

ИСПОЛНИТЕЛЬСКОЕ ДЫХАНИЕ КАК ВАЖНЕЙШИЙ ЭЛЕМЕНТ ПОДГОТОВКИ ИСПОЛНИТЕЛЕЙ НА ДУХОВЫХ ИНСТРУМЕНТАХ

Крылов Сергей Петрович

и.о. профессора, Ростовская государственная консерватория им. С.В. Рахманинова, РФ, Ростов-на-Дону

Breathing during performance: the essential guide for teaching brass players

Sergey Krylov

assistant professor, Rostov State Conservatory named after S.V. Rakhmaninov, Russia, Rostov - on - Don

Аннотация. В статье рассматриваются принципы постановки правильного исполнительского дыхания при игре на медных духовых инструментах и связанная с ним специфическая деятельность лёгких, гортани, ротовой полости и брюшного пресса. Наблюдения и выводы, содержащиеся в работе раскрывают проблематику формирования качественного звука, тембра, функционирования вдоха – выдоха. Перечислены все основные виды исполнительского дыхания, при которых диафрагма принимает активное участие. Подробно рассмотрены специальные упражнения для тренировки дыхательной мускулатуры, заставляя её работать без усилий. Правильное выполнение дыхательной гимнастики ускоряет овладение нужными навыками, развивает и укрепляет органы дыхания. Определена взаимосвязь звукообразования, тембра, динамики с правильной работой мышц брюшного пресса. Именно навык игры на «опёртом» звуке – является для исполнителей на духовых инструментах основополагающим. Автор работы сознаёт, что затронутая тема сложная и многообразная, в которой нет места мелочам. Некоторые мои рассуждения могут кому-то показаться спорными, консервативными. Приглашаю профессионалов к творческому поиску, вызывающего желание думать, работать и экспериментировать. Предназначается для профессионально подготовленных исполнителей и педагогов средних и высших учебных заведений.

Abstract. This article will review the key principals of building a proper breathing when performing brass instruments on stage and the specifics of how the lungs, larynx, throat, and stomach muscles work during the performance.

The research conducted in this article reveals several issues that brass players can face when trying to create quality sound and timbre and master the breath-in and breath-out practise.

All major types of performance breathings where the diaphragm appears to be active are listed in this article. There is also a whole section on specific exercises for getting respiratory muscles stronger and work effortlessly. When students use respiratory exercises appropriately they grow the ability to develop respiratory organs much faster.

After reading this article it will be clear to understand that producing the sound, timbre, and the stomach muscles movements are strongly connected together.

There is also an explanation on why playing with “supported sound” is the most important skill for brass players.

The author understands that the subject of this article is complex and too grand for going into too much detail. It is possible that some of the arguments may appear to be too controversial. However the purpose of this article is to welcome professionals to creative thinking, working and experimenting.

This article is designed for teachers and students of music schools and institutions.

Ключевые слова: дыхание; исполнительство; техника; звук; диафрагма; тембр; интонация.

Keywords: breathing, performance, technique, sound, diaphragm, tone, intonation.

Существует множество мнений о важности работы над той или иной составляющей исполнительского аппарата духовика. Находясь в постоянном поиске в отношении правильного положения мундштука на губах, работы губ, диафрагмы, дыхания, ученик так запутывается в своих поисках, что упускает из виду, пожалуй, самый важный вопрос подготовки исполнителя-духовика-вопрос исполнительского дыхания.

Именно поэтому свою статью я решил посвятить правильной постановке исполнительского дыхания при игре на духовых инструментах.

Несмотря на то, что все видные, как отечественные, так и зарубежные исполнители и педагоги уделяют вопросу дыхания большое внимание, большинство учеников, даже поступающих в ВУЗы, не обладают правильными навыками исполнительского дыхания.

В чём же кроются причины такого положения проблем в нашем деле?

В первую очередь это, на мой взгляд, низкий профессиональный уровень преподавателей, работающих в музыкальных школах и училищах, которые ныне переименованы в лицеи, колледжи, МУДО. Учебные заведения переименовали, а уровень подачи предметов остался в лучшем случае на том же уровне, в худшем - опустился до уровня элементарной погони за увеличением нагрузки, без всякой заботы о качестве и уровне преподавания, от которых, возможно, зависит вся дальнейшая жизнь учеников таких горе - педагогов.

Свою работу я избавил от множества схем, графиков, диаграмм, фото, медицинских терминов, имеющих место в трудах других авторов. Надеюсь, что это вместе с доступным языком, окажет помощь обучающимся игре на духовых инструментах.

Уже само название "Духовые инструменты", происходят от слова "дух", "дыхание" - указывает нам на всю важность исполнительского дыхания как при обучении, так и в дальнейшей профессиональной работе исполнителей на духовых инструментах. Начиная свои занятия на духовом инструменте хочется дать один, но, на мой взгляд, основополагающий и нужный совет: "Ставить перед собой большие цели, чтобы некогда было ныть, стонать и бояться. Ваши ошибки должны быть для вас уроком, а не травмой".

Исполнительское дыхание музыканта-духовика - особая деятельность дыхательного аппарата, приспособляемого к условиям звукоизвлечения и звуковедения, в основе которой лежит управление исполнителем фазами вдоха и выдоха, характеризующимися своей неравномерностью, связанной с характером исполняемой музыки.

При игре на духовом инструменте нужно добиваться естественного дыхания, которое является источником звука. Являясь возбудителем колебаний, дыхание заставляет

вибрировать губы. Эти колебания передаются воздушной струе, которая, попадая в инструмент, преобразуется с его помощью в звук.

Техника исполнительского дыхания - это, навык, подчинённый задачам исполняемой музыки. Правильная постановка - это не только исходное положение губ, языка, пальцев, дыхания, но и наиболее рациональное приспособление нашего исполнительского аппарата и организма к условиям игры на духовом инструменте. Правильно поставленное дыхание позволяет получать начало звука без атаки, а только толчком опертого на диафрагму и брюшной пресс дыхания.

Исполнительское дыхание - важнейшая составляющая методики обучения игре на духовых инструментах. Особенности исполнительского дыхания музыканта во многом определяют художественную выразительность исполнения, качество звука, характер штрихов и динамических оттенков. И от того, как мы им владеем, зависит профессиональный уровень музыканта-духовика.

Несмотря на то, что во многих работах, посвящённых методике обучения игре на духовых инструментах, рассматриваются вопросы исполнительского дыхания, наши знания в этой области пока ещё недостаточны. Появление в сольной, ансамблевой, оркестровой литературе большого количества новых произведений, а также многочисленные переложения для различных инструментов, ставят перед исполнителями новые, более высокие задачи, в свою очередь выдвигающие новые требования перед исполнителями. Большой вклад в решение этих проблем вносят ведущие, как отечественные, так и зарубежные педагоги-методисты, благодаря которым наши знания в этой области пополняются из года в год. Многие из них используют опыт отечественных и зарубежных вокалистов.

В одном из своих интервью выдающаяся певица, наша современница Монтсеррат Кабалье сказала, что большинство людей, которые выходят на оперную или эстрадную сцену, представления не имеют, как правильно дышать. Проблема, которая со временем может привести к серьёзным осложнениям с голосом. За время работы в оркестре и в педагогике, я слушал много вокалистов. К сожалению, только единицы из них владеют правильно поставленным широким исполнительским дыханием. Большинство же, используя свои природные данные, свою вокальную природу, совсем не задумываются о своём профессиональном будущем [12].

Наша выдающаяся певица с мировым именем Галина Павловна Вишневская в своей книге пишет, что больше всего она занималась дыханием - чтобы освободить диафрагму, тем самым освобождая язык, гортань, брюшной пресс. При зажатой диафрагме, при такой судороге не то что петь - говорить невозможно. Если сажать звук на горло, то с таким дыханием кое-как можно петь в среднем регистре, о верхнем же не может быть и речи [12].

Другой замечательный певец К. Плужников в работе с учениками даёт следующие советы :

- "1. Идти от простого к сложному.
2. Не требовать достижения результата любой ценой. Он придёт в своё время с помощью вашего таланта и труда.
3. Ошибка ученика должна быть уроком, а не травмой.
4. Ваш ученик - ваш менее опытный коллега, который не должен чувствовать вашего откровенного превосходства. Только стерев грань между ним и собой, вы сможете рассчитывать на успех в деле со своим новым коллегой" [12].

Искусство пения - это искусство дыхания. От дыхания зависит и искусство пения на духовых инструментах. Понятием «пение», хочется подчеркнуть не только владение кантиленой, но и понимание того, что самый виртуозный пассаж, фраза, этюд или пьеса могут быть выразительно и высокохудожественно исполнены музыкантом, который в полной мере овладел исполнительским дыханием.

В осмыслении исполнительского дыхания нужно идти от практики к теории, а не наоборот. Выдающийся методист вокала А. Ардер утверждал, что вдох должен происходить спокойно, плавно, легко и беззвучно, как будто вы вдыхаете аромат цветка. Вдох должен производиться с такой мыслью, что сразу за ним последует активный выдох [12].

При обучении пению имелось в виду укрепление дыхания и развитие кантилены, чему лучшим образом содействовало ровное поступенное движение голоса.

Переходя к анализу исполнительского дыхания при игре на духовых инструментах, нужно помнить о главном достоинстве духовых инструментов – умении петь, как при исполнении кантилены, так и мелкой техники, поэтому слух должен быть беспощадным, разум щедрым, чувства экономны. Любой исполнитель должен довести до совершенства владение исполнительским дыханием, прилагая к этому свой талант и труд.

При обучении начинающие музыканты хотят как можно скорее добиться большего результата. Задача педагога – поощряя это стремление, привести ученика к разумному, постепенному овладению инструментом. При этом нужно всегда помнить, что нетерпение – враг честолюбивого музыканта.

Исполнительское дыхание является основой средств музыкальной выразительности – тембр звука, его певучести, диапазона, звучащей мелкой техники.

Вдох исполнителя должен быть спокойным, с тем, чтобы можно было ощутить, как лёгкие заполняются воздухом с нижней своей части и до самого верха. При вдохе может возникнуть вопрос о том, как набирать воздух – ртом или носом? Уверен, что каждый исполнитель должен выбрать для себя тот способ, который для него удобен в данный момент, помня при этом, что при наборе воздуха ртом, есть опасность растяжки губ.

Продолжительность вдоха должна соответствовать характеру исполняемой музыки.

Дыхание – средство музыкальной выразительности. Оно всегда подчиняется музыкально – исполнительским законам. От характера музыки зависят его скорость, полнота. Среди педагогов отсутствует единая точка зрения по проблемам исполнительского дыхания, поэтому учащимся подчас трудно разобраться в противоречиях, встречающихся в учебниках и методических пособиях.

Разделение исполнительского дыхания на три типа (грудное, брюшное, смешанное) мне кажется не вполне обоснованным, поэтому считаю правильным классифицировать исполнительское дыхание как грудобрюшное, или смешанное, при котором лёгкие заполняются воздухом настолько, насколько это требуется для исполнения той или иной фразы.

Исполнительское дыхание формируется при сознательном управлении, тренировке и развитии целенаправленных усилий. В ином случае имеет место излишнее напряжение губ, языка, горла, что в свою очередь мешает прохождению воздуха в инструмент.

Овладевая исполнительским мастерством, музыкант стремится к тому, чтобы инструмент во всех регистрах звучал наполнено и одинаковым тембром. Наряду с приобретением виртуозных данных, исполнитель постоянно вырабатывает способность к воспроизведению распевных, широких мелодий, учится в полном смысле слова петь на инструменте. Это возможно только при правильно поставленном исполнительском дыхании.

Под техникой дыхания подразумевается натренированная способность музыканта к активному глубокому вдоху и следующему за ним продолжительному, опёртому, как бы на крещендо, выдоху, подчинённых задачам исполняемой музыки. Исполнитель должен полностью контролировать и количество воздуха при вдохе – выдохе для регулирования динамики, интонации, качества звука.

При занятиях на инструменте думайте, что вы дуете через раструб, а не через мундштук – тогда звучание вашего инструмента будет свободным и богатым. Слог «то» в гортани должен

быть постоянно. Он обеспечит правильный, насыщенный выдох и качественный звук во всех регистрах. При правильном положении гортани на слоге «то», из инструмента идёт тёплый звук, а при сжатой гортани, на слогах «те» или «ти» - холодный. Исполнители зажимают гортань для того, чтобы компенсировать недостаточную плотность выдоха при игре в верхнем регистре, что ухудшает тембр звука.

Тренировка дыхательной мускулатуры может проходить как с инструментом, так и без него. Исполнительское дыхание – процесс творческий, связанный со звукообразованием, реальным звучанием инструмента, выразительностью звука. В нём важную роль играют также гортань, язык, губы.

В своих ежедневных занятиях нужно держать под постоянным контролем работу дыхания, обращая пристальное внимание на активную работу и взаимодействие диафрагмы и брюшного пресса без излишнего напряжения.

Упр. 1. Ноги на ширине плеч, руки в стороны: вдох – выпячивая живот, выдох – руки вперёд, наклоняясь и втягивая мышцы живота.

Упр. 2. Вдох – лёжа на спине, руки на живот; при продолжительном выдохе руками надавливать на живот.

Упр. 3. Ноги на ширине плеч, руки на поясе; после вдоха производить короткие, толчками, выдохами.

Качество звукообразования зависит от координации работы дыхания, языка, амбушюра, при активном слуховом контроле.

Роль клапана, дающего начало извлечению звука – атаке – выполняет язык. Именно он открывает свободный доступ струе воздуха в инструмент. Во время атаки язык не должен быть зажатым, напряжённым. В этом случае напряжение передаётся на горло, брюшной пресс, диафрагму. В этом случае свободный выдох становится невозможным, что отрицательно сказывается на качестве звука.

Хорошее качество звучания – результат ровного, активного, управляемого выдоха. Но главное, каким должен быть звук – он должен быть умным, осмысленным, выразительным. Музыкант должен представлять себе идеал звука и стремиться к нему. Высокоталантливого музыканта отличает сильный, свободно льющийся звук красивого тембра, без всяких лишних призвуков.

Начало звука – это определённая, чёткая атака, производимая одновременно с началом активного выдоха. Для развития дыхания очень полезно исполнение упражнений на продолжительных звуках, что позволяет исполнителю контролировать правильность выдоха. Для достижения же качественного звучания в технических пассажах, нужно думать о них, как о заливочных и добавлять к легато – атаку звука. Этот приём позволит добиться непрерывного выдоха при исполнении мелкой техники.

В основе исполнительского дыхания лежит способность управлять дыханием, всё время держать его под контролем, особенно в начальной стадии обучения. При правильном и полном овладении приёмами исполнительского дыхания оно осуществляется автоматически. В исполнительском процессе музыкант обеспечивает своим дыханием также и потребность организма в кислороде.

При разборе проблем исполнительского дыхания мы должны уяснить для себя, что оно состоит из двух моментов. Это вдох и выдох.

Разберём первый момент – момент вдоха.

При вдохе горло должно быть свободным, не зажатым. В идеале так оно должно быть и при выдохе. Вдох через нос сохраняет губы в собранном состоянии.

При естественном вдохе воздух полностью заполняет лёгкие. Активная работа диафрагмы и

мышц брюшного пресса обеспечивает активность и свободу вдоха.

Лёгкие при вдохе должны заполняться воздухом снизу доверху, наподобие сосуда с водой, в котором жидкость сначала покрывает дно, наполняя ёмкость доверху. Таким образом, в лёгких образуется «воздушный столб», опирающийся на «дно» лёгких – на диафрагму.

Диафрагма – это большая мускульная лента, расположенная под грудной клеткой. Естественная форма диафрагмы – арка.

При вдохе диафрагма опускается в брюшную полость, а межрёберные мышцы приподнимают грудную клетку, тем самым увеличивая её размер. Благодаря этому лёгкие эластично растягиваются и в них поступает воздух.

Как совершенный насос, диафрагма опускается при вдохе и поднимается при выдохе, тем самым создавая необходимую для игры на духовом инструменте плотность выдоха.

Для извлечения звуков определённой высоты, тембра, динамики, характера, длительности исполнителю на любом духовом инструменте необходим активный выдох, который должен быть обеспечен не менее активным вдохом. Степень их активности определяется характером исполняемой музыки и спецификой того или иного духового инструмента. Своеобразным клапаном на пути воздуха из лёгких в инструмент является язык, корень которого регулирует доступ воздуха в полости рта, а его кончик через губную щель в мундштук.

Важным правилом, на мой взгляд, является отсутствие остановки между вдохом и выдохом. Наличие такой остановки приводит к зажатию горла, что в свою очередь затрудняет звукоизвлечение.

Профессиональная работа на инструменте – это осмысленно контролируемое всеми составными частями исполнительского аппарата, и в первую очередь освоение основных принципов исполнительского дыхания. Правильно поставленное дыхание – это жизнь человека и музыканта-духовика.

При прохождении через губную щель плотность выдоха должна быть стабильной, без резких изменений и толчков.

Выдох и атака звука взаимосвязаны, поэтому выдох должен подаваться одновременно с атакой. При восходящем движении мелодии или пассажа плотность выдоха должна увеличиваться, при нисходящем движении выдох также должен быть активным, как будто вы хотите играть «крещендо».

Мастерство выполнения выдоха определяется умением исполнителя играть на опёртом дыхании, суть которого состоит в том, что такая игра связана с максимально плавным, упругим выдохом, сопровождаемым ощущением активного торможения диафрагмы, которая является наиболее сильной и активной мышцей, участвующей в осуществлении как обычного, так и исполнительского дыхания. При исполнительском дыхании мы сознательно задерживаем возвращение диафрагмы в обычное положение. В это время не только диафрагма, но и все мышцы участвующие в дыхательном процессе, работают очень интенсивно, обеспечивая необходимую плотность выдоха, что и создаёт основу в исполнительском дыхании.

Все звуки должны извлекаться с опорой на выдох и наполняться той плотностью выдоха, которая необходима для данного звука. Это возможно только при полном раскрепощении горла. Положение горла при выдохе такое же свободное, как при вдохе.

В основе развития исполнительского дыхания не последнее место занимают физические данные исполнителя, постоянная тренировка диафрагмы, грудных, межрёберных, шейных мышц, брюшного пресса.

Говоря о выдохе, нельзя не сказать о том, что количество воздуха, необходимое для звукоизвлечения, уменьшается с повышением диапазона, вместе с тем увеличивается

плотность выдоха.

Выдыхая тёплый воздух, сохраняем гортань в открытом состоянии.

Важно, чтобы ученик сразу привыкал брать столько воздуха, сколько необходимо для исполнения следующей фразы и привыкать к фразировке с помощью дыхания.

Исполнительская практика основывается на взаимной связи музыкального содержания произведения и техническим владением исполнительскими приёмами на инструменте. Только так можно воспитать мыслящего и чувствующего музыканта, для которого техника владения инструментом является не самоцелью, а средством художественно-музыкального воплощения его мыслей и чувств, замысла автора.

Критерием правильного выдоха является качество звука на вашем инструменте. Красивый, выразительный звук – результат правильного исполнительского дыхания. Если ваш звук напряжён, зажат – вы дышите неправильно, т. е. перенапрягаетесь.

Профессиональный приём ведения звука главным образом связан с развитым, гибким дыханием и закалёнными, натренированными мышцами губ. Образование звука происходит от движения струи воздуха, её плотности, объёма, которые в свою очередь зависят от постановки мундштука, формы рта, полноты и положения губ, работы дыхательных мышц. Всё это должно контролироваться сознанием исполнителя, а звучание слухом.

Произнесение определённых слогов оказывает прямое влияние на формирование воздушной струи, и, следовательно, качества звука.

Формирование красивого музыкального звука происходит при правильном положении горла, губной щели, и определённой для данного звука плотности выдоха. Контроль за этим процессом осуществляется при помощи слухового анализа и профессионально – художественного вкуса музыканта.

В заключение хочу сказать, что все советы и рекомендации, предложенные вам в этой работе, не нужно воспринимать как диктат. Необходимо помнить, что каждый из нас индивидуален, и то, что помогает одному, может полностью не подойти другому.

Список литературы:

1. Арбан Ж.Б. – Полная школа игры на корнет-а-пистоне и трубе. - Москва, 1970. - 264 с.
2. Докшицер Т.А. Из записной книжки трубача / Т.А. Докшицер. - Москва, 1995. - 230 с.
3. Докшицер Т.А. Трубач на коне / Т.А. Докшицер. - Москва, 2008. - 232 с.
4. Докшицер Т.А. Система комплексных упражнений трубача / Т.А. Докшицер. - Москва, 1985. - 113 с.
5. Дмитриев Л.Б. Основы вокальной методики / Л.Б. Дмитриев. - Москва, 1968. - 675 с.
6. Диков Б.А. О дыхании при игре на духовых инструментах / Б.А. Диков. - Москва, 1956. - 101 с.
7. Макбет К. Подлинная система Луиса Маджио для медных духовых инструментов. США, Калифорния, 1968. - 81 с.
8. Табаков М.И. Школа обучения игре на трубе. - Москва, 1953. - 90 с.
9. Фаркаш Ф. Искусство игры на медных духовых инструментах. - Москва, 1998. - 68 с.

10. Щёлоков В.И. Прогрессивная школа игры на трубе. - Екатеринбург, 2002. - 380 с.
11. Усов Ю.А. 100 секретов трубача. - Москва: "Музыка", 2005. - 23 с.
12. Ярославцева Л.К. Особенности дыхания у певцов: автореф. дис. на соискание ученой степени кандидата искусствоведения. 17.00.02 / Людмила Константиновна Ярославцева / Ленингр. гос. консерватория им. Н.А. Римского-Корсакова. Кафедра сольного пения. - Ленинград, 1974. - 23 с.