Глава 3

Учимся правильно держать скрипку

В этой главе

- Как правильно держать скрипку
- Установка пюпитра
- Выбор подходящих подбородников и мостиков
- Устранение проблем

крипка — это великолепный инструмент, но свои замечательные качества он сможет проявить только в том случае, если вы будете правильно держать его. Просматривая старые книги и фотографии, можно прийти к выводу, что способ удержания скрипки с годами заметно изменился. В настоящее время используется несколько вариантов удержания инструмента, причем каждый из них направлен на то, чтобы обеспечить удобство и легкость движений. Прочитайте эту главу, и вы узнаете о том, как выбрать для скрипки наиболее подходящее положение.

Почему столь важно правильно держать скрипку

Если вы научитесь правильно держать скрипку, играть на ней станет значительно проще. Прежде чем начинать играть, позаботьтесь о том, чтобы положение скрипки было как можно более сбалансированным, и ваши усилия не пропадут даром. Во время игры тоже следите за положением скрипки, стараясь не терять устойчивости. В результате пальцы будут двигаться легко, а плечи не будут напрягаться.



Держите оба плеча на одном уровне, параллельно бедрам, и двигайте руками с минимальным усилием, чтобы не напрягать мышцы и не испытывать боли.



Во время игры на скрипке можно сидеть или стоять. Традиционно скрипачи играют стоя во время репетиций и при исполнении сольных партий, а в оркестре и в камерных ансамблях играют сидя. Даже при игре стоя старайтесь сохранять устойчивое и удобное положение. Некоторые скрипачи во время игры стоя опираются на спинку стула. Подобная поза обеспечивает свободу движений, и при этом не устают ноги и ступни.

Viol_03.indd 49 04.01.2018 14:25:39

Позиция стоя

Сначала примите позицию стоя без скрипки. Обычно подобные рекомендации даются гитаристам, но и скрипачи вполне могут принимать позы с воображаемой скрипкой. Выполните следующие действия.

- 1. Станьте поудобнее, смотрите прямо перед собой, распределите вес тела равномерно на обе ноги, находящиеся приблизительно на уровне плеч.
- 2. Держите двумя руками перед собой воображаемый поднос.
- 3. При выполнении следующих движений держите согнутые локти под тем же углом, что и "поднос". Перемещайте левую руку вверх и влево до тех пор, пока она не будет находиться немного левее, чем ваше плечо, и как раз на высоте плеча.
 - Внешнюю сторону левой ладони и мизинец поверните к себе. Держите руку расслаблено, сложив пальцы в форме чаши.
- 4. Поверните правую руку так, чтобы ладонь была направлена вниз, как будто вы слегка удерживаете рукой руль велосипеда.
- 5. Легко проведите рукой, которая держит "смычок", по направлению к "скрипке". Проведите рукой туда-сюда пять раз, чтобы почувствовать это движение. Можно даже пошевелить пальцами левой руки для получения более реалистичного эффекта.

Игра на воображаемой скрипке позволит вам выработать свободу движений, что будет не лишним при игре на реальной скрипке.



go.dialektika.com/
 ViolinFD v03

Расслабьте колени и не зажимайте их слишком сильно. Во время "игры" дайте возможность телу выполнять все движения легко и свободно.

После предварительной тренировки вы будете готовы взять в руки настоящую скрипку. Помните о том, что в процессе выполнения разминочных действий "скрипка" остается параллельной полу, а лицо смотрит вперед. Иногда эта поза кажется странной, но она поможет вам успешно становиться в нужную позицию. Обратите внимание на позу скрипача, показанную на рис. 3.1. Эти движения можно увидеть и в видеоролике №3. Один из способов выбрать правильную позицию для игры заключается в выполнении следующих действий (вернитесь к главе 2, если не запомнили названия частей скрипки).

1. Достаньте скрипку из футляра или возьмите ее со стола и поднимите до уровня груди, расположив завитком слева.

Чтобы расположить скрипку подобным образом, возьмите ее за шейку повернутой вверх ладонью левой руки. При этом большим пальцем обхватите струны, а остальными пальцами — шейку скрипки.

Правой рукой удерживайте верхнюю часть корпуса скрипки. При этом большой палец находится на подбороднике, указательный палец — вдоль обечайки, а остальные пальцы — на нижней деке инструмента.







Рис. 3.1. Удержание скрипки в позиции стоя

- 2. Продолжая осторожно удерживать шейку скрипки левой рукой, переведите правую руку в позицию, описанную в п. 1. При этом удерживайте скрипку прямо перед собой, подобно подносу (см. рис. 3.1, *слева вверху*).
 - Сравните это действие с действием из п. 2 предыдущего списка.
- 3. Двумя руками поднимите скрипку вверх и, сместив ее немного влево, удерживайте ее корпус в горизонтальном положении.
- 4. После перемещения скрипки вверх поверните ее по часовой стрелке и выберите положение слева посредине (по отношению к собственной шее) для пуговицы крепления струнодержателя. Также вытяните левую руку, чтобы переместить завиток скрипки в направлении от себя в сторону, ближе к окончательному положению завитка.
- 5. Чтобы принять нужную позицию для игры на скрипке, скользящим движением по кривой, "проведенной" вдоль обечайки скрипки, слегка переместите правую руку в направлении от себя со стороны струны ми (Е). Позвольте правой руке принять свободное положение в любом удобном месте сбоку от скрипки, в нескольких сантиметрах правее подбородника.



Если считать, что направление прямого взгляда составляет 0° , то завиток скрипки обычно направлен влево под углом между 50 и 70° (в зависимости от формы плеч и нижней челюсти, а также от общего телосложения скрипача). Удобство и легкость движений при игре на скрипке зависят от выбора этого идеального угла для каждого исполнителя.

Теперь скрипка лежит вдоль вашей протянутой левой руки, а пуговица струнодержателя находится примерно на высоте левой челюсти (см. рис. 3.1, *справа вверху*).

6. Поднесите скрипку немного ближе к себе и прижмите задний край скрипки (под областью подбородника и струнодержателя) к своей левой ключице.

Обечайка скрипки, находящаяся слева от пуговицы струнодержателя, коснется вашей шеи ниже левой стороны нижней челюсти. Как только скрипка займет нужную позицию, пуговица ее струнодержателя окажется как раз посередине вашего горла. Сторона скрипки со струной mu (E), скорее всего, окажется немного ниже, чем сторона скрипки со струной conb (G). Точное положение скрипки зависит от анатомии ваших ключины и плеч.

Признак готовности к игре — довольно прямая условная линия, проведенная вдоль левого предплечья от локтя до суставов пальцев.

- 7. Обратите внимание на то, что скрипка касается шеи и лежит на ключице, а шейка скрипки соскальзывает в U-образное углубление, образованное большим и указательным пальцами. Остальные пальцы вашей слегка округленной левой кисти "зависают" над струнами, занимая подготовительную позицию. Более подробно позиция левой руки при игре на скрипке описана в главе 5. Пока лишь отмечу, что левая рука должна находиться несколькими сантиметрами ниже шейки скрипки, а между U-образным положением большого пальца и обратной стороной шейки скрипки должен оставаться небольшой промежуток. Но поскольку скрипка готова "сесть" в эту U-образную выемку, рука принимает нужную форму, и во время игры обеспечивается удобное удержание скрипки.
- 8. Поверните голову по горизонтали и посмотрите вдоль грифа по направлению к завитку скрипки.
- 9. Слегка склоните левую сторону подбородка на подбородник, как показано на рис. 3.1, внизу.

Итак, все готово. Ваша правая рука будет продолжать поддерживать корпус скрипки до тех пор, пока вы не почувствуете, что сможете удерживать инструмент лишь левой рукой.

Позиция сидя

При игре сидя я попрошу вас не сутулиться. Благодаря прямой посадке вы сможете добиться хорошей игры. Удобнее всего играть на скрипке и добиваться наилучших результатов, если сидеть на стуле с плоским сидением и ровно держать бедра и плечи.



Наиболее быстрый и простой способ начать играть в положении сидя — принять расслабленную позу, как описано ниже и проиллюстрировано в видеоролике №4.

go.dialektika.com/
ViolinFD v04

- 1. Сядьте на переднюю половину сидения и упритесь обеими ногами в пол (всей поверхностью ступней).
- 2. Держите спину прямой, а плечи и таз параллельными.
- 3. Удерживайте скрипку задней декой к себе, при этом завиток должен быть направлен в потолок, а конец скрипки с пуговицей должен покоиться на левом бедре около колена, как показано на рис. 3.2, слева.





Рис. 3.2. Положение сидя со скрипкой в расслабленной позе и в позиции для игры

4. Установите скрипку в позицию для игры, как показано на рис. 3.2, *справа*, обхватив шейку скрипки как можно легче.

После выбора позиции для игры правая рука помогает поддерживать устойчивость и балансирует скрипку на весу.

Использование пюпитра

Многие начинающие скрипачи чувствуют себя немного неловко, если им просто приходится удерживать скрипку в положении стоя или сидя. Но эта неловкость проходит, как только перед глазами оказывается пюпитр. В таком случае вы начинаете напоминать профессионала, который знает о том, что собирается делать.

Если вы готовы играть в одной из выбранных позиций (стоя и сидя), полка пюпитра должна находиться на уровне плеч или немного ниже. При этом обеспечивается удобный просмотр нот. Обычно на концертах пюпитр устанавливается ниже, чем во время репетиций, чтобы открыть зрителям лицо скрипача. Но поскольку к моменту начала концерта ноты обычно запоминаются наизусть, особой нужды в пюпитре нет; в этом случае он используется как декорация.



Если вы планируете играть дома, купите настраиваемый пюпитр, например Manhasset или Wenger. Легкий металлический складывающийся пюпитр удобен, если вы собираетесь на концерт или в гости к друзьям. Продаются даже сверхвысокие складывающиеся пюпитры, предназначенные для исполнителей, рост которых превышает два метра.

Наилучший способ научиться читать ноты и играть на скрипке одновременно — стоять или сидеть так, чтобы завиток скрипки указывал на внешний угол левой страницы нотной тетради. Эта позиция даст вам возможность свободно играть смычком, комфортно себя чувствовать во время игры и не крутить понапрасну головой. Во время игры в позиции стоя или сидя пальцы ног (и в конечном итоге все тело) рекомендуется направлять в сторону правого угла пюпитра. Благодаря этому тело будет выровнено и, соответственно, расслаблено во время игры. На рис. 3.3, *слева*, показано правильное положение при игре сидя, а на рис. 3.3, *справа*, — правильное положение при игре стоя.





Рис. 3.3. Позиции сидя и стоя во время игры с пюпитром



Если же вы играете стоя или сидя, повернувшись прямо к пюпитру, колодка смычка может слегка задевать пюпитр. Кроме того, чтобы видеть ноты, вам придется повернуть голову под неудобным углом.

Выбор подходящего подбородника и мостика

Когда-то скрипачи не использовали подбородники либо мостики. Но в старину играть было проще. Скрипачи, жившие в ту эпоху, не пытались демонстрировать фейерверк искусных приемов левой рукой, используя ее по прямому назначению — для удержания скрипки.

С появлением таких скрипичных виртуозов, как Паганини, игра на скрипке начала приобретать все больший темп. В результате скрипачи стали искать способы поддержки инструмента, чтобы освободить руки. Неизвестно, использовал ли сам Паганини подбородник, но в наше время его используют практически все скрипачи (и альтисты). Также большинство скрипачей применяют мостики.

Поиск подходящего подбородника или мостика сродни поиску удобной пары обуви. Вам придется перемерить несколько пар "обуви", чтобы выбрать подходящий размер. Несмотря на то что большинство скрипок продаются с уже установленными подбородниками, их можно снимать и менять. В большинстве музыкальных магазинов при покупке скрипки вам предоставят на выбор несколько подбородников.



Не стесняйтесь попросить показать несколько различных подбородников, пока не найдете тот, который вам лучше всего подходит. Менеджер по продаже скрипок для того и работает в магазине, чтобы помочь скрипачам выбрать соответствующий подбородник, а работники магазина будут рады видеть спокойного и довольного покупателя.

Подбородники

Подбородок нужно держать на некотором расстоянии от верхней деки скрипки, чтобы меньше заглушать звук и меньше вредить лаковому покрытию теплом и потом, выступающим на подбородке. На верхней деке старых скрипок иногда встречаются пятна более светлого или темного дерева, оставленные в том месте, где скрипач держал скрипку подбородком. Современные скрипичные мастера иногда копируют подобный дефект, создавая имитацию "под старину" для изготавливаемых ими инструментов.

История подбородника

Первый подбородник представлял собой обычный кусок дерева, прикрепленный к струнодержателю скрипки. Но вскоре эта маленькая деталь, напоминающая полумесяц, перебралась на верхнюю деку скрипки слева от струнодержателя, после чего уже не меняла своего положения. Подобная конструкция дает возможность исполнителю в какой-то мере уравновешивать, придерживать инструмент и при этом не касаться подбородком верхней деки скрипки.

Современные подбородники происходят от модели, созданной немецким скрипичным виртуозом, композитором и дирижером Луи Шпором около 1820 года. Шпор был толковым музыкантом, склонным к новаторству. Он был автором не только подбородника, но и системы маркировки музыкальных партитур буквами в алфавитном порядке с указанием начала каждой новой части музыкального произведения, позволяющей музыканту находить место вступления во время репетиции. Эта система применяется и по сей день. Он также был одним из первых дирижеров, использовавших дирижерскую палочку с целью повышения ясности и наглядности при управлении оркестром.

Ведущие композиторы, писавшие произведения для скрипки в середине 1800-х годов, такие как Виотти и Байо, также поддержали использование подбородников. Их музыка характеризуется более свободными движениями левой руки. Эта техника стала доступна при использовании подбородника.

Поскольку выпускаемые в настоящее время подбородники имеют различные формы и размеры, выберите наиболее подходящий для себя. Пластиковые подбородники могут стоить менее десяти долларов, ну а цена деревянных подбородников ручной работы наиболее высокого качества может доходить до ста долларов и выше. Скорее всего, вы купите подбородник, цена которого будет составлять от 6 до 40 долларов.

В конструкции подбородника имеют значение такие параметры, как высота, форма и угол. Они существенно отличаются в разных моделях подбородников, продаваемых в музыкальных магазинах. Продаются подбородники, изготовленные как из пластика, так и из дерева (например, из черного или палисандрового). Профессиональные скрипачи обычно выбирают подбородник, изготовленный из такого же дерева, как и дерево струнодержателя, но для начала вполне подойдет черный пластиковый подбородник, цвет которого

хорошо сочетается с черным деревом струнодержателя. Не тратьте на подбородник большие деньги, пока не убедитесь в его удобстве для удержания скрипки, а также не осознаете собственные специфические предпочтения.

Выбор подбородника

Огромное количество различных подбородников, продающихся в магазинах, наглядно показывает, насколько все индивидуально. Если установленный подбородник неудобен, игра на скрипке не доставит вам ожидаемого удовольствия. В этом разделе вы ознакомитесь с четырьмя основными типами подбородников, а также получите подсказки по выбору той или иной модели.



При выборе подбородника обращайте внимание на гладко закругленные края чашеобразной части, куда вы поместите свой подбородок.

Доступные разновидности подбородников показаны на рис. 3.4.

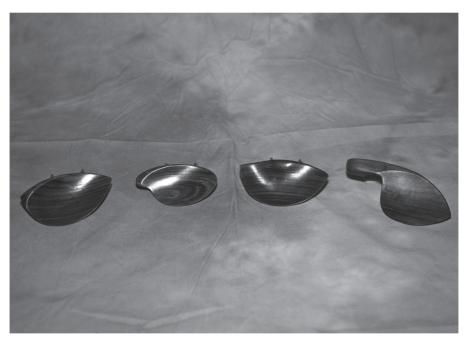


Рис. 3.4. Четыре вида подбородников: Vermeer, Tekka, Flesch и Guarneri

✓ Tekka. Данные подбородники устанавливаются непосредственно слева от струнодержателя скрипки и подходят для молодых и неопытных скрипачей-учеников. Модель Tekka — это обычный подбородник без особых изысков. Такой тип подбородника определенно заслуживает, чтобы его испробовать.

- ✓ Vermeer. Форма этих моделей подбородников такова, что они наполовину находятся над струнодержателем скрипки. В случае выбора такой модели голова скрипача будет занимать более сбалансированное положение по центру инструмента. Модели подбородников Vermeer могут подойти короткоруким скрипачам, поскольку скрипка с подобным подбородником оказывается немного левее, облегчая работу смычком по всей его длине. Но такие подбородники также устанавливаются выше, поскольку заходят на струнодержатель. Данная модель подбородника подойдет вам в том случае, если у вас короткие руки и длинная шея.
- ✓ Flesch. Эти подбородники устанавливаются непосредственно посередине скрипки, поперек струнодержателя. Как и в случае с моделью подбородника Vermeer, такая модель подойдет вам, если у вас длинная шея. Некоторые подбородники Flesch снабжены проходящим посредине гребнем, который хорошо подходит скрипачам с более узким подбородком. Обычно подбородники подобного типа выбирают высокие стройные скрипачи. Помимо большей высоты, эти подбородники обеспечивают еще одно преимущество возможность сбалансировать скрипку ближе к ее середине, в результате чего она кажется легче.
- ✓ Guarneri. Эти подбородники являются наиболее универсальными. Такой подбородник крепится непосредственно слева от струнодержателя, причем над правой частью струнодержателя будет проходить планка. Если на скрипку установлен подбородник данного типа, скрипач держит ее довольно свободно, перемещая голову в определенных пределах. Чашечка этого подбородника не слишком глубока, а планка, находящаяся над струнодержателем, обеспечивает дополнительную точку опоры. Обычно подобный подбородник выбирают скрипачи с квадратной или плоской челюстью, а также те, кто привыкли свободно удерживать скрипку.



Подбородники имеют различную высоту. Также они сильно отличаются по размерам чаши для подбородка. Очень важно подобрать подбородник правильной высоты, соответствующей длине вашей шеи, когда скрипка покоится на ключице в позиции для игры. Не советую брать подбородник, плотно прилегающий к челюсти, поскольку в этом случае вы "застрянете" в одной позиции и будете ограничены в выражении своих музыкальных эмоций. Если у вас уже есть достаточно удобный подбородник, то по мере совершенствования мастерства вы всегда сможете выбрать другую, более профессиональную модель.

Мостики

Мостик — это скобка или подставка, которая прикрепляется к нижней деке скрипки и помогает скрипачу поддерживать инструмент. Необходимость в поддержке возникает изза некоторого зазора, имеющегося между нижней декой и плечом, а также областью груди скрипача.

Скрипку можно также удерживать на ключице с помощью левой руки. Но при этом скользкое дерево корпуса скрипки и движения левой руки во время игры могут вызвать чувство неуверенности. В таком случае вам на помощь придет мостик, который как будто бы ставит скрипку на невидимую "полочку", отлично поддерживающую инструмент на плече во время игры. До тех пор пока изготовители скрипок не придумают какое-нибудь другое устройство, скрипачам всего мира придется иметь дело с мостиками. Благодаря им заполняется пространство между плечом и инструментом, в результате чего игра на скрипке облегчается, превращаясь в приятное занятие.



В то время как скрипка обычно продается с уже установленным подбородником, мостик следует приобретать отдельно.

Выбор мостика

Как и в случае с подбородником, доступно множество моделей мостиков, описанию которых можно посвятить целую книгу. Поэтому в данном разделе рассматриваются лишь некоторые модели. Идеальный (или близкий к идеальному) мостик обладает следующими качествами.

- ✓ Выполняет функции рычага. Если на скрипке установлен мостик, то легкое нажатие головой на подбородник приведет к тому, что конец скрипки (со стороны завитка) немного поднимется вверх. В результате поддержка скрипки потребует меньших усилий, что облегчает движения левой руки.
- ✓ Заполняет пространство между плечом и нижней декой скрипки. Это дает скрипке опору и предотвращает ее соскальзывание.
- ✓ Меньше глушит звук. Качество звука заметно ухудшается, если плечо сильнее опирается на корпус скрипки. Благодаря мостику эта проблема частично устраняется.
- ✓ Оставляет достаточно свободы для движений шеи и рук.

Доступны мостики, относящиеся к одной из следующих двух категорий: скобки и прокладки. На рис. 3.5 показан мостик типа скобки. Обычно все более или менее хорошие мостики настраиваются по высоте и положению. Для некоторых мостиков выпускаются разновидности, имеющие различную высоту. В таком случае выберите ту разновидность, которая лучше всего подходит именно вам.

Чтобы приобрести наиболее подходящий мостик, посетите несколько магазинов. Цены большинства мостиков колеблется в пределах 15–30 долларов, поэтому вы вовсе не разоритесь, если захотите купить новый мостик взамен прежнего, который вам в силу какихлибо причин не подошел.



Просмотрите видеоролик №5, демонстрирующий установку мостика типа скобки.

go.dialektika.com/
ViolinFD_v05

Часть І. Итак, вы решили стать скрипачом

Устранение проблем

Если бы не было силы тяжести, вам не пришлось бы сталкиваться с проблемами, возникающими при удержании скрипки. Скрипка просто парила бы поблизости, а вы легко касались бы ее смычком. Но в реальности вам придется освоить наиболее практичные и удобные приемы удержания этого инструмента, которые порой весьма замысловаты.



Рис. 3.5. Мостик типа скобки

Пусть завиток "плавает"

Большинство проблем, связанных с неправильной позой, возникает у скрипачейновичков. Обычно проблемы вызывает слишком близкое расположение завитка к груди скрипача. Это связано с тем, что скрипач-новичок очень хочет увидеть, что делают его руки, и в результате скрипка начинает немного "нырять" вниз.

Если удерживать завиток скрипки немного левее плеча, обеспечивается более свободное движение смычка во время игры. Чтобы попрактиковаться со смычком, удерживайте скрипку, как обычно, поднимите смычок, а потом опустите середину смычка на струны ns (A) и pe (D) одновременно, как показано на рис. 3.6. При этом оба локтя должны находиться примерно на одинаковом расстоянии от боковых швов вашей рубашки или свитера, поддерживая необходимое равновесие.

Контролируйте наклон скрипки

Еще одна распространенная ошибка начинающих скрипачей заключается в удержании скрипки в строго горизонтальном положении, что приводит к неудобству в процессе игры. Большинство более или менее опытных скрипачей наклоняют правую часть скрипки вниз, в результате чего возникает наклон порядка 10–30°. Чтобы установить, является ли угол наклона скрипки правильным, обратите внимание на положение смычка около его кончика, на струне *ми* (Е). Правая рука должна быть расслаблена и согнута в локте под углом 90°, а также находиться не слишком далеко от тела. Пример правильного наклона скрипки по горизонтали показан на рис. 3.7. Для формирования правильного наклона инструмента также имеет значение угол наклона плеч. Старайтесь держать плечи таким образом, чтобы наклонять скрипку под оптимальным углом.



Рис. 3.6. Удерживайте руки в равновесии



Угол наклона скрипки зависит от типа вашего телосложения. Если у вас хрупкое телосложение, угол наклона скрипки будет бoльшим, чем у более крупных скрипачей.

Положение локтей при игре на скрипке

Обычно начинающие скрипачи отводят левый локоть в сторону. Чтобы побороть эту привычку, устанавливайте локоть под корпусом скрипки. (Дополнительные сведения о положении локтей при игре на скрипке приведены в главе 6.) Если локоть находится под скрипкой, верхняя часть руки будет сильнее расслаблена, что позволит вам сберечь силы

60

04 01 2018 14-25-44

для выполнения движений этой рукой. Если вы посмотрите вниз, через "талию" скрипки со стороны струны mu (E), то сможете увидеть мелькание рукава своей рубашки. Это свидетельствует о правильной позиции нижней части руки (от кисти до плеча), как показано на рис. 3.8.

Слишком зажатые плечи

Обычно начинающие скрипачи пытаются поднимать левое плечо вверх, чтобы усилить поддержку скрипки. (И даже если вы не заметите, что плечо поднято слишком высоко, через несколько минут это проявится острой болью.) Поэтому постарайтесь не подвергать свое плечо излишнему напряжению. Даже если вы не слишком знакомы со скрипкой, помните о том, что этот инструмент весьма легок и не требует от исполнителя сверхусилий для удержания. Если вы чувствуете напряжение в плечах, опустите скрипку на несколько минут, покачайте несколько раз левой рукой, а затем попробуйте снова взять скрипку в руки. Расслабьте плечи, насколько это возможно, когда балансируете инструмент между плечом и левой рукой.







Рис. 3.7. Выберите правильный угол наклона скрипки

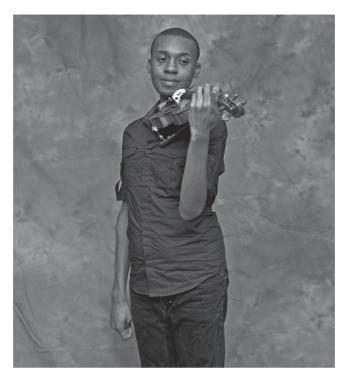


Рис. 3.8. Правильное положение локтя при игре на скрипке