживала первое место, отрыв от ближайшей конкурентки Галины был незначительным. Все должно было решиться на последнем этапе конкурса. И вдруг Марина узнает, что у соперницы из-за простуды проблемы с голосом. Это известие сильно обрадовало нашу героиню, она втайне надеялась, что Галина не станет продолжать участие в конкурсе. Однако молодая конкурсантка продолжила борьбу, хотя вынуждена была заменить песню последнего тура на более легкое произведение. Жеребьевка последнего тура поставила Галину третьим номером, а Марину – четвертым.

Марина стояла за кулисами и во все глаза наблюдала за конкуренткой. Она слышала, как тяжело давалось Галине это выступление – голос зажат, ярких нот нет, отчетливо слышно болезненное несмыкание связок. В душе Марина уже праздновала победу. Под первые ноты фонограммы она уверенно вышла на сцену. Но первые звуки ее собственного голоса повергли певицу в шок. Голос не слушался Марину. Зажатый звук и першение в горле. Марина с трудом допела песню до конца. Ее выступление было провалено. Что же произошло?

***Есть один вокальный феномен. Когда мы слышим звуки чужого голоса – наши связки работают. Когда мы слышим фальшивое интонирование, то очень***

*сложно сразу вслед за таким пением спеть чисто. На несмыкание связок наши связки реагируют... «несмыканием».*

Через несколько минут наши связки восстанавливаются, но временной промежуток между номерами конкурса был невелик, к тому же Марина переживала, стоя за кулисами, не самое благородное чувство – чувство злорадства, которое тоже сыграло свою пагубную роль в данном случае.

В этом конкурсе победил вокалист, который в предыдущих турах не произвел особого впечатления, но на финише смог удивить жюри чистотой голоса и широким диапазоном. Но я все же нахожу эту историю поучительной: не стоит, а точнее, нельзя слушать чье-то плохое пение. И полагаю, что никакая воля к победе не должна убивать в человеке чувства сострадания и доброты.

## История 4

Эта история о милой девушке, мечтавшей стать звездой, хотя особыми талантами Господь ее не наделил. Ну да, поет. Ну да, вполне мила и привлекательна. Но она, назовем ее Катя, все же решила испытать свое счастье и поехала на кастинг очередной «Фабрики звезд». Стоит ли говорить, что она не прошла, но зато с ней случилась совсем другая история. Она познакомилась с парнем и вышла замуж.

Жизнь ее сложилась вполне удачно. И так бывает. А ведь если бы не было этой мечты – стать звездой, то вполне возможно, и счастья бы не было!

Мечтайте! Правда, это здорово, с какой стороны ни посмотрите!

## Глава 16

### Скоро сказка сказывается, да не скоро дело делается... (О тех, кто удачлив и смел)

Итак, продолжим наш так внезапно прерванный приглашением на кастинг разговор об имидже и репертуаре. Вы уже понимаете, для какой именно публики собираетесь работать. Вы разбираетесь в музыкальных пристрастиях и тонко чувствуете характер своих слушателей. Вы знаете, что им нужно, и осталось только найти и получить исключительное право исполнения взрывных хитов.

*Но прежде чем разыскивать или создавать репертуарный багаж, нужно окончательно определиться, кем же вы предстанете перед своей публикой.*

Приведу несколько примеров удачного решения этого вопроса.

Сергея. Известный на всю страну рэпер. Помните его хит «Черный бумер»? Не могу сказать, что мы с ним закадычные приятели, но испытываем друг к другу симпатию. Оттого я и знаю его «реальную историю» и его «присвоенное прошлое». Кем мы видим его на экране телевизора и до недавнего времени в числе судей украинского вокального шоу «Х-фактор»? Что бы сказали о таком человеке? Типичный выходец городских подворотен, пробивший себе дорогу в жизни кулаками да своей любовью к хип-хопу: брутальный, грубоватый, с тяжелым неуживчивым характером, татуировками и накачанными мышцами.

Да, именно таким и должен был быть этот самый «выходец из подворотен», предводитель робин гудов 2000-х. В те годы вождельные западные ценности стали пропитывать и, словно кислота, разъедать умы среднего класса. Они, эти ценности, уже не казались столь недоступными, как два десятилетия до того.

В эти годы музыка скандального рэпера из Детройта – Маршалла Брюса Мэтерса III, известного миру, как Эминем, стала маяком для большинства молодежи постсоветского пространства. И на гребне этой волны появился отечественный герой Сергея, олицетворивший

собой счастливый взлет из черной дыры плохо освещенных, заваленных мусором улиц на сияющую вершину славы и популярности. Его звездный хит, взорвавший все радиоэфирные и звучащий из всех музыкальных киосков, рассказал о заветной мечте любого «пацана» и о символе «жизненного успеха» – черном БМВ, называемом в народе «бумером». А еще и о самом успехе, который сводился к тому, что любая девчонка не откажет такому крутому парню.

Сергея в своем творчестве и имидже был настолько убедителен, что никто и подумать не мог, что его сценический образ нереально далек от реального Сергея Пархоменко. Отличник, победитель олимпиад всех рангов по немецкому языку, получивший образование в Германии, высокообразованный и культурный человек Сергей Пархоменко, присвоив историю простого парня, намертво сжился с нею так, что его реальная история исчезла, и даже те, кто знал его до звездного взлета, не раз задавались вопросом: «Где же правда?»

Я уверена, что этот успех не был случайностью. Этот успех был совокупным результатом серьезных усилий духа, тонкого психологического расчета и, конечно же, понимания вопроса: «Куда дует музыкальный ветер?»

***Как ни странно, но направления музыкальных ветров меняются вместе с ветрами политическими и экономическими.***

В этом мире все взаимосвязано. Политические волнения – в фаворе патриотические песни и гимны: «Кипит наш разум возмущенный!» Экономический застой – все слушают «Перемен, мы ждем перемен!». Тишь да гладь – поем о любви: «Долетали до Луны, дали за любовь медали». И во все времена народ любит потешаться над шутами. Но быть шутком – это высшее искусство. Не у всякого умного хватит для этого ума.

Могу подтвердить это утверждение примером. Кстати, в этом примере будет обозначен еще один совет: не стоит увлекаться долгим и изнурительным изготовлением материала. Я часто слышу об аранжировщиках и звукорежиссерах: «Очень хороший специалист, но так медленно работает!» Долгая и медленная работа вас не должна устраивать. Побеждают стремительные и быстрые. Не позволяйте ни себе, ни другим быть медленными. Медлительность – синоним – лень. А ленивый никогда не пройдет этот тяжелый путь к успеху.

***Но с другой стороны, от вашей стремительности не должно страдать качество. У некачественного продукта одна дорога – в мусор, на свалку. Но и не нужно тормозить выход готового материала излишними придирками. Совершенству, как я уже писала выше, нет предела.***

Лучшее – враг хорошего. Умейте вовремя остановиться. Если уже на стадии завершения работы к вам вдруг пришло озарение, что все нужно делать не так, а совсем по-другому, то спокойно закончите начатую работу, а все свои озарения воплотите в жизнь в новой работе.

Итак, обещанный пример. Группа «Ляпис Трубецкой» и ее лидер Сергей Михалок стали популярными в 1996 году, хотя образовалась эта веселая команда несколько раньше – в 1990 году. Но в те начальные годы существования этого коллектива все его участники не собирались покорять звездные вершины и выступали, если появлялась возможность, больше для собственного развлечения. Как сейчас говорят, по приколу. Группа не проводила изнурительных многочасовых репетиций, да и песни писались без особых мучений и мудрости.

Тексты – сплошная глупость, мелодии – из серии «я это уже где-то слышал», но при этом никто из участников на такие мелочи не обращал внимания: главное, чтобы всем было весело.

И действительно, было весело: «Ау, ау-ау! Я тебя все равно найду. Ду-ду-ду!» И вот эта неуемная жажда стеба и веселья породила песенку на мотив из детского фильма «Приключения Буратино». Группа, веселясь, исполняла ее на местных минских площадках, распевая ее задорно и весело, заменив в этой песне только одно слово – Буратино... на Лукашенко. И тут же «Ляпис Трубецкой» стала самой популярной группой: сначала в Беларуси, а вскоре и в России. Ее записанный на скорую руку альбом «Ранетое сердце» реализовался немислимими

тиражами.

*Казалось бы, этот успех – дело случая. Он не может быть долгим. Месяц-другой – и все затихнет. Но так не случилось, поскольку и Михалок, и директор группы Евгений Калмыков, будучи людьми недюжинного ума, придумали и воплотили в жизнь правильную концепцию творческого имиджа.*

Мне довелось наблюдать за этим процессом достижения успеха с самого начала до звездного взлета. Для меня это было совершенной неожиданностью, так как я в это время уже около года работала над созданием альбома аутентичных, как мне казалось, совершенно «убойных» песен. Это были авторские стилизации в жанре русской народной песни, но с модным звучанием (для того времени) аранжировок и сложными полиметрическими ритмами. Аналогов этому в то время еще не было, и я уже вешала себе на грудь медали первооткрывателя стиля.

Моим компаньоном в этой работе был очень хороший музыкант и аранжировщик с фамилией полковника – Жуков. Наша долгая изнурительная работа над альбомом, длившаяся более двух лет, уже выходила на финишную прямую, когда на горизонте нарисовался Женя Калмыков и попросил Жукова прервать свою работу на недельку – записать и свести альбом «Ляписов».

И через неделю наступил звездный час «Ляписа Трубецкого». А к нашей работе Жуков так и не вернулся – уехал с «Ляписами» на гастроли.

– Как же такое могло случиться? – спросила я при случае Калмыкова. – Люди работают годами, делают качественный и профессиональный продукт, карабкаются на эту скользкую гору с названием «Признание» – и так и остаются у подножия. А кто-то безо всякого труда, сделав свою работу через пень колоду, взлетает, словно птица легкокрылая, на самую вершину. Почему?

Калмыков мне ответил очень мудро:

– Хорошая и профессиональная работа – это прекрасно. Это обязательно зачтется там, – он поднял палец вверх, а затем хитро улыбнулся. – Но слава и успех вообще от критериев «хорошо и профессионально» мало зависят.

– Как же так? Что ты хочешь сказать, что в искусстве не нужен профессионализм?

– А разве я говорю об искусстве? Я говорю о шоу-бизнесе.

– ?

– Это совсем не одно и то же. В шоу-бизнесе успех определяет не профессионализм, а то, что нужно народу.

– Ты хочешь сказать, что это «ау-ау» нужно народу?

– Да.

– Зачем?!

– Время такое. Смотри, как резко стало увеличиваться количество богатых людей. А кем эти богачи были раньше? Да простыми парнями и девчонками, такими же, как большинство. И вдруг им повезло. С какой стати? Чем они отличались от остальных? Непонятно. И вот тот, кто так и остался в серой народной массе, с завистью смотрит на своего бывшего приятеля и думает: «Почему же у меня ничего не получается? Чем же я хуже?» – и делает для себя неутешительный вывод: «Видно, я самый тупой...»

А тут появляется Ляпис и на фоне тоскливых рассуждений публики о собственной никчемности радостно распевает полную дурь. И вот тогда в голову отчаявшемуся приходит радостная мысль: «Нет, все же я не самый тупой. Этот вот, пожалуй, потупее меня будет...»

Я в то время, честно говоря, не придавала этому разговору какого-то особого значения. И напрасно. Если бы я из этого разговора еще тогда сделала правильный вывод, то наверняка и этот вывод, и все последующие уроки жизни гораздо раньше оформились бы в знания. И возможно, у меня остались бы и время, и силы этими знаниями воспользоваться.

Но все же закончу прерванную мысль о шутах. Я все же не соглашусь с Калмыковым. Успех в шоу-бизнесе – это великое искусство. Самой трудной и при этом самой неблагодарной

ролью была, есть и будет – роль шута. Жестокий зритель или слушатель, получив от вас самое драгоценное, что может дать публике артист – смех и радость – одарив вас аплодисментами, в итоге пренебрежительно усмехнется: «Дурачок!»

Сергей Михалок, примерив на себя шутовской колпак, так и остался в нем на долгие годы. Но поверьте, на вершину успеха дурачки не попадают! И если у вас есть мужество и талант – смело ступайте на эту дорогу. Может, и вы останетесь в веках, как великий гений Чарли Чаплин?

## Глава 17

### Нам песня строить и жить помогает (О том, как выбирать песню)

Продолжим отвечать на вопрос: «Какой должна быть песня из вашего репертуара и где ее взять?» Если вы понимаете, кто ваша публика и кем вы должны перед ней предстать, то главной вашей задачей на этом этапе должен стать подбор личного репертуара. Ни одно, а тем более такое важное дело, не начинается совсем на пустом месте. Однозначно вы владеете вопросом, кто же из известных исполнителей работает в выбранном вами направлении. Проанализируйте репертуар этих исполнителей. Отметьте самые, по вашему мнению, удачные песни из их репертуара, обратите особое внимание на признанные хиты, принесшие этим исполнителям известность. Подумайте и определите, почему же именно эти песни стали широко известны. Что в них особенного? Слова? Музыка? Аранжировка? Исполнение?

*И еще важно иметь в виду временную составляющую: когда, в какое время данное произведение было написано и когда оно прозвучало впервые? Почему оно стало популярным именно в то время? А стало бы оно популярным, если бы прозвучало сейчас?*

Эти вопросы нужно задать себе и постараться объективно на них ответить. Для этого нужно забыть о своей симпатии к этому исполнителю и его песне, постараться «отключить» ее. И если после такого отстраненного анализа ваши чувства не остынут, то смело берите направление на творчество этого исполнителя.

Что это значит? Это значит, что сейчас вы займетесь поиском своих авторов. Немного расскажу вам об этой пестрой творческой братии, к которой, собственно, отношусь и я сама. Вокруг вас плотным невидимым кольцом (во всяком случае, пока невидимым!) смыкаются жаждущие получить вашу любовь, а соответственно, и ваши деньги, толпы умеющих писать, кропать, рифмовать, наигрывать, напевать, насвистывать...

Это авторы текстов, слов, мелодий, музыки – словом, они умеют делать все, что вам нужно, а порой – даже более того. Это могут быть или новички, или люди с большим опытом и стажем – все они хотят с вами дружить (естественно, за ваши деньги), завладеть вашей душой (может быть, и бесплатно), сделать вас рупором своего таланта, обратив вас в рабство!

Конечно, я шучу. Но в каждой шутке – всего лишь доля шутки, а все остальное – правда. Но тем не менее вам без этих людей не обойтись, если, конечно, вы не полагаете, будто гений вашего таланта настолько велик, что позволит вам заниматься созданием собственного репертуара в одиночку. Однако если такие мысли закрадываются к вам в голову, то еще раз перечитайте главу, в которой я рассказывала о том, что не стоит расплывать свои усилия на несколько направлений. Но советы советами, а жизнь жизнью. Рискуйте, если есть желание и время. Мало кто умеет учиться на чужих ошибках.

*Искать и найти своего автора – дело архисложное. Но если проявить терпение и не бросаться в объятия кого попало, то ваши авторы обязательно найдутся. Главное – вы должны четко понимать, что же за песня вам нужна.*

Но только не уподобляйтесь героине одной из песен Высоцкого: «А это кто в короткой маечке? Я, Вань, такую же хочу!» Не стремитесь получить песню «точно, как у...». Во-первых,

истерзаетесь сами; во-вторых, истерзаете авторов; а в-третьих, все равно ничего не получится. А если даже и получится, то «точно, как у...» – это всегда заведомо проигрышный вариант. Хотя для начала можно пойти по пути наименьшего сопротивления: записи «каверов» или исполнение известных зарубежных песен с эквиритмическим текстом на родном языке.

### Что такое «кавер»?

**Кавер-версия** (coverversion, от англ. cover – покрывать) – авторская музыкальная композиция (часто известная) в исполнении другого музыканта или коллектива. Исполнение кавер-версии может содержать элементы оригинальной музыкальной композиции, на которую накладываются элементы новой музыкальной аранжировки. Нередко кавер-версия может дать новую жизнь той или иной композиции, самой по себе уже устарелой или непопулярной. Сборник, полностью состоящий из кавер-версий песен, называется трибьютом (от англ. tribute – дань, дар).

Артист и группа, специализирующиеся на исполнении кавер-версий, называются соответственно кавер-исполнителем и кавер-группой, а группа, специализирующаяся на исполнении произведений одного коллектива – трибьют-группой. Кавер-версия является частным случаем ремейка (любого нового варианта произведения).

*Бывает, что песни, получив второе-третье-десятое рождение в кавер-версиях, навсегда остаются в памяти народной именно в таком переосмысленном и переделанном виде – а имена авторов забываются в пользу талантливых переработчиков.*

### Что такое эквиритмический текст?

Вообще-то, понятия эквиритмический текст в том контексте, в котором я хочу вам предложить – не существует. Есть понятие «эквиритмический перевод», и оно трактуется Википедией так:

**Эквиритмический перевод**, или эквиритмичный перевод (фр. traduction quirythmique) – перевод стихов, выполненный с сохранением стихотворного размера (числа слогов, ударений, по возможности – деления на слова). Необходимость в таком переводе возникает в случае, если переводится текст песни (или либретто оперы) для исполнения на другом языке. Перевод поэзии сложен сам по себе; эквиритмический перевод особенно сложен. Подавляющее большинство переводов (на русский язык) не является эквиритмическим.

Да, действительно, сделать эквиритмический перевод не всякому поэту под силу. Я достаточно долго оттачивала свое мастерство на этом поприще. Стала настоящим профессионалом, но в какой-то момент я поняла, что эквиритмические переводы сродни кроссвордам: решив, получаешь недолгую радость – и больше ничего. Пытаясь сохранить буквальный смысл написанного стихотворения, теряешь художественную составляющую.

А иначе и быть не может, поскольку эмоциональность, понятие о красоте метафор и многие другие аспекты в различных языках абсолютно разные. И в итоге точный эквиритмический перевод обречен быть слабохудожественным произведением, которое никогда не затронет души слушателей.

*И я пришла к выводу, что более грамотно – это писать новые тексты, сохраняя смысл и идею оригинала. Тогда и песни получаются яркие, актуальные. Такой новый текст, выдержанный в ритмике и стиле песни с сохранением основной идеи, я назвала эквиритмическим текстом.*

Такие каверы с новым текстом и, возможно, новыми современными аранжировками позволят вам исполнять песни, проверенные временем, но с огромной долей собственной личности. За вашей спиной уже не будет стоять тень великого первого исполнителя. Его образ останется только туманным призраком в отражении зеркал вашей гримерки.

Так почему бы вам не начать готовить именно такую программу, если у вас нет каких-то других идей? Вам не нужно сильно напрягаться в поиске подходящего композитора. С аранжировщиком вы уже знакомы. А поэт обязательно найдется. Можете, кстати, обратиться ко мне. А почему бы и нет? А если мы решим с вами создать нечто новое, доселе не звучавшее, то бесстрашно возьмемся и за это дело! С вашим желанием и моим опытом это дело нам по плечу! Не стану загадывать, но возможно, мы с вами напишем ваш взрывной хит!

Позволю себе привести один пример написания такого текста. Остановлюсь на самой известной песне одной из моих любимейших певиц – Эдит Пиаф – Non, Je Ne Regrette Rien.

Вот оригинальный текст этой песни:

Non, Je Ne Regrette Rien.  
 Non! Rien de rien...  
 Non! Je ne regretterien  
 Ni le bien qu'on m'a fait  
 Ni le mal tout am'est biengal!

Non! Rien de rien...  
 Non! Je ne regretterien...  
 C'est pay, balay, oubli  
 Je me fous du pass!

Avec mes souvenirs  
 J'ai allum le feu  
 Mes chagrins, mes plaisirs  
 Je n'ai plus besoin d'eux!

Balays les amours  
 Avec leurs trémoles  
 Balays pour toujours  
 Je repars zro...

Non! Rien de rien...  
 Non! Je ne regretterien...  
 Ni le bien, qu'on m'a fait  
 Ni le mal, tout am'est biengal!

Non! Rien de rien...  
 Non! Je ne regretterien...  
 Car ma vie, car mes joies  
 Aujourd'hui, a commence avec toi!

А вот дословный перевод, или так называемый подстрочник:

Нет, я не жалею ни о чем.  
 Нет! Ни о чем,  
 Нет, я не жалею ни о чем –  
 Ни о добре, которое мне сделали,  
 Ни о зле – мне все равно.

Нет! Ни о чем!  
 Нет, я не жалею ни о чем.  
 Все оплачено, выметено, забыто,  
 Мне наплевать на прошлое.

Из моих воспоминаний  
Я разожгла костер.  
Мои печали, мои удовольствия  
Мне больше не нужны...  
Выметены прошлые любовные истории  
С их тревогами.  
Выметены навсегда,  
Я начинаю с нуля.

Нет! Ни о чем,  
Нет, я не жалею ни о чем –  
Ни о добре, которое мне сделали,  
Ни о зле, мне все равно.

Нет! Ни о чем,  
Нет, я не жалею ни о чем!  
Потому что моя жизнь и мои радости  
Сегодня начинаются с тобой.

А вот эквиритмический текст:

Нет, мне не жаль,  
Нет, ничего мне не жаль.  
Ни разлук, ни потерь,  
Ни тогда, ни потом, ни теперь...  
Нет, мне не жаль,  
Нет! Я простила давно  
Ваше зло. А добро?  
От него мне уже не тепло.

Помнит сердце мое  
И любовь, и печаль.  
Только мне все равно –  
Ничего мне не жаль.  
Если тело – эмаль,  
А душа – чистый свет –  
Ничего мне не жаль,  
Ничего больше нет.

Нет, мне не жаль,  
Нет, ничего мне не жаль:  
Ни любви, ни побед,  
Ни надежд, ни потерянных лет.

Нет! И сейчас  
Я начинаю с нуля.  
Мой огонь не угас.  
Я пою! Это я! Это я!

Я не случайно закончила этот текст таким эмоциональным пафосным восклицанием: «Я пою! Это я! Это я!» При всей моей любви к Пиаф о ней осталась бессмертная память, ее песню будет исполнять другая певица, которая должна заявить о себе публике: «Вы помните малышку Пиаф? Хорошо! Но она умерла! Ее нет! Теперь я стою перед вами на этой сцене! Теперь я пою

вам! Слушайте меня! Любите меня!»

А по сути, для творческого человека нет преград для полетов фантазии. Если вы уже достаточно подготовлены и в профессиональном, и в моральном плане, то самое время подумать о сцене. Вы должны предстать перед своей публикой во всей красе вашего таланта. Готовы ли вы к этому? Давайте это обсудим!

## **Глава 18**

### **Безумству храбрых поем мы песню (О том, как преодолеть свои страхи)**

Волнение. Кто же не знаком с этим чувством? Оно бывает приятным и невыносимым. Оно способно наделить человека небывалой силой или сделать его беспомощным, уязвимым. Оно покрывает щеки румянцем или делает лицо белым, как снег.

#### **Волнение**

Волнение, как качели: то поднимает вверх, то бросает вниз. С ним исход любого дела непредсказуем. Так давайте разберемся: волнение – друг или враг? Волнение перед выступлением, так называемое сценическое волнение... С этим чувством сталкивается любой артист, независимо от того, выходит он на сцену впервые в жизни или его выступлениям уже нет числа.

*Полезно сценическое волнение или оно помеха выступлению? Бывает сценическое волнение, которое в процессе выступления переключается в русло творчества – и тогда выступление окрашивается неповторимыми красками вдохновения. Такое волнение испытывают артистически одаренные люди. Это порой невероятно сильное чувство, которое в итоге помогает исполнителю максимально раскрыться, найти контакт со зрителем и блестяще выступить.*

У новичков сценическое волнение обусловлено целым рядом причин. Чаще всего волнение вызывается мыслями: «Что обо мне скажут?», «Как оценят мое выступление?», «Не забуду ли я слова?», «Не забуду ли я мелодию?», «Не пересохнет ли горло?», «Не дернется ли связка, и не пушу ли я оттого «петуха»?», «Хорошо ли я буду слышать фонограмму?». Эти и множество других вопросов приходят в голову неопытному артисту, нервно переминающемуся с ноги на ногу за кулисами.

Но и у опытного артиста находятся поводы для волнения: «Как сегодня звучит мой голос?», «Почему сегодня не полный зал зрителей? Я теряю свою популярность?», «Хорошо ли на мне сидит платье? Я немного поправилась...».

Короче, вам уже понятно: поводов для волнения хватает у всех артистов. Но чем отличается опытный артист от новичка? В первую очередь тем, что опытный артист умеет справиться со своим волнением. Шаг на сцену – и волнения нет. Есть только зритель и он, артист, избранник этой публики! Волнение, которое испытывает опытный артист за кулисами перед выходом, служит ему вдохновением. Оно его главный помощник. Если его нет, то это первый симптом того, что что-то уже не так, что-то в творчестве окончательно потеряно. Опытный артист волнуется, если отсутствует волнение перед выходом на сцену! Отсутствие волнения – это другая крайность, которую я считаю еще более нежелательной для артиста, выходящего на сцену. Такой спокойный, как айсберг, исполнитель перестает быть артистом, и на сцене ему, по большому счету, делать нечего. Ему все равно, что и как на ней исполнять.

Несомненно, забота артиста о своем творческом уровне закономерна и естественна. Но также существует риск чрезмерного завышения важности собственного выступления. «Я должен! От меня ждут!» – говорит себе артист и... проваливает выступление! Преувеличенное опасение заслужить негативную критическую оценку со стороны зрителей только повышает планку волнения и мешает исполнителю. Основная составляющая сценического волнения – это чувство ответственности артиста за свое выступление. Но когда это волнение принимает

излишне болезненные формы, оно не только мешает артисту, оно чревато для него определенными неприятными последствиями на сцене.

***Только на фоне положительно окрашенного сценического волнения можно достичь высоких результатов в любом исполнительском искусстве, так как в этом случае и происходит концентрация физических и психических сил. Знайте! Человек равнодушный ничего значительного и достойного на сцене не продемонстрирует.***

Суть всего вышеизложенного состоит в том, что артисты, особенно начинающие, должны работать не только в плане повышения профессионально-исполнительского мастерства, но и психологически готовить себя к выступлению на сцене. Вам необходимо освоить приемы внутреннего самоуспокоения и обрести способность максимальной мысленной и эмоциональной концентрации на исполняемом произведении. При всей гамме чувств, сопровождающих сценическое волнение, именно эта способность контролировать себя должна быть максимально развита. Она должна быть настолько свойственна вам, что в конце концов станет вашим оберегом, вашей «красной кнопкой». Первый шаг на сцену – и программа самоконтроля запущена. Вы естественны, красивы, профессиональны! Вы неподражаемы!

Как же добиться такого эффекта? Для этого вам нужно освоить некоторые тренинги.

Для начала уединитесь в какой-нибудь комнате. Назовем эту комнату «Место силы». Желательно, чтобы в ней было зеркало. Хотя понадобится оно вам чуть позже. Включите всю свою фантазию и представьте, что вы поете перед зрителем. Войдите в это состояние: вот сцена, отсюда светят софиты, а там – люди. Огромный полный зал зрителей. Сделайте глубокий вдох. «Наденьте» улыбку. Шаг на сцену. Зал аплодирует вам. И основная, главная ваша задача при этом – сосредоточиться на исполняемом произведении. Ничто не в силах вас отвлечь – ни посторонние люди за кулисами, ни пустые разговоры и эмоции. Есть только вы, сцена и зритель. Весь ваш мир сжался до этих понятий. Для начала репетируйте произведение, закрыв глаза, удерживая в воображении образ сцены и зрительского зала. Концентрируйтесь на своих ощущениях, на дыхании, на чистоте звука, на эмоциональной подаче песни. Когда вы проделаете этот тренинг достаточное количество раз и ваши ощущения станут устойчивы – откройте глаза и повторите все перед зеркалом, внимательно наблюдая за собой, за собственным выражением лица, за мимикой, жестами. Повторяйте этот тренинг до тех пор, пока вы сами себе не начнете нравиться. Но не забывайте удерживать в своем воображении ощущение сцены и зрительского зала.

Когда ваши ощущения станут устойчивы, ваша мимика и жесты – естественны, когда вы сможете без напряжения удерживать улыбку, когда ваши глаза будут излучать свет, тогда можно говорить о том, что вы близки к цели.

Проверьте себя еще и таким образом: позовите в вашу комнату своих приятелей или кого-нибудь из близких, попросите их пошуметь недалеко от вас. Сумеете ли вы не обратить на этот шум внимания и исполнить свое произведение так же хорошо, как это у вас получалось в уединении? Если да, то вы достигли предельной концентрации на образе.

***Предельная концентрация на образе, сценическом пространстве, эмоциональной содержательности исполняемого произведения – цель, к которой вы стремитесь. И чем быстрее вы ее достигнете, тем ближе вы к профессиональному артистизму.***

Исполнители, чей сценический стаж перешагнул за год-полтора, знают, что одна из причин сильного сценического волнения – боязнь забыть текст или мелодию песни. Они волнуются перед зрителем и культивируют в себе страхи: боязнь забыть, сбиться – и забывают, сбиваются, потому что не могут справиться с волнением. Они не уверены в себе.

***Неуверенность в себе – одна из первых причин провалов в памяти на сцене. Психологические корни этой проблемы не составляют секрета. Чтобы избежать этой неприятности, произведение должно быть выучено не на 100, а на 200***

*процентов. Ощущение исполнителя «я все знаю досконально» – это гарант уверенности в своих силах.*

Анализируя причины сценического волнения, я хочу обратить внимание, что многое зависит от психофизиологических особенностей каждого конкретного артиста, типа его нервной системы. Сценическое волнение проявляется у всех по-разному. Одни исполнители совершенно спокойны, другие – впадают в прострацию, третьи трясутся, словно осиновый лист, четвертые не могут совладать с чрезмерным возбуждением. Кто-то прекрасно исполняет произведение на репетициях, но теряется на сцене. И наоборот: кто-то на репетициях так и не может безошибочно отточить мастерство исполнения, а на сцене выступает гораздо лучше, чем ожидалось...

И все же что делать с волнением на начальном этапе выступлений? Что предпринять, чтобы непосредственно перед выходом на Ее Величество Сцену не потели ладошки, не тряслись предательски коленки?

**Во-первых**, надо понять, что в этих ощущениях нет ничего ужасного или ненормального: волнуются все. Не стесняйтесь этого чувства. Полюбите эти эмоции хотя бы за то, что в обычной жизни вы их не испытаете!

**Во-вторых**, за кулисами волноваться будет некогда, если вы займетесь разогревом мышц или дыхательными упражнениями. Стресс может сковывать мышцы, а хороший разогрев обеспечит им приток крови. Вдобавок в процессе физической нагрузки выделяются эндорфины – гормоны счастья – которые являются лучшим антистрессом. Кстати, именно поэтому после выступления артист испытывает ощущение невероятного счастья, восторга и желания повторить это еще раз.

**В-третьих**, даже если что-то пойдет не по плану, ничего страшного: каждое выступление – это новый полезный и необходимый вам опыт, который весьма полезно получить!

**В-четвертых**, если волнение очень велико, можно выпить немного успокоительного – валерьянки, например. Только осторожно: если вы переборщите, то можете впасть в заторможенность, и будет очень сложно выложиться «на все сто». Насчет «принять от волнения» немного алкоголя. Решать, конечно же, вам. Я лично категорически не советую. Восприятие реальности исказится, и вы можете потерять контроль над ситуацией. Вам может показаться, что все идет по плану и все супер, а на самом деле будет далеко не так.

**В-пятых**, выступайте как можно больше. Перед родственниками, знакомыми, друзьями – используйте любой уместный повод побыть перед зрителем. Это может быть корпоративная вечеринка вашей организации, чей-то день рождения, свадьба или юбилей ваших друзей. В конце концов начнет происходить адаптация к выступлениям, и в один прекрасный момент «паника закулисья» перерастет в радостное волнение и азарт!

И еще раз хочу вернуться к чувству уверенности в себе. Уверенность, впрочем, как и любое другое чувство, может иметь разные оттенки: приятные и неприятные. Мы говорим: «Он настолько уверен в себе, что позволяет...» Это скорее нелестный отзыв. А если мы говорим: «Он уверен в себе и бесстрашно...» Это скорее похвала. Дело в том что чувство уверенности в корне отличается от чувства самоуверенности. Хотя от уверенности до самоуверенности – один шаг. Исполнителю необходимо приобрести чувство уверенности и не допустить того, чтобы это чувство переросло в самоуверенность. Уверенность всегда основана на реальных возможностях, а самоуверенность питается иллюзиями. Оттого человек самоуверенный, как правило, обречен на разочарования, а человек уверенный в себе и своих возможностях доводит дело до победного конца.

Попробуйте посмотреть на себя со стороны: присуще ли вам чувство уверенности? Проанализируйте свое поведение в различных ситуациях. Можете ли вы без лукавства сказать о себе: «Я уверенный в себе человек»? Так какой он, уверенный в себе человек? У людей уверенных в себе есть внутренний стержень, они почти никогда не оглядываются на мнение окружающих их людей в поисках одобрения того, чем они занимаются – они просто разрешили себе заниматься любимым делом, и им все равно, что о них подумают окружающие.

*У них все в порядке с самооценкой, они не отдают другим право оценивать их*

*работу, поскольку знают, что это право принадлежит исключительно им самим. Они не обсуждают свои решения с теми, от кого получают деструктивную критику, т. к. уже заранее решили, как поступят.*

Единственные, кого они послушают и к чьему мнению станут прислушиваться – это те, от кого получают конструктивную критику, и то при условии, что критикующий компетентен в том, о чем говорит, то есть этот человек способен дать обратную связь, помогая выполнить задуманное еще лучше. Поэтому первой рекомендацией по выработке чувства уверенности будет совет не принимать во внимание, а тем более близко к сердцу, мнение окружающих и не ждать от них одобрения своих действий. Как правило, люди, привыкшие категорично высказываться о чужих попытках самореализации, сами, как правило, ни к чему не стремятся, их раздражают деятельные и целеустремленные люди.

Второй совет: не ждите одобрения своей деятельности от окружающих вас людей. Маловероятно, что вы это одобрение получите, так как вначале вашего пути, когда вы только начнете делать первые шаги, порой робкие и неуклюжие, окружающие будут говорить вам, чтобы вы прекратили тратить время зря и занялись делом. Они будут убеждать вас в том, что выбранный путь – это очередная ваша фантазия, искренно доказывая вам, что из вашей затеи ничего не получится. А если вы проявите упрямство и не будете принимать в расчет мнение ваших «добрых советчиков», то вскоре они станут осуждать вас за то, что вы занимаетесь ерундой, вместо того чтобы заняться нормальным делом.

«Какой из тебя артист? – будут восклицать возмущенные «доброжелатели». – Иди учишься на бухгалтера!» Но когда вы начнете пожинать первые плоды своих усилий, когда удача улыбнется вам, будьте готовы к тому, что вас начнут осуждать за ваши достижения еще больше. К сожалению, мало кто умеет радоваться чужим успехам.

Чаще всего окружающий нас социум похож на ведро с раками. Если нескольких выловленных раков положить в ведро, то они уже никуда не убегут. Поскольку когда один из них пытается выбраться из ведра, то остальные раки хватают его и затаскивают обратно. Помните этот пример и не поддавайтесь влиянию тех, кто пытается вас утащить в болото серой, посредственной жизни.

Но у любой медали две стороны. Вы можете не принимать в расчет мнение людей, окружающих вас, но не стоит при этом к ним относиться пренебрежительно или свысока.

*Помните, любой человек, оказавшийся рядом с вами, ничем не хуже вас; точно как и любой человек, добившийся успеха – ничем не лучше вас.*

Пусть никогда ваша уверенность в себе и своих силах не обернется надменностью. Надменность – одно из неприятнейших, отталкивающих качеств человека. Я абсолютно уверена в том, что надменный человек никогда не станет хорошим артистом.

Очень важно для развития уверенности в себе научиться наблюдать за собой со стороны. Вы просыпаетесь утром, торопитесь, выполняете какую-то работу, с кем-то встречаетесь, о чем-то говорите, улыбаетесь или нервничаете... Жизнь как жизнь... Но какое впечатление производите вы на окружающих? Могут ли они сказать о вас: «Этот человек уверен в себе. Он знает и понимает, что он делает». Как вам узнать это? А вы попробуйте сформировать свое личное отношение к самому себе. Отношение, основанное на собственных наблюдениях.

Не удивляйтесь, это вполне возможно. Возьмите себе за правило: каждый вечер, укладываясь спать, мысленно, желательно последовательно, «прокручивайте» в своем сознании, как некое кино, события прожитого дня. Попробуйте на эти события смотреть не как участник, а как сторонний наблюдатель. Дайте каждому событию свою оценку с точки зрения уверенности в себе и безупречности поведения. Если вы находите, что ваше поведение не говорит о вас как об уверенном в себе человеке, то «перекройте» свои воспоминания. Мысленно присвойте себе другое поведение – такое, которое наделило бы вас этим качеством. Ведь у вас уже есть прекрасная практика с присвоением успешной личной истории?

А как выглядит уверенный в себе человек? Уверенного человека легко узнать по походке, по манере разговаривать. Достаточно только привыкнуть держать осанку и не горбиться, как вы

уже начнете выглядеть гораздо увереннее. Когда вы начнете выглядеть увереннее, это чувство передастся вашей психике, и вы действительно начнете чувствовать себя увереннее. Немаловажно также то, что люди вокруг чувствуют вашу уверенность или неуверенность. Если вы уверены в себе, то к вам будут относиться с большим уважением, нежели к тому, кто не имеет этого качества. Может, вы не замечаете этого, но у людей неуверенных в себе нет красивой осанки, у них нет твердого взгляда, твердой походки.

А у вас красивая осанка? Если нет, то можете воспользоваться простым упражнением – и вскоре красивая осанка станет бесценным приобретением вашего имиджа.

### **Упражнение для развития осанки**

Это довольно простое упражнение: утром, или когда вам удобнее, встаньте спиной к стене так, чтобы стены касались пятки, ягодицы, локти, ключица и затылок, и постоит так в течение десяти минут. После этого упражнения вам будет проще держать спину прямой, а плечи развернутыми во время ходьбы, однако стоит все же первое время напоминать себе необходимость ходьбы с прямой спиной, а через некоторое время это войдет в привычку.

Чтобы ускорить привыкание к ходьбе с ровной спиной помогите себе следующим ощущением: представьте, что к вашей макушке привязана тонкая, но прочная струна, уходящая высоко в небо. Эта струна натянута и не дает вам возможности сгорбиться. Как только вы начинаете горбиться, невидимый кукловод натягивает эту воображаемую струну – и вы снова с великолепной осанкой!

***Помните, что вместе с походкой и осанкой чувство уверенности в глазах окружающих придает и ваш голос. То, как вы говорите, очень важно.***

Вы можете прекрасно и выразительно петь, но в жизни ваша речь невнятна и неубедительна. Необходимо исправить эту немаловажную деталь, мешающую окружающим воспринимать вас как человека, уверенного в себе.

Если вы научились хорошо и чисто петь, то неужели простая разговорная речь может вызвать у вас затруднения? Нет, конечно! На самом деле не так важно, что вы говорите, важно то, как вы говорите! Согласитесь, что оратора, который мямлит слова, нечетко их произносит или сглатывает куски фраз, вряд ли кто-то станет слушать. Тогда же как оратора, говорящего четко, убедительно и с хорошей дикцией, хорошо поставленным голосом будут слушать, вероятно, очень внимательно и с большим интересом.

Заострите свое внимание на том, как и что вы говорите, как с кем вы разговариваете? Как вы общаетесь с начальником? А как разговариваете со своими близкими? С друзьями? Задайте себе подобные вопросы и проанализируйте ответы на них. Возможно, после этого анализа вы придете к интересным для себя выводам.

Если ваши мысленные рассуждения не дают материала для анализа вашей бытовой речи, то у вас уже есть опыт записи своего голоса на диктофон. Воспользуйтесь этим нехитрым приемом еще раз и запишите свои бытовые разговоры, затем прослушайте и проанализируйте. Я думаю, что у вас достаточно навыков, чтобы быстро и успешно справиться с обнаруженными недостатками.

***Еще одна отличительная черта уверенного в себе человека – уверенный взгляд. Если вы ведете себя как вполне уверенный в себе человек, но сами еще не чувствуете в себе этого состояния, то глаза вас непременно выдадут.***

Глаза отражают внутреннюю суть человека, его внутреннее состояние. Помните выражение: «Глаза – зеркало души». Заставьте себя при общении с кем-то бы ни было смотреть в глаза собеседнику. Смотреть без вызова, доброжелательно, что бы в вашем взгляде отражались все чувства, которые вызывает в вашей душе беседа.

Попробуйте научиться выражать взглядом удивление, интерес, доброжелательность, несогласие, сомнение, гнев... Мне хочется вам предложить еще одно упражнение по

воспитанию в себе уверенности.

### Медитация уверенности

Да. Не удивляйтесь. Этот способ – медитация. Выполняется она очень просто. Уединитесь в спокойном месте, в котором вас никто не потревожит, закройте глаза, сделайте несколько медленных и глубоких вдохов-выдохов. Забудьте, отпустите все вас беспокоящее и расслабьтесь.

*Попробуйте сосредоточиться на чувстве уверенности. Если вы не представляете, как это сделать, то просто сконцентрируйте все свое внимание на слове «уверенность». Для этого повторяйте про себя, как мантру, «уверенность, уверенность, уверенность».*

Повторяйте это слово, пока оно не заполнит все ваше сознание, а когда это произойдет, постарайтесь сосредоточиться на возникшем чувстве. Сосредоточьте свое внимание на том, что заполнило ваше сознание.

Если попытаться объяснить, что это, то можно утверждать, что это объект медитации, находящийся у вас в сознании и осознаваемый без течения времени.

Вы как бы слышите это слово без временных ограничений, все сразу, все целиком. К сожалению, невозможно полноценно на словах объяснить, как происходит заполнение сознания объектом медитации, но те, кто уже имеет некий опыт медитаций, наверняка знают, о чем идет речь. Те же, кто не имеет такого опыта, смогут понять это, только попробовав и прочувствовав это на себе.

*Главное: если вы решитесь поупражняться в этой медитации – отнеситесь к ней как к игре. Когда вы делаете все играючи, без излишней серьезности и лишнего, ненужного напряжения, то быстро получаете удивительный результат!*

## Глава 19

### Я помню чудное мгновенье: передо мной явились вы!

Вот мы и подошли к концу книги. Надеюсь, вам со мной было не скучно. Но если мои надежды не оправданы, то я себя утешаю мыслью о том, что мой героический пример в деле написания этой работы послужит вам примером усидчивости и целеустремленности. Согласитесь – это не так мало!

Знаете, что самое приятное в окончании работы? То, что с завершением некоего труда, достижением некой цели весь мир предстает перед вами чистым листом бумаги. И все, что вы на этом листе изобразите, напишете, нарисуете – станет вашей судьбой!

Вы научились петь. Хорошо ли, плохо ли – жизнь покажет! Но в одном я уверена стопроцентно: ваша работа, ваши усилия не пропадут даром. Теперь у вас появились новые краски, и вы можете на вашем чистом белом листе выразить себя более ярко, более вдохновенно. А может быть, и вовсе гениально! Да, именно так! Вы стали лучше, красивее, богаче! Вы стали неповторимы! Я горжусь вами! И мой прощальный подарок вам – некоторая полезная информация в приложении. Удачи! И до встречи!

## Приложение

### Лучшая подборка скороговорок

#### Скороговорки на букву А

А мне не до недопомогания.  
Архип осип, Осип охрип.

## Скороговорки на букву Б

Бобр добр до бобрят.  
Болтунья болтала, пока не переболтала.  
Бомбардир бомбардировал Бранденбург.  
Бомбардир бонбоньерками бомбардировал барышень.  
Брит Клим брат, брит Игнат брат, брат Игнат бородат.  
Бык тупогуб, тупогубенький бычок, у быка бела губа была тупа.  
Бык тупогуб, тупогубенький бычок, у быка была тупа губа.  
Была у Фрола, Фролу на Лавра наврала, пойду к Лавру, Лавру на Фрола навру.

## Скороговорки на букву В

В один, Клим, клин колоти.  
В поле Фрося полет просо, сорняки выносит Фрося.  
В шалаше шуршит шелками желтый дервиш из Алжира и, жонглируя ножами, штуку кушает инжира.  
Вакул бабу обул, да и Вакула баба обула.  
Вахмистр с вахмистршей, ротмистр с ротмистршей.  
Вашему пономарю нашего пономаря не перепономаривать статью: наш пономарь вашего пономаря перепономарит, перевыпономарит.  
Везет Сенька Саньку с Сонькой на санках. Санки скок, Сеньку с ног, Соньку в лоб – все в сугроб.  
Верзила Вавила весело ворочал вины.  
Во мраке раки шумят в драке.  
Водовоз вез воду из-под водопровода.  
Волхвовал волхв в хлеву с волхвами.  
Враль клал в ларь.  
Все бобры для своих бобрят добры.  
Всех скороговорок не перескороговоришь, не перевыскороговоришь.

## Скороговорки на букву Г

Говорил командир про полковника и про полковницу, про подполковника и про подполковницу, про поручика и про поручицу, про подпоручика и про подпоручицу, про прапорщика и про прапорщицу, про подпрапорщика, а про подпрапорщицу молчал.  
Говорили про Ларю, Про Ларьку, Про Ларину жену.  
Говорили про Прокоповича. Про какого Прокоповича? Про Прокоповича, про Прокоповича, про Прокоповича, про твоего.  
Гонец с галер сгорел.  
Город Нерль на Нерли реке.

## Скороговорки на букву Д

Даже шею, даже уши ты испачкал в черной туши. Становись скорей под душ. Смой с ушей под душем тушь.  
Два дровосека, два дроворуба говорили про Ларьку, про Варьку, про Ларину жену.  
Два щенка щека к щеке щиплют щетку в уголке.  
Две реки: Вазуза с Гжатью, Вазуза с Гжатью.  
Добыл бобыль бобов.  
Дробью по перепелам да по тетеревам.

### Скороговорки на букву Е

Ест Федька с водкой редьку, ест редька с водкой Федьку.

### Скороговорки на букву Ж

Жал Зямка замшу, жевал Зямка жамку в замке.

Жри во ржи, да не ржи.

Жужжит жужелица, жужжит, да не кружится.

Жутко жуку жить на суку.

### Скороговорки на букву З

Забыл Панкрат Кондратьев домкрат, а Панкрату без домкрата не поднять на тракте трактор.

### Скороговорки на букву И

Идти на рать, так бердыш брать.

Из кузова в кузов шла перегрузка арбузов. В грозу, в грязи от груза арбузов развалился кузов.

Из-под Костромы, из-под Костромищи шли четыре мужчины. Говорили они про торги да про покупки, про крупу да про подкрупки.

Интервьюер интервента интервьюировал.

Инцидент с интендантом.

### Скороговорки на букву К

К Габсбургам из Страсбурга.

Кавалеры королевы плыли к ней на каравелле.

Карл клал лук на ларь. Клара крала лук с ларя.

Карл у Клары украл коралл, Клара у Карла украла кларнет.

Клара-кряля кралась к Ларе.

Колпак на колпаке, под колпаком колпак.

Константин констатировал.

Королева Клара строго карала Карла за кражу коралла.

Корольчорел.

Косарь Косьян косой косит косо. Не скосит косарь Косьян покоса.

Краб крабу сделал грабли. Подал грабли крабу краб: сено граблями, краб, грабь.

Кукушка кукушонку купила капюшон. Надел кукушонок капюшон. Как в капюшоне он смешон.

Купи кипу пик.

Купи кипу пуха.

Курфюрст скопрометировал ландскнехта.

Курьера курьер обгоняет в карьере.

### Скороговорки на букву Л

Либретто «Риголетто».

### Скороговорки на букву М

Маланья-болтунья молоко болтала, выбалтывала – не выболтала.

Мамаша Ромаше дала сыворотку из-под простокваши.  
Мы ели, ели ершей у ели. Их еле-еле у ели доели.

### Скороговорки на букву Н

На горе Арарат рвала Варвара виноград.  
На дворе – травушка, в сундуке – Савушка.  
На дворе дрова, за двором дрова, под двором дрова, над двором дрова, дрова вдоль двора, дрова вширь двора, не вместит двор дров. Дрова выдворить обратно на дровяной двор.  
На дворе трава, на траве дрова, не руби дрова на траве двора.  
На дворе трава, на траве дрова: раз дрова, два дрова, три дрова.  
На меду медовик, а мне не до медовика.  
Наш голова вашего голову головой переголовал, перевыголовил.  
Наш Полкан из Байкала лакал. Полкан лакал, не мелел Байкал.  
Не все песни о степи спеты!  
Не долби, Балда, по болту кувалдой!  
Не жалела мама мыла. Мама Милу мылом мыла. Мила мыла не любила, мыло Мила уронила.  
Не хочет косой косить косой, говорит, коса коса.

### Скороговорки на букву О

Около кола колокола, около ворот коловорот.  
Около колодца кольцо не найдется.  
Орел на горе, перо на орле. Гора под орлом, орел под пером.  
Осип охрип, Архип осип.  
От топота копыт пыль по полю летит.

### Скороговорки на букву П

Пара птиц порхала, порхала – да и выпорхнула.  
Плешь идет на гору, плешь идет под гору, плешь с плешью встретится, плешь плещи молвит:  
По семеро в сани уселись сами.  
По шоссе Саша шел, саше на шоссе Саша нашел.  
Погода размокропогодилась.  
Поезд мчится скрежеща: ж, ч, ш, щ, ж, ч, ш, щ.  
Поехала Валерия в Карелию.  
Полили ли лилию? Видели ли Лидию? Полили лилию. Видели Лидию.  
Полпогреба репы, полколпака гороху.  
Прецедент с претендентом.  
Пришел Прокоп, кипел укроп, ушел Прокоп, кипел укроп. Как при Прокопе кипел укроп, так и без Прокопа кипел укроп.  
Протокол про протокол протоколом запротоколировали.

### Скороговорки на букву Р

Разнервничавшегося конституционалиста (Пропроколокропенко) нашли акклиматизировавшимся в Константинополе.  
Рапортовал, да не дорапортовал, дорапортовывал, да зарапортовался.  
Расскажите про покупки. Про какие про покупки. Про покупки, про покупки, про покупочки свои.  
Расчувствовавшаяся Лукерья расчувствовала нерасчувствовавшегося Николку.

Регулировщик лигуриец регулировал в Лигурии.  
Рододендроны из дендрария.  
Рыла свинья белорыла, тупорыла полдвора рылом изрыла, вырыла, подрыла.

### Скороговорки на букву С

Самшит, самшит, как ты крепко сшит.  
Сачок зацепился за сучок.  
Свиристель свиристит свирелью.  
Сидел тетерев на дереве, а тетерка с тетеревами на ветке.  
Стоит копна с подприкопеночком.  
Стоит поп на копне, колпак на попе. Копна под попом, поп под колпаком.  
Сшит колпак не по-колпаковски, вылит колокол не по-колоколовски, надо колпак переколпаковать, перевыколпаковать, перевыколпаковать, переколпаковать.  
Съел молодец тридцать три пирога с пирогом, да все с творогом.  
Съел молодец тридцать три пирога с пирогом, да все с творогом.

### Скороговорки на букву Т

Талер тарелка стоит.  
Течет речка, печет печка, течет печка, печет печка!  
Течет речка, печет печка.  
Ткет ткач ткани на платки Тане.  
Тридцать три корабля лавировали, лавировали, да не вылавировали.  
Тщетно тщится щука ущемить леща.

### Скороговорки на букву У

У барана рога скручены-перекручены, верчены-переверчены.  
У ежа ежата, у ужа ужата.  
У елки иголки колки.  
У нас во дворе-подворье погода размокропогодилась.  
У нас гость унес трость.  
У осы не усы, не усища, а усики.  
У осы не усы, не усищи, а усики.  
У Сени и Сани в сенях сом с усами.  
У Феофана Митрофаныча три сына Феофаныча.  
Уточка-вострохвосточка ныряла да выныривала, выныривала да ныряла.

### Скороговорки на букву Ф

Фараонов фаворит на сапфир сменял нефрит.

### Скороговорки на букву Х

Хвалю халву.

### Скороговорки на букву Ц

Цапля чахла, цапля сохла, цапля сдохла.  
Ценит цеп косец по косовице.  
Цыпленок цапли цепко цеплялся за цеп.

## Скороговорки на букву Ч

Черной галке черный дрозд подарил черники горсть. Черная галка Чернику склевала, Только, представьте, Чернее не стала.

Четверть четверика гороха, без червоточки.

Чешуя у щучки, щетинка у чушки.

## Скороговорки на букву Ш

Шакал шагал, шакал скакал.

Шел дегтоник, а мне не до деготника, не до деготниковой жены.

Шестнадцать шли мышей и шесть нашли грошей, а мыши, что поплоше, шумливо шарят гроши.

Шла Саша по шоссе и сосала сушку.

Шли сорок мышей и шесть нашли грошей, а мыши, что поплоше, нашли по два гроша.

Шли три попа, три Прокопия попа, три Прокопиевича. Говорили про попа, про Прокопия попа, про Прокопиевича.

## Скороговорки на букву Щ

Щипцы да клещи – вот наши вещи.

## Скороговорки на букву Я

Яшма в замше замшела.

## Лечение голосовых связок

Одним из наиболее распространенных заболеваний голосовых связок является хрипота. В крайних случаях может происходить полная потеря голоса. При лечении голосовых связок можно использовать следующие рецепты народной медицины:

- сбор из двух столовых ложек травы крапивы и одной столовой ложки цветков и стеблей марьиного корня заливают двумя стаканами кипятка, настаивают в течение 1,5 часов. Готовый теплый настой используют для полоскания горла до пяти раз в день.

- в стакане теплого молока растворяют одну чайную ложку меда и пьют за час до еды маленькими глотками. Процедуру повторяют 3 раза в день, стараясь не проводить ее перед выходом на улицу.

- стаканом кипятка заливают одну столовую ложку цветков алтея, добавляют одну чайную ложку меда и пьют не спеша. Процедуру нужно проводить за час перед едой или через час после, повторяя в течение дня три раза.

- корни хрена измельчают на мелкой терке. Две столовые ложки получившейся кашицы смешивают с таким же количеством меда. Принимают через каждый час в течение дня по одной чайной ложке. Через пару дней голос восстанавливается.

- для приготовления этого лекарства нужно смешать следующие ингредиенты: один стакан сушеных ягод малины, две столовые ложки меда, две чайные ложки рафинированного подсолнечного масла, 5 г порошка имбиря. Образовавшуюся смесь высыпают в термос и заливают 300 г кипятка. Средство должно настояться в течение 8–10 часов. Перед употреблением отвар процедить, принимать 2–3 раза в день в теплом виде, за два часа до еды, и обязательно – перед сном.

- при хронических заболеваниях связок для поддержания их в здоровом состоянии рекомендуется регулярно (по 3 недели в месяц) пить коктейль, состоящий из морковного сока и молока (1:3) по половине стакана в день.

Кроме того прекрасно помогает выпитый на ночь один стакан пива, предварительно смешанный с одной столовой ложкой меда или тремя столовыми ложками молока. Также полезно ежедневно натощак съесть сырые, вареные или печеные чеснок и лук.

А при полной потере голоса народная медицина советует использовать отвар из коры старой осины. Средство заваривают и пьют как чай. С этой же целью можно принимать отвар из семян льна или аниса: половину стакана семян заливают стаканом кипятка, кипятят в течение 15 минут и в процеженный отвар добавляют одну столовую ложку меда или две столовых ложки коньяка. Принимают по одной столовой ложке каждые полчаса.