

Р

ЕЩЕ
НА

СЦЕНЕ

Р
Е Ч И
на
СЦЕНЕ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО «ИСКУССТВО»
Л е н и н г р а д • 1 9 6 1 М о с к в а

ЛЕНИНГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕАТРАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ
ИМЕНИ А. Н. ОСТРОВСКОГО

Книга подготовлена сотрудниками кафедры сценической речи
Раздел I написан Н. КУРАКИНОЙ, раздел II —
Н. КОЛОСОВСКОЙ, раздел III — О. ГЕРАСИМОВОЙ,
З. САВКОВОЙ, А. КУНИЦЫНЫМ, В. РЫЖУХИНОЙ.

ВВЕДЕНИЕ

Широкое развитие театральной самодеятельности в нашей стране, создание целой сети народных театров, обуславливает все возрастающий интерес огромной армии самодеятельных актеров к изучению технологических основ театрального искусства.

Методическое пособие «Речь на сцене» имеет своей целью осветить одну из важнейших проблем актерского мастерства — словесное действие.

Внешней технике словесного действия посвящены такие разделы настоящего пособия, как «Дыхание и голос», «Артикуляция и дикция». В этих разделах авторы стремились осветить наиболее существенные вопросы развития и совершенствования речевого и голосового аппарата, помочь учащимся в приобретении необходимых навыков в области культуры сценической речи.

Внутренней технике словесного действия посвящен раздел «Работа над текстом», который знакомит читателя с выразительными средствами сценической речи, освещает основные принципы работы над различными по характеру литературными произведениями, как прозаическими, так и стихотворными. Раздел «Работа над текстом» разработан более подробно, чем предыдущие, так как процесс воплощения авторского текста в словесное действие актера или рассказчика является одним из наиболее сложных вопросов сценической речи.

Естественно, что в данном пособии невозможен подробный анализ широкого круга проблем сценической речи; авторы остановились лишь на наиболее существенных из них. Для же-

лающих глубже изучить теоретические и методические основы предмета в конце книги приведен список рекомендуемой литературы.

Пособие «Речь на сцене» не является самоучителем сценической речи, так как большинство разделов этой в основном практической дисциплины невозможно усвоить без постоянного наблюдения педагога. Оно рассчитано на руководителей самодеятельных театральных коллективов и режиссеров народных театров, знакомых в той или иной степени с основными вопросами сценической речи. Участники самодеятельного коллектива, имеющие хотя бы элементарное представление о предмете, могут воспользоваться настоящим пособием для самостоятельной работы.

І. ДЫХАНИЕ И ГОЛОС

Задачей всякого актера является такое овладение речью, когда каждое слово со сцены доносится до любого уголка зрительного зала.

Речь актера должна быть четкой, ясной и звучной, а для этого необходимо уметь пользоваться своими голосовыми данными, иметь хорошую дикцию и правильное литературное произношение.

С чего же начать работу над голосом?

Прежде всего необходимо организовать дыхание.

Как известно, процесс дыхания состоит из вдоха, выдоха и паузы перед новым вдохом.

Говорим мы на выдохе, следовательно, звук образуется при выдыхании.

Струя воздуха, проходя через голосовые связки, заставляет их вибрировать, в результате чего рождается звук. Но этот звук еще очень слаб и нуждается в усилении. Природными усилителями (резонаторами) являются: полость рта, твердое небо, зубы, носовые раковины, череп, а также грудная клетка. Следовательно, обилие резонаторов имеется как над голосовыми связками, так и под ними.

Для того чтобы голос был естествен, не напряжен, наше выдыхание должно быть свободным, сильным, равномерным и длительным. Звук, вместе с выдохом попадая в ротовую полость, приобретает устойчивость и тембр благодаря резонаторам.

Для того чтобы выработать такое выдыхание, следует прежде всего позаботиться о дыхании, заняться и вдохом, и выдохом, способствуя этим верному звукообразованию.

Вдох необходимо производить легко, бесшумно и вместе с тем глубоко. Не следует приподнимать плечи, так как это свидетельствует о поверхностном, неглубоком вдохе. Вдох как бы подготавливает весь аппарат к звучанию.

Упражнение 1

Рекомендуется вспомнить запах знакомого цветка или духов, представить себе ясно этот цветок или флакон с духами («увидев» их). Вдохнуть запах легко и глубоко.

Такое осознанное воспоминание способствует естественному вдоху. Этот прием рефлекторно включает в работу межреберные мышцы и диафрагму. Возникает дыхание (так называемое диафрагмально-реберное), необходимое для постановки голоса.

Во время упражнения надо положить ладонь правой руки на диафрагму, а ладонь левой на ребра.

При вдыхании правая ладонь слегка приподнимается, регистрируя движение диафрагмы, а левая ладонь несколько отодвигается в сторону, благодаря работе межреберных мышц.

Это упражнение необходимо проделать много раз, добываясь от занимающихся конкретных «видений» выбранных цветов или духов, чтобы их внимание было всецело направлено на задачу — «увидеть», «вспомнить, какого цвета», «вспомнить запах».

Когда первое упражнение станет привычным и будет легко вызывать нужные мышечные движения, добавить следующий элемент: вспомнив запах, не расставаться с ним сразу, а постараться удержать его в памяти, хотя бы на счет — раз, два. Затем выдохнуть воздух, не торопясь, спокойно.

Повторив эти упражнения и добившись непринужденного, привычного их выполнения, можно перейти к упражнениям на выдох.

При покойном дыхании (во сне) после вдоха следует выдох, а после выдоха образуется пауза. Чем спокойнее и крепче сон, тем длиннее становится эта пауза, как бы продлевающая выдох. Вдох всегда короче выдоха.

Если в молчании, в состоянии полного покоя выдох отделен от нового вдоха паузой, то в разговоре мы этой паузы не ощущаем, она нам не нужна. Во время образования звука обычного спокойного выдоха нам становится мало. Необходимо продлить его. Пользуясь природным процессом дыхания, мы

будем воспитывать более длительный выдох (за счет паузы между выдохом и вдохом). В речи, так же как и в пении, порядок дыхательных движений изменится: сначала короткий, глубокий вдох, маленькая, едва ощутимая пауза и длительный выдох, снова вдох и т. д.

Упражнение 2

Вдохнув (как указано в первом упражнении), выдуть тонкую струю воздуха, воображая, что силой этого выдоха вы заставляете «летать по воздуху пушинку» (скажем, с одуванчика). Заставьте ее летать так, чтобы она «не упала на пол», «не прыгала в воздухе», а держалась бы на любой вами выбранной высоте.

Упражнение следует делать не торопясь и, так же как в первом упражнении, добиваться от занимающихся работы воображения и веры в совершаемые действия.

Это упражнение развивает плавность и длительность выдоха, а также и экономное распределение его, так как выдувание направлено на выполнение конкретной задачи — поддерживать в воздухе воображаемую пушинку.

Выполняя эти упражнения, необходимо следить за тем, чтобы все мышцы тела были свободны, не напряжены.

Поработав над этими упражнениями, можно перейти к вопросу образования самого звука (голосообразования).

Как мы уже говорили, звук зарождается при прохождении воздуха через связки.

Как же сознательно овладеть звукообразованием и научиться направлять выдох в резонирующие полости?

Чтобы научиться пользоваться верхними резонаторами, надо устранить возможные препятствия по пути следования голоса («мышечные зажимы»).

Таким препятствием, в первую очередь, может явиться напряженная, малоподвижная нижняя челюсть, не раскрывающаяся свободно в вертикальном направлении, что мешает правильному резонированию всех гласных звуков. Закрепощение нижней челюсти лишает подвижности язык. Язык должен быть совершенно свободен в момент образования звука.

Для освобождения от напряжения нижней челюсти рекомендуем следующее упражнение.

Очень медленно опускать и поднимать нижнюю челюсть. Делать это упражнение очень осторожно, без малейшего на-

пряжения. При опущенной челюсти расстояние между передними зубами должно быть не шире, чем в два пальца. Если в начале тренировки расстояние между зубами будет меньше, чем в два пальца, это лучше, чем старание раскрыть рот как можно шире. Упражнение выполняется в очень медленном темпе. Надо повторять его до двадцати раз подряд в одно занятие, но не утомляясь; такое упражнение способствует одновременно и освобождению корня языка, так как при совершенно расслабленной, свободно опускающейся и поднимающейся нижней челюсти язык сам займет естественное, удобное положение. Кроме того, достаточно опущенная без напряжения челюсть способствует правильному резонированию гласного звука *а*, а остальные ее движения помогают резонированию и всех остальных гласных звуков.

Освободив нижнюю челюсть и создав этим условие для правильного положения языка, необходимо перейти к образованию звука.

Напоминаем, что слова состоят из гласных и согласных звуков. Гласных звуков у нас шесть: *а, е, и, о, у, ы*.

Из согласных звуков в данном случае нас интересуют так называемые сонорные — *м, н, р, л*.

Проще всего начать со звука *м*.

Первое упражнение по звукообразованию

Слегка сомкнуть губы. Вдохнуть, как сказано в первом упражнении (стр. 6), «вспомнить запах» и включить звук *м* в выдох. Мысленно считать: раз, два, три — до шести. Губы сомкнуты, выдох и вместе с ним звук идет через нос.

При таком звучании будут работать главным образом верхние резонаторы, но одновременно откликнется и грудная клетка (нижние резонаторы).

Для проверки работы нижних резонаторов следует приложить ладонь руки к ключицам, при этом должно возникнуть ощущение некоторой вибрации грудной клетки. Это подтверждает работу нижних резонаторов.

Начинать это упражнение надо со средних нот, свойственных разговорной речи занимающегося. Его не следует делать громко, так как при излишнем усилении звуку *м* легко придать носовой оттенок, что нежелательно. Звук *м* должен звучать без малейшего усилия.

При выполнении этого упражнения необходимо внимательно следить, чтобы не было ни малейшего напряжения и

чтобы звук *м* совершенно свободно вливался в воздушную струю.

Звук *м*, произносимый при сомкнутых губах, сам по себе недостаточно сильный. Чтобы его усилить, нужно включить в работу гласные звуки.

Второе упражнение

Начинать это упражнение также со звука *м* при слегка сомкнутых губах, несколько протягивая его.

Затем к звуку *м* прибавить звук *у*, слегка вытягивая губы, и, снова смыкая их, возвратиться к звуку *м* (*муум*).

Таким же образом прибавить звук *о*, производя его округлыми губами (*мооом*).

Затем, слегка опуская челюсть, включаем звук *а* (*мааам*).

Постепенно, легкими движениями поднимая челюсть, произносим при выдыхании три звука подряд: *е, и, ы* (*мееем, миийим, мыыйым*).

Необходимо проследить за тем, чтобы зубы не смыкались при произнесении звуков *и, ы*. Между зубами остается щелка. Это упражнение надо делать так же, как и предыдущее, без напряжения и перед каждым новым звуком вдыхать, несколько задерживая вдох перед выдохом.

Для того чтобы слить эти звуки воедино и создать непрерывность звучания, необходимо проделать следующее упражнение.

Третье упражнение

На одном выдыхании, приемом, указанным в предыдущем упражнении, произнести, не прерывая, звук *м* со всеми гласными подряд (*мумомамемимым*).

В этом упражнении обращать особое внимание на свободное движение нижней челюсти и на то, чтобы выдох вместе с гласным не устремился целиком через рот, а чтобы какая-то часть воздуха при звучании гласных свободно проходила и через нос. Это необходимо для того, чтобы наилучшим образом использовать верхние резонаторы. Такой звук приобретает насыщенность, звонкость и ясность. Но вместе с тем надо следить за грудным резонатором во всех упражнениях, контролируя рукой «отклик» в грудной клетке.

Носовой призывок голоса говорит нам о напряжении в области носоглотки, и поэтому все первые упражнения с сонорными звуками надо делать вполголоса, тихо, приучая себя к верному звучанию.

Необходимо помнить о том, что сила голоса заключается не в громкости, а в полноте резонирования, в диапазоне голоса, в его гибкости, в умении свободно пользоваться как нижними, так и верхними нотами.

Начиная упражнение на одной какой-нибудь ноте, свойственной спокойной речи занимающегося, можно лишь постепенно прибавлять к ней следующие ноты, повышая и понижая их. Высокие ноты голоса меньше резонируют в грудной клетке, нижние больше, но разговорная речь человека связана именно с таким смешанным звучанием, т. е. с резонансом, отдающимся и в голове, и в груди одновременно.

Переходить к следующим упражнениям можно лишь после того, когда звук *м* в сочетании со всеми гласными станет звучать свободно и привычно.

Четвертое упражнение

Укрепив звучание голоса со звуком *м*, можно заменить звук *м* звуком *ль*. Кончик языка легко прикасается к верхним зубам. Включить звучание *ль* в выдох, как было со звуком *м*. Челюсть слегка опущена.

На каждый гласный звук язык свободно отодвигается от верхних зубов: *лю — уу, лё — оо, ля — аа, ле — ее, ли — ии* (с мягким звуком *ль — ы* не произносится). *Люлёлялели.*

Повторить спокойно, на одном выдыхании, эти звуки слитно, как одно слово. Прodelать это упражнение несколько раз. Следить за нижней челюстью, за резонансом, за верным положением губ, за свободным положением языка. Для того чтобы сохранить правильное направление воздушной струи, необходимо, делая все перечисленные упражнения, в момент выдыхания слегка втянуть низ живота, тогда выдыхание само пойдет верным путем к верхним резонаторам.

При таком направлении воздушной струи, а следовательно, верном и полном резонировании, звук голоса устремится сам через рот (и отчасти через нос).

Чтобы выдох стал более сильным и звук более активным, следует продолжить упражнения.

Пятое упражнение

Прodelав все предыдущие упражнения на вдох, свободную челюсть и язык, положение губ на гласных звуках, перейти к такому упражнению: произнести звук *ль* с гласным *ю* десять раз слитно, с некоторым акцентом на первом слоге: *люлюлю-*

люлюлюлюлюлюлю — люлюлюлю, последние четыре слога акцентируя раздельно. На одном выдыхании получится как бы пять «пар» и четыре «одиночки». Вдох производить после всей этой группы звуков. В этом упражнении следует проверить все гласные звуки в сочетании с сонорным звуком *ль*.

То же самое проделать с твердым *л*. Язык становится более активным (луллулоллолаллалеллеллы).

Повторять это упражнение много раз, с ощущением работы языка, освобождающегося каждый раз после произнесения согласного для свободного резонирования гласного.

Когда эти упражнения станут выполняться привычно и свободно, следует перейти к упражнениям со звуками *н* и *р* в тех же сочетаниях с гласными звуками. Звук *н* произносится так же легко, как и звук *м*. Но при звучании *н* легко слышится носовой оттенок в звучании гласного. Этот нежелательный призвук объясняется излишним напряжением кончика языка.

Звук *р* — последний из ряда сонорных, которым можно пользоваться для тренировки голоса лишь после всех описанных упражнений, так как этот звук чрезвычайно активно заставляет работать кончик языка, вибрирующий под давлением выдыхаемого воздуха.

Активность в работе мышц укрепляет и развивает их эластичность, в то время как напряженность закрепощает их и создает форсированный резкий звук.

Всякое излишнее мышечное напряжение мешает работе над голосом, а иногда наносит трудно поправимый вред.

Освоив процесс образования звука, можно перейти к упражнениям напевного характера для тренировки гибкости голоса.

Шестое упражнение (напевное под рояль)

Берется удобный для голоса занимающегося звук на рояле и на этом звуке произносится сочетание гласных. Для примера приведем несколько основных упражнений.



Упражнение следует делать, постепенно повышая каждое сочетание по полутонам, а затем понижая. На первых занятиях в пределах пяти-шести полутонов, не больше. Начинать рекомендуется с той ноты, какая свойственна разговорному тону занимающегося. Необходимо всячески укреплять именно эти средние, «удобные» ноты диапазона. Упражнения делать негромко, без малейшего гортанного напряжения. Указанная в примерах тональность условна.



То же со всеми гласными, в соединении со звуком *у*.



В этом упражнении следить главным образом за свободно опускающейся нижней челюстью (особенно на звуке *а*), а также за верным положением рта при произнесении остальных гласных звуков.

Во всех упражнениях следить за резонансом в грудной клетке, особенно при повышении голоса.

Затем ко всем гласным звукам прибавить по очереди сонорные *м*, *л*, *н*. Несколько раз проделав упражнение с роялем, перейти к работе над звуками без сопровождения рояля.

Чередовать напевное упражнение с речевым произнесением указанных звуков в той же последовательности, какая давалась в напевных упражнениях.

Пример: *Мумомамемимы. Нунонаненины. Люлёлелелилы.* Меняя ударения, по очереди выделяя тот или иной гласный, сначала *у*, затем *о*, а и т. д.

Му-маму, му-мо́му, му-мому и т. д. (с н и л).

Мума-мома-мема-мима-мыма и т. д. (с н и л).

В этих речевых упражнениях все звуки надо произносить коротко и четко, но слитно.

После таких упражнений можно перейти к соединению звуков в слова.

Седьмое упражнение

Из всех пройденных звуков по возможности сложить слова и целые фразы, произнося их слитно, слегка выделяя ударные слога в словах. Например:

Муму́. Ма́ма. Ма́лы́на. Мила́я. Ма́ня.

Но́нна. Ни́на. Ня́ня.

Слитно:

Мама Милу мылом мыла (вдох).— *Ма́мамилу́мы́ломмы́ла.*

Милу мыло возмутило (вдох).— *Ми́лumúилово́змути́ло.*

Урони́ла Мила мы́ло (вдох).— *Уро́ни́лами́ламы́ло.*

В мы́льной пене утопи́ла.— *Вмы́льнойпе́неутопи́ла.*

Строчку произносить как одно слово, голосом выделяя ударные слога. Вдыхать следует через одну строчку, затем через две, не больше.

По мере занятий дикцией и произношением следует усложнять слова и фразы, прибавляя новые звуки. Приучая себя каждый раз вдохнуть, затаить слегка вдох и затем произносить целые фразы, не заботясь о выдыхании, а только соблюдая все необходимые условия, которые естественно разовьют способность говорить просто и звучно. Если не хватает дыхания, вдох делать на любой остановке, на знаках препинания, в паузах, «добирая» его.

Не нужно добиваться произношения на одном выдыхании четырех строчек стихов или двух-трех фраз. Это неестественно, а значит и ненужно.

Важно научиться легко и полно вдыхать, а затем правильно направлять выдыхаемую звуковую струю к резонаторам. Внимательно следить за тем, чтобы концы слов и фраз произносились «на дыхании», чтобы выдоха хватало до самого последнего звука во фразе. Этот последний звук должен быть произнесен так же ясно и четко, как и любой другой, и здесь вопросы голоса и дыхания тесно сплетаются с вопросами артикуляции и дикции.

II. АРТИКУЛЯЦИЯ И ДИКЦИЯ

Дыхание, голос, дикция — это неразрывно связанные части единого комплекса, и вся работа над дикцией должна проводиться в неразрывной связи с правильным дыханием и устранением дефектов в звучании голоса.

Не приходится говорить о том, что четкое, ясное произношение слов является чрезвычайно важной стороной культуры речи.

Путем упражнений, которые делаются учащимися систематически, каждый день, необходимо добиться четкости произношения каждого отдельного звука и выработать правильную речь.

Звуки нашей речи делятся на гласные и согласные и выполняют в нашей речи различные функции.

Гласные звуки — это звуки, при произнесении которых к голосу не примешивается никаких шумов; они должны быть певучими, должны спокойно литься, звучать. Согласные же должны «крепко» выговариваться; именно они придают речи членораздельность, четкость.

При произнесении гласных звуков гортань должна раскрыться совершенно свободно, мышцы шеи, горла должны быть свободны от всякого напряжения. Очень важно проследить, чтобы не было напряжения в корне языка и в работе нижней челюсти (она должна при произнесении звуков опускаться свободно, мягко). Язык вместе с губами участвует в формировании гласного звука.

Звук *а* — это довольно капризный, трудный звук. Его часто произносят глубоко («давятся» им) и получается далекий, «квакающий» звук. Нередко также звук *а* имеет и носо-

вой оттенок, что происходит от напряжения в полости носоглотки, носа.

Звук *а* должен произноситься без всякого напряжения в полости рта, зева. Язык должен быть совершенно свободным, губы свободно раскрыты, верхняя губа слегка приподнята. Надо стараться произносить его как можно ближе к зубам, чтобы он «не западал».

Другие гласные звуки легче для произношения; чаще всего их произносят более или менее правильно.

Звук *у* — губы вытянуты вперед, в трубку. Нижняя челюсть несколько приподнята и выдвинута вперед.

Звук *о* должен быть возможно более полным, круглым: губы немного выдвинуты.

Надо обращать внимание, чтобы звук не был очень глухим.

Звук *э* — гласная, занимающая среднее положение между *а* и *и*. Положение рта близко к положению его при звуке *а*, но губы раздвинуты чуть шире в горизонтальном направлении и меньше в вертикальном. Звук не должен быть излишне открытым, «блеющим».

Звук *и* — губы растягиваются горизонтально (положение улыбки), кончик языка касается нижних зубов.

Звук *ы* — губы растянуты, почти как на звуке *и*, но верхняя губа слегка приподнимается; кончик языка приподнят и оттянут назад.

Йотированные гласные *я, е, ё, ю* образуются от соединения полугласного звука *й* со следующей за ним гласной (*й-а, й-э, й-о, й-у*), поэтому их артикуляция зависит от артикуляции гласных *а, э, о, у*.

Необходимо отметить, что гласные звуки в слогах, на которые падает ударение, и в слогах безударных произносятся различно.

В слогах, на которые падает ударение, гласные звуки произносятся чисто, внятно, но в слогах безударных они теряют свою отчетливость (редуцируются). При этом гласные *о* и *а* в предударном слоге в начале и на конце слов произносятся, как неясное, короткое *а* (*вагбн, полёт, окно́, ма́ма*) после ударного слога, а также на втором и болсе далеком месте от ударного они произносятся еще менее ясно, как среднее между *а* и *ы*, ближе к звуку *ы* (*жа́лость, па́харь, водола́з*); *е* и *я* в слогах неударных произносятся коротко, как нечто среднее между *е* и *и* (*язы́к, па́мять, зве́рынец*); безударные окончания прилагательных — *гий, кий, хий* — произносятся легко (без подчер-

кивания), чтобы звучало нечто среднее между *ой* и *ый* (*тихий* — *тихѣй*, *строгий* — *строгѣй*), а прилагательные с окончаниями во множественном числе на *ые* и *ие* произносятся, как если бы они оканчивались на *ьи*, *ии* (*глупьи*, *синии*).

Упражнения на произнесение гласных:

У-о-а-э-и (и обратно).

Бу-бо-ба-бэ-би

Ву-во-ва-вэ-ви

Гу-го-га-гэ-ги

Ду-до-да-дэ-ди

<i>и-а</i>	<i>мы-ма</i>	<i>ни-на</i>
<i>и-я</i>	<i>мы-мя</i>	<i>ни-ня</i>
<i>и-о</i>	<i>мы-мо</i>	<i>ни-но</i>
<i>и-е</i>	<i>мы-ме</i>	<i>ни-не</i>
<i>и-у</i>	<i>мы-му</i>	<i>ни-ну</i>
<i>и-ю</i>	<i>мы-мю</i>	<i>ни-нью</i>
<i>и-и</i>	<i>мы-мы</i>	<i>ни-ны</i>

Ну-ну-ну! Но-но-но! На-на-на! Нэ-нэ-нэ! Ни-ни-ни!

Мимми, мэммэ, мамма, моммо, мумму

Нинь-кинъ, нэнь-кэнь, нань-канъ, нонъ-конъ, нунъ-кунъ

Бум-бум-бум! Бим-бом-бим-бом, бим-бом-бим-бом, бом-бом-бом-бом-бом

Ау-ау-ау-ау

Согласные звуки требуют очень точной работы различных частей речевого аппарата, которые чрезвычайно активно участвуют в их образовании. Именно губы, зубы, нёбо, язык служат той преградой, теми препятствиями (затворами) для воздушной струи, при преодолении которых происходят различные шумы, являющиеся основой согласных звуков.

В произношении согласных у очень большого количества людей встречаются различные недостатки. Например, вялость, нечеткость в артикулировании и даже пропуск некоторых согласных, небрежность, скороговорка.

Не нужно думать, что устранение этих недостатков в произношении согласных дело несложное.

Здесь нужна ежедневная систематическая тренировка, требующая большой настойчивости и воли учащегося.

Многие из таких недостатков оказываются очень стойкими. При ослаблении внимания к ним, прекращении систематических занятий они появляются вновь и вновь.