

Глава 3

Разминка: поддержание рук в хорошей форме

В этой главе...

- Как звучит бас-гитара
- Подготовка правой руки
- Подготовка левой руки

Ну как — готовы к игре? Перекиньте ремень бас-гитары через плечо, чтобы он надежно улегся, отрегулируйте его длину так, чтобы инструмент находился на удобной для вас высоте и располагался под нужным углом, после чего правильно расположите руки для игры (см. главу 2). Приготовьтесь играть ритмы своего сердца.

Подождите, не торопитесь! Нет, не снимайте бас-гитару, однако перед тем, как начать упражнения, вам нужно узнать, что заставляет ваш инструмент звучать именно так, а не иначе. В этой главе я помогу вам понять, как извлекается звук из бас-гитары, а также подскажу упражнения для поддержания рук в хорошей форме и развития их координации. Одна рука всегда должна знать, что делает другая.



Я настоятельно рекомендую ежедневно выполнять описанные ниже упражнения для правой и левой руки перед началом занятий. Постепенно вы привыкнете к ним, и на их выполнение будет уходить все меньше времени. Самое главное — регулярность. Ничто не разогреет вас лучше, чем эти упражнения, разве что теплые объятия любимого человека в прохладную ночь.

Откуда в бас-гитаре берется звук

Когда вы ударяете по струнам, они начинают вибрировать. Эта затихающая вибрация — то, что мы воспринимаем как *звук* или *музыкальный тон* (о котором также говорят как о *ноте*, хотя нота — это обозначение звука). Каждой ноте соответствует вибрация определенной частоты. Чтобы вы осознали порядок скорости этих звуковых вибраций, скажу, что открытая струна А (*ля*) вибрирует с частотой 55 колебаний в секунду (если она правильно настроена). Звукосниматель (находящийся под струнами на корпусе) преобразует эти колебания в электрический ток, который, в свою очередь, преобразуется усилителем и акустическими системами в звук (см. главу 16).

Высота звучания струны определяется силой ее натяжения и длиной. Чем больше натяжение струны, тем выше звук; чем меньше натяжение, тем звук ниже. (В качестве аналогии представьте себе, как меняется высота вашего голоса, когда вы напрягаете связки.) Чем короче струна, тем выше звук; чем она длиннее, тем звук ниже.



Когда струна настроена и имеет определенное натяжение, для повышения высоты ее звучания достаточно укоротить ее активную длину. Длина струны изменяется зажатием струны на каком-либо ладу грифа. Под зажатием струны подразумевается, что вы ставите палец левой руки на струну и прижимаете ее к определенному ладу, тем самым укорачивая длину струны. Для того чтобы взять на бас-гитаре правильную ноту, зажмите струну на нужном ладу и ударьте по ней пальцем правой руки (тем самым заставляя ее вибрировать). Вот и все! Так как длина струны становится короче, ее звучание повышается.

Разогрев правой руки

Как и любая физическая активность, игра на басы требует предварительной разминки. Без правильно подобранных упражнений ваши руки будут недостаточно сильными и скоординированными, чтобы выдержать многочасовые занятия на бас-гитаре. Несколько минут в день, посвященных специальным упражнениям, — и вы будете всегда готовы к игре.



Приступите к упражнениям, расположив правую руку на гитаре. Если у вас возникли какие-то вопросы относительно положения руки, обратитесь к главе 2. Во избежание недоразумений я буду обозначать пальцы правой руки буквами, а пальцы левой — цифрами. Буквенные обозначения имеют следующий смысл:

- ✓ указательный палец обозначается как *i* (от англ. *index*);
- ✓ средний палец обозначается как *m* (от англ. *middle*).

Итак, пока мы будем работать правой рукой, левая может отдохнуть — расположите ее как вам будет удобно.



Просмотрите видеоклип №4, в котором я демонстрирую описанные ниже приемы.

[go.dialektika.com/
BassFD3_v04](http://go.dialektika.com/BassFD3_v04)

Игра правой рукой на одной и той же струне

При извлечении нот на одной и той же струне вы должны уметь чередовать указательный и средний пальцы, что пригодится вам при игре последовательности нот в равномерном темпе. Ниже описано, как подготовиться к такой игре.

1. Ударьте по самой нижней струне указательным (*i*) или средним (*m*) пальцем правой руки.
2. Чередуйте указательный и средний палец (т.е. ударяйте ими струну по очереди), стараясь поддерживать ровный звук.



Не поднимайте пальцы слишком высоко, но и не опускайте их слишком низко. Задевая струны при распрямлении пальцев, вы будете создавать много нежелательного шума. Также не защипывайте струну в направлении от корпуса инструмента, как это принято при игре на классической гитаре. При таком характере колебаний струн над звукоснимателями результирующий звук не будет сочным. Угол атаки (удара) должен быть направлен к корпусу инструмента, тогда и звук будет полным и насыщенным.

Взгляните на рис. 3.1, на котором изображен правильный угол атаки для правой руки. Эта техника обеспечит получение уверенного, ударного звучания баса — а именно это и требуется от бас-гитариста.



Фотография предоставлена Стивеном Шлезингером

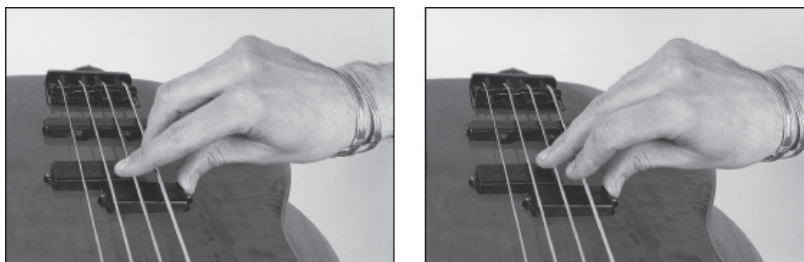
Рис. 3.1. Угол атаки для удара правой рукой



Остановимся немного на терминологии. Я предпочитаю говорить об *ударе* по струнам, а не о *защипывании* струн, так как последний термин используется исключительно в отношении игры на обычной гитаре. Углы атаки струн при извлечении звуков существенно различны у гитаристов и басистов, и я использую терминологию, подчеркивающую эти различия. Однако не удивляйтесь, если в других книгах, посвященных игре на бас-гитаре, вам встретится другая терминология.

Продолжайте играть в этом стиле (чередую пальцы *i* и *m*) на других струнах. Вы уже чувствуете, что набиваете себе мозоли? Поверьте мне — они вам нужны. Лучше сразу сделать свои пальцы жесткими и мозолистыми, чтобы потом при длительных репетициях и концертах не чувствовать боли.

После продолжительного выполнения этого упражнения вам наверняка захочется опереть пальцы на более низкую (толстую) струну после удара по более высокой (тонкой). Это правильная техника. Она помогает заглушить струны, которые в данный момент должны быть пассивными. Когда вы играете на самой низкой струне (Е), ваши пальцы могут останавливаться на большом пальце (который, разумеется, в это время должен надежно опираться на специальный упор или звукосниматель). На рис. 3.2 показано правильное положение пальцев, ударяющих по струнам.



Фотография предоставлена Стивеном Шлезингером

Рис. 3.2. Последовательность ударов пальцами по струнам

Управление силой удара: акцентирование правой рукой

Этот раздел приблизит вас на один шаг к созданию музыки, привнеся в вашу игру понятие акцента. Нет, речь не идет об акценте человека, говорящего на иностранном языке. Здесь имеется в виду выделение звучания одной ноты на фоне других.

Под *акцентированием* ноты понимается то, что она звучит немного сильнее остальных. Для того чтобы акцентировать ноту, нужно всего лишь ударить по струне чуть сильнее обычного. Акцентирование позволяет управлять силой звука каждой из нот во время исполнения, что делает партию бас-гитары более интересной.



Не старайтесь акцентировать ноту как можно сильнее. Если вы будете форсировать звук слишком сильно, могут возникнуть искажения, и звучание окажется хуже ожидаемого (к тому же руки будут уставать быстрее.)

Для того чтобы правильно акцентировать ноту любым из пальцев, выполните следующее упражнение.

1. Начните играть на струне Е, чередуя указательный и средний пальцы правой руки.
2. Акцентируйте лишь ноты, которые извлекаете указательным пальцем.
3. После того как упражнение начнет у вас получаться, перейдите к акцентированию только тех нот, которые извлекаются средним пальцем.
4. Повторите то же упражнение на струнах А, D и G.

Вы обязательно должны “познакомить” свои пальцы со всеми струнами, так как ощущение от каждой из струн отлично от других.

После того как акцентирование обоими пальцами начнет вам удаваться, перейдите к следующему упражнению, которое лишь немного усложнит предыдущее.

1. **Играйте упражнение в равномерном темпе, чередуя указательный и средний пальцы.**
Играя по схеме *i m i m*, представляйте себе, что играете последовательность нот, сгруппированных по четыре.
2. **Акцентируйте первую ноту четверки (она обозначена как подчеркнутая буква *i*) по схеме *i m i m i m i m* и т.д.**
3. **После того как игра по схеме *i m i m* перестанет вызывать трудности, начните играть последовательность нот средним пальцем, т.е. по схеме *m i m i*.**
4. **Вновь акцентируйте первую ноту каждой четверки (здесь она обозначена как подчеркнутая буква *m*): *m i m i m i m i* и т.д.**
5. **Повторите описанное упражнение на всех струнах.**

На рис. 3.3 показана нотная запись этого упражнения.



Рис. 3.3. Акцентирование нот правой рукой



go.dialektika.com/
BassFD3_04

Замечу, что акцентированные ноты, показанные на рис. 3.3, не должны выходить за пределы определенного диапазона громкости. Прослушайте трек №4. Звучание всех нот должно быть чистым, а громкость — контролируемой. Данное упражнение должно звучать одинаково при использовании любых пальцев, в чем, собственно говоря, и заключается его идея.

Перемещение правой руки поперек струн

Последнее упражнение для разогрева правой руки называется *перебор струн*. Как ваша рука должна двигаться поперек струн? Ответ на этот вопрос крайне прост — запомните следующие три правила.

- ✓ Чередуйте указательный и средний пальцы, когда играете на одной струне (см. упражнения, описанные в разделе “Игра правой рукой на одной и той же струне”).
- ✓ Чередуйте средний и указательный пальцы при переходе от *низкой* струны к *высокой* (имеется в виду высота звучания струн, а не высота их физического расположения). Иначе говоря, речь идет о чередовании пальцев при переходе от толстой струны к тонкой.
- ✓ Ударьте струны одним и тем же пальцем, когда переходите от *высокой* струны к *низкой* (т.е. от *тонкой* струны к *толстой*).

Проследите за тем, как вы чередуете пальцы при переходе с более низкой струны на более высокую. (Напомню, что более низкая струна расположена ближе к потолку.)

Обычная четырехструнная бас-гитара настроена следующим образом (в порядке уменьшения толщины струны): E (*ми*), A (*ля*), D (*ре*) и G (*соль*). Для развития координации движений правой руки выполните следующее упражнение.

1. Ударьте по струне E пальцем *i*.
2. Ударьте по струне A пальцем *m*.
3. Ударьте по струне D пальцем *i*.
4. Ударьте по струне G пальцем *m*.

Теперь снова ударьте по струне G, на этот раз пальцем *i* (т.е. сменив палец на одной и той же струне), и пройдите им, словно гребенкой, по остальным струнам (D, A и E), ударяя каждую из них. Сохраняйте при этом ритмичность и силу звука.

После того как палец *i* ударит струну E, перейдите ко второй части упражнения.

1. Ударьте по струне E пальцем *m*.
2. Ударьте по струне A пальцем *i*.
3. Ударьте по струне D пальцем *m*.
4. Ударьте по струне G пальцем *i*.

Теперь снова ударьте по струне G, на этот раз пальцем *m* (т.е. сменив палец на одной и той же струне), и пройдите им, словно гребенкой, по остальным струнам (D, A и E), ударяя каждую из них. Сохраняйте при этом ритмичность и силу звука.



go.dialektika.com/
BassFD3_05

Прослушайте это упражнение в треке №5. Несмотря на чередование пальцев, изменений в звучании вы не заметите. Прислушайтесь к постоянству силы звука нот и их длительностей. Длительности нот остаются постоянными независимо от того, выполняется ли переход от нижней ноты к верхней или наоборот. Постарайтесь, чтобы ваши пальцы также обеспечили постоянство силы звука и ритма.

Координируем левую руку с правой

Работа левой руки заключается в прижимании струн к соответствующим ладам, в то время как правая рука ударяет по струнам для извлечения звука. Бас-гитаристы используют множество различных положений левой руки, но, без сомнения, самыми экономичными являются те, в которых задействованы все четыре пальца (большой палец покоится на шейке грифа). В этом разделе будет показано, как следует тренировать левую руку, чтобы добиться максимальной независимости ее пальцев.



На представленных рисунках пальцы левой руки нумеруются следующим образом:

- ✓ 1 — указательный;
- ✓ 2 — средний;

- ✓ 3 — безымянный;
- ✓ 4 — мизинец.



Описанная в следующем разделе техника демонстрируется в видеоклипе №5.

[go.dialektika.com/
BassFD3_v05](http://go.dialektika.com/BassFD3_v05)

Перестановки пальцев

Подготовьтесь к одному из лучших упражнений, которое только можно предложить басисту, — *перестановке пальцев*. Это тренинг для отработки извлечения звуков с использованием всех возможных вариантов чередования пальцев левой руки.

1. Расположите левую руку на грифе бас-гитары таким образом, чтобы указательный палец (1) находился на третьем ладу струны E (нота *соль*).
2. Расположите пальцы так, чтобы каждый из них занимал свой лад.
3. Поочередно зажимайте ноты, оказавшиеся под пальцами, в следующем порядке: 1–2–3–4 (в это время правая рука ударяет по соответствующей струне для извлечения звука).
4. Повторите это упражнение на струне A (следующей по счету), а затем на струнах D и G.
5. Когда завершите упражнение на всех струнах, вернитесь к струне E и переходите к следующей комбинации.

В табл. 3.1 представлен полный список перестановок пальцев левой руки (комбинации в каждом столбце начинаются с указанного пальца, затем играют остальные пальцы). За один проход играйте перестановку из одного столбца, продолжая до тех пор, пока не пройдете все комбинации (все до единой). Это упражнение позволит разработать координацию движений и силу пальцев левой руки, необходимые для исполнения всех басовых линий, которые будут предложены в части IV.

Таблица 3.1. Перестановки пальцев левой руки

Указательный	Средний	Безымянный	Мизинец
1234	2134	3124	4123
1243	2143	3142	4132
1324	2314	3214	4213
1342	2341	3241	4231
1423	2413	3412	4312
1432	2431	3421	4321

На рис. 3.4 показан пример постановки пальцев левой руки для первой строки упражнения. Можете выполнять это упражнение на любом участке грифа бас-гитары. В треках аудиокурса упражнение начинается с нижней ноты G (указательный палец зажимает струну E на третьем ладу), однако не ограничивайте себя только этой областью грифа.

Левая рука:
 1 – указательный палец
 2 – средний палец
 3 – безымянный палец
 4 – мизинец

Рис. 3.4. Первая строка (1–2–3–4) упражнения для перестановки пальцев левой руки



Чтобы лучше понять, как должны звучать эти упражнения, прослушайте трек №6.

[go.dialektika.com/
BassFD3_06](http://go.dialektika.com/BassFD3_06)

Что за гул? Глушите струны

Когда вы играете, некоторые струны вибрируют, даже если вы по ним не ударяете. Этот совершенно естественный эффект по-научному называется *симпатической вибрацией*. В то же время любую струну можно приглушить, слегка коснувшись ее либо левой рукой (лучше — несколькими пальцами), либо правой, либо обеими руками одновременно. По мере совершенствования техники игры симпатическая вибрация будет доставлять вам все меньше и меньше хлопот.

Например, вы ударяете по струне E, на которой берете ноту *соль*. В это же время начинает вибрировать открытая струна G (*соль*). Вам достаточно слегка коснуться пальцами левой руки этой струны, и наведенные колебания затихнут. Посмотрите на рис. 3.5, и вы увидите, как выглядит глушение струн левой рукой на практике. Обратите внимание, как тыльная сторона пальцев касается других струн, препятствуя их вибрации.



Фотография предоставлена Стивеном Шлезингером

Рис. 3.5. Левая рука берет ноту соль, одновременно заглушая другие струны

Сводим все вместе

Попробуйте сыграть простое упражнение, показанное на рис. 3.6. Оно предназначено для координации зажима струн левой рукой с ударами по струнам правой рукой. Нотный стан и табулатура показывают, где расположены ноты. Если вы будете использовать аппликатурную сетку, то сможете транспонировать это упражнение в любую тональность.

Левая рука		
Правая рука		

Левая рука:
 1 – указательный палец
 2 – средний палец
 3 – безымянный палец
 4 – мизинец

Правая рука:
 i – указательный палец
 m – средний палец

Рис. 3.6. Совместное упражнение для левой и правой рук

Проследите за тем, чтобы пальцы правой руки чередовались надлежащим образом. На каждой репетиции это упражнение можно начинать с разных пальцев (чередую средний и указательный). Что же касается левой руки, то она на протяжении всего упражнения не должна смещаться (при условии корректного использования всех четырех пальцев).



Представленное на рис. 3.6 упражнение вы можете прослушать, воспроизведя трек №7. Это упражнение звучит действительно классно. Кто сказал, что упражнения должны быть скучными?

[go.dialektika.com/
BassFD3_07](http://go.dialektika.com/BassFD3_07)