

Глава 7
Человеческое пение
как «носитель внутреннего магнетизма»

*Я люблю человеческий голос,
Одинокий человеческий голос,
Измученный любовью
и вознесённый над гибельной землёю.
Голос должен высвободиться
из гармонии мира и хора природы
ради своей одинокой ноты*

Федерико Гарсиа Лорка

*Всякий звук,
с мыслию
сопряжённый,
несёт прямо
в душу.*

А.Н.Радищев

В окружающем нас мире благозвучного немало. Но лишь человек обладает особым «инструментом», способным придавать эмоционально-смысловую определённость звучанию. И инструмент этот - певческий голос, – как естественное проявление человеческой природы, пронизывающее всех и вся, данное человеку для выражения собственного духовного состояния. **«И дело каждого человека не превращать средоточие русской души в биологическую функцию голосового аппарата, а сохранить его в своём перводанном виде»** [70].

Голос – это уникальный музыкальный «инструмент», данный человеку самой Природой. Отметим, что голос человека вибрирует всегда, когда он звучит (при разговоре, пении, шёпоте). И более совершенного (в частности – с терапевтической точки зрения) музыкального инструмента, подходящего для конкретного человека, просто не существует. Выделим отличие речи человека и пения человека: в речи человек строит логические обороты, и этими огромными логическими связями, цепями причин и следствий он связан с миром; поющий человек переходит в эмоциональную сферу. **Ведь петь можно только душой.** Недаром на Руси славяне считали, что поёт в человеке сама суть человеческая и пение - это её естественное состояние.

А что Вы знаете о себе самом, о своей внутренней вселенной, о потрясающих самое бурное воображение магических способностях своего физического тела, своей души, своей так и не востребованной творческой силы, а тем более о своём голосе?!

*Чудесное средство
ритма –
дисциплинирование
нервов, тренировка
гортани и лёгких.
Всё это ставит
пение рядом с
физической
культурой.
То и другое нужно
ежедневно – не в
меньшей степени,
чем пища.*

З. Кодай

**Давайте рассмотрим, какие же тайны и сокровища
скрывает в себе человеческий голос?**

*Голос есть
личность
О. Мандельштам*

Нас в детстве научили говорить - и мы говорим. На уроках физики мы узнали, что голос – это звуковые волны, которые образуются при проходе воздуха через голосовые связки. Но откуда берётся голос, как этот механизм работает, практически никто, кроме мистиков, специалистов по вокалу и сценической речи, и не задумывался всерьёз.

*Пение – чувство
собственного
существования.
М.
Мамардашвили*

Но ведь именно по голосу люди судят о характере человека, причём подсознательно и не всегда справедливо. Голос человеческий столь же уникален и неповторим, как строение сетчатки глаза и отпечатки пальцев каждой личности на Земле. Нам всегда приятно общаться с человеком, голос которого имеет яркое и выразительное звучание, приятный тембр голоса.

*Давно известно,
что пение
является одним
из лучших
дыхательных
упражнений
(тренируется
дыхательная
мускулатура,
диафрагмальное
дыхание,
улучшается
дренаж бронхов,
увеличивается
жизненная
ёмкость лёгких).*

И люди, которые умеют работать с голосом и словом, обладают особым статусом, как в прошлом, так и в наше время. **А уж песня, исполненная от души, рождает эмоции и возносит нас на другой уровень бытия и восприятия — и нам бывает, совершенно не важно, русская ли народная это песня или исполненная на непонятном языке.** Именно поэтому можно прослезиться, услышав песню, даже не зная, о чём она. Всё зависит от инструмента, от исполнителя. Песня обладает величайшей силой. Вспомните сирен из "Одиссеи" Гомера, которые пели так, что моряки забывали о своих близких, о цели путешествия, обо всём на свете и даже теряли рассудок.

В.А.Шереметьев

В известном мифе об Орфее отражается высокая значимость пения, музыки и поэзии в древнегреческом мире. Орфей (или Арфа, - второе его имя, означающее исцеляющий светом) владел голосом необычайного очарования и был буквально волшебником своего музыкального искусства: когда он трогал струны лиры и начинал петь, дикие звери сходились к нему из чащи, слетались птицы, деревья и скалы собирались вокруг него. Волк лежал рядом с барашком и растроганно внимал Орфею. Во всей природе воцарялись мир и согласие. Вот какова сила божественного пения!

*Надо сильно
чувствовать
самому, чтобы
заставить
чувствовать
других.*

*Николо
Паганини*

«Его лира о семи струнах обнимала всю Вселенную. Каждая из струн соответствовала также одному из состояний человеческой души и содержала закон одной науки и одного искусства», - так писал об Орфее французский исследователь Эдуард Шюре.

А что значит «божественное» пение? Если мы посмотрим на человека как проводника звука или сосуд, через который льётся песня или речь, то увидим, что человек наполняется энергией и речь (или пение) это способ выразить («выплеснуть») эту энергию! Кто-то становится оратором и проводит бизнес-семинары, кто-то становится оперным певцом, кто-то поёт мантры, кто-то читает рэп, а кто-то — лекции в университете.



О.Г.Симонова

Невероятный уровень вокальной техники демонстрировали певцы, достигшие значительного преклонного возраста!

Магда Оливеро

(исполнительница более 80 оперных ролей) в 90 лет звучала очень профессионально.

*А американская певица **Лири Понс** (блестяще владевшая техникой колоратуры) в 74 года дала последний концерт и получила всемирное признание.*

***Анджело Лофорезе** в 92 года спел арию Монрико из оперы «Трубадур» на одном из своих концертов, показав невероятно высокие теноровые ноты.*

***Бас Джером Хайнс** также в преклонном возрасте удивлял своих поклонников.*

Отметим, что мало иметь превосходные вокальные данные, надо бережно относиться к голосу и беречь его!

Природа этой энергии едина, и наличие дара можно легко выявить по тому, какое ощущение производит эта речь, эта песня, которая исходит из человека. Более того, можно понять силу человека, может ли он справиться с этой божественной энергией. Часто бывает так, что человек ничем не выделяется, может быть, даже косноязычен, но стоит ему встать на трибуну, подняться на сцену, стоит включить камеру — и в него словно что-то вселяется и заставляет его говорить, и человек преобразуется. Стоит выключить камеру, уйти со сцены — и человека тоже словно выключили, он может и не вспомнить, что он говорил, что с ним происходило.

Иногда человеком управляет страх потерять внутренний контроль (или петь слишком громко, потому что вроде как неприлично), потому что потеря такого контроля может привести к огромному внутреннему освобождению, к которому человек может быть не готов. Песня, исполненная от души в состоянии "отпустить себя", приводит к изменённому состоянию сознания — это факт, и ты становишься чем-то большим, чем просто человек, ты — часть мира, ты становишься шире и глубже, это мощное духовное переживание.

Именно так работает техника - "покричать в поле" — что освобождает от блоков, чистит голову от дурных мыслей, а тело от внутренних блоков, которые приводят к мышечному напряжению. Именно поэтому проговаривание проблемы также способствует её решению — потому что энергия перестаёт вариться внутри, а находит выход. С точки зрения практики, при возникновении проблем с коммуникациями или вдохновением полезно петь и читать стихи, стимулируя тем самым горловой центр. Это процесс взаимосвязанный.

Отметим, что очень важно не оставлять энергию внутри в принципе, а тем более при исполнении песни. Страх певца (*страх быть не самым лучшим, страх не понравиться, страх не справиться с песней, страх опьянеть от мёда поэзии и полностью отдаться силе, большей, чем ты сам*) очень заметен публике, и всегда возникает ощущение недоделанности, и как следствие, никому не нравится — и певец собой недоволен, потому что нет удовлетворения, когда работаешь вполсилы, и публику не цепляет такая халтура, публике важна честность и полная отдача.

Не человек должен петь песню, а песня должна петь человека.

Если есть слово, которое хочется (пусть даже и страшно) сказать — его нужно сказать. Это воля Высших сил, её нельзя нарушать.

Если вам дан голос, дано слово — не молчите. Но в любом случае даже самый тихий голос должен звучать.

Таким образом, голос человека является проводником божественной энергии.

Когда к Сократу однажды привели человека, о котором он должен был высказать свое мнение, мудрец долго смотрел на него, а потом воскликнул: «Да говори же ты, наконец, чтобы я мог тебя видеть!»
[29]

А знаете ли Вы, что существует **наука о голосе – воксология**, которая считает человеческий голос проявлением силы, с помощью которой человек воздействует на окружающее пространство, орудием его проявления в мире на уровне энергии слова. Да-да, того самого Слова, что было Вначале... и которое послужило импульсом для материализации всего Творения. К тому же, психологами подсчитано, что общее впечатление о человеке на 55% зависит от мимики, на 38% от голоса и только на 7% от того, что именно этот человек говорит.

Известен такой факт, что при рождении каждый человек обладает чистым, сильным и совершенным голосом (***что подтверждает крик новорожденного, имеющего минимальный объём легких, но порой достигающего при этом силы звука в 110 децибел!***).

А также и то, что человек всю жизнь должен тренировать все 200 мышц, участвующих в образовании голоса, не меньше, чем тренирует мышцы ног, брюшного пресса и бицепсов. Иначе дальше в силу определённых внешних обстоятельств и воздействий человек теряет природный голос, что и случается с 90% представителей человеческого рода!

Пение есть истина, изливающаяся из сердца.

Стендаль

На предмет истинного происхождения голоса, вернее, системы извлечения звуков из человеческого организма, существуют различные точки зрения учёных и специалистов по обучению вокалу и правильной речи. Например, по теории русского врача позапрошлого века *Ильи Грузинова*, человеческий голос рождается в груди в нижнем конце дыхательного горла, и место рождения звука – бронхиальная система. Другой учёный из Санкт-Петербурга - *Леонид Работнов* - утверждает, что главным аргументом в громкости голоса являются мышечные системы, а образование голоса он приравнивает к важности, обеспечивающей жизнь системы дыхания, мол, неспроста мудрая природа расположила эти две основные функции организма в одном месте физического тела.

Пение – уникальная дыхательная гимнастика, в которой учитывается всё.
В.А.Шереметьев

Так вот, голос образуется внутри тела, даже не в груди, а в животе, и в его формировании участвуют все внутренние мышцы живота (но не пресса), груди и только в последнюю очередь – гортани. Звук, как таковой, настоящий, идёт из тела, а связки, язык и губы, по сути, должны его только обрабатывать, придавая смысл звукосочетаниям. Получается, что мы все говорим неправильно, редко у кого работает грудь (кому-то просто повезло от природы), но у большинства эту огромную работу по настройке голосовой волны, усилению и

донесению её до слушателя выполняет несчастное, постоянно перенапрягаемое горло, голосовые связки и губы.

Из-за этого искажения происходит неправильный воздухоход, неправильное дыхание и даже неправильная работа внутренних органов, потому что правильно поставленный голос обеспечивает работу всего тела, всех органов, а приток крови к ним налаживает работу всех функций организма. В реальности же, почти все люди ходят словно с удавкой на шее, им и на дыхание-то не хватает мощи, а они ещё пытаются перекричать друг друга...

Ранее в двух главных монастырях Тибета традиции Гелугпа, Гуйто и Гуйме, где практиковалось субгармоническое пение, монахи принимались в хор только после предварительной двадцатилетней подготовки. После захвата Тибета Китаем в 1959 году время обучения пришлось уменьшить.

Наука **воксология**, кроме непосредственно физиологических характеристик происхождения человеческого голоса, признаёт в своих высших разделах и его **магическую природу**. Утверждают, что чтению мантр, молитв и правильному выговариванию отдельных звуков всегда уделялось огромное внимание в религиозных культурах. Особенно важным считалось овладение произношением звука «р» (как, например, в зороастризме).

В одном из богослужебных руководств зафиксировано, что тот, кто не умеет правильно произносить звуки «б» и «з», а также «р» в слоге «ро», не имеет права читать мантры и молитвы в богослужении, потому что через тембр голоса и звуки речи проявляются вибрации планет в нашем мире, а на высших вибрациях голоса отмечается даже взаимодействие человека со звёздами.

В древности считалось, что пение и слово должны быть божественными и являться священнодействием – отсюда появление теургии, литургии, хорового пения в храмах. Меняя тона своего голоса, человек может проявить различные стороны своей сущности: чем богаче и разностороннее развита личность, тем большим количеством интонаций она владеет.

Пение — это важная часть тибетской буддийской церемонии. Для монахов молитвы и песнопения — это способ познания мира.

Например, исполнители **тибетской буддийской музыки** поют в стиле «ян» - низкими гортанными голосами, выпевая слоги очень медленно, ... связывают это с тантрической идеей о том, что чем ниже звук, тем он «не материальнее» и ближе к молчанию. В результате голос получает возможность производить вместе с основной нотой дополнительные обертоны - гармоники, и каждый певец становится человеком – хором.

Это один из тибетских разновидностей пения очень низких нот с гармониками, - так называемое субгармоническое пение, в котором буддисты адаптировали более древнее шаманское пение «хууми». Это пение отличается бессловесным пением в баритонном или теноровом регистре с мелодическими гармониками.

Оккультное значение человеческого голоса, как и озвучиваемой им речи, веками вызывало неподдельный интерес мистиков, пытающихся с его помощью овладеть тайными силами управления стихиями и мирами.

Человеческая история полна описанными примерами, когда сакральные звуки, мантры посвящённых, молитвы святых или заговоры колдунов и шаманов, произносимые вслух, действительно вызвали изменения в окружающем мире, видимые порой и физическими глазами. Но иногда даже один звук, одно слово, синхронно произнесённое большой массой людей, порождало самые непредсказуемые результаты его воздействия на человеческую психику.

Хазрат Инайят Хан (известнейший суфийский мастер и музыкант начала XX века) в своём философском сочинении «Мистицизм звука» рассказывает о великом певце Индии Тансене: «Тансен был йогом – йогом пения, он овладел звуком; поэтому звук его голоса стал живым; и благодаря тому, что он сделал свой голос живым, всё, чего он желал, происходило» [64].

Очень немногие в этом мире знают, какие чудеса могут производиться с помощью силы голоса. Если существует какой-нибудь след чуда, феномена, дива, то он – в голосе».

«На Ближнем Востоке среди православных христиан и армян существует обычай не использовать орган в церкви; они используют аккорд или звук, который издают десять или двенадцать человек замкнутыми губами. И каждый, кто слышал его, скажет, что они правы; звук органа гораздо более искусственный по сравнению со звуком, производимым голосами этих людей с замкнутыми губами. Он имеет такой замечательный магический эффект, он проникает так далеко и так глубоко в сердце и создаёт такую религиозную атмосферу, что человек не чувствует никакой необходимости в органе; это есть естественный орган, созданный Богом» [55].

Любопытное мнение о природе речевых звуков высказал великий Мхатовский актёр прошлого века **Михаил Чехов**, профессиональный знаток сценической речи, которой сам владел в многообразии и совершенстве своим голосом, и который своим талантом сумел проникнуть в глубокие тайны речевого процесса.

Он писал в своих воспоминаниях: «**Звуки речи, - это отдельные самостоятельные существа с индивидуальной душой и им одним свойственным звуковым содержанием.** Все эти индивидуальности тысячелетия воздействовали на человека, развивая и формируя аппарат речи. Все они жили вокруг человека, ища своё выражение через человеческую речь».

*Звук рождается
в нас, как
трепетный стон, и
изливается из
нашей груди,
как само дыхание
бытия... он
соединяет в себе
человека и
мироздание... в
членораздельном
звуке проявляется
сущность
мышления, а в
нечленораздельном
– сущность
чувства...
Пение являет
собой не только
характеристику
человека как «вида
живых существ»,
оно скорее
существенный
внутренний
атрибут человека,
с которым
непосредственно
или
опосредованным
образом связаны
другие атрибуты.
Пение всегда
выражение
внутреннего,
оно всегда глубинно
и никогда –
поверхностно.
В пении человек
проявляет свою
сущность.
Здесь происходит
встреча с бытием.*

В. фон Гумбольдт

В контексте нового понимания, что все миры состоят из единой божественной энергии, имеющей лишь различные комбинации плотности, идея великого актёра о живой сути нашей речи и голоса звучит совсем не архаично, а, напротив, своевременно и свежо.

*Голос является
выражением духа.
Если дух мягок, то
голос мягок;
если дух твёрд, то
голос твёрд; если
дух силен, то и
голос имеет силу;
если дух потерял
свою силу,
тогда и голос
теряет её.*

*Хазрат
Инайят Хан*

Среди учёных есть мнение, что звучание человеческого голоса, сакрально переданное через определённые части физического тела, обретает некое дополнительное измерение и благотворно воздействует на сознание особым образом. Древние искренне верили, что человеческое тело – это целый мир, а его части-органы соответствуют космическим частям и правящим ими Богам.

С Богами, в первую очередь, древние связывали: живот, горло, лёгкие, ядро (солнечное сплетение), а потом уже: глаза, руки и прочее - то есть инструменты физического тела, напрямую ответственные за извлечение звуков и звучание голоса.

*То, каким голосом
будет говорить в
своей жизни
человек, во многом
зависит от его
матери.
Именно её голос,
бесконечно
меняющийся в
самых разных
ситуациях
общения с
ребенком,
уже в раннем
возрасте малыши
принимает за
своеобразный
эталон
(младенец
начинает
подражать в
голосе,
прежде всего,
своей матери).*

[70]

Сказительство – как вид устного древнего искусства – напрямую работало с образами из иного мира, и являло слушателям редкое художественное умение «казать», «сказывать» образы песен, будить и вдохновлять людей, помогало человеку вспомнить себя настоящего, большого. Благодаря дару и технике пения скоморохов, сказителей-гуслиаров другие люди могли видеть иные пространства-миры, которые водящий открывал в песне, могли войти с ним в этот мир и проживать его вместе. Так вот, глубокое знание законов звукоизвлечения и умение управлять собственным голосом способны дать человеку магический инструмент контроля над жизнью. Силу целительского голосового воздействия древние осознавали очень глубоко и обращались с ней ответственно и осторожно. Именно по этой причине певцы древности испытывали свои духовные песнопения на себе самих путём пропевания ноты около получаса и изучения эффекта, оказываемого этой нотой на различные центры своего тела. Они знали, что духовные песнопения и молитвы способны открывать в человеке интуитивные способности, вселять бодрость, энтузиазм, или успокаивать, исцелять, наделять дополнительной энергией, а также «открыть внутренний магнетизм». Например, в ходе психологического изучения поющих людей, стало известно, что **певцы обладают гораздо большим жизненным магнетизмом, чем обычные люди.**

Ведь вы поёте и улыбаетесь, а за счёт этого звук становится светлым, чистым и свободным. Постепенно, в результате систематической тренировки улыбки, качества звука переходят и на личность человека. Вскоре внешняя улыбка становится улыбкой внутренней, и мы сквозь неё начинаем смотреть на мир и на людей!

На Руси с помощью вокалотерапии издревле осуществлялось лечение больных (больного сажали в людской круг и водили вокруг данного человека хороводы). Помимо этого, просто усаживались вокруг больного так, чтобы он оказался в центре максимального звукового воздействия – в той точке, где «тело звука» реально вырастает ввысь и вширь, захватывая своими вибрациями пространство и все его компоненты.

Если болезнь в самом деле является сбоем нормальных внутренних биоэнергетических ритмов человека, то песня и пение в этом случае – очень сильный лекарь.

А знаете ли Вы, что когда человек говорит или поёт (одним словом – «звучит»), то, по разным оценкам, от 60 до 85 % звуковых вибраций его голоса идет во внутренние органы (поглощаются ими) и только 15-20 % – во внешнюю среду.

Нашему организму отнюдь не безразлично то, какими будут те самые 60% собственной – произведённой (производимой) самим человеком – звуковой «пищи», которые ему – организму – придется «переваривать» и «усваивать».

Отметим, что среди русских композиторов именно Михаил Иванович Глинка (1804-1857) знал искусство пения в совершенстве. Об этом говорят его мелодии вокального характера.

Давайте прислушаемся к звукам речи знакомых Вам людей или просто одного человека. Разве тембр голоса, манера говорить, интонации не расскажут вам многое о его чувствах и характере? Ведь голос бывает тёплый и мягкий, грубый и мрачный, испуганный и робкий, ликующий и уверенный, ехидный и вкрадчивый, твёрдый, живой, торжествующий и еще с тысячью оттенков, выражающих самые разнообразные чувства, настроения человека и даже его мысли. По модуляции голоса мы можем судить о психическом состоянии человека, его поведении в различных ситуациях.

А ведь многие люди в немалой степени обязаны своим успехом именно голосу. Так же, как и о внешнем виде, люди судят о голосе незнакомого человека, учителя, ведущего на радио или политического деятеля в течение первых нескольких секунд. Неважно, известный вы человек или нет. **Несмотря на запоминающуюся внешность некоторых известных людей, вспоминая их, мы в первую очередь вспоминаем голос.**

Таким образом, голос для человека важен так же, как его внешность, манеры, имидж, умение держаться на людях. Это тот инструмент, с помощью которого люди доносят своё сообщение до аудитории. Взаимопонимание между выступающим и слушающими в аудитории, зависит от голосовых и речевых данных. Голос может привлечь слушателей, убедить их в чём-то, завоевать их поддержку и

*Коэффициент
звонкости голоса
зависит также
от
эмоционального
состояния
человека:
положительные
эмоции
повышают,
а
отрицательные
уменьшают
звонкость голоса.
Недаром же мы
говорим:
«Голос его
зазвенел от
восторга»,
или
«Он сказал эту
фразу унылым,
тусклым,
глухим и
сдавленным
голосом».*

*Без глубокого
образования и
хорошего
воспитания
певец
никогда не
отождествится
физически и
нравственно
с идеальной
личностью,
которую он хочет
изобразить
и ему не удастся
растрогать
зрителя
ни как певцу,
ни как актёру.*

Ф. Ламперти

доверие. Можно расшевелить людей или усыпить их, очаровать или оттолкнуть. Человеческий голос действительно могущественный инструмент.

Именно в искусстве пения через чувства и эмоции проявляются свойства голоса. А научившись выразить своё состояние голосом, человек получает эффективнейшее средство для снятия внутреннего напряжения и для самовыражения.

Оказывается, существует один очень важный нюанс вокального искусства, - это ключ к разгадке тайны человеческого голоса, и он связан со строением голосовых связок. **Именно соединительная ткань обеспечивает особую их эластичность. А соединительные волокна, с точки зрения даосской философии, являются основными проводниками энергетического импульса.**

Поэтому получается, что наш голос позволяет идеально передавать энергию в том случае, если сознание управляет энергетическими потоками. И даже самые скромные звуки, летящие из нашей гортани, могут обладать невероятным могуществом, если мы будем осознанно подходить к их использованию. И тогда голос будет наполнен той внутренней одухотворённой силой, которую мы можем назвать внутренним магнетизмом и если читатель заинтересован в том, чтобы его голос звучал магически, то, - когда поёшь, **думай, о чём поёшь!**

М.И.Глинка советовал певцам: *«Избегайте петь в обществе плохих дилетантов, так вас или избалуют излишней похвалой, что всегда вредно, или наделают замечаний, от которых вас будет коробить. В обществе же настоящих музыкантов пойте смело, потому что от них, кроме полезных наставлений, вы ничего другого не услышите».*

А знаете ли Вы, что в своё время, Александр Сергеевич Пушкин обратил внимание на песню и всему миру рассказал о ней в поэме «Руслан и Людмила». Видимо от своей няни Арины Родионовны он узнал не только о Лукоморье, Дубе зелёном, золотой цепи на дубе, о научных представлениях древних, закодированном поэтом в образе учёного Кота. И вот этот Кот **«идёт направо - песнь заводит, налево - Сказку говорит...»**

С позиций современного представления о право- и левовращающихся энергиях, путь направо - это информационный поток от Легенд к Реальности. **Это выполняется Песнями.**

Путь налево - это информационный поток от реальности к Легендам. **Это выполняется Сказками.**

Таким образом, Песня - это чистая Душа, которую так любит народ. Поэтому так прижилось выражение: «Песня — это душа народа».

Давайте поговорим немного о русской народной песне, которая представляет уникальный самобытный памятник культуры. Основа народной песни - это, прежде всего её высокая духовная направленность, которая вместила в себя природное богатство Русской земли, характерные черты,

Душа русского народа вся отражена в песне, как в зеркале. В ней он изливает и грусть безысходную, и радость, и веселье...

Митрофан Пятницкий, основатель знаменитого на весь мир хора, исполнитель и собиратель фольклора

Народная музыка уверенно и надёжно выполняет «охрану внутреннего мира» от внешних воздействий. И сама форма существования фольклора, и его структура заключают в себе удивительный по простоте и гибкости творческий «механизм», естественно объединяющий инвариантные мелодически-значимые элементы, устойчиво выверенные в многовековой эволюции с вариантной свободой их трансформации, позволяющей полностью выявить неповторимость личности её носителей.

А.Г.Юсфин

Когда я пишу свои песни, главное для меня состоит не в том, чтобы сочинить музыку, а в том, чтобы удовлетворить сокровеннейшим намерениям поэта.

Эдвард Григ

традиции русского быта, а главное, — правильное вероисповедание, духовная ведическая культура.

Русская песенная культура многогранна и бесконечно богата! Так как является живым свидетельством исторических событий разных эпох. **А идеалом русской песни всегда было стремление к святости. Россия – страна, где народ любовно называет свою родину святою – «Русь святая!»**

В народной песне нет суеты, мелочности. Там все основательно. В самой ладовой основе кроется архаичность, глубина, непоколебимость, сдержанность. Мощная внутренняя духовная сила сочетается с особой напевностью, мелодичностью и широтой. В удивительной мелодии раскрывается вся природная красота матушки России, её раздолье, широта, чистота и искренность души русского человека. **Её отличие – отсутствие агрессивности.** Ведь издревле, русские люди, славяне, занимались миролюбивыми занятиями – земледелием и скотоводством. Они не завоеватели, а защитники, так было во все времена. Не случайно поэтому, в современном мире тихо и незаметно, через средства массовой информации внедряется чуждая нам идеология, главной целью которой является насаждение своей лжекультуры, подменяющей истинные понятия. И результат этого – звучание русских песен в искажённом виде (с агрессивными ритмами, неэтичным декоративном оформлении и т.д.).

И всё же, несмотря на все ухищрения по изменению народной культуры, русская песня, тем более народная, - не исчезла. Благодаря ярким и талантливым исполнителям (как и народным коллективам), она всё-таки развивается и продолжает жить! Информацию о русской народной песне мы можем найти в Интернете, как и талантливых исполнителей на YouTube.

Затронем ещё один немаловажный аспект пения, - это манера формирования певческого звука. В народных песнях голосом не лгут, пытаюсь сделать его красивее, чем он есть: поют открыто. Но как раз эта открытость и делает любой голос красивым. Для «народного» звучания характерно использование «переднего резонатора» (звук направлен вперёд – к тому, кому предназначен). А вот прикрытый голос «академической манеры» исполнения (в отличие от народной), звучит так, словно вибрации направлены вверх (в нёбо), а для усиления звука используется так называемый «задний резонатор» (то есть дальняя часть ротовой полости).

Традиция петь хором в России имеет очень давнюю историю. Ещё в древней Руси люди собирались вместе и исполняли хором самые разные песни.

*Пение – это часть
общего воспитания и
социализация
личности,
остающаяся
недооценённой
до сих пор.*

*В. Буланов,
руководитель
детского Классик-хора
«Аврора».*

*Хор – это прообраз
идеального общества,
основанного на
едином устремлении и
слаженном дыхании,
общества,
в котором важно
услышать другого,
прислушаться к друг
другу, общества,
в котором
индивидуальность
не подавляется,
но раскрывается в
полной мере.*

Г.А.Струве

*Самым важным
началом
коллективного пения
является особое
ощущение над
индивидуального
коллективного
чувственного. Это
особое ощущение
высвобождения и
возвышения чувства
в коллективной
духовной выси. Это
ощущение особой
духовной свободы.*

В.Ф.Базарный

Ведь **хоровым пением мы выражаем наше желание обнять всю Вселенную, быть в гармонии со всеми.** Вот почему, каждый раз прежде чем начать петь, вы должны как бы посмотреть внутрь себя, чтобы успокоиться, отрешиться от всех повседневных забот для того, чтобы суметь войти в гармонию со всеми творениями космоса и петь в унисон с ними.

Известно, что первый хор на Руси как коллектив был собран во второй половине XV века. Его составляли государевы певчие дьяки. Следом был собран старейший русский хор патриарших певчих – в будущем Московский синодальный хор, затем Ленинградская академическая капелла и другие. Эти коллективы не только участвовали в церковных службах, но и на светских праздниках.

Удивительную историю имеет хор Московского Сретенского мужского монастыря (основан в 1397 г.). Хор же появился в 17 веке, а в конце 1925 года монастырь был закрыт, а вместе с ним распался и знаменитый хор. Но вот в 1994 году произошло возрождение этого хора. Основа хора – студенты Сретенской семинарии, а также выпускники Московской духовной семинарии и Академии. Не менее важная часть коллектива – вокалисты из Московской академии хорового искусства, Московской консерватории и Академии музыки им. Гнесиных. Каждый из 30 хористов – настоящая находка для творческого коллектива. В составе хора – и собственные талантливые композиторы и аранжировщики. Сейчас этот хор известен во всём мире своими концертными академическими и богослужебными программами.

Можно также отметить другие великолепные хоры России: Государственный академический русский хор им. А.В.Свешникова, Государственный академический русский народный хор имени М. Е. Пятницкого, Ансамбль песни и пляски Российской армии им. А. В. Александрова, Уральский и Сибирский народные хоры, Государственная академическая хоровая капелла России имени А. А. Юрлова, Певческая капелла Санкт – Петербурга им. М.И.Глинки, Детская хоровая студия «Пионерия» им. Г.Струве и многие другие.

Знаменитый хоровой дирижёр **К.Б Птица** утверждал: *«Пение и его высшая форма – хоровое искусство – подлинный первоисточник и надёжная, незаменимая основа всей музыкальной культуры в отдалённом прошлом и в наши дни, как бы многообразна и неоднородна была эта культура сегодня».*

А знаете ли Вы, что практика четырёхголосного пения — это уже отражение на физическом плане упражнения, которое мы должны выполнять каждый день по нескольку раз, чтобы привести в согласие наш дух, нашу душу, наш интеллект и наше сердце.

Тоновый диапазон человеческого голоса – от самого низкого до самого высокого его звука – обычно располагается в пределах от 64 до 1 300 Гц, причем разговорный («бытовой») голос занимает примерно одну десятую этой шкалы.

... От момента, когда речь начинает выходить за пределы простой констатации фактов, она объединяется с пением, так как пение уже намного содержательнее может передать что-то большее, чем простая информация.

Н. Арнонкур

... И как показывает жизнь, народ, воспитанный на одухотворённой песне, благороден и велик... Народное коллективное пение – это такой коллективный камертон, который самонастраивает разновекторный чувственно-индивидуальный мир каждого в единое коллективно-звучащее пространство.
В.Ф. Базарный

Можно сказать, что четыре типа голоса — бас, тенор, альт, сопрано — соответствуют четырём струнам скрипки, которая сама является образом человека: *струна "соль" представляет сердце, "ре" — интеллект, "ля" — душу и "ми" — дух. Сама скрипка представляет физическое тело. А смычок — это воля, которая воздействует на четыре принципа: сердце, интеллект, душу и дух.*

Гармоничное слияние четырёх голосов или игра на четырёх струнах показывают нам, что в человеке все четыре принципа — **сердце, интеллект, душа и дух** — должны вибрировать в гармонии.

Величайший учитель 19 века **Константин Дмитриевич Ушинский** большое значение придавал хоровому пению, рассматривая его как важнейшее воспитательное средство, проводником идей соборности, духовности и человечности: *«В песне, особенно хоровой, есть вообще не только нечто оживляющее и освежающее человека ... но и сливающее несколько отдельных чувств и сердец в одно сильное чувство и в одно чувствующее сердце ...»* [69].

А вот **Владимир Кирюшин**, учитель музыки, создавший в своё время Институт развития биопотенциала в человеке и многомерного интеллекта, своей деятельностью доказал, что сольное и хоровое пение вступая в резонанс активизируют внутренний потенциал человека!

Об этом же в своё время говорил и великий русский мистик Г.И.Гурджиев, а именно, - о пользе определённого вида пения, которое порождает состояние «эхо» и централизует человеческое существо. **Он описывает священный космический закон Вселенной, данный звуками АИЕИОИУОА.** Он считал, что искусство пения при правильной его передаче особенно подходит для развития внутреннего слушания, внутреннего внимания, для возникновения состояния присутствия.

Как вы думаете, почему скрипачу всегда необходимо настраивать свою скрипку? Чтобы показать нам, что человек не может выполнить никакой истинной внутренней работы, если всё его существо не сгармонизировано.

Значит, прежде чем что-либо делать, надо бросить взгляд внутрь себя и ничего не предпринимать, пока "струны скрипки" не будут настроены.

Многие учёные-педагоги отмечают оздоровительный эффект хорового пения. Мелодичные, распевные народные или духовные песни благотворно влияют на нервную и дыхательную систему, гармонизируют внутренние биоритмы организма, увеличивают психическую энергию. Не напрасно известный композитор **Дмитрий Кабалевский** ратовал за то, чтобы в школах были обязательные уроки пения, которые

*Сегодня, когда мы
вступаем в Новую
эпоху, мы стремимся
прежде всего
посредством
вдохновенной музыки
посеять в сердцах
людей дух единения
и братства.
И тем самым
ускорить вибрации
этой планеты.*

Сирилл Скотт

позволяют ученикам снять напряжение и усталость от школьных занятий. Медики проводили исследования среди детей, которые занимались хоровым пением, и установили, что ребята, поющие в хоре, меньше болеют простудными заболеваниями и лучше переносят учебные нагрузки в школе.

Да, говорить о голосе можно бесконечно, многое ещё учёными до конца не изучено и находится за пределами нашего понимания. Очень многое предстоит узнать Вам, читателям, уже на собственном опыте.

Практикуйте! Пойте! Это очень увлекательный и интересный путь - путь через освобождение и развитие голоса!

А поскольку певческий голос есть «носитель внутреннего магнетизма», то и личность человека приобретает особое возвышенное состояние духа.

И будем надеяться, что хоровое пение, «будучи постановлено в надлежащие условия явит собой высший и самый совершенный род музыкального исполнения» [70].



*О.В.Скобелкина.
Поющие дети.*

Заканчиваем эту главу философским размышлением о музыке **Михаила Казиника**, известного музыковеда и исполнителя, общественного деятеля и просветителя:

«Музыка, её познание формирует у человека иной принцип мышления, особое сознание, с помощью которого человек способен попадать в иной мир, мир музыкальных образов и на время отойти от реальности.

Музыка — это питание человеческого мозга. В ней заключены формулы бытия, бессмертия, любви... В музыке — и слово, и поэзия, и изобразительное искусство.

**Музыка, наконец, — язык науки!
Музыкальное воспитание — есть воспитание человека гармонии, так называемого *Nomos musicus*».**