

ДИХАННЯ ЯК ОСНОВА ЗВУКОУТВОРЕННЯ

пособие. – М.: ИНФРА-М, 1997. – 334 с.

11. Діденко А.Н. Сучасне діловодство. Навчальний посібник. – К.: “Либідь”, 2001, – 384 с.

12. Діденко М.М. Підприємництво в Україні. – К.: УкрІНТЕІ, 1995. – 90 с.

13. Варналій З.С. Мале підприємництво: основи теорії і практики. – К.: Т-во “Знання”, КОО, 2001. – 277 с.

14. Васильков В.Г. Совершенствование организационных структур управления предприятием: Метод. рекомендації. – К.: Знання, 1990. – 32 с.

15. Вачевський М.В., Скотний В.Г.,

Долішній М.І. Маркетинг для менеджера. – Стрий: Просвіта; 1993. – 139 с.

16. Кадзума Татеиси. Вечный дух предпринимательства. – К.: Укринтур, 1992. – 206 с.

17. Вачевський М.В., Примаченко Н.М., Баб'як М.М. Маркетингова культура у підприємстві Навч. посібник. – К.: ЦНЛ, 2005, – 127 с.

18. Вачевський М.В., Скотний В.Г. Маркетинг в сферах послуг. – К.: ЦНЛ, 2004, – 232 с.

19. Радевич-Вінницький Я. Етикет і культура спілкування. – К.: Сполом 2001. – 223 с.

*Анна Дашак, професор кафедри академічного співу
Львівської державної музичної академії
ім. М.В. Лисенка*

ДИХАННЯ ЯК ОСНОВА ЗВУКОУТВОРЕННЯ

У статті розглядається не фізіологічний аспект дихання, а окултний. Дихання – як основа життя. Це вогняна сила, якою змінюється вібраційна шкала тіла та мозку і нею досягаються необмежені можливості.

Постановка проблеми. У світі досягнень світової науки з питань вібраційного аспекту усіх вимірів Всесвіту, розширений погляд на проблему вокального дихання дав би добрі результати в освоєнні професії співака.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Над проблемою вібраційного аспекту Всесвіту, над розкриттям таємниць фундаменту світобудови – вібрації і руху, працює велика кількість науковців планети. Особливого “прозоріння” у цьому напрямку і значних відкриттів досягли вчені Америки і Росії. Цілий ряд публікацій у світовій пресі говорить про те, що наука уже “копає” не тільки на планах фізичної матерії, матеріального Космосу, але і на планах Духовного Компосу.

Мета статті – розширення свідомості музикантів, співаків, що дасть їм добру основу для подолання нелегкого процесу в оволодінні фахом.

Виклад основного матеріалу. Дихання як основа звукоутворення завжди було тим “Сезамом”, який відкривався не для кожного вокаліста. Вокальна методика, трактуючи вокальне дихання, “плаває” лише по фізіологічній мілині і неспроможна поки що усвідомити вогняну

природу дихання.

Вокальні педагоги, такі, як Ламперті, Гарсія, Гарсія-син, Берар, Дж. Манчіні, основну увагу у співі акцентували на дихання і вважали цей елемент основним. Берар, наприклад, дуже добре вивчив анатомію вокального апарату і взаємодію звукотворчих органів. Досконале знання фізіологічного процесу задіяних у співі органів сприяло природній їх праці, без форсованої дихання манери, яка приводить до швидкого зношування апарату, а звідси – до різних проблем, із якими досить часто зустрічаються вокалісти. Берар був прихильником грудночеревного дихання, на відміну від застосовуваного в ті часи лише грудного.

У процесі розвитку вокального мистецтва, метод грудночеревного дихання уже використовували і Ламперті, обидва Гарсія, Еверарді, Усатов (учитель Ф. Шаляпіна) та інші. Питанням дихання – цього фундаменту, на якому співак буде весь співочий процес, цікавилися майже всі видатні педагоги вокалу, але вони намагалися розкрити секрет дихання чисто у фізіологічному плані. Та це тільки, так би мовити, поверхня озера, яке у своїх глибинах криє багато таємниць окултного (таємного) аспекту дихання.

В епоху вищезгаданих вокальних педагогів дихання як основа вокалу й не могло розглядатися із якогось іншого кута зору, як тільки із фізіологічного. Здобутки сучасної науки у пізнанні природи звуку, його походження в Вищих духовних планів Всесвіту, вимагає подивитися на процес дихання, яке є основою звуку, у дещо ширшому аспекті, під іншим кутом зору.

З метафізичної точки зору дихання є життєвим струмом прани (життєва сила), якою наповнений весь простір. На санскриті дихання називається праною, тобто, самим життям. “Прана є дихання Життя – Нефеш (бібл.)”. “Прана – принцип двигуна життя”. “Прана – вібрація, а усі прояви життя – це результат руху і вібрації, або Великого Дихання. Життєва сила є міць, набагато більше піднесена, ніж Світло, Тепло і Електрика і в дійсності здатна виявити контролюючу силу над ними всіма” [2, 153].

Якщо запитати вокаліста що таке голос, то він відповість, що це інструмент, завдяки якому він співає і говорить. Усе правильно, але ... мозок також інструмент, за допомогою якого ми думаємо, та таємницю утворення думки, механізм цього дива наука не розгадала й досі. Голос – це дихання, і якщо щось можна назвати абсолютною основою голосу, то це дихання. Проявлене зовні – воно стає голосом. На превеликий жаль, матеріалістичне світосприйняття останніх століть звузило життя до границь матеріального буття, але таємниця життя сягає планів Духа. Дихання – це теж таємниця, адже воно підтримує функціонування тіла. Дихання і ритм, про які ми навіть не задумуємося, забезпечують життєдіяльність нашого організму. Те, як дихає людина, звичайно, секрет само собою, це не тільки секрет, але і вираження усієї таємниці, щось, від чого залежить психологія життя. Медична наука тисячі років покладалася в основному на виявленні фізичних захворювань тіла за його ритмом і диханням. Стародавня медицина знала, що здоров'я залежить від ритму вібрацій.

Езотерична філософія Сходу завжди розглядала дихання як аспект вогню і надавала процесу дихання величезного значення. За допомогою правильної методики дихання, змінюється вібраційна шкала тіла та мозку, і йоги таким чином переходять на вищі плани буття. Вони досконало опанували науку дихання і використовують ті знання для трансцендентальних бачень. За допомогою певних вібрацій дихання йоги можуть свідомо відвідувати Тонкі плани, працювати на них, бачити майбутні події, які згодом здійсняться на фізичному плані. Той, хто

володіє мовою звуку і кольору, на основі глибоких знань про природу дихання, може творити дива.

На Сході вважають, що духовний розвиток людини можливий за умови оволодіння мистецтвом дихання, але не фізіологічного, а на глибинному внутрішньому рівні, де починають працювати енергетичні центри. Можливості такого дихання надзвичайні. Народи Сходу, особливо Індії, дихання сприймають як вібрацію, що породжує звук і колір. Звісно, зрозуміти глибинну природу дихання у такому містичному аспекті, на плані третього виміру досить важко. Чую запитання: “А для чого мені все це? Я й так дихаю, співаю, розмовляю”, – протестує середня свідомість, якій і при такому рівні знань комфортно. Але наше Вище Я тихенько говорить: “Дерзай! Це лише один із багатьох шляхів у поєднанні зі своїм Я, з Христом в нас”. Хіба така висока ціль не вартує того, щоб хоча б попрацювати над розширенням свідомості, наблизитися до пізнання внутрішньої природи свого ества, яке має необмежені можливості? Людство звикло повзати по землі. Прийшов час, коли воно повинно навчитися літати в Небі.

Окультна філософія говорить про сім рівнів дихання. Організми тварин володіють лише чотирма нижчими диханнями. У фізичному тілі людини є визначений простір, у якому містяться центри дії нижчого внутрішнього астрального дихання центральний канал спинного мозку і шлуночки головного мозку. Завдання імпульсів цих дихань – підняти фізичне на вищий астральний рівень. П'яте космічне дихання (вібрація) – це принцип Манаса, який має вогняну природу. Людство зараз перебуває у п'ятій расі, яка інтенсивно розвиває п'ятий принцип – Манас (менал), але надмірна стимуляція цього принципу може привести до пошкодження мозку. Все добре в міру. П'яте дихання – внутрішнє дихання (внутрішня вібрація) зі своїм центром дії в кожному органі фізичного тіла, а також тонких (енергетичних) тіл. П'яте дихання уже пов'язане зі Всесвітнім Ритмом Вищої Сутності – внутрішнім Богом. Шосте дихання – формуючий принцип. Дихання, яке Бог вдихнув у людину тілесну, і яке зробило її живим Духом.

Шосте дихання – Духовне дихання, що оживлює і одухотворює все існуюче. Завдяки цьому диханню ми володіємо уявою. Всі види емоцій: радість, страх, гнів, тривога і т.д. впливають на дихання. Воно прискорюється, або стає аритмічним, у пульсі виникають “дірки” (екстрасистоли) і т.і. Тому в ситуаціях, здатних викликати розумову або емоційну нестійкість, потрібно втягнути свідомість всередину за

ДИХАННЯ ЯК ОСНОВА ЗВУКОУТВОРЕННЯ

допомогою повільного, тихого дихання і прийти до гармонії із шостим диханням. Це дає людині почуття рівноваженості, спокою і володіння зовнішніми обставинами. Багато співаків перед виходом на сцену відчувають сильне хвилювання, але вгамовують його, підсвідомо підключаючись до шостого духовного дихання. Якби це проходило на рівні усвідомленої дії, то дало б ще більший ефект у оволодінні собою. Глибока концентрація на ментальному чи духовному рівнях (молитва, наприклад) сприяють уповільненню дихання і приводять його на вібраційний рівень дельта – хвиль (2 – 3 Гц), як у йогів під час медитацій. “П’яте, шосте, сьоме дихання являються Всесвітніми і Безмежними. Чотири нижчі дихання зв’язані із обмеженими можливостями матерії на нижчих планах існування і по природі своїй являються аспектом трьох вищих дихань, тобто три Дихання на Вищому плані стають чотирма Диханнями на нижчому плані” [4, 253].

Кожна жива істота володіє диханням, і оскільки все є живим, всі речі теж дихають, в тому числі і мінерали. Викладене вище науково доведено. Наприклад, пшениця, яка вдихає кисень, а видихає вуглекислий газ. Якщо пшеницю помістити в приміщенні без доступу кисню, то вона загине, тобто, втрапить життєву силу. Пшениця, як і плід в утробі матері – дихають внутрішнім диханням. Дихає і сонце одинадцятилітнім періодом.

Дихання (вібрація) як і звук, так само має Божественне походження: “І Бог сказав: “Хай буде світло””. Яке просте твердження і в той же час, яке величаве і всеоб’ємлююче! Весь проявлений Космос в одному короткому написаному реченні. Уявіть собі, якщо можете, абсолютну темноту і абсолютну тишу, і раптом творяче Слово, здійснює таємну, що летить крізь велику безодню темноти, післана духом, віками замріяним над великими водами життя. Миттєво у всьому безмежному Космосі темнота перетворюється на Світло. Біле, іскристе, сяє, невимовне, незбагненне. І одночасно із народженням Світла Духовна енергія породжує першу Трійцю: Дихання або Рух, Звук або Волю, Світло або Свідомість. Яка велична поема світоутворення! Як сказав один провидець, “від атома до Бога” – все дихає, живе, весь Космос одухотворена Слава Творця. Звичайно, усвідомити на нашому теперішньому рівні свідомості концепцію Безмежності, Вічного Отця дуже важко. І Світло, яке є Його першим проявом, містить у собі всі сили, всі життя, всі речі і..., воістину, “від атома до Бога”.

Не тільки окультна наука, яка тисячоліттями

накопичувала знання про світобудову та закони, які управляють Всесвітом, розглядала дихання як космічну силу, але цьому питанню значну увагу приділяє і сучасна наука. Сьогодні у світі практикують різні йогівські методики знання, але не завжди вони дають бажаний результат, а інколи і шкідливий. Чому? Тому, що основою будь-якої йоги повинні бути два найважливіші фактори – духовність і любов до всього існуючого. Збудити дихальною практикою вогонь енергетичних центрів (чакр) і не оволодіти відповідним духовним рівнем, означає поставити своє фізичне тіло і психіку у вихор руйнації. Дихальні практики, якими інколи цікавляться вокалісти, – це двосічний меч, поводитися із яким треба надзвичайно обережно.

У книзі “Стародавня тайна квітки життя” (т.І) відомий американський фізик, музикант і окультист Д.Мелхіседек говорить про методику розширення аури (електромагнітне поле) на основі дихальних вправ. “Іншою важливою точкою в людському тілі є розміщена майже в центрі голови шишкоподібна залоза, від якої у величезній степені залежить наша свідомість. На нинішній день шишкоподібна залоза зменшилася. Енергія прани проходила раніше через центр шишкоподібної залози. В середині шишкоподібної залози, навіть при її зменшенні розмірах, утримуються всі форми сакральної геометрії і точне розуміння того, як була створена Реальність. Замість того, щоб вбирати прану через шишкоподібну залозу і спрямовувати вгору і вниз по нашій центральній трубці, ми почали вдихати її через рот і ніс. У результаті цього прана почала надходити в організм минаючи шишкоподібну залозу, що вплинуло на спосіб нашого бачення Єдиної Реальності.

Є ще один важливий фактор у цій історії, на якому ми збираємося зупинитися. Тринадцять тисяч років тому (період загибелі Атлантиди – А.Д.) ми знали про себе щось, що потім абсолютно забули: ми знали, що геометричні енергетичні поля довкола нашого тіла можуть обертатися зовсім визначеним чином – це пов’язано із нашим диханням. Ці поля можуть обертатися довкола нашого тіла зі швидкістю, близькою до швидкості світла, та після Падіння (енергетичний хаос в аурі Землі, який спричинив загибель Атлантиди – А.Д.) їх обертання сповільнилося і зупинилося зовсім. Слово Мер-Ка-Ба (електромагнітне поле, аура) складається із трьох слів: Мер, Ка і Ба, які в тому значенні, як ми їх вживаємо, прийшли від стародавніх єгиптян. Мер значить особливого роду світло, яке розуміли в Єгипті тільки в часи правління Вісімнадцятої Династії.

Його розглядали як два поля світла, що веретеноподібно обертаються в протилежних напрямках в одному й тому просторі, і ці поля генерувалися певним способом дихання. Без божественної любові, Мер-Ка-Ба – це просто машина” [2, 35 – 37].

Далі автор наголошує, що зайнятися технікою роботи Мер-Ка-Ба, наприклад, коректуванням способу дихання без дуже важливого фактору у цьому процесі – божественної любові, не дасть результату, не зробить це поле живим. У другому томі цієї об’ємної, аргументованої сучасними досягненнями науки книзі, подається розроблена методика вісімнадцяти дихальних вправ, які із застереженнями виняткової обережності і наявності високого рівня духовності, розвивають у людини такий рівень свідомості і можливостей, який для звичайної свідомості може здатися фантастичним і неймовірним.

Для повної аргументації наявності у кожної людини поля світла – Мер-Ка-Ба (яке розвивають і розширюють дихальними вправами), про яке говорить Д. Мелхіседек, я назву розробки у цій галузі науки російського вченого, академіка Г. Шипова, про які пишуть автори книги “Кардинальний поворот” В.Ю. Тихоплав, Т.С. Тихоплав: “Теорія Г.І. Шипова з’єднала до купи світ щільних форм і тонкоматеріальний світ Академік Г.І. Шипов стверджує: “... весь щільний світ, вся щільна матерія народжується із вакууму. Але вище вакууму стоїть первинне поле – поле свідомості. Первинні торсіонні поля як вихорі, що несуть інформацію, за своїми властивостями дуже близькі до явища, яке спостерігаємо в області психофізики, такі, як телепатія, телекінез, яснобачення і т.д. І якщо ми уявимо, що існує якийсь фізичний носій, то цією фізичною сутністю виступить поле свідомості” [3, 77]. Далі вчений говорить про спін-торсіонні поля, які обертаються довкола людини у протилежних напрямках (Мер-Ка-Ба) і вони можуть бути правого і лівого обертання, залежно від нашого духовного рівня, рівня свідомості. Наука підтвердила, що ритм дихання і його затримка під час вдиху або видиху, зумовлює переважаюче випромінювання правого або лівого торсіонного поля. Ці поля надвисоких частот мають велике еволюційне значення – всередині закручених полів (торсіонний ефект) зберігається інформація, розкручування полів – стирає інформацію. І за допомогою спеціальної методики дихання ми можемо управляти могутніми полями надвисоких частот, сприяти еволюції свідомості людства, або, при низькій власній свідомості (ліве обертання полів) творити довкола себе тяжку руйнацію.

Таким чином, наукові розробки дають нам можливість впевнено зробити висновок, що звужене лише до фізіологічної функції дихання, яке є основою співу, розширює наше сприйняття дихання до космічних масштабів і висвітлює його колосальні можливості. Дихання – “камінь спотикання” для багатьох вокалістів, і таке розширене сприйняття цього важливого елементу у співі та деякі практичні поради у розвитку дихання, дали б, на мою думку, добрі результати. Такі знання суттєво розширили б бачення вокалістом основ своєї професії і, звичайно, розширили б свідомість.

Я згідна, що така об’ємна перспектива бачення розвитку вокаліста (як мені було сказано!) є “поглядом у кінець XXI століття”. Але життя – це еволюція, насамперед, свідомості, і ходити вокалістам, музикантам у “праділових чоботях”, коли наука кардинально розширила горизонти нового бачення елементів музики, співу (звук, дихання), доводить їх космічну основу, буде дуже нерозумно.

На Сході говорять, що мистецтво дихання – це мистецтво життя. Йоги (зв’язок, єдність) відкрили дві властивості дихання: одна – виходити назовні, а друга – входить всередину. Це психологічна властивість, це ритм, який ми спостерігаємо в природі – схід і захід сонця, приливи і відливи, а також різниця у вібраціях нашого організму вранці і ввечері. Йоги регулюють всі фізіологічні процеси організму через дихання і вібрації музики. Це приводить їх до освоєння зовнішніх вібрацій і внутрішніх, тобто дихання. Властиво, це одне те, одне переходить в інше. Дихання, яке чуємо, може бути назване голосом.

Тому дихання і голос єдині; дихання і звук не дві різні речі, якщо тільки людина може зрозуміти, що вони мають одну і ту ж основу. Якщо й існує яке-небудь пояснення чому людина насолоджується музикою, яку грають їй, або чому вона виявляє на неї вплив, то воно в цьому.

Яке практичне значення викладеного матеріалу? Величезне. Окрім розширення свідомості, що є основою великих можливостей для кожної людини, для музикантів, співаків, зокрема, такі знання дадуть поштовх до шукання нових напрямків розвитку музичного і вокального мистецтва, впевненість у пріоритетності музики як могутньої сили у еволюційному розвитку планетного людства. Музика не лише естетична категорія цінностей, а духовно-енергетична, яка розвивається згідно космічних законів звуку, ритму і гармонії і тотожна з ними.

Висновки. “Мистецтво дихання – мистецтво

АКТИВІЗАЦІЯ ТВОРЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ В ПРОЦЕСІ МУЗИЧНО-ІНСТРУМЕНТАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ

життя”, і якщо вокалісти і музиканти певною мірою освоюють цю істину, то це не лише розширить їх фахові можливості, але й підніме їх духовний рівень, дасть змогу “побачити за деревами ліс”. Висновки та перспективи досліджень цілком очевидні. Життя – еволюційний процес, а наука як один із аспектів цієї еволюції у новій парадигмі світосприйняття буде все більше й більше прориватися у безмежні простори метафізики, розкриваючи невимовну велич Всесвіту, тобто

Бога.

1. Блавацкая Е. Тайная доктрина. – Т.1. – М.: Прогресс-Сиринь, 1991. – 369 с.
2. Мелхиседек Д. Древняя тайна цветка жизни. – М.: София, 2003. – 463 с.
3. Тихоплав В., Тихоплав Т. Кардинальный поворот. – С.-Пб.: Весь, 2002. – 297 с.
4. Хан Х. Мистицизм звука. – М., 1997. – 342 с.

Андрій Душний, кандидат педагогічних наук, старший викладач
кафедри народних музичних інструментів та вокалу
Дрогобицького державного педагогічного університету
ім. І. Я. Франка

АКТИВІЗАЦІЯ ТВОРЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ В ПРОЦЕСІ МУЗИЧНО-ІНСТРУМЕНТАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ

У статті висвітлено значення творчої діяльності студентів-інструменталістів та потреби розвитку їх творчої активності як істотного чинника розкриття мистецького потенціалу, фактору поглиблення спеціальних знань, умінь і навичок як у концертному виконавстві, так і в педагогічній роботі.

Постановка проблеми. Суспільство постійно потребувало творчо обдарованих професіоналів у найрізноманітніших галузях людської діяльності, а для мистецтва ця проблема завжди була особливо актуальною. Саме тому сучасна загальна педагогіка серед ключових навчальних цілей виділяє всебічний розвиток особистості: моральний, естетичний, інтелектуальний, професійний.

У сфері підготовки музикантів-виконавців в умовах сьогодення завдання всебічного розкриття творчого потенціалу кожної індивідуальності постає розгалуженим комплексом методичних установок різних напрямків діяльності. Серед них насамперед, виділимо виконавство, творчість, педагогічну і наукову роботу. Адже діяльність виконавця далеко не вичерпується спроможністю повноцінно відтворювати музичний текст достатньо високого ступеня складності, необхідно сягнути відповідних шаблів мистецько-естетичного осмислення кожного музичного твору. Завданням педагога, на думку В. Цуккермана, є наблизити рівень розуміння і володіння художніми засобами студента-інструменталіста до рівня складності мови тих творів, що він виконує [7, 360, 361].

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Саме цим питанням – питанням необхідності підпорядкування процесу навчання виконавця принципів єдності художнього і технічного розвитку приділялась увага у методичних працях Б. Асаф'єва, М. Варро, Г. Когана, Г. Нейгауза, В. Сраджева, Б. Струве, Ф. Шайнгаузен, Г. Ципіна, Б. Яворського та ін. Поряд з цим, важливим аспектом дослідження є питання колективного музикування як необхідної і невід'ємної складової мистецького розвитку виконавця. Вони знайшли своє висвітлення у ряді робіт А. Болгарського, А. Ільченка, А. Карпуна, В. Лабунця, В. Лапченко, В. Лебедева, В. Федоришина.

Виятково важливе значення у цьому процесі має розвиток творчої активності як істотної умови формування художньо-виконавських здібностей виконавця-інструменталіста. У вітчизняній теорії та методиці музичного виховання окремі аспекти даної проблеми розглядаються в працях А. Ковальова, О. Приходька та ін., споріднені їм питання вивчення творчо-виховного потенціалу композиторської діяльності студентів знайшли своє висвітлення у дослідженнях Е. Бриліна, Г. Голика, В. Сиропка, ряд інших досліджень розглядає формування творчої самостійності майбутніх учителів в музично-інструментальних класах (І. Немикіна, Н. Плешкова та ін.).