

85.314.3я7

К74

СА-390105

**ЛЕО КОФЛЕР**

# ИСКУССТВО ДЫХАНИЯ

**КАК ОСНОВА  
ЗВУКОИЗВЛЕЧЕНИЯ**



ПЛАНЕТА  
МУЗЫКИ





Yours  
Very Sincerely  
Leo Kofler

СМ - 390105



Копфлер Л. Искусство дыхания как основа звукоизвлечения  
Лео Кофлер; перевод с английского  
Е. В. Вербицкой. — 2-е изд., стр. — Санкт-Петербург: Лань;  
ПЛАНЕТА МУЗЫКИ, 2021. — 320 с.; ил. — Текст: непосред-  
ственный.

Лео КОФЛЕР

# ИСКУССТВО ДЫХАНИЯ

*как основа звукоизвлечения*

Незаменимая книга для певцов, ораторов, педагогов,  
адвокатов, проповедников и всех тех, кто желает  
обладать приятным голосом и крепким здоровьем

УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ

*Издание второе, стереотипное*

Перевод с английского  
Е. В. ВЕРБИЦКОЙ



• САНКТ-ПЕТЕРБУРГ •  
• МОСКВА •  
• КРАСНОДАР •



Государственное бюджетное  
учреждение культуры  
«Оренбургская областная универсальная  
научная библиотека им. Н.К. Крупской»



## ОТ ПЕРЕВОДЧИКА

Книга, которую вы держите сейчас в руках, — результат огромного труда, наблюдений, поисков и опыта всей жизни ее автора. Певец, органист и педагог Лео Кофлер (1837–1908) остроумно вводит читателя в полемику своего времени, обращается к иногда малознакомым для нас, но любопытным авторам, представляет современные ему исследования и ухитряется не навязчиво, но верно раскрывать разные грани вокального искусства.

Автор не только создает собственный метод дыхания и комплекс дыхательных упражнений, но и подробнейшим образом рассматривает такие необходимые элементы пения и речи, как фонетика и артикуляция, предлагая собственные системы их совершенствования. Не лишним будет сказать, что с помощью дыхательной гимнастики ему удалось спасти себя от туберкулеза и решить проблемы с горлом и голосом. В настоящее время существуют методики для оздоровления организма, основанные на этой гимнастике.

«Искусство дыхания как основа звукоизвлечения», пожалуй, основной труд Лео Кофлера, он может быть интересен очень многим — как пишет он сам — «...проповедникам, адвокатам, учителям. В принципе, всем, кто хочет сохранить или улучшить свой голос, или просто



м по английской фонетике, которую благодаря  
ным примерам можно трехкратно не только в речи, но  
и в печати.

Несмотря на историческую дистанцию, иной уро-  
вень медицины и стиль жизни, советы и многие реко-  
мендации господина Кофлера остаются актуальными и  
по сей день.

## ГЛАВА I

# ИСТОРИЯ ЭТОЙ КНИГИ

Один мой старый знакомый, литератор немалых досто-  
инств, написавший множество книг, однажды спросил  
меня: «Как ты думаешь, какая часть книги пишется тя-  
желее всего?» Я не смог ответить, и он, к моему удивле-  
нию, сказал, что это вступление или предисловие. «Тогда  
почему же ты их пишешь?» — «Потому что нельзя без  
этого выпустить книгу в мир. Предисловие — это пас-  
порт, которым книга доказывает, что обладает законны-  
ми правами на существование; это письмо-представле-  
ние, которое я посылаю с ней всем, кого это касается».

Но я с ним не согласен. Я считаю вступление наиме-  
нее важной частью книги. Если оно содержит вопросы,  
относящиеся к основной теме, либо вещи ценные сами  
по себе, историю создания или факты об авторе, повли-  
явшие на формирование вышедшего из-под его пера  
произведения, то в таком случае я скорее сочту его не-  
отъемлемой частью самой книги. А если вступление со-  
держит размышления на отвлеченные темы, есть ли ему  
оправдание? Мало кто читает предисловие к книге, осо-  
бенно, если оно в длину больше половины страницы.  
Мое мнение таково: либо следует писать очень короткое  
вступление, либо пропускать его вовсе. Как мог заметить  
читатель, я выбрал второй вариант.

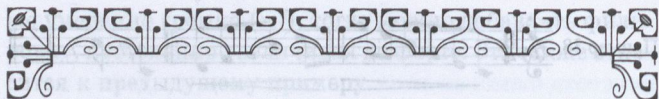


## ГЛАВА II КРАТКИЙ АВТОБИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК, ПОСВЯЩЕННЫЙ ФОРМИРОВАНИЮ ОСНОВНЫХ ПРИНЦИПОВ ЭТОЙ КНИГИ

Читатель должен понимать, что под словом «краткий» я имею в виду не только количество страниц, но и количество фактов, содержащихся в этом очерке. Моя цель — привлечь внимание к событиям своей жизни, которые в большей или меньшей степени оказали влияние на развитие тех практических идей, которые я изложу в этой книге в дальнейшем. И поэтому мне следует исключить все захватывающие эпизоды, которые составляют многочисленные перипетии моей жизни, так как они были бы неуместны здесь из-за длины, но особенно потому, что наиболее впечатляющие события моей карьеры придали бы этим страницам сходство с художественным произведением, — что было бы некстати для такой работы, основная цель которой заключается в том, чтобы убедить, доказать, научить.

### 1. ОЧЕНЬ РАННЯЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КАРЬЕРА

Благодаря слухам и документальным источникам я знаю, что родился 13 марта 1837 г. в Бриксене, в Тироле — самой красивой и самой романтической провинции Австрийской империи, известной не только дикими



## ГЛАВА XIII НЕПРАВИЛЬНОЕ ЗВУКОИЗВЛЕЧЕНИЕ И СПОСОБЫ БОРЬБЫ С НИМ

Вокальному педагогу редко попадается ученик без одной или двух вредных привычек звукоизвлечения. Тем не менее очень редко бывает от природы плохой голос, и я убежден, что причина этой неприятной особенности почти всегда кроется в неправильном мышечном действии, а не в неблагоприятных физиологических особенностях. Также я считаю, что каждый человек, чьи вокальные органы не деформированы, может улучшить свой голос, если будет использовать правильный метод разумно и настойчиво.

Неправильная работа мышц может проистекать от:

1. Гортани. Это называется системой фиксированной гортани; в результате чего голос становится грубым и скрипучим.

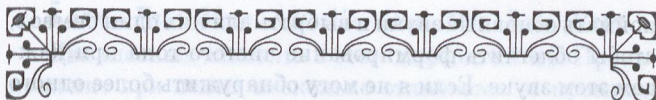
2. Общего зажима горла. Это влечет хрипоту и нередко визгливость.

3. Опускания мягкого нёба в задней части полости рта, что вызывает носовой призывок.

4. Неправильного действия языка, создающего глухой звук.

5. Сокращения мышц, образующих дужку мягкого нёба. Что вызывает неприятный твердонёбный звук.

6. Неправильного действия челюсти, что приводит к челюстному звуку.



## ГЛАВА XV

# СЛОЖНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ РЕЧИ

**В** этой главе не будет ни нового мышечного действия, ни каких-либо новых форм резонансных полостей. Данные элементы — это просто собранные вместе старые знакомые, и мы должны использовать привычные мышечные действия для этих комбинаций. Нашего внимания требуют три группы, а именно: дифтонги, смешанные гласные и комбинации согласных.

## 72. ДИФТОНГИ

Это греческое слово иногда переводится как «двойные гласные», что может привести к ошибочной идее о том, что у нас есть дифтонг, всякий раз, когда один слог содержит два гласные, выписанные буквами, например, «boot». Этот гласный звук написан двумя буквами, но они дают только один гласный звук; поэтому мы не можем называть *oo* дифтонгом.

Дифтонг буквально означает двойной звук. Некоторые одиночные символы используются для обозначения двойного звука, например, *i*, это дифтонг. Как и раньше, я буду использовать таблицы гласных профессора А. М. Белла, но, обязательно указывая, где я от него отклоняюсь. В отношении гласных звуков моя цель —

поймать основные звуки и выбрать для них один символ, чтобы облегчить формирование чистого тона при каждом этом звуке. Если я не могу обнаружить более одного звука, то не могу назвать его дифтонгом, но, если я определю два звука, тогда я должен назвать его дифтонгом. Именно поэтому я не могу отнести к дифтонгам долгий звук  $\bar{o}$ , независимо от того, какими буквами он записан. По той же причине я должен отнести к дифтонгам звуки  $\bar{a}$  (*fate*), *ai* (*fair*), *ea* (*clear*), у них есть два отчетливых гласных элемента для одного звука как *ai* в *fair* или в *care* или *where*, или в *heir*, что по звуку не то же самое как в *said*, или в *read*, или в *friend* и т. д.

Согласно этой концепции, существует семь дифтонгов:  $\bar{a}$ ,  $\bar{i}$ , *air*, *ear*, *oi*, *ou*,  $\bar{u}$ .

Можно ли исполнить на одной ноте две разных гласных? Если нет, как можно спеть дифтонг на одну ноту?

Очевидно, что две гласные, каждая из которых представляет собой отличающийся звук, не могут удерживаться на одной ноте. Протянутая нота должна быть разделена на две части, которые привязаны к двум элементам, составляющим дифтонг. Любитель будет петь слово «light» или «boy» следующим абсурдным способом:

Пример 43.

плохое
плохое  
написано
написано
исполнение
исполнение

light,
lā - eeght.
boy,
bo - ee.

Это совсем неверно и порождает неправильное звукоизвлечение. Распределение этих двух сегментов сделано совершенно наоборот. Правило: во всех дифтонгах, кроме  $\bar{u}$ , звук опирается на первый гласный элемент, а второй приходится на меньшую оставшуюся часть.

Пример 44.

хорошее
хорошее  
написано
написано
исполнение
исполнение

light,
laa - ight.
boy,
baw - i.



## ОГЛАВЛЕНИЕ

От переводчика .....	5
<b>ЧАСТЬ ПЕРВАЯ</b>	
<b>ТО, ЧТО МОЖЕТ ЗАИНТЕРЕСОВАТЬ ЧИТАТЕЛЯ</b>	
Глава I. История этой книги .....	8
Глава II. Краткий автобиографический очерк, посвященный формированию основных принципов этой книги ..	11
1. Очень ранняя профессиональная карьера .....	11
2. Чемпион вопросов .....	16
3. Плодотворный период в Берлине и моя карьера в Америке ..	20
4. Борьба с туберкулезом с помощью дыхательной гимнастики ..	23
5. Вопрос решен .....	27
6. Заключение этой главы .....	28
Глава III. Физиология или подражание? .....	30
7. Учителю пения необходимо изучать физиологию .....	30
8. Подражание или обучение на слух также является важным методом в развитии голоса .....	33
9. «Вокальные уроки по почте» — настоящий обман .....	35
10. Национальность — не признак педагогического мастерства .....	37
11. Вокальные критики и критические вокалисты .....	39
<b>ЧАСТЬ ВТОРАЯ</b>	
<b>ТЕОРИЯ ДЫХАНИЯ</b>	
Глава IV. Процесс вдоха .....	46
12. Ключичное или дыхание верхней частью грудной клетки ...	48
13. Костальное, или реберное, дыхание .....	52
14. Диафрагмальное дыхание .....	53

15. Возьмите дыхание, включающее все дыхательные мышцы, — полное дыхание	55
16. Может ли женщина приучить себя к этому полноценному диафрагмальному взятию дыхания?	58
17. Расплывчатость физиологических терминов как причина путаницы в определении способа дыхания	59
18. Берите дыхание носом	64
19. Забитые ноздри	67
20. Обычный процесс дыхания помимо пения и речи	69
21. Взятие короткого или быстрого дыхания	73
<b>Глава V. Процесс выдоха во время пения</b>	76
22. Ненадолго задержите дыхание	77
23. Гортань и вокальные связки контролируются при помощи дыхательных мышц	79
24. Способ расслабления легких во время пения	83
25. Основное правило взятия дыхания и управления им во время пения	91
<b>Глава VI. Способ взятия дыхания и управления им во время разговора и неvirtуозного пения</b>	92
26. Метод расслабления легких во время разговора	92
27. Основное правило взятия дыхания и управления им в ораторском мастерстве и при умеренных вокальных усилиях	93
28. Совет и для певцов, и для ораторов	95
<b>Глава VII. Дыхательная гимнастика</b>	97
29. Дыхательная гимнастика — источник хорошего здоровья	97
30. Дыхательные упражнения необходимы для каждого вокалиста	100
31. Руководство по правильному использованию дыхательных упражнений	103
32. Пять положений тела, необходимых для выполнения дыхательной гимнастики	106
33. Дыхательная гимнастика: Первая ступень	109
34. Дыхательная гимнастика: Вторая ступень	115
35. Дыхательная гимнастика: Третья ступень	121

## ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ

### ЗАКОНЫ ЗВУКОИЗВЛЕЧЕНИЯ

36. Можно ли научиться звукоизвлечению по книге? Так называемые «методы пения» или «учебные пособия»	124
<b>Глава VIII. Первые шаги в воспитании голоса</b>	128
37. В каком возрасте следует начинать развитие голоса?	129
38. Выбор учителя по вокалу	141
39. Удобные, или примарные, звуки и классификация голосов	145

<b>Глава IX. Резонансные полости, формирующие гласные и согласные звуки</b> . . . . .	153
40. Неподвижные части резонансных полостей . . . . .	153
41. Подвижные части резонансных полостей . . . . .	154
<b>Глава X. Чистые гласные, и как они образуются</b> . . . . .	159
42. Долгие чистые гласные . . . . .	162
43. Краткие гласные . . . . .	167
<b>Глава XI. Звукоизвлечение чистых гласных звуков</b> . . . . .	171
44. С каких гласных следует начинать вокальную практику? . . . . .	174
45. Основное правило звукоизвлечения . . . . .	176
46. Завершение звукоизвлечения . . . . .	177
47. Вокальные упражнения на одном и более протянутых звуках . . . . .	177
48. Практика долгих гласных . . . . .	183
49. Упражнения на мычание . . . . .	187
50. Филировка. <i>Messa di Voce</i> . . . . .	191
51. Дополнительные советы по обращению с разными голосами . . . . .	193
52. Практика кратких гласных и <i>staccato</i> . . . . .	194
<b>Глава XII. Вокальные регистры, или переходы, и как их выровнять</b> . . . . .	198
53. Регистры женского голоса . . . . .	202
54. Как выровнять регистры женского голоса . . . . .	204
55. Регистры мужского голоса . . . . .	217
<b>Глава XIII. Неправильное звукоизвлечение и способы борьбы с ним</b> . . . . .	228
56. Система фиксированной гортани . . . . .	229
57. Общий зажим горла, при котором возникает хрипота или визгливость . . . . .	238
58. Носовой призвук . . . . .	239
59. Несовершенства звука, вызванные языком . . . . .	242
60. Как получают неприятные твердонёбные звуки ( <i>Gaumentone</i> ) . . . . .	244
61. Челюстные звуки . . . . .	245
62. Как исправить писклявый, детский голос у взрослых . . . . .	247
63. Как избавиться от грязного пения . . . . .	248
64. Тремоло, или тремоландо . . . . .	249
<b>Глава XIV. Фонетическая практика и базовые упражнения на артикуляцию</b> . . . . .	250
65. Аргументы против выполнения артикуляционных упражнений . . . . .	251
66. Природа согласных . . . . .	254
67. Сильные придыхательные . . . . .	256

68. Артикуляционные упражнения на сильные, не вокальные придыхательные согласные .....	261
69. Мягкие придыхательные в тональности .....	265
70. Артикуляционные упражнения для мягких придыхательных в тональности .....	270
71. Как использовать вокализы и сольфеджио .....	273
<b>Глава XV. Сложные элементы речи</b> .....	275
72. Дифтонги .....	275
73. Практика дифтонгов .....	280
74. Смешанные гласные звуки .....	283
75. Практика долгих гласных и дифтонгов в соединении с согласными .....	284
76. Комбинации согласных .....	287
<b>Глава XVI. Неправильная артикуляция и как ее исправить</b> .....	292
77. Опускание конечных согласных .....	292
78. Перенос конечных согласных в следующее слово, начинающееся с гласной .....	293
79. Использование слабого мышечного действия, когда произносится сильный придыхательный звук .....	293
80. Дефекты речи, вызванные неправильным мышечным действием при перехвате воздуха .....	294
81. Заикание .....	306
82. Органические дефекты .....	312
<b>Заключение</b> .....	313

**Конец ознакомительного фрагмента**

**Уважаемый читатель!**

**Размещение полного текста данного  
произведения невозможно в связи с ограничениями  
по IV части ГР РФ.**

**Эту книгу вы можете почитать в Оренбургской  
областной универсальной научной библиотеке  
им. Н. К. Крупской по адресу: г. Оренбург,  
ул. Советская, 20; тел. для справок: (3532) 60-61-28**