



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗΣ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΝΑΤΟΜΙΑΣ ΤΟΥ ΦΩΝΗΤΙΚΟΥ ΟΡΓΑΝΟΥ

ΕΥΘΥΜΙΑ ΣΙΓΑΛΑ

Αρ. Μητρώου: 22/14

ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ

ΒΙΝΙΑ ΤΣΟΠΕΛΑ

Θεσσαλονίκη,

Ακαδημαϊκό έτος 2017 - 2018

«Δηλώνω υπευθύνως ότι όλα τα στοιχεία σε αυτήν την εργασία τα απέκτησα, τα επεξεργάστηκα και τα παρουσιάζω σύμφωνα με τους κανόνες και τις αρχές της ακαδημαϊκής δεοντολογίας, καθώς και τους νόμους που διέπουν την έρευνα και την πνευματική ιδιοκτησία. Δηλώνω επίσης υπευθύνως ότι, όπως απαιτείται από αυτούς τους κανόνες, αναφέρομαι και παραπέμπω στις πηγές όλων των στοιχείων που χρησιμοποιώ και τα οποία δεν συνιστούν πρωτότυπη δημιουργία μου».

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ.....	5
1. ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΑΝΑΤΟΜΙΑΣ ΤΟΥ ΦΩΝΗΤΙΚΟΥ ΟΡΓΑΝΟΥ	
<i>1.1 Ο λάρυγγας.....</i>	<i>7</i>
<i>1.2 Τα όργανα του φωνητικού συστήματος.....</i>	<i>8</i>
<i>1.3 Η “θήκη” των φωνητικών χορδών.....</i>	<i>10</i>
<i>1.4 Φωνητικές χορδές.....</i>	<i>12</i>
<i>1.5 Υγεία της φωνής και των φωνητικών χορδών.....</i>	<i>14</i>
<i>1.6 Ψευδοχορδές.....</i>	<i>15</i>
<i>1.7 Τα Κολπώματα του Γαληνού.....</i>	<i>15</i>
<i>1.8 Τα φωνητικά κοιλώματα ως αντηχεία.....</i>	<i>17</i>
<i>1.9 Διάφραγμα.....</i>	<i>22</i>
2. ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΤΟΥ ΦΩΝΗΤΙΚΟΥ ΟΡΓΑΝΟΥ	
<i>2.1 Η σωστή τοποθέτηση του στόματος στο τραγούδι.....</i>	<i>24</i>
<i>2.2 Τα φωνήεντα και τα σύμφωνα στο τραγούδι.....</i>	<i>26</i>
<i>2.3 Η αντήχηση (resonance).....</i>	<i>29</i>
<i>2.4 Registri της φωνής.....</i>	<i>31</i>
<i>2.5 Η αναπνοή.....</i>	<i>33</i>
<i>2.6 Κοιλιακή αναπνοή.....</i>	<i>35</i>
<i>2.7 Η προετοιμασία της αναπνοής.....</i>	<i>36</i>
<i>2.8 Οι ψηλές νότες.....</i>	<i>36</i>
<i>2.9 Μεσαίο registro.....</i>	<i>37</i>
<i>2.10 Το registro του στήθους στη γυναικεία φωνή.....</i>	<i>38</i>
<i>2.11 Falsetto.....</i>	<i>39</i>
<i>2.12 Legato.....</i>	<i>40</i>
<i>2.13 Portamento.....</i>	<i>41</i>
3. ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΑΤΕΛΕΙΩΝ	
<i>3.1 Το vibrato – πλεονέκτημα / Το tremolo – μειονέκτημα.....</i>	<i>41</i>

<i>3.2 Εκτός τόνου.....</i>	<i>42</i>
<i>3.3 Πάνω από τον τόνο.....</i>	<i>43</i>
<i>3.4 Μόνιμη βραχνάδα.....</i>	<i>43</i>
<i>3.5 Φορτσάρισμα.....</i>	<i>44</i>
4. ΥΓΕΙΑ	
<i>4.1 Φαγητό, Ποτό, Κάπνισμα.....</i>	<i>45</i>
<i>4.2 Αποφυγή και θεραπεία κρυολογήματος.....</i>	<i>46</i>
<i>4.3 Αμυγδαλές και αμυγδαλίτιδα.....</i>	<i>47</i>
5. ΤΑ ΕΙΔΗ ΤΗΣ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗΣ ΦΩΝΗΣ	
<i>5.1 Κατηγορίες φωνών.....</i>	<i>48</i>
<i>5.2 Ακουστικά γνωρίσματα των ανδρικών φωνών και ρεπερτόριο.....</i>	<i>50</i>
<i>5.3 Ακουστικά γνωρίσματα των γυναικείων φωνών και ρεπερτόριο.....</i>	<i>54</i>
ΕΠΙΛΟΓΟΣ	58
Βιβλιογραφία.....	59

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η Φωνητική Τέχνη, με ρίζες ήδη από τις απαρχές της ανθρώπινης ιστορίας, αποτελεί αδιαμφισβήτητα την πιο παλιά πρακτική σε ότι αφορά τη μουσική, μιας και η φωνή είναι απόλυτα φυσικό όργανο, αφού βρίσκεται μέσα στο σώμα μας. Από τις άναρθρες κραυγές των πρωτόγονων λαών έως τον οργανωμένο λόγο η φωνή πάντοτε αποτελούσε το όργανο που υπηρετεί τον άνθρωπο και τις ανάγκες του. Όταν η ανάγκη για επικοινωνία, στοιχείο απαραίτητο για την ανάπτυξη πολιτισμού, ικανοποιήθηκε, η φωνή σταδιακά αρχίζει να χρησιμοποιείται για τέρψη, αλλά και για την έκφραση συναισθημάτων. Ως εκ τούτου, άνοιξε ένας νέος δρόμος στη χρήση της φωνής, πέραν των βασικών αναγκών, που αργότερα οδήγησε στην ανάπτυξη ενός σπουδαίου τομέα του επιστητού, αυτόν της Φωνητικής Τέχνης και της διδασκαλίας της. Η παρούσα εργασία επιχειρεί να εξετάσει ορισμένα ζητήματα σχετικά με τη χρήση του φωνητικού οργάνου.

Πώς ορίζεται ένας καλός τραγουδιστής; Ποιες είναι οι γνώσεις που πρέπει να έχει κανείς ώστε να χρησιμοποιεί σωστά το φωνητικό όργανο αλλά και να διδάσκει με υγιή τρόπο τους μαθητές του; Όλα αυτά είναι ερωτήματα με τα οποία ασχολήθηκαν για πολλά χρόνια τόσο οι παιδαγωγοί όσο και οι σολίστ του τραγουδιού προσπαθώντας να δημιουργήσουν ένα οργανωμένο και εύστοχο πλαίσιο, στο οποίο θα βασίζεται η διδασκαλία.

Το φωνητικό όργανο, σε αντίθεση με τα υπόλοιπα, είναι εσωτερικό και ο τραγουδιστής δεν έχει οπτική επαφή, πράγμα το οποίο καθιστά επιτακτική την ανάγκη να γνωρίζει την ανατομία του. Γι'αυτό το λόγο ένα μεγάλο μέρος αυτής της εργασίας έχει αφιερωθεί στα βασικότερα σημεία της ανατομίας του οργάνου αυτού. Όταν γνωρίζει τον ιδιαίτερο τρόπο με τον οποίο λειτουργεί, αλλά και τις ευαισθησίες της φωνής, θα κάνει προσεκτικότερη χρήση, με περισσότερη σύνεση και θα μπορεί να προστατευθεί από ενδεχόμενα προβλήματα. Εύλογα λοιπόν, μπορούμε να πούμε ότι η γνώση της ανατομίας συνδέεται άμεσα με την πρακτική εξάσκηση και με την τεχνική.

Η τεχνική, ένα άλλο υψίστης σημασίας κεφάλαιο για την σπουδή της φωνής, αφορά το δεύτερο μέρος αυτής της εργασίας. Ως τεχνική θα μπορούσε να οριστεί ένα σύνολο μέσων και τρόπων που χρησιμοποιούνται για να τραγουδάει κάποιος άνετα και φυσικά, ώστε να φέρει σε πέρας τις δυσκολίες του ρεπερτορίου, κυρίως όμως για να έχει υγεία καθ'όλη την διάρκεια της πορείας του. Είναι εύκολα αντιληπτό λοιπόν ότι η τεχνική είναι κάτι που αποκτάται με εξάσκηση, υπομονή και επιμονή και δεν μπορεί να περιγραφεί σε μερικές σελίδες. Υπάρχουν ωστόσο κάποια υποτυπώδη θέματα, που μπορούν να αναλυθούν σε ένα κείμενο και τα οποία καλύπτει αυτή η εργασία.

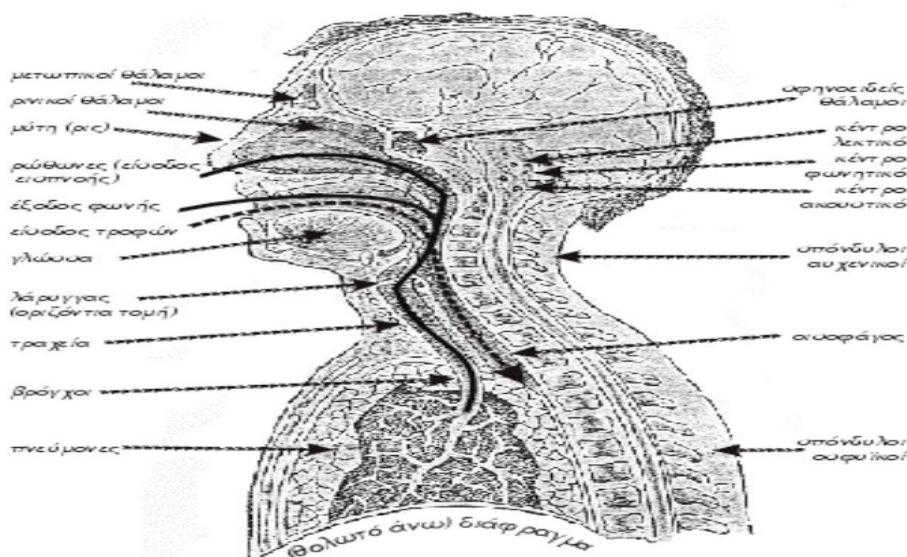
Τέλος, παρατίθεται ένας σύντομος κατάλογος με την κατάταξη των φωνών σύμφωνα με τις ιδιαίτερα στοιχεία που τις χαρακτηρίζουν.

1. ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΑΝΑΤΟΜΙΑΣ ΤΟΥ ΦΩΝΗΤΙΚΟΥ ΟΡΓΑΝΟΥ

1.1 Ο ΛΑΡΥΓΓΑΣ

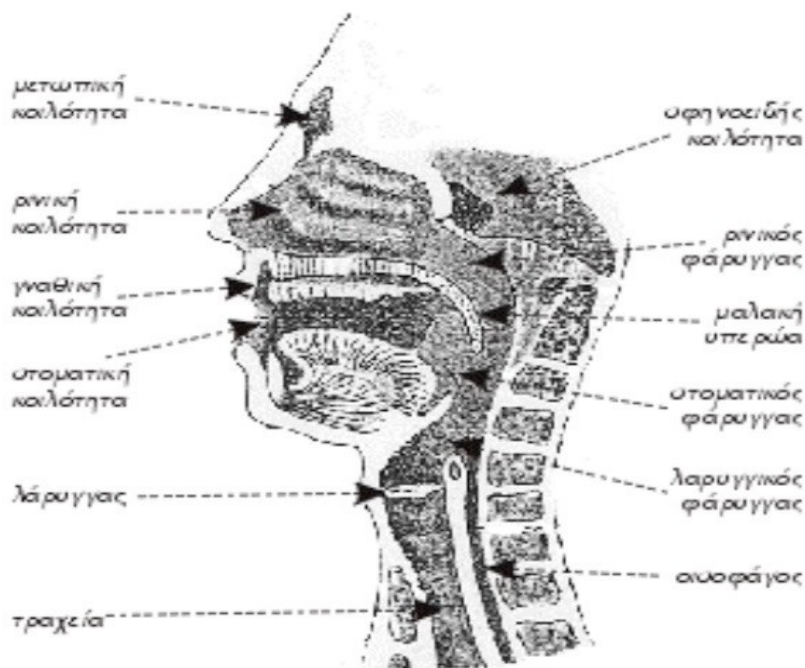
Το σημαντικότερο φωνητικό όργανο του ανθρώπου είναι ο λάρυγγας, μέσα στον οποίο βρίσκονται οι φωνητικές χορδές. Μπορούμε να διακρίνουμε με ευκολία το λάρυγγα, κοιτάζοντας τον εαυτό μας στον καθρέφτη. Στο λαιμό προεξέχει αυτό που ονομάζουμε «Μήλο του Αδάμ» ή «καρύδι». Αυτό το σημείο αποτελεί το μπροστινό μέρος του λάρυγγα. Σε μερικούς ανθρώπους το «καρύδι» προεξέχει σε μεγάλο βαθμό και είναι εύκολα διακριτό, κυρίως στους άνδρες, ενώ σε άλλους δεν είναι εύκολα διακριτό, κυρίως στις γυναίκες και στα παιδιά. Μπορούμε να παρατηρήσουμε ότι «Μήλο του Αδάμ» ανεβοκατεβαίνει κατά τη διάρκεια της ομιλίας, όταν τραγουδάμε ή όταν καταπίνουμε. Στο εσωτερικό του λάρυγγα, βρίσκονται οι φωνητικές χορδές, οι ψευδοχορδές, τα κολπώματα του Γαληνού και το φωνητικό άδυτο σύμφωνα με τον Ευσταθιανό, όργανα που είναι πολύ σημαντικά για το τραγούδι και γενικότερα για την παραγωγή του ήχου.

Ο ήχος που παράγεται κατά τη διάρκεια της ομιλίας ή του τραγουδιού προέρχεται από τις φωνητικές χορδές “αλλά και από πλήθος άλλων κοιλοτήτων μέσα στις οποίες διοχετεύεται ο αέρας που ξεκινάει από τους πνεύμονες με το μηχανισμό του διαφράγματος, του θώρακα και της κοιλιάς.” (Σώχος, 2000)



Γενική εικόνα του αναπνευστικού και φωνητικού μας συστήματος.

Ο Αν.Σώχος στο βιβλίο του “Η φωνητική Ορθοφωνία” χαρακτηρίζει το φωνητικό όργανο «διττό» μουσικό όργανο, δηλαδή πνευστό και έγχορδο ταυτοχρόνως. «Οι ταυτόχρονες κινήσεις εκείνων των μυών που κινούν τις φωνητικές χορδές και εκείνων των μυών που αυξομειώνουν τους χώρους των διαφόρων κοιλιοτήτων, μας δίνουν τον πρωταρχικό ήχο της φωνής μας.» (Σώχος, 2000)



1.2 ΤΑ ΟΡΓΑΝΑ ΤΟΥ ΦΩΝΗΤΙΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ

Στην παραπάνω εικόνα μπορούμε να διακρίνουμε με λεπτομέρεια το φωνητικό σύστημα του ανθρώπου το αποτελείται από τα παρακάτω:

“Από το λάρυγγα και σε συνέχεια πάνω από αυτόν:

- Το φάρυγγα
- Τη μύτη
- Το στόμα
- Την κρεατίνη και οστέινη υπερώα (ή διαφορετικά τον ουρανίσκο)
- Τα μάγουλα
- Τη γλώσσα

- Τα οστά του προσώπου μέσα στα οποία βρίσκονται οι κοιλότητες, του μετώπου, της μύτης, του σφηνοειδούς πάνω και πίσω από την οστέινη υπερώα (ουρανίσκο) και των παρειών (δηλαδή τα μήλα) του προσώπου.

Τα όργανα που αναφέρθηκαν (της κεφαλής) μαζί με τις κοιλότητες αποτελούν τα «άνω αντηχεία».

Από το λάρυγγα και συνέχεια κάτω από αυτόν, έχουμε:

- Την τραχεία (που είναι η συνέχεια του σωλήνα του λάρυγγα)
- Τους βρόγχους (που είναι δύο αρτηρίες συνέχεια της τραχείας και καταλήγουν η κάθε μια στον αντίστοιχο πνεύμονα)
- Τους πνεύμονες που περικλείονται μέσα στο θώρακα και είναι η σύστασή τους από μαλακή και σπογγώδη ουσία
- Το διάφραγμα, που είναι μια μεμβράνη, ένας λεπτός και πλατύς μυς και ξεκινάει:
 - Από μπροστά στο στήρνο (το οστό που βρίσκεται ακριβώς στο σημείο που ενώνονται τα μπροστινά άκρα των τελευταίων πλευρών μας)
 - Από τα πλαγιά, των έξι τελευταίων πλευρών (εσωτερική μεριά) και
 - Στο πίσω μέρος, από τους τελευταίους οσφυϊκούς σπονδύλους.
 - Χωρίζεται σε: θωρακικό διάφραγμα, πλευρικό διάφραγμα και σε κοιλιακό διάφραγμα.

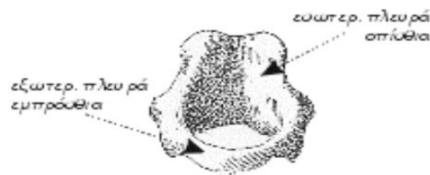
Τα παραπάνω αποτελούν τα κάτω αντηχεία.

Ο λάρυγγας αποτελεί σύγχρονος μέρος και των δύο αντηχείων” (Σώχος, 2000)

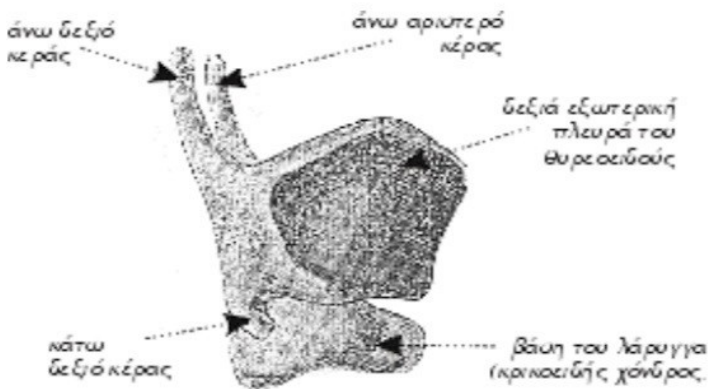
1.3 Η “ΘΗΚΗ” ΤΩΝ ΦΩΝΗΤΙΚΩΝ ΧΟΡΔΩΝ

Ο λάρυγγας αρχικά αποτελείται από τον **κρικοειδή και θυρεοειδή χόνδρο**. Ο κρικοειδής χόνδρος αποτελεί τη βάση του λάρυγγα και ταυτόχρονα είναι και η βάση του θυρεοειδούς χόνδρου. Σύμφωνα με τον Αν. Σώχο ο θυρεοειδής χόνδρος αποτελείται από δύο πλευρές, περίπου τετράγωνες, που συγκλίνουν και σχηματίζουν μια ορθή γωνία. Οι εξωτερικές πλευρές της γωνίας είναι το μπροστινό μέρος του λάρυγγα που λέγεται “Μήλο του Αδάμ” ή “καρύδι”. (Σώχος, 2000)

Ο κρικοειδής χόνδρος



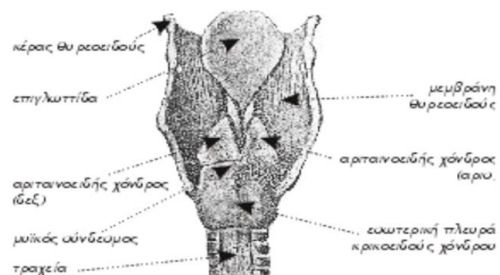
Πάνω και άνω κέρατα: Συνδέονται με τον κρικοειδή χόνδρο. Τα άνω και τα κάτω κέρατα μπορούν να μετακινούν με πλάγιες κινήσεις το “καρύδι” δεξιά ή αριστερά. Αυτό μπορεί να γίνει εύκολα αντιληπτό από εμάς τους ίδιους, βάζοντας τα δυο μας δάχτυλα πάνω στο “καρύδι” κάνοντας κινήσεις προς τα δεξιά και προς τα αριστερά.



Θυρεοειδής χόνδρος, άνω και κάτω κέρατα, κρικοειδής χόνδρος (βάση του λάρυγγα)

Αυτοί λοιπόν οι χόνδροι που προαναφέρθηκαν αποτελούν τη βάση, το μπροστινό μέρος και τα πλάγια του λάρυγγα.

Πάνω στον κρικοειδή χόνδρο, δηλαδή στη βάση του λάρυγγα, είναι τοποθετημένοι άλλοι δύο μικροί χόνδροι οι οποίοι ονομάζονται **αρυταινοειδείς χόνδροι**.

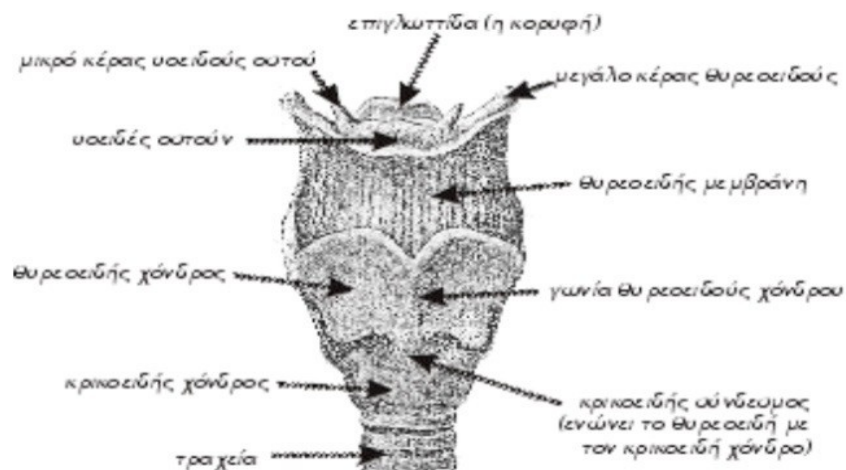


Οι αρυταινοειδείς χόνδροι “προστατεύονται από τις πλευρές του θυρεοειδούς χόνδρου...και κινούνται κι αυτοί με ευκολία γιατί είναι συνδεδεμένοι στη βάση του λάρυγγα με αρθρώσεις από ίνες και ιστούς.” (Σώχος, 2000)

Όλοι αυτοί οι χόνδροι (κρικοειδής, θυρεοειδής και οι δύο αρυταινοειδείς) συνδέονται μεταξύ τους με ινώδεις συνδέσμους και μυς.

Άλλος ένας σημαντικός χόνδρος είναι η **επιγλωττίδα** η οποία βρίσκεται όρθια πάνω από το θυρεοειδή χόνδρο, πίσω από τη ρίζα της γλώσσας. Αυτός ο χόνδρος συνδέεται επίσης με τη βάση του λάρυγγα με μυς και ίνες. Η επιγλωττίδα “φράζει” την αναπνευστική οδό όταν καταπίνουμε και έτσι αποφεύγεται να εισέλθει τροφή στο λάρυγγα αλλά και στους πνεύμονες.

Συνοψίζοντας, αυτοί οι πέντε χόνδροι, κρικοειδής, θυρεοειδής, δύο αρυταινοειδής και η επιγλωττίδα, περιβάλλονται από τη **βλεννογόνο**. Από τη βλεννογόνο απελευθερώνεται ένα υγρό το οποίο είναι υπεύθυνο για τη διατήρηση της υγρασίας αυτών των χόνδρων. Μέσα λοιπόν σε αυτούς τους χόνδρους βρίσκονται οι **φωνητικές μας χορδές**.

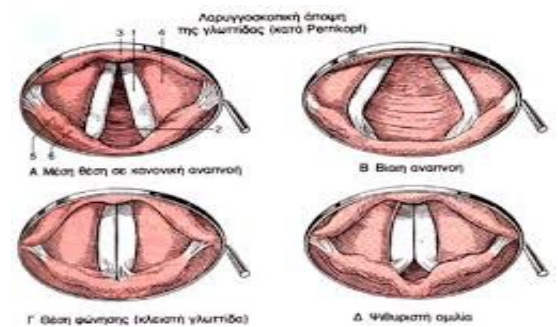


1.4 ΦΩΝΗΤΙΚΕΣ ΧΟΡΔΕΣ

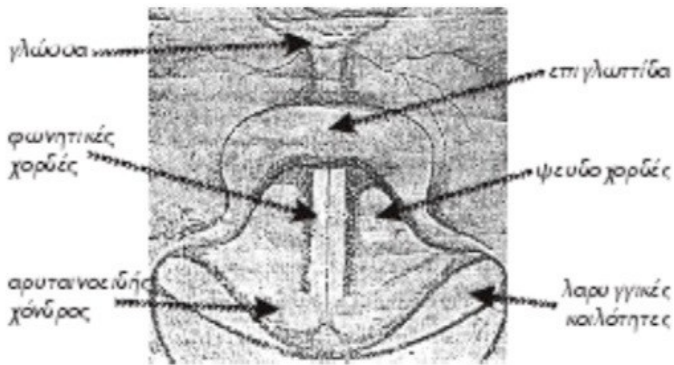
Οι φωνητικές μας χορδές είναι δύο και βρίσκονται στο κέντρο του λάρυγγα. Εκτός από φωνητικές χορδές ονομάζονται και φωνητικές πτυχές. Οι φωνητικές μας χορδές διαδραματίζουν πολύ σημαντικό ρόλο για την παραγωγή του ήχου όταν μιλάμε ή όταν τραγουδάμε και μέσω της δόνησής τους καθορίζεται η ποιότητα της φωνής μας.



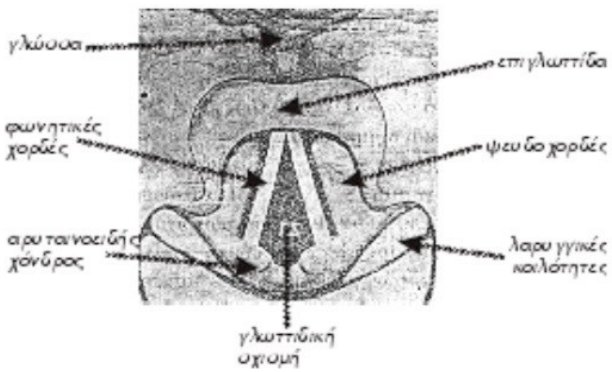
Αποτελούνται από τους **φωνητικούς συνδέσμους** οι οποίοι είναι τα “χείλη” των φωνητικών χορδών. Μεταξύ των φωνητικών χορδών δημιουργείται ένα κενό το οποίο ονομάζεται **γλωττίδα**. Αυτό το κενό διαφορετικά θα μπορούσε να χαρακτηριστεί ως η απόσταση που απέχουν μεταξύ τους οι φωνητικές χορδές και αυτή η απόσταση ονομάζεται **γλωττιδική σχισμή**. Μέσω λοιπόν της γλωττιδικής σχισμής κατά τη διάρκεια της ομιλίας ή του τραγουδιού απελευθερώνεται ο ήχος. Όταν τραγουδάμε οι φωνητικές μας χορδές ανοίγουν και κλείνουν λόγω του αέρα που έρχεται από το διάφραγμα.



“Οι φωνητικές χορδές δημιουργούνται από δύο πτυχές μυϊκού ιστού και μοιάζουν με “V”... και σχηματίζουν ελαφρώς διαγώνια ένωση με το λάρυγγα, η οποία ξεκινάει από μπροστά και καταλήγει πίσω. Το μπροστινό μέρος των χορδών είναι μικρότερο από το πίσω, το οποίο παραμένει σταθεροποιημένο στο τοίχωμα του λάρυγγα. Το πίσω μέρος των χορδών ανοίγει και κλείνει με ταχείς ρυθμούς ... καθώς περνάει ο αέρας από τις φωνητικές χορδές για να δημιουργήσει ηχητική δόνηση. Αν αυτές οι ιστικές χορδές δε συντονίζονται με τη σωστή μυϊκή δύναμη και πίεση του αέρος, τότε η φωνή ακούγεται έντονη και πιασμένη.” (allaboutvoice.gr, Μαρία Ρουκά)



Ο λάρυγγας όταν εκφωνεί οξείες φθόγγους με κλειστή τη γλωττιδική σχισμή



Ο λάρυγγας όταν ηρεμεί και αναπνέουμε με ανοιχτή γλωττιδική σχισμή

1.5 ΥΓΕΙΑ ΤΗΣ ΦΩΝΗΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΦΩΝΗΤΙΚΩΝ ΧΟΡΔΩΝ

Για τους τραγουδιστές οι φωνητικές χορδές είναι πολύτιμες και λόγω της ευαισθησίας τους είναι απαραίτητο να τις φροντίζουν και να μην τις καταπονούν. Θα ακολουθήσουν κάποιες συμβουλές για την υγεία των φωνητικών χορδών αλλά και τι θα πρέπει να αποφεύγεται έτσι ώστε να διατηρηθούν υγιείς.

Αρχικά, είναι πολύ σημαντικό να αποφεύγεται όσο το δυνατόν περισσότερο ο “καθαρισμός” του λαιμού, γιατί με αυτή την ενέργεια μπορεί πολύ εύκολα να προκληθεί τραυματισμός στις φωνητικές χορδές. Η ενυδάτωση κρίνεται απαραίτητη και είναι αναγκαίο να καταναλώνονται ημερησίως μεγάλες ποσότητες υγρών, τουλάχιστον 7-8 ποτήρια νερό (όπως έχει προαναφερθεί σε προηγούμενο κεφάλαιο τα αλκοολούχα ποτά λόγω του οινοπνεύματος το οποίο περιέχουν αφυδατώνουν τις φωνητικές χορδές και πρέπει να αποφεύγονται). Επιπρόσθετα, στην ενυδάτωση μπορεί να βοηθήσει η χρήση υγραντήρα.

Για τη φωνητική υγεία σημαντικό ρόλο διαδραματίζει η σωστή διατροφή η οποία πρέπει να περιλαμβάνει φρούτα, λαχανικά, τροφές ολικής αλέσεως αλλά και η καθημερινή γυμναστική δραστηριότητα. Η πολύωρη ομιλία μπορεί να καταπονήσει τις φωνητικές χορδές και πρέπει να ξεκουράζουμε τη φωνή μας συχνά κατά τη διάρκεια της ημέρας. Να αποφεύγονται οι κραυγές, το δυνατό γέλιο, το ψιθύρισμα καθώς και η ομιλία σε μέρη με φασαρία.

Πριν το τραγούδι, πρέπει να γίνεται κατάλληλη προετοιμασία της φωνής μέσω των φωνητικών ασκήσεων. Αν παρατηρηθεί βράχνιασμα ή κλείσιμο της φωνής μετά το τραγούδι αυτό αποτελεί ένδειξη ότι χρησιμοποιείται λάθος η τεχνική. Όταν κάποιος έχει πονόλαιμο καλό είναι να μην τραγουδάει και να ξεκουράσει τη φωνή του μέχρι εκείνη να αναρρώσει πλήρως. Είναι αναγκαίο να τραγουδάει κάποιος στη φωνητική περιοχή που αισθάνεται άνετα και να μην πιέζει τη φωνή του να φτάσει σε νότες πιο ψηλές ή χαμηλές, γιατί με αυτόν τον τρόπο θα τραυματίσει τις φωνητικές του χορδές. Τέλος, ο κάθε τραγουδιστής είναι απαραίτητο να μην τραγουδάει είδη μουσικής που δε γνωρίζει την τεχνική εκτέλεσής τους. (όπως τζαζ, ποπ, ροκ κλπ)

1.6 ΨΕΥΔΟΧΟΡΔΕΣ

Οι ψευδοχορδές βρίσκονται λίγο πιο πάνω από τις κανονικές χορδές. Είναι ερυθρές και μεγαλύτερες σε μέγεθος από τις φωνητικές χορδές. Ανάμεσα τους υπάρχει το “φωνητικό άδυτο” το οποίο θα εξηγηθεί στη συνέχεια.

Ο στόχος των ψευδοχορδών είναι “να ανοίξουν από τη μεσογραμμή (η νοητή μέση γραμμή όπου εφάπτονται οι φωνητικές χορδές), ώστε να επιτραπεί η μεγαλύτερη ελευθερία ταλάντωσης των φωνητικών χορδών.” (sofianoiti.wordpress.com).

Προς αποφυγήν παρανόησης, ο βασικός μηχανισμός της παραγωγής του ήχου δεν είναι οι ψευδοχορδές αλλά οι φωνητικές χορδές. Ο ρόλος των ψευδοχορδών θα μπορούσε να χαρακτηριστεί ως βοηθητικός για τους τραγουδιστές, για την παραγωγή πολύ υψηλού ήχου ή falsetto.

1.7 ΤΑ ΚΟΛΠΩΜΑΤΑ ΤΟΥ ΓΑΛΗΝΟΥ

Ανάμεσα από τις φωνητικές χορδές και τις ψευδοχορδές, υπάρχει μία λαρυγγική κοιλότητα η οποία ονομάζεται “*Τα Κολπώματα του Γαληνού*”. Αυτή η λαρυγγική κοιλότητα πήρε το όνομά της από το Γαληνό ο οποίος ήταν ο πρώτος που έκανε λόγο γι’ αυτήν. Ο Κλαύδιος Γαληνός (Πέργαμος, 129 – Ρώμη, 216 περίπου) είναι ο δεύτερος σπουδαιότερος Έλληνας ιατρός της αρχαιότητας μετά τον Ιπποκράτη.

Τα “Κολπώματα του Γαληνού” λειτουργούν σαν αντηχεία. Εκτός αυτού, μαζί με τις φωνητικές χορδές αποτελούν όργανα που διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο όσον αφορά την παραγωγή ήχου της ανθρώπινης φωνής.



CLAUDE GALIEN

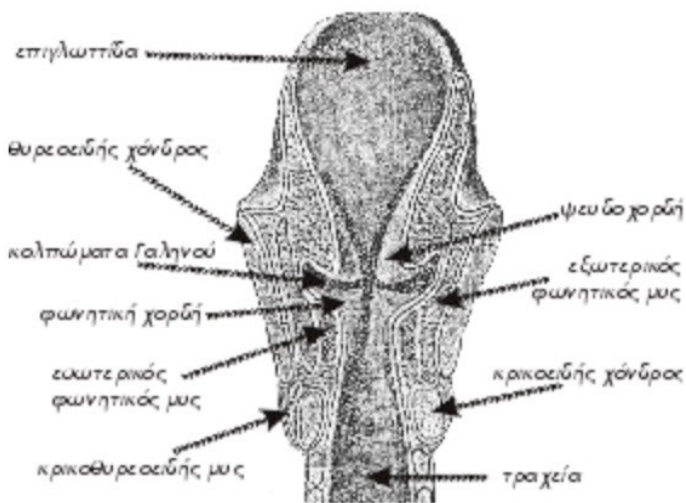


Ο χώρος που δημιουργείται μεταξύ των φωνητικών χορδών, των ψευδοχορδών και της λαρυγγικής κοιλότητας έχει ονομαστεί από τον καθηγητή φωνολογίας δρ. Αλ. Ευσταθιανό **φωνητικό άδυτο**.

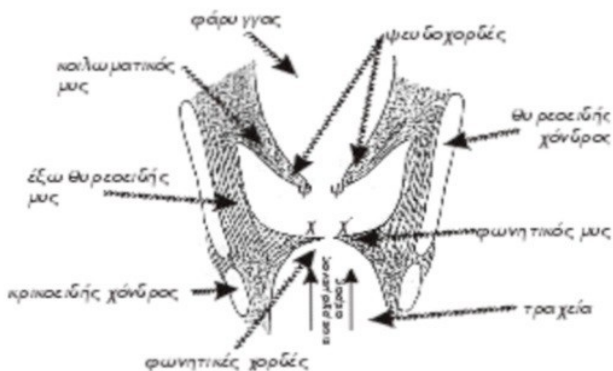
Ο Αν. Σώχος στο βιβλίο του “Η Φωνητική Ορθοφωνία” αναφέρει ότι το ανθρώπινο φωνητικό όργανο είναι **διπτό**, γιατί είναι **έγχορδο** αλλά και ταυτοχρόνως **πνευστό**.

“Έτσι:

1. Η συστολή και διαστολή των διαφόρων μυών που κινούν τις φωνητικές χορδές,
2. Η συστολή και η διαστολή των τοιχωμάτων των λαρυγγικών κοιλοτήτων που μεγαλώνουν ή μικραίνουν το χώρο τους και
3. Ο αέρας της εκπνοής που διοχετεύεται από το φουσητήρα με πίεση, συντελούν όλα μαζί στη γέννηση και την ενίσχυση του ήχου της φωνής.” (Σώχος, 2000)



Ο λάρυγγας από μπροστά



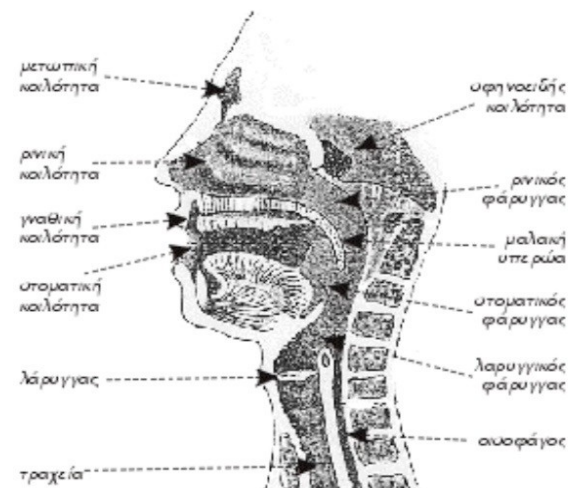
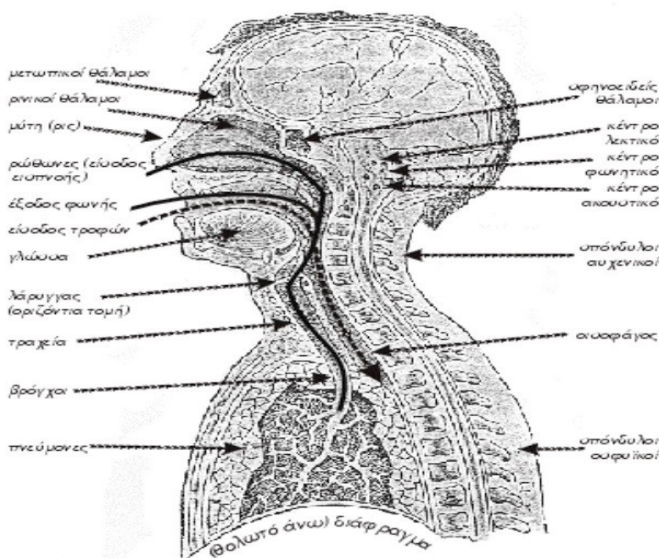
Τα φωνητικά όργανα σε κίνηση λειτουργίας προς παραγωγή ήχου ως διπτού μουσικού όργανου (εγχόρδου και πνευστού)

1.8 ΤΑ ΦΩΝΗΤΙΚΑ ΚΟΙΛΩΜΑΤΑ ΩΣ ΑΝΤΗΧΕΙΑ

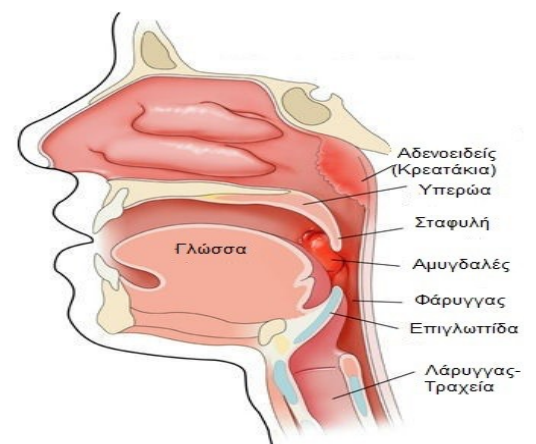
“Όσες κοιλότητες βρίσκονται στο λαιμό πάνω από το λάρυγγα και στο κεφάλι γενικά λέγονται άνω αντηχεία, ενώ όσες βρίσκονται κάτω από το λάρυγγα ονομάζονται κάτω αντηχεία.” (Σώχος, 2000) Αυτές οι κοιλότητες (άνω και κάτω αντηχεία) που θα αναφερθούν, λειτουργούν ως ενισχυτές του παραγωμένου ήχου. Τα κάτω αντηχεία είναι αυτά επίσης, που είναι υπεύθυνα για τη μεταφορά του αναπνευστικού αέρα.

Τα άνω αντηχεία: Τα άνω αντηχεία είναι τα εξής: α) **φάρυγγας**, β) **στόμα** (το οποίο αποτελείται από την κάτω γνάθο, την υπερώα, τις αμυγδαλές/τις καμάρες/τον “ισθμό του φάρυγγα”, γ) **μύτη**, δ) **κρανίο**.

Στις παρακάτω εικόνες μπορούμε να διακρίνουμε τις κοιλότητες που αναφέρθηκαν.



Φάρυγγας: Ο φάρυγγας είναι μία σωληνοειδής κοιλότητα περίπου 15 εκατοστά, “που ξεκινάει από το ανώτερο τμήμα του λάρυγγα, πηγαίνει προς τα πάνω και φθάνει μέχρι τη βάση του κρανίου.” (Σώχος, 2000) Ανήκει στα άνω αντηχεία και σύμφωνα με τους επιστήμονες αποτελείται από τρία τμήματα τα οποία ονομάζονται **μοίρες** και είναι οι εξής: α) **λαρυγγική μοίρα**, β) **στοματική μοίρα** και γ) **ρινοκή μοίρα**.



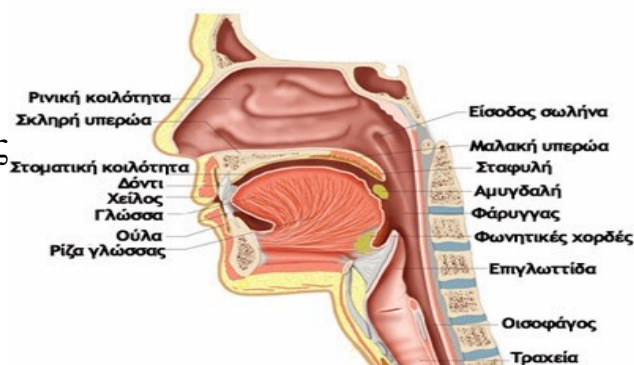
Στόμα: Το στόμα είναι από τις σημαντικότερες κοιλότητες ενίσχυσης του ήχου της φωνής μας. Ταυτοχρόνως, από το στόμα “βγαίνει” ο ήχος τον οποίο παράγουμε.

Τα μέρη της στοματικής κοιλότητας είναι τα εξής: α) η **κάτω γνάθος**, β) η **υπερώα**, γ) οι **αμυγδαλές/ οι καμάρες/ ο “ισθμός του φάρυγγα”**.

Η **κάτω γνάθος**, δηλαδή το σαγόι, έχει τη δυνατότητα να κάνει πλάγιες κινήσεις προς τα δεξιά και τα αριστερά. Παρ’όλα αυτά, αυτές οι πλάγιες κινήσεις του σαγονιού, δεν είναι χρήσιμες για το τραγούδι και την ομιλία, γιατί ο παραγόμενος ήχος παραμορφώνεται. Το σαγόι είναι σημαντικό για την παραγωγή του ήχου, καθώς μπορεί να τον επηρεάσει σε μεγάλο βαθμό είτε αρνητικά είτε θετικά, ανάλογα με τη θέση την οποία θα του δώσουμε. Κατά τη διάρκεια του τραγουδιού είναι λάθος το σαγόι να προεξέχει προς τα μπρος, γιατί έτσι ο παραγόμενος ήχος παραμορφώνεται και γίνεται πιο τραχύς. Η κίνηση του σαγονιού που είναι σωστή για το τραγούδι και την ομιλία είναι η κάθετη και έτσι το ηχόχρωμα της φωνής μας θα παραμείνει αναλλοίωτο. Το σαγόι αποτελεί το δάπεδο του στόματος ενώ η υπερώα που χωρίζεται σε σκληρή και μαλακή υπερώα αποτελεί την οροφή του στόματος. Η **υπερώα ή αλλιώς ουρανίσκος**, “παίζει κι αυτήν άλλον ένα βασικό ρόλο στην εξαγωγή ενός καθαρού και διαυγούς ήχου ή ενός πνιγμένου και θαμπού ήχου της φωνής μας, ανάλογα με τη θέση που εμείς με τη σκέψη μας θα της δώσουμε.”

(Σώχος, 2000)

Χωρίζεται σε δύο βασικά μέρη, τα οποία είναι: το εμπρόσθιο μέρος, το οποίο καλύπτει το μεγαλύτερο μέρος της επιφάνειας (2/3) και το πίσω μέρος που καλύπτει το 1/3 της επιφάνειας. Το σχήμα του εμπρόσθιου τμήματος της υπερώας είναι θολωτό και αποτελείται από μία οστέινη πλάκα γι’ αυτό και το χαρακτηρίζουμε ως σκληρή υπερώα. Αντίθετα, το πίσω μέρος της υπερώας είναι σχεδόν επίπεδο και έχει μία κλίση προς τα πίσω και κάτω.



Αποτελείται από λεπτούς μύες και μαλακά μόρια και καλύπτεται από βλεννογόνο γι' αυτό το χαρακτηρίζουμε ως μαλακή υπερώα. Βασικό χαρακτηριστικό της μαλακής υπερώας είναι η ευκινησία της, ανεβαικοταβαίνει και ανοιγοκλείνει όσο εμείς θελήσουμε.

Τις **αμυγδαλές** μπορούμε να τις διακρίνουμε ανοίγοντας το στόμα και κοιτάζοντας τον εαυτό μας στον καθρέφτη. Βρίσκονται στα τοιχώματα της μαλακής υπερώας.

Οι **καμάρες** βρίσκονται “στο βάθος του στόματος, δεξιά και αριστερά της σταφυλής.” (Σώχος, 2000)

Τέλος, οι καμάρες και η βάση της γλώσσας δημιουργούν ένα άνοιγμα το οποίο ονομάζεται “**ισθμός του φάρυγγα**”. Σε αυτό το σημείο τελειώνουν τα όρια της στοματικής κοιλότητας και ξεκινάει ο φάρυγγας.

Μύτη: Τα τμήματα από τα οποία αποτελείται η μύτη είναι τα εξής: α) ρινικοί θάλαμοι, β) ρινικές κόγχες, γ) ρινικοί πόροι.

Η μύτη είναι πολύ σημαντικό αντηχείο για το τραγούδι. Ο παραγόμενος ήχος μπορεί να ενισχυθεί από τον τραγουδιστή κατά τη διάρκεια της ερμηνείας (ή των ασκήσεων) όταν νιώθει ότι η μύτη του είναι “ανοιχτή” και εισέρχεται αέρας μέσα σε αυτήν. Με αυτόν τον τρόπο ο ήχος γίνεται πιο δυνατός αλλά ταυτόχρονα και πιο καθαρός.

Κάποιοι άνθρωποι διαθέτουν αυτήν την ικανότητα εκ φύσεως, δηλαδή το να έχουν “ανοιχτή” τη μύτη τους κατά τη διάρκεια της ομιλίας και του τραγουδιού, ενώ άλλοι είναι σημαντικό να εξασκήσουν αυτήν την ικανότητα.

Κρανίο: Το κρανίο αποτελείται από α) τους γναθιαίους κόλπους, β) τους μετωπιαίους κόλπους και γ) τους σφηνοειδείς κόλπους.

“Το κρανίο είναι μία ειδική περίπτωση. Έχουμε μία δυνατή αίσθηση από την αγωγιμότητα των οστών μέσα στο κεφάλι. Μπορεί να το αισθανθεί κάποιος αν μουρμουρίζει και βάλει τα χέρια του πάνω στα αυτιά του: το μουρμουρητό θα ηχήσει πολύ πιο δυνατά εσωτερικά, από ότι όταν ακούγεται εξωτερικά.”

(sofianoiti.wordpress.com)

Βλεννογόνος: Εν κατακλείδι, όλα αυτά τα οστά, οι χόνδροι, οι κοιλότητες κλπ., καλύπτονται από μία μεμβράνη η οποία ονομάζεται βλεννογόμος. Πάνω σε αυτήν τη μεμβράνη υπάρχουν αδένες από τους οποίους απελευθερώνεται ένα υγρό, η βλέννα, που συντηρεί την υγρασία όλων αυτών των οργάνων. Οι αδένες ονομάζονται βλεννογόνοι αδένες.

Τα κάτω αντηχεία: Τα κάτω αντηχεία όπως προαναφέρθηκε βρίσκονται κάτω από το λάρυγγα και είναι τα εξής: α) **η τραχεία**, β) **οι βρόγχοι**, γ) **οι πνεύμονες**, δ) **ο θώρακας**.

Τραχεία: Η τραχεία είναι “το ανώτερο τμήμα των κάτω αντηχείων. Είναι ένας σωλήνας όπου το επάνω μέρος του συνδέεται με τη βάση του λάρυγγα, δηλαδή ενώνεται από τα κάτω χείλη του κρικοειδούς χόνδρου, ενώ στο κάτω μέρος, με δύο διακλαδώσεις καταλήγει στους πνεύμονες, δεξιά και αριστερά που λέγονται βρόγχοι.” (Σώχος, 2000)

Βρόγχοι: Όπως αναφέρθηκε παραπάνω οι βρόγχοι είναι διακλαδώσεις της τραχείας που καταλήγουν μέσα στους πνεύμονες.

Πνεύμονες: Οι πνεύμονες είναι ένα σημαντικό όργανο για το τραγούδι καθώς “αποτελούν με τη βοήθεια του διαφράγματος, τους φυσητήρες του φωνητικού οργάνου.” (Σώχος, 2000) Οι πνεύμονες είναι σπογγώδεις μαλακές και ελαστικές μάζες, βρίσκονται στο θώρακα και καλύπτουν ολόκληρη την έκτασή του.

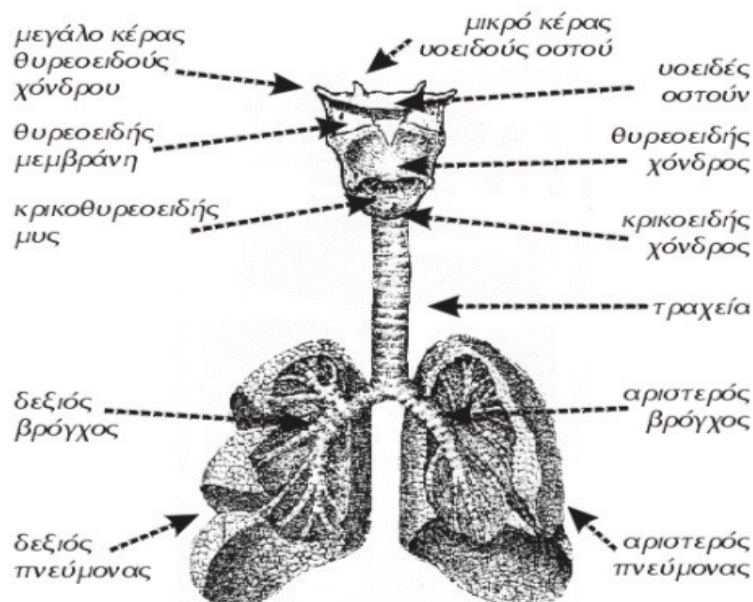
Κατά τη διάρκεια της εισπνοής και της εκπνοής συστέλλονται και διαστέλλονται. Το πρώτο στάδιο της αναπνοής λοιπόν, είναι η εισπνοή κατά την οποία εισέρχεται ο αέρας στους πνεύμονες. Σύμφωνα με τη Μαρία Ρουκά, η είσοδος του ατμοσφαιρικού αέρα στους πνεύμονες επιτυγχάνεται με την αύξηση της θωρακικής κοιλότητας κατά την εισπνοή. Η κάθοδος του διαφράγματος, που είναι ένας θολωτός μυς και η κίνηση των πλευρών του θώρακα προς τα πάνω και προς τα έξω κατά την εισπνοή, εξασφαλίζουν την αύξηση της θωρακικής κοιλότητας. Η κίνηση των πλευρών και του στέρνου επιτυγχάνεται με τη βοήθεια των μεσοπλεύριων μυών.

Σύμφωνα με τον Καρακατσούλη Χάρη στο βιβλίο του “Ο μηχανισμός και η Τεχνική του Τραγουδιού”,

οι μύες που χρησιμοποιούνται για τη διαδικασία της εισπνοής είναι: α) οι εσωτερικοί μεσοπλεύριοι, β) οι υποπλεύριοι και γ) ο εγκάρσιος θωρακικός.

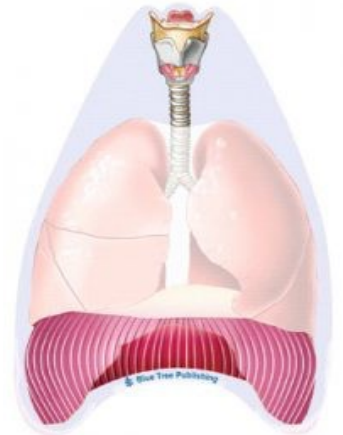
Το δεύτερο στάδιο της αναπνοής είναι η εκπνοή κατά την οποία ο αέρας που εισπνεύσαμε βγαίνει στην ατμόσφαιρα (απελευθερώνεται διοξείδιο του άνθρακα) αφού όμως πρώτα το σώμα μας πάρει το οξυγόνο που του είναι απαραίτητο. Η έξοδος του αέρα επιτυγχάνεται με τη μείωση της θωρακικής κοιλότητας. Αυτό συμβαίνει χάρη στην άνοδο του διαφράγματος και με την κίνηση των πλευρών και του στέρνου προς τα κάτω και προς τα μέσα. (allaboutvoice.gr) Οι μύες που χρησιμοποιούνται για τη διαδικασία της εκπνοής είναι οι εξής: α) ο εγκάρσιος κοιλιακός, β) ο εσωτερικός και εξωτερικός πλάγιος κοιλιακός και γ) ο όρθιος κοιλιακός.

Στην παρακάτω φωτογραφία μπορούμε να διακρίνουμε με ευκολία την τραχεία, τους βρόγχους και τους πνεύμονες:



1.9 ΔΙΑΦΡΑΓΜΑ

Το διάφραγμα “είναι ένας αρκετά πλατύς και λεπτός μυς, που το θολωτό μέρος του καλύπτει το επάνω τμήμα του διαφράγματος, ενώ το κοίλον αποτελεί το κάτω τμήμα.” (Σώχος, 2000) Το διάφραγμα βρίσκεται κάτω από τους πνεύμονες, πάνω από την κοιλιακή κοιλότητα.

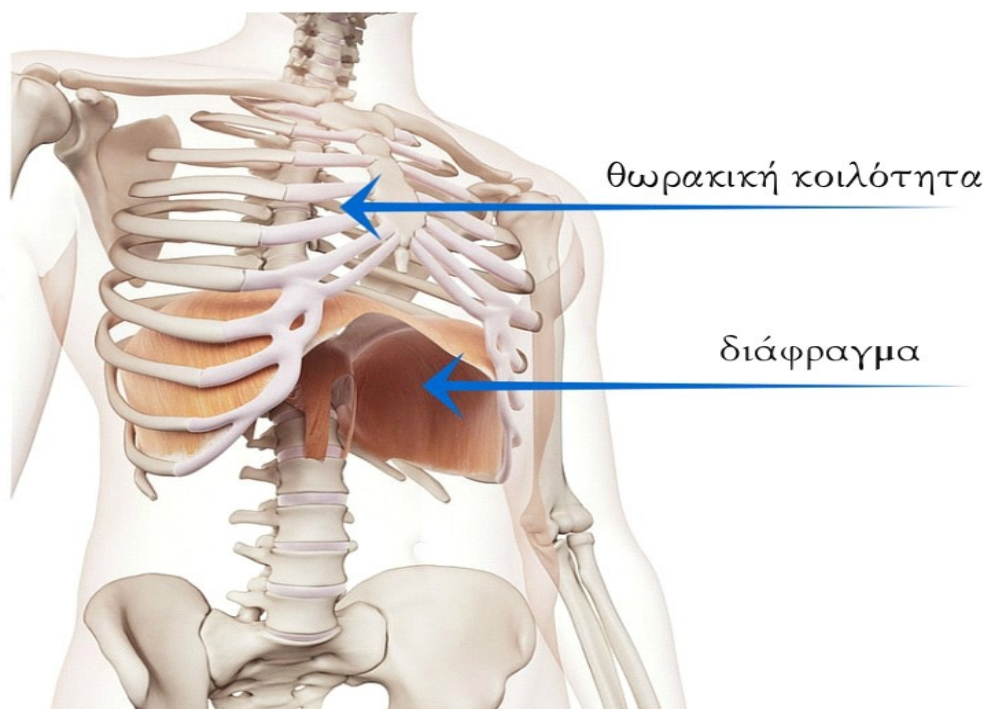


Η επιτέλεση της αναπνοής δεν οφείλεται αποκλειστικά και μόνο στους πνεύμονες. Ρόλο ζωτικής σημασίας διαδραματίζει το διάφραγμα ή διαφορετικά ο διαφραγματικός μυς, ο οποίος υποστηρίζει τη λειτουργία των πνευμόνων κατά τη διάρκεια της ομιλίας ή του τραγουδιού. Ο διαφραγματικός μυς “συρρικνώνεται για να διευκολύνει τους πνεύμονες κατά την εισπνοή (για να γεμίσουν με αέρα) και διογκώνεται για να ωθήσει τους πνεύμονες κατά την εκπνοή (για να αποβάλλουν τον αέρα). Μετά την εκπνοή το διάφραγμα επανέρχεται στην αρχική του θέση. Ο αέρας από τους πνεύμονες αποβάλλεται μέσω των φωνητικών χορδών, των συνηχητών και εντέλει από το στόμα, παράγοντας ήχο.” (allaboutvoice.gr)



Κατά τη διάρκεια του τραγουδιού είναι αναγκαίο να χρησιμοποιείται αποκλειστικά η διαφραγματική αναπνοή. Μέσω της διαφραγματικής αναπνοής ο θώρακας διευρύνεται περισσότερο και αυτό έχει ως επακόλουθο οι πνεύμονες να αποθηκεύουν μεγαλύτερη ποσότητα αέρα και έτσι ο τραγουδιστής μπορεί να ερμηνεύσει με ευκολία μεγάλες φράσεις χωρίς να τελειώνει γρήγορα η αναπνοή του. Πρέπει να αποφεύγεται στο τραγούδι η θωρακική αναπνοή, κατά την οποία ο αέρας εισέρχεται στους πνεύμονες “βίαια” και με μεγάλη ταχύτητα προκαλώντας σφίξιμο στο λαιμό και στους μυς του λάρυγγα.

ΔΙΑΦΡΑΓΜΑ



2. ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΤΟΥ ΦΩΝΗΤΙΚΟΥ ΟΡΓΑΝΟΥ

2.1 Η ΣΩΣΤΗ ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΗ ΤΟΥ ΣΤΟΜΑΤΟΣ ΣΤΟ ΤΡΑΓΟΥΔΙ

Ο Giambattista Mancini (1716 – 1800) στο βιβλίο του *Practical Reflections on the Art of Singing* (Πρακτικές σκέψεις πάνω στην τέχνη του τραγουδιού), αναφέρει: Η σωστή θέση του στόματος στο τραγούδι είναι πολύ σημαντική για να παραχθεί ο ήχος άρτια. Όταν ο ήχος δεν παράγεται συνειδητά τότε το στόμα ανοίγει λανθασμένα. Είναι από τα συχνότερα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι τραγουδιστές και η επίλυση του είναι αρκετά δύσκολη. Ένας καθηγητής φωνητικής πρέπει να μπορεί να εξηγήσει στο μαθητή ποια είναι η σωστή θέση του στόματος σε σχέση με τη φυσιολογία του. Δηλαδή, δεν υπάρχει κάποιος συγκεκριμένος τρόπος για το άνοιγμα του στόματος για όλους, καθώς ο κάθε άνθρωπος παρουσιάζει τις δικές του ιδιαιτερότητες πάνω σε αυτό το θέμα (π.χ. πλατύ άνοιγμα στόματος, στενό, μέτριο, ανωμαλία των δοντιών κλπ). Ο Mancini καταλήγει σε έναν γενικό κανόνα: το σχήμα του στόματος πρέπει να είναι όπως όταν χαμογελάμε, δηλαδή τα πάνω δόντια να φαίνονται λίγο και να απέχουν ελαφρά από τα κάτω.

Ο καθηγητής Pier Francesco Tosi (1647 – 1727) στο βιβλίο του “*Opinioni de cantori antichi e moderni o sieno osservazioni sopra il canto figurato*” και ο Μάνουελ Γκαρθία Β’ στο βιβλίο του “*Ecole de Chant*”, υποστήριζαν την ίδια άποψη για τη θέση του στόματος στο τραγούδι.

Το στόμα του κάθε ανθρώπου είναι διαφορετικά ανατομικά κατασκευασμένο και είναι σημαντικό να βρεθεί η καλύτερη θέση για τον καθένα. Σε αυτήν την περίπτωση η μίμηση δε μπορεί να είναι βοηθητική. Δεν είναι σωστό ένας τραγουδιστής να μιμηθεί το άνοιγμα του στόματος κάποιου άλλου τραγουδιστή ή του καθηγητή του. Κάποιοι διαθέτουν εκ φύσεως την ικανότητα να ανοίγουν το στόμα τους σωστά και να διατηρούν αυτή τη θέση καθ’ όλη τη διάρκεια της ερμηνείας τους.

Όταν ένας τραγουδιστής ή σπουδαστής έχει σκληρό σαγόι ή σφιγμένο στόμα, το αποτέλεσμα είναι να μην υπάρχει ομοιομορφία και άνεση στη διαδοχή των μουσικών φθόγγων.

Ακριβώς τα ίδια προβλήματα μπορεί να αντιμετωπίσει κι ένας ερμηνευτής που έχει απόλυτο έλεγχο της αναπνοής του, καθώς οι μύες μέσα στη στοματική κοιλότητα και γύρω από αυτήν είναι σφιγμένοι.

Μία άσκηση για την αποφυγή του σφιξίματος του στόματος είναι η εξής:

“Χρησιμοποιώντας έναν καθρέφτη τραγουδήστε μία κρατημένη νότα (η τοποθέτηση πρέπει να είναι σωστή) και κινήστε το σαγόι αργά προς τα κάτω, χωρίς να διαταράξετε την ελεύθερη ροή του ήχου. Εάν δεν είστε βέβαιοι για τη σωστή τοποθέτηση, η άσκηση πρέπει να γίνεται χωρίς φωνή και μόνο με αργή εκπνοή.”
(Φουξ, 1963)

Κατά τη διάρκεια των ασκήσεων το χαμόγελο μπορεί να βοηθήσει τον τραγουδιστή, γιατί σε αυτή τη θέση το σαγόι δεν προεξέχει με αποτέλεσμα να μην υπάρχει σφίξιμο της στοματικής κοιλότητας. Παράλληλα, “αυτήν η θέση του χαμόγελου κάνει τον ήχο πιο λεπτό. Είναι ουσιώδης για την ευελιξία της φωνής και για την ζωνηρή με γρήγορο τέμπο μουσική, γι’ αυτό είναι και η θέση που προτιμούν οι κολορατούρες. Βοηθά επίσης στην καλή απόδοση του *recitativo secco*, καθώς και στην ιταλική όπερα *buffa*, στη γαλλική όπερα *comique* και στις “ελαφρές” όπερες όλων των ειδών εκτός από τις περιπτώσεις που η μουσική είναι αισθηματική ή μελαγχολική.” (Φουξ, 1963)

Τα φωνήεντα που πρέπει να τραγουδιούνται στη θέση του χαμόγελου είναι τα “Α”, “Ε” και “Ι”, ενώ τα φωνήεντα “ΟΥ”, “Ο” και “Υ” έχουν πιο στρογγυλεμένο ήχο γι’ αυτό το λόγο η θέση του στόματος πρέπει να είναι κυκλική. Το πηγούνι δεν πρέπει να κινείται, τα χείλη όμως πρέπει να κινούνται προς τα μπρος έτσι ώστε η θέση του στόματος να είναι φυσική.

Η θέση του χαμόγελου μπορεί να προσφέρει κι άλλα πλεονεκτήματα σε έναν τραγουδιστή ή σπουδαστή καθώς τα δόντια έχουν την ιδιότητα να λειτουργούν σαν ηχεία. Ο ήχος γίνεται ωραιότερος και ταυτοχρόνως εμπλουτίζεται από αρμονικούς. Αν καλυφθούν τα δόντια θα υπάρξει πρόβλημα στην ομοιομορφία του ήχου.

Είναι λάθος να γίνεται επιτηδευμένα η θέση του χαμόγελου από τον τραγουδιστή, γιατί κάτι τέτοιο μπορεί να σταθεί εμπόδιο στην ομαλή παραγωγή του ήχου, ενώ παράλληλα φαίνεται αφύσικο.

Κατά τη διάρκεια του τραγουδιού το στόμα δε θα πρέπει ποτέ να είναι τελείως ανοιχτό. Βέβαια, σε περιπτώσεις που το σαγόνι είναι σφιγμένο, το πλατύ άνοιγμα του στόματος μπορεί να χρησιμοποιηθεί σαν άσκηση και το άνοιγμα πρέπει να γίνεται με αργή και απαλή κίνηση. Επιπρόσθετα, “μια άλλη καλή άσκηση για το σφίξιμο του σαγονιού είναι να τραβά κανείς προς τα πίσω τις δύο γωνίες του στόματος, τόσο, όμως, όσο να μην καταλήγει σε γκριμάτσα. Διατηρώντας αυτή τη θέση, ο σπουδαστής απαγγέλει μεγάλες φράσεις, στην αρχή αργά και στη συνέχεια προοδευτικά γρηγορότερα.” (Φουξ, 1963)

Η θέση του χαμόγελου μπορεί να είναι βοηθητική για έναν τενόρο και μία υψίφωνο στις ψηλές περιοχές, παρ’όλα αυτά δεν πρέπει να χρησιμοποιείται με υπερβολή. Είναι αναγκαίο να υπάρχει ισορροπία και να χρησιμοποιείται η θέση του στρογγυλεμένου στόματος όπου κριθεί απαραίτητο.

2.2 ΤΑ ΦΩΝΗΕΝΤΑ ΚΑΙ ΤΑ ΣΥΜΦΩΝΑ ΣΤΟ ΤΡΑΓΟΥΔΙ

Ένας τραγουδιστής έρχεται αντιμέτωπος με τρία σημαντικά προβλήματα, τα οποία άλλα μουσικά όργανα δεν αντιμετωπίζουν:

- “1. Οι φθόγγοι του τραγουδιού βασίζονται πάνω στα φωνήεντα που συχνά χρησιμοποιούνται λανθασμένα στην καθημερινή ομιλία.
2. Τα ηχητικά κύματα διακόπτονται από τα *σύμφωνα**, η εκφορά των οποίων επίσης γίνεται συχνά με λανθασμένο τρόπο.
3. Ο τραγουδιστής διαμορφώνει την εκπομπή του ήχου ανάλογα με την έννοια των λέξεων, πράγμα που δεν είναι το ίδιο με το μουσικό φρασάρισμα” (Φουξ, 1963)

*Οι μουσικοί ήχοι, ηχητικά κύματα κανονικής περιόδου, βασίζονται στα φωνήεντα. Τα σύμφωνα ανήκουν από άποψη ακουστικής στους θορύβους. (Σ.τ.Ε)

Το να γνωρίζει ένας τραγουδιστής τη σωστή εκφορά των φωνηέντων και των συμφώνων είναι τόσο σημαντική όσο να γνωρίζει τη σωστή τοποθέτηση της φωνής. Είναι απαραίτητο για κάποιο χρονικό διάστημα (το οποίο θα αποφασίσει ο καθηγητής), ο σπουδαστής να μην τραγουδάει με λέξεις. Με αυτόν τον τρόπο αποφεύγεται το σφίξιμο των μυών του στόματος και του λαιμού. Είναι σημαντικό λοιπόν, να γίνεται σωστή χρήση των φωνηέντων στο τραγούδι, γιατί έτσι επιτυγχάνεται η ομοιογένεια του ήχου. “Κάθε φωνήεν έχει το δικό του ήχο που βασίζεται στη σωστή χρήση των ανάλογων μυών.” (Φουξ, 1963)

Επιπρόσθετα, τα φωνήεντα διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην τοποθέτηση της φωνής. Για να επιτευχθεί αυτό, ο καθηγητής πρέπει να κάνει σωστή επιλογή των φωνηέντων (βοηθητικά φωνήεντα) που θα χρησιμοποιήσει στη διδασκαλία του. Ένας καλός συνδυασμός φωνηέντων, σύμφωνα με τον Φουξ, αποτελεί ένας ασαφής ήχος μεταξύ του “Α” και του “Ε”. Με τη χρήση αυτού του συνδυασμού μπορεί να επεκταθεί η φωνή προς την υψηλή περιοχή και ταυτόχρονα διδάσκεται η εγκεφαλική αντήχηση.

Ο σπουδαστής στην αρχή των μαθημάτων του, καλό είναι να χρησιμοποιεί σχηματισμένα φωνήεντα, όπως είναι το “Α”, το οποίο συνδέεται με τους ήχους άλλων φωνηέντων, βοηθά στη σωστή τοποθέτηση και παράλληλα είναι κατάλληλο για την επίτευξη της εγκεφαλικής αντήχησης. Ο χρόνος άσκησης πάνω στα “καθαρά” φωνήεντα εξαρτάται από τις κακές συνήθειες που έχει αναπτύξει ο σπουδαστής όσο τραγουδούσε ερασιτεχνικά. Πρόβλημα αποτελεί και η λανθασμένη ομιλία. Μετά την εξοικείωση του σπουδαστή με το καθαρό φωνήεν “Α” στη μεσαία περιοχή, οι ασκήσεις θα μπορούσαν να συμπεριλαμβάνουν ένα φωνήεν μεταξύ του “Α” και του “Ε” και στη συνέχεια καθαρό “Ε”. Με την πάροδο του χρόνου μέσω της άσκησης ο σπουδαστής θα αισθάνεται πιο έντονη τη δόνηση της υπερώας.

Το φωνήεν “Ε” είναι δύσκολο να τραγουδηθεί στις ψηλές περιοχές, αλλά ταυτοχρόνως και επικίνδυνο όχι μόνο για τους αρχάριους τραγουδιστές αλλά και για τους επαγγελματίες.

Καλό θα ήταν το συγκεκριμένο φωνήεν, κατά τη διάρκεια των ασκήσεων, να τραγουδιέται στη μεσαία περιοχή του τραγουδιστή. Για τη σωστή εκτέλεση του, ο τραγουδιστής πρέπει να απαλλαγεί από κάθε σφίξιμο του στόματος και να έχει τη θέση του χαμόγελου, με φυσικό τρόπο.

Οι ασκήσεις φωνηέντων μπορούν να είναι διαφορετικές για κάθε σπουδαστή και να προσαρμοστούν στον καθένα αναλόγα με το τι του ταιριάζει φωνητικά και με το ποιο φωνήεν αισθάνεται περισσότερη άνεση στο να το τραγουδήσει, χωρίς να προκαλέσει κάποιο είδος σφιξίματος. Για παράδειγμα, ένας μαθητής μπορεί να αισθάνεται μεγαλύτερη άνεση με το “Ο”. Είναι λοιπόν αρμοδιότητα του καθηγητή να προσαρμόσει τις φωνητικές ασκήσεις στον κάθε μαθητή ξεχωριστά, διαχωρίζοντας τα φωνήεντα που του είναι εύκολα να τραγουδήσει από τα δύσκολα.

Όπως προαναφέρθηκε, είναι πολύ σημαντικό να υπάρχει ομοιογένεια στον ήχο των φωνηέντων. Ένα φωνήεν που δεν είναι τοποθετημένο σωστά μπορεί να διαταράξει τον παλμό των ηχητικών κυμάτων. Το “Α” είναι βοηθητικό φωνήεν, καθώς συνδέει όλα τα φωνήεντα με ομοιογένεια. “Όπως αναφέρει και η Lilly Lehmann στο βιβλίο της “Meine Gesangskunst” (Η τέχνη στο τραγούδι μου), το “Α” γίνεται ο “γεννήτορας” των φωνηέντων” (Φουξ, 1963). Παρ’όλα αυτά είναι αναγκαίο να επισημανθεί, ότι όταν ο τραγουδιστής τραγουδάει ενώπιον του κοινού, αν γίνει υπερβολική χρήση των βοηθητικών φωνηέντων, ο ακροατής θα είναι σε θέση να το αντιληφθεί. Κατά τη διάρκεια των ασκήσεων αυτό δεν αποτελεί πρόβλημα.

Τα σύμφωνα είναι ακόμη ένα μεγάλο εμπόδιο που έρχονται αντιμέτωποι οι σπουδαστές και οι τραγουδιστές. “Όλα τα σύμφωνα πρέπει να παράγονται με τη σωστή ενεργοποίηση της σωστής ομάδας μυών. Επίσης, τα σύμφωνα δεν πρέπει ποτέ να διακόπτουν τον παλμό των φθόγγων.” (Φουξ, 1963) Όταν ένα τραγούδι έχει δραματικό χαρακτήρα, τότε ο ρόλος των συμφώνων είναι σημαντικότερος. Για να χρησιμοποιηθούν σωστά τα σύμφωνα, απαιτείται σωστή τοποθέτηση της φωνής και ανάλογα με το κάθε σύμφωνο να χρησιμοποιούνται τα χείλη, η γλώσσα ή συνδυασμός αυτών.

Ο τραγουδιστής προσπαθώντας να αρθρώσει τα σύμφωνα υπάρχει περίπτωση να σφίξει τη γλώσσα και το σαγόι.

2.3 Η ΑΝΤΗΧΗΣΗ (RESONANCE)

Με τον όρο «αντήχηση» εννοούμε την ενίσχυση αυτού του αρχικού ηχητικού κύματος (ήχου) δια μέσου της στοματικής, της φαρυγγικής και της ρινικής κοιλότητας. Η αντήχηση είναι ένα ακουστικό φαινόμενο μεγάλης σημασίας ελεγχόμενο από τον τραγουδιστή και συντελεί στο να ορισθεί κατά μεγάλο μέρος η τελική ποιότητα της φωνής και στο να διευκολυνθεί ή να εμποδισθεί η σωστή λειτουργία των φωνητικών χορδών.

Η αντήχηση είναι ένας παράγοντας σημαντικός για τα μουσικά όργανα, όμως στην περίπτωση της φωνής ο τρόπος αντήχησης είναι πιο περίπλοκος. Για να επιτευχθεί η αντήχηση στο τραγούδι είναι αναγκαίο ο τραγουδιστής να ενεργοποιήσει τα διάφορα μέρη του ανθρώπινου ηχείου. Μερικοί άνθρωποι έχουν την ικανότητα εξ' αρχής να χρησιμοποιήσουν σωστά τα μέρη του ανθρώπινου ηχείου, για τους περισσότερους όμως δεν ισχύει αυτό. Αυτό σημαίνει ότι πρέπει να υπάρξει εξάσκηση από τους σπουδαστές έτσι ώστε να αναπτυχθεί η ικανότητα της αντήχησης. Ως ανθρώπινα ηχεία μπορούν να θεωρηθούν ο λάρυγγας, το στήθος, το στόμα καθώς και οι κρανιακές και οι ρινικές κοιλότητες. Η τοποθέτηση των νοτών πρέπει να γίνεται με τέτοιον τρόπο έτσι ώστε να αξιοποιούνται από τον τραγουδιστή όλα τα τμήματα του ανθρώπινου ηχείου.

Το σχήμα του στόματος μπορεί να βοηθήσει σε μεγάλο βαθμό να επιτευχθεί αυτός ο σκοπός. Οι περισσότεροι τραγουδιστές χρησιμοποιούν την αντήχηση της υπερώας. Σημαντικό ρόλο στην αντήχηση διαδραματίζει η μύτη. Κατά τη διάρκεια της ερμηνείας ή των ασκήσεων ο τραγουδιστής πρέπει να αισθάνεται ότι η μύτη του είναι ανοιχτή και ότι τη διαπερνάει αέρας. Με αυτόν το τρόπο ο παραγόμενος ήχος ενισχύεται. Μερικοί άνθρωποι διαθέτουν αυτήν την ικανότητα εκ φύσεως, δηλαδή να έχουν ανοιχτή τη μύτη κατά τη διάρκεια της ομιλίας αλλά κι όταν τραγουδούν.

Παρ' όλα αυτά, “η ρινική συμμετοχή πρέπει να είναι παθητική και ουδέποτε ενεργητική. Ως ένα βαθμό η αντήχηση των ρινικών κοιλοτήτων είναι ουσιώδης παράγων, αλλά όταν η αντήχηση αυτή αρχίσει να γίνεται αισθητή, τότε ο τραγουδιστής πρέπει να είναι βέβαιος ότι κάνει κατάχρηση του μέσου αυτού”.

(Φουξ, 1963)

“Ρινόφωνοι” χαρακτηρίζονται αυτοί που χρησιμοποιούν υπερβολικά τη ρινική αντήχηση. Το πρόβλημα αυτό δημιουργείται συνήθως μέσω της μίμησης, δηλαδή όταν ένα παιδί ή ένας έφηβος μιμείται το δάσκαλο του ή κάποιο άλλο άτομο. Άλλες φορές μπορεί να οφείλεται στους στενούς ρινικούς αγωγούς ή σε κάποια ανωμαλία του φωνητικού οργάνου (π.χ. υπερτροφία του βλεννογόνου). Λόγω αυτού, δημιουργείται πρόβλημα στον παραγόμενο ήχο και επίσης, ο σπουδαστής ίσως να βλάψει το φωνητικό του όργανο. Σε αυτήν την περίπτωση καλό θα ήταν ο σπουδαστής να συμβουλευτεί ένα γιατρό.

Η θωρακική αντήχηση είναι σχετικά εύκολη υπόθεση. Αν τοποθετήσει κάποιος τα χέρια του στο πάνω μέρος του στήθους τραγουδώντας μία φράση σε μία μέση περιοχή, θα είναι σε θέση να αντιληφθεί την παλμική δόνηση που δημιουργείται. Ξεκινώντας λοιπόν από μία μέση περιοχή και ανεβαίνοντας στην ηψυλότερη περιοχή η αντήχηση αυτή σταδιακά μειώνεται και στο τέλος σταματά.

Στις ψηλές περιοχές το είδος κραδασμού είναι διαφορετικό και πραγματοποιείται στο κεφάλι. Δηλαδή γίνεται χρήση της κεφαλικής αντήχησης “πράγμα που σημαίνει κραδασμό των κρανιακών κοιλοτήτων”. (Φουξ, 1963) Δεν υπάρχει κάποιος συγκεκριμένος τρόπος που θα μπορούσε να εξηγήσει πως πραγματοποιείται αυτή η διαδικασία. Κάποιοι τραγουδιστές διαθέτουν την κεφαλική αντήχηση εκ φύσεως, άλλοι μπορούν να τη μάθουν με σχετική ευκολία, ενώ οι περισσότεροι θα δυσκολευτούν για να την κατακτήσουν και η διαδικασία απόκτησής της θα διαρκέσει καιρό. Μερικοί τραγουδιστές έχουν πιο ενισχυμένη αντήχηση από άλλους γιατί, “η ροή της αναπνοής (αναπνευστική στήλη) μέσα στο λάρυγγα και το στόμα δε συναντά κανένα εμπόδιο”. (Φουξ, 1963)

Όταν ένας τραγουδιστής μπορεί να χρησιμοποιήσει με σωστό τρόπο όλες τις δυνατότητες αντήχησης που του προσφέρει η ανθρώπινη φωνή τότε θα είναι σα να έχει μαζί του πάντα το ατομικό του μικρόφωνο.

Όταν παρουσιάζεται πρόβλημα στη διαδικασία της αντήχησης, ίσως τότε ο τραγουδιστής να παράγει με πίεση τους φθόγγους ή να μην ελέγχει με σωστό τρόπο την αναπνοή του ή να σφίγγει τους μυς του λαιμού και του λάρυγγα. Για να μπορέσει λοιπόν να χρησιμοποιήσει ορθά τις δυνατότητες της αντήχησης, θα πρέπει να έχει απαλαγεί από κάθε είδος σφιξίματος και να διαχειρίζεται με άρτιο τρόπο την αναπνοή του.

2.4 REGISTRI ΤΗΣ ΦΩΝΗΣ

Η έκταση της φωνής μας διαθέτει τρεις περιοχές: **τη χαμηλή, τη μεσαία και την ψηλή περιοχή.**

1) Η **Στηθική φωνή** (chest voice). Η έκταση της είναι από τη χαμηλή ως τη μεσαία περιοχή, δηλαδή τη φωνή της ομιλίας.

2) Η **Μικτή φωνή** (mixed voice) ή μεσαία φωνητική περιοχή. Είναι η φωνητική περιοχή που βρίσκεται ενδιάμεσα από τη χαμηλή και την ψηλή φωνητική περιοχή, όπου ενώνονται η στηθική και η κεφαλική φωνή.

3) Η **κεφαλική φωνή** (head voice). Η έκταση της είναι στην ψηλή περιοχή. Κάποιοι καθηγητές φωνητικής κάνουν λόγο και για μία τέταρτη φωνητική έκταση την **superhead voice**. Η έκταση της είναι στην πολύ ψηλή περιοχή (κόντρα νότες).

Το registro της φωνής μπορεί να ορισθεί ως “μια σειρά από συνεχείς, ομοιογενείς φθόγγους που παράγονται κατά τον ίδιο τρόπο και χάρη στον ίδιο μηχανισμό”.

(Φουξ, 1963) Υποστηρίζεται ότι οι γυναικείες αλλά και οι αντρικές φωνές διαθέτουν τρία registri. Το ρετζίστρο του **θώρακα** δηλαδή το χαμηλότερο, το **μεσαίο** και του **κεφαλιού** δηλαδή το υψηλότερο.

Ο Γκαρθία (1805 – 1906) ήταν Ισπανός τραγουδιστής, μουσικός παιδαγωγός και καθηγητής φωνητικής. Το 1865 (ή το 1854) ανακάλυψε το πρώτο λαρυγγοσκόπιο (μία συσκευή με την οποία μπορούσαν να δουν το εσωτερικό του λάρυγγα).



Έως τότε οι μεγάλοι δάσκαλοι του τραγουδιού πίστευαν ότι υπάρχουν μόνο δύο ρετζίστρι. Ο Giulio Caccini υποστήριζε ότι υπάρχει η *voce piena* (πλήρης φωνή) και η *voce finta* (ψευδοφωνή). Με αυτούς τους όρους εννοούσε ως πλήρη φωνή τη θωρακική και ως ψευδοφωνή την κεφαλική. Ο Domenico P. Cerone (θεωρητικός της μουσικής και τραγουδιστής) και ο Giambattista Mancini υποστήριζαν επίσης την ύπαρξη δύο ρετζίστρι του θώρακα και της κεφαλής. Ο Γκαρθία λοιπόν, απέρριψε τη θεωρία των δύο ρετζίστρι και καθιέρωσε μία καινούρια θεωρία η οποία υποστήριζε την ύπαρξη τριών ρετζίστρι, του στήθους, το μεσαίο ρετζίστρο και της κεφαλής. Ο Julius Stockhausen υποστήριζε ότι ο ήχος των ρετζίστρι διαφέρει από φωνή σε φωνή. Επιπρόσθετα, υποστήριζε ότι ακόμη και ο ήχος των ρετζίστρι μιας φωνής ηχούν σα να τραγουδιούνται από διαφορετικά άτομα.

Ο Μανουέλ Γκαρθία Β' είχε την άποψη ότι η κεφαλική αντήχηση δεν αρχίζει απαραίτητα εκεί που τελειώνει το ρετζίστρο του στήθους και ότι είναι δυνατό ένας αριθμός φθόγγων να παραχθεί και με τα δύο ρετζίστρι.

Το μεσαίο ρετζίστρο είναι το πιο ευπαθές καθώς το χρησιμοποιούμε στην καθημερινή μας ομιλία, είναι όμως και το ρετζίστρο που χρησιμοποιούν περισσότερο οι τραγουδιστές. Στις νεαρές γυναικείες φωνές η μεσαία περιοχή (Φα3 με Ντο4) είναι αρκετά αδύναμη και η πλήρης ανάπτυξη και εκφραστικότητα της επιτυγχάνεται σε πιο ώριμη ηλικία.

2.5 Η ΑΝΑΠΝΟΗ

Ο έλεγχος της αναπνοής είναι ένας πολύ σημαντικός παράγοντας της τραγουδιστικής ερμηνείας. Όσον αφορά το ζήτημα της αναπνοής υπάρχουν διαφορετικές απόψεις. Κάποιοι θεωρούν ότι δεν είναι αναγκαία η ανάπτυξη και εκγύμναση αυτής της ικανότητας. Αντίθετα, ο Caccini υποστήριζει ότι η εκγύμναση της αναπνευστικής ικανότητας και η σωστή χρήση της αναπνοής είναι ένα από τα σημαντικότερα στοιχεία για το σωστό τραγούδι και ερμηνεία.

Οι πληροφορίες που υπάρχουν για τη σωστή χρήση της αναπνοής ποικίλουν και παρουσιάζουν αντιφάσεις μεταξύ τους. Έτσι είναι δυνατό οι σπουδαστές να περιπέσουν σε σύγχυση όσον αφορά αυτό το θέμα. Επιπρόσθετα, οι οδηγίες που δίνονται σε ένα σπουδαστή για την επίτευξη της ελεγχόμενης αναπνοής είναι γενικές και ασαφείς, π.χ. η αναπνοή να γίνεται με ήσυχο τρόπο χωρίς να υπάρξει σφίξιμο, η εισπνοή να γίνεται ήσυχα και αθόρυβα και η εκπνοή να είναι ομαλή χωρίς να υπάρχει διακοπή στη ροή κλπ.

Οι καθηγητές τραγουδιού μπορούν να χωριστούν σε κάποιες κατηγορίες βάση της γνώμης που έχουν για το θέμα της αναπνοής.

1. Στους καθηγητές που δίνουν την οδηγία “ανάπνεε όπως μιλάς”.
2. Σ’ εκείνους που “παραλείπουν να τονίσουν τη σπουδαιότητα της σωστής τοποθέτησης της φωνής και υπερβάλλουν στην άσκηση της αναπνοής προκαλώντας μυϊκή ένταση”. (Φουξ, 1963)
3. Στους καθηγητές που δίνουν στο σπουδαστή την οδηγία να πάρει βαθιά αναπνοή χρησιμοποιώντας το επάνω μέρος του στήθους, αδιαφορώντας για το σοβαρό μειονέκτημα ανύψωσης των ώμων.
4. Σ’ εκείνους “που συνιστούν στο σπουδαστή να αισθάνεται κατά την εισπνοή την έκταση των πλευρών του προς τα πλάγια”. (Φουξ, 1963)
5. “Σ’ εκείνους που τονίζουν πως λειτουργεί ο αναπνευστικός έλεγχος και την ανάγκη που υπηρετεί όταν γίνεται στον κατάλληλο χρόνο.

Ο καθηγητής αυτός επιδεικνύει πώς λειτουργούν οι δικοί του κοιλιακοί μύες όταν τραγουδά ο ίδιος. Με τη σωστή τους χρήση, τα πλάγια πλευρικά τοιχώματα και οι κοιλιακοί μύες τίθενται αυτομάτως σε λειτουργία”

(Φουξ,1963)

Ο ρόλος της αναπνοής για τον τραγουδιστή είναι πολύ σημαντικός, καθώς αποτελεί την πρώτη ύλη η οποία μετατρέπεται από τον τραγουδιστή σε παλλόμενα, συνεχή κύματα. Στην καθημερινή μας ζωή δε χρησιμοποιούμε το μέγιστο της αναπνευστικής μας ικανότητας. Στο τραγούδι όμως απαιτείται να χρησιμοποιηθεί όσο το δυνατό περισσότερη αναπνοή γίνεται. Δε χρησιμοποιούν όλοι οι τραγουδιστές το ίδιο ποσοστό αναπνοής π.χ. ένας βαγκνερικός τραγουδιστής έχει μεγαλύτερες αναπνευστικές ανάγκες από μία ελαφριά κολορατούρα. Οι τραγουδιστές που δε συσπούν υπερβολικά τους μυς του λάρυγγα και του λαιμού χρειάζονται λιγότερη αναπνοή. “Όταν δεν υπάρχουν κωλύματα στο λαιμό και το λάρυγγα, όλο το απόθεμα της αναπνοής μπορεί να μετατραπεί σε μουσικούς ήχους, πράγμα που είναι εφικτό χάρη σε ειδικές ασκήσεις για τη χαλάρωση των μυών”. (Φουξ,1963) Ένας τραγουδιστής δε μπορεί να ανταπεξέλθει στις τραγουδιστικές ανάγκες χρησιμοποιώντας τη συνήθη αναπνοή της καθημερινότητας.

Υπάρχουν κάποιοι τρόποι οι οποίοι μπορούν να βοηθήσουν έναν τραγουδιστή να βελτιώσει την ποιότητα της αναπνοής του. Χρησιμοποιώντας τις υπογάστριες κοιλότητες είναι δυνατό να αυξηθεί η ποσότητα του αέρα που μπορεί να εισπνεύσει κάποιος. Καλό είναι η εκπνοή να ελέγχεται από τους υπογάστριους μυς και με αυτόν τον τρόπο ο αέρας είναι επαρκής για ολόκληρη τη φράση. Επιπρόσθετα, ο αέρας της εισπνοής πρέπει να μετατρέπεται σε ήχο. Για να μην υπάρξει πρόβλημα στην απόδοση της φωνής του τραγουδιστή είναι αναγκαίο να υπάρχει ένα απόθεμα αναπνοής. Όταν ο τραγουδιστής βρίσκεται “σε όρθια στάση πριν και κατά τη διάρκεια της εισπνοής, οι κοιλότητες του στήθους δεν έχουν τη δυνατότητα να προσλάβουν περισσότερο αέρα. Έτσι ο αέρας πηγαίνει στις κοιλότητες του υπογάστριου, οι οποίες εξασφαλίζουν την ποσότητα που χρειάζεται για το τραγούδι.

Με τη σταθερή εσωτερική πίεση των τοιχωμάτων του υπογάστριου (δηλ. με την εκπνοή) όλη η ποσότητα αέρα που βρίσκεται εκεί μπορεί να χρησιμοποιηθεί, χωρίς να χρειαστεί ο τραγουδιστής να καταφύγει στον αέρα που βρίσκεται στη θωρακική κοιλότητα”. (Φουξ,1963) Οι υπογάστριες κοιλότητες δε θα πρέπει να γεμίζουν πλήρως με αέρα γιατί σε περίπτωση που γίνει αυτό ο παραγόμενος ήχος δε θα είναι καθαρός και απαλός. Κατά τη διάρκεια της παύσης ο τραγουδιστής καλό είναι να προετοιμάζει την εισπνοή του. Τέλος, είναι αναγκαίο να γίνονται ασκήσεις για την αναπνοή σε τακτά χρονικά διαστήματα και ο αρμόδιος καθηγητής πρέπει να ελέγχει τον τρόπο με τον οποίο γίνονται έτσι ώστε να αποφευχθούν λάθη που ίσως να υπάρξουν.

2.6 ΚΟΙΛΙΑΚΗ ΑΝΑΠΝΟΗ

Η κοιλιακή αναπνοή είναι ένα πάρα πολύ σημαντικό βοήθημα για τον τραγουδιστή και μπορεί να επιτευχθεί με την εξακολουθητική πίεση (όχι τη βίαιη ώθηση) πάνω στους κοιλιακούς μυς. Τα πλεονεκτήματα του βοηθήματος αυτού είναι αρκετά. Αρχικά, όταν ο αέρας προέρχεται από το διάφραγμα ο τραγουδιστής τραγουδάει πιο εύκολα και ομαλά μία φράση, ενώ αν ο αέρας προέρχεται από το θώρακα (θωρακική αναπνοή) τότε δημιουργείται πίεση στους μυς του λάρυγγα και στο λαιμό. Πρέπει λοιπόν η θωρακική αναπνοή να αποφεύγεται από τους τραγουδιστές γιατί είναι επικινδύνη και μπορεί να δημιουργήσει προβλήματα στην εκτέλεση. “Το σφίξιμο στον αυχένα περιορίζεται στην έσω και έξω αυχενική περιοχή του λαιμού και συνεπώς αποφεύγεται το λαρυγγόφωνο τραγούδι”. (Φουξ,1963) Σε μία ψηλή νότα οι υπογάστριοι μύες πρέπει να βοηθήσουν την εκφώνηση της διαφορετικά τη διαδικασία αυτή θα την αναλάβουν οι μύες του λάρυγγα και θα υπάρξει το πρόβλημα που αναφέρθηκε προηγουμένως. Ο τραγουδιστής όταν έχει να εκφωνήσει μία δύσκολη φράση ή νότα η εισπνοή του θα πρέπει να είναι ανάλογη με αυτό που πρόκειται να εκφωνηθεί.

Με την κοιλιακή αναπνοή επίσης, η τραγουδιστική εκτέλεση γίνεται πιο εκφραστική και αυτό συμβαίνει επειδή χρησιμοποιούνται οι μύες που ασκούν επίδραση πάνω στο συμπαθητικό νευρικό σύστημα. Όλες μας οι συγκινήσεις επηρεάζουν το υπογάστριο (π.χ. όταν γελάμε κρατάμε την κοιλιά μας, όταν είμαστε ταραγμένοι δε μπορούμε να φάμε κλπ.).

2.7 Η ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΑΝΑΠΝΟΗΣ

Η διαδικασία της αναπνοής πραγματοποιείται με την εισπνοή και την εκπνοή. Στο τραγούδι όμως εκτελείται ως εξής: εισπνοή, αναμονή, ατάκα. Είναι λάθος να εισπνεύσουμε και αμέσως μετά να δώσουμε την ατάκα και αυτό γιατί πρέπει να υπάρξει ελάχιστος χρόνος για προετοιμασία. Σημαντικές είναι οι μικρές κλεφτές αναπνοές όταν ένας τραγουδιστής έχει να εκτελέσει γρήγορες φράσεις. Γενικότερα, όσο πιο δύσκολη είναι μια νότα στην εκτέλεση της, τόσο προσεκτικότερα πρέπει να προετοιμάζεται.

2.8 ΨΗΛΕΣ ΝΟΤΕΣ

Επικρατεί η άποψη ότι όσο υψηλότερες νότες μπορεί να τραγουδήσει κάποιος, τόσο μεγαλύτερη επιτυχία θα έχει. Γι' αυτό το λόγο πολλοί τραγουδιστές μπαίνουν στον πειρασμό να δοκιμάσουν μέχρι που μπορούν να φτάσουν στην υψηλή περιοχή αλλά κάτι τέτοιο είναι αρκετά επικίνδυνο για τη φωνή και ίσως δημιουργηθούν προβλήματα φωνητικής υγείας (σφίξιμο των φωνητικών χορδών, των μυών του λάρυγγα κλπ). Μπορεί κάποιος να διαθέτουν τις ψηλές νότες εκ φύσεως και κάποιος άλλοι να τις αναπτύξουν αργότερα. Η ανάπτυξη αυτή επιτυγχάνεται με τη σωστή καθοδήγηση του δασκάλου και τη συστηματική μελέτη του τραγουδιστή.

“Έως ότου επιτευχθεί ο αυτοματισμός στις ψηλές νότες, ο σπουδαστής συγκεντρώνει την προσοχή του αποκλειστικά σε αυτές. (...) Ο τραγουδιστής δεν πρέπει να σκέφτεται ποτέ την ψηλή νότα αυτή καθεαυτή, αλλά μόνο πως να ετοιμαστεί γι' αυτήν.” (Φουξ, 1963)

Είναι σημαντικό λοιπόν για τη σωστή εκτέλεση των ψηλών νοτών ο σπουδαστής να έχει εκπαιδευτεί συστηματικά και να μην αισθάνεται ανασφάλεια, νευρικότητα και φόβο όταν πλησιάζει στην υψηλότερη περιοχή αλλά να έχει αυτοπεποίθηση και σιγουριά. Ο δάσκαλος πρέπει εξαρχής να εντοπίσει τους λόγους της φοβίας του μαθητή για τις ψηλές νότες γιατί, όσο περισσότερο τις τραγουδάει με φόβο, τόσο πιο δύσκολα θα λυθεί αυτό το πρόβλημα.

Ο τραγουδιστής μπορεί να αποκτήσει την υψηλή περιοχή αν η κεφαλική του αντήχηση βρίσκεται σε πολύ καλό επίπεδο. Μέσω της κεφαλικής αντήχησης εξασφαλίζεται η άνεση και η διαύγεια και έτσι ο τραγουδιστής μπορεί να εκτελέσει φράσεις στην υψηλότερη περιοχή με μεγαλύτερη ευκολία.

“Όταν ο δάσκαλος δουλεύει στην υψηλή περιοχή, πρέπει πάντα να προσπαθεί να “παντρέψει” τις νεοαποκτηθείσες νότες με τη μεσαία ή τη χαμηλότερη περιοχή της φωνητικής έκτασης.” (Φουξ,1963) Για να ελέγξει κάποιος αν αυτή η συγχώνευση έγινε σωστά πρέπει να τραγουδήσει μια φράση στη χαμηλή περιοχή και μετά μία άλλη στην υψηλότερη.

Οι σπουδαστές καλό είναι να γνωρίζουν κάποιες βασικές αρχές όσον αφορά την υψηλή περιοχή. Αρχικά, είναι σημαντικό να γνωρίζουν ότι οι ψηλές νότες έχουν διαφορετική τοποθέτηση από εκείνες της μεσαίας περιοχής και για την ανάπτυξή τους είναι απαραίτητο να πραγματοποιηθούν συγκεκριμένες φωνητικές ασκήσεις. Επιπλέον, οι νότες της υψηλής περιοχής για να εκτελεστούν σωστά χρειάζονται μεγαλύτερη αναπνευστική υποστήριξη από αυτήν που χρειάζονται οι νότες της χαμηλότερης περιοχής.

2.9 ΜΕΣΑΙΟ REGISTRO

Το μεσαίο ρετζίστρο των τραγουδιστών είναι πολύ σημαντικό καθώς είναι το ρετζίστρο που χρησιμοποιείται περισσότερο στο τραγούδι αλλά και στην καθημερινή ομιλία. Παράλληλα, αποτελεί βάση της φωνητικής έκτασης.

Όταν ο τραγουδιστής χρησιμοποιεί το μεσαίο ρετζίστρο με το σωστό τρόπο δεν είναι εύκολο να του δημιουργηθούν φωνητικά προβλήματα, όμως όταν γίνεται κατάχρηση είναι δυνατό να ταλαιπωρηθεί και αυτό συμβαίνει όταν το επάνω ρετζίστρο χρησιμοποιείται με λάθος τρόπο. Τότε η φωνή εμφανίζει συμπτώματα κόπωσης, όπως είναι η βραχνάδα και μια τέτοια προειδοποίηση δείχνει πως πρέπει να ληφθούν άμεσα μέτρα. Τέλος, το μεσαίο ρετζίστρο παρουσιάζει μεγαλύτερη ευαισθησία στις γυναικείες φωνές απ' ότι στις αντρικές. “Οι λυρικές σοπράνο και οι ελαφροί λυρικοί τενόροι δεν πρέπει ποτέ να καταπονούν το μεσαίο τους registro, που ειδικά σε αυτές τις φωνές είναι πολύ ευπαθές. Οι κολορατούρες πολύ συχνά διαθέτουν αδύνατο μεσαίο registro που έχει κάποια παιδιάστικη χροιά.” (Φουξ, 1963) Με τη χρήση του μεσαίου registro οι τραγουδιστές μπορούν δώσουν στην ερμηνεία τους μεγαλύτερη εκφραστικότητα. Όπως είπε και ο Jean de Reszke, η έκφραση στο τραγούδι πηγάζει από το μεσαίο registro και τις μεταβατικές νότες προς την επάνω περιοχή.

2.10 TO REGISTRO ΤΟΥ ΣΤΗΘΟΥΣ ΣΤΗ ΓΥΝΑΙΚΕΙΑ ΦΩΝΗ

Σε αυτήν την περίπτωση επικρατεί σύγχυση όσον αφορά την ορολογία. “Οι ονομαζόμενες θωρακικές νότες και το registro του θώρακα συνήθως χρησιμοποιούνται σε αντιδιαστολή προς τις κεφαλικές νότες και το κεφαλικό registro, τόσο για τις γυναικείες όσο και για τις ανδρικές φωνές, παρά το γεγονός ότι το γυναικείο registro του στήθους έχει τη δική του ιδιαίζουσα ποιότητα.” (Φουξ, 1963) Στις γυναικείες φωνές η μετάβαση μπορεί να γίνει αντιληπτή ακουστικά από το ένα registro στο άλλο ενώ στις αντρικές φωνές, η εναλλαγή των registri δε γίνεται εύκολα αντιληπτή.

Το registro του στήθους διαδραματίζει σημαντικό ρόλο για τις δραματικές σοπράνο, τις μέτζο και τις κοντράλτο καθώς μέσω αυτού μπορούν να ανταποκριθούν στις απαιτήσεις μίας παράστασης αν λάβουμε υπόψιν κιόλας τη μεγάλη αίθουσα αλλά και την παρουσία της ορχήστρας.

Οι νότες αυτού του ρετζίστρου πρέπει να ερμηνεύονται με φυσικό τρόπο και να χρησιμοποιούνται με προσοχή και καλαισθησία.

2.11 FALSETTO

Το falsetto είναι ένα είδος ψευδοφωνής στις αντρικές φωνές και ουσιαστικά πρόκειται για την εκτέλεση ψηλών νοτών που δε βρίσκονται στη φυσική φωνητική τους έκταση. Δηλαδή οι νότες αυτές θα μπορούσαν να χαρακτηριστούν και ως “ψεύτικες”. Στο λεξικό Webster ο ορισμός του falsetto αποδίδεται ως εξής: “Πλαστή (φτιαχτή), τεχνητή φωνή. Η ανδρική φωνή που είναι τοποθετημένη πάνω από τη φυσική φωνή”.

Ιστορικά το falsetto άρχισε να χρησιμοποιείται από τους τραγουδιστές στη λατρευτική μουσική της Ρωμαιοκαθολικής Εκκλησίας κι αυτό συνέβη επειδή δεν επιτρεπόταν στο ναό η είσοδος στις γυναίκες. Τα μέρη των σοπράνο τα τραγουδούσαν νεαρά αγόρια. Τον 18ο αιώνα το πολυφωνικό στυλ a cappella έγινε πολυπλοκότερο με αποτέλεσμα να είναι δύσκολο να τραγουδηθεί από μικρά παιδιά. Γι’ αυτό το λόγο οι τενόροι ανέλαβαν να τραγουδήσουν τις ψηλές φωνές και για να καταφέρουν κάτι τέτοιο τραγουδούσαν με αφύσικο τρόπο, το falsetto. Οι τενόροι αυτοί ονομάστηκαν tenori falsetti ή falsetti. Στη συνέχεια αντικαταστάθηκαν από τους castrati, “δηλαδή τραγουδιστές οι οποίοι με χειρουργική επέμβαση απέφευγαν τη μεταφώνηση κατά την εφηβεία.” (Φουξ, 1963)

Το falsetto ακόμη και να χρησιμοποιηθεί με το σωστό τρόπο και καλαίσθητα δεν ηχεί φυσικά. Όσον αφορά τις φωνητικές χορδές, κατά τη διάρκεια του falsetto πάλλονται μόνο τα άκρα τους, ενώ κατά τη διάρκεια του κανονικού τραγουδιού πάλλονται σε όλο τους το μήκος.

Στο falsetto χρησιμοποιείται διαφορετικός μηχανισμός παραγωγής ήχου από εκείνον που χρησιμοποιείται στο κανονικό τραγούδι. Οι νότες που εκτελούνται με την τεχνική του falsetto δε μπορούν να αναπτυχθούν σε κεφαλικές ή στηθικές νότες, ούτε να εξελιχθούν σε forte.

Με άλλα λόγια “ο ίδιος φθόγγος δε μπορεί να αποδοθεί και με τους δύο μηχανισμούς.” (Φουξ,1963) Εάν μία νότα μπορεί από piano να εξελιχθεί σε forte τότε αυτή η νότα δεν ανήκει στην τεχνική του falsetto αλλά αποτελεί κεφαλική νότα ενός τραγουδιστή. Ένας τρόπος που θα μπορούσαμε να καταλάβουμε αν ένας τραγουδιστής μπορεί να εκτελέσει νότες falsetto είναι να τραγουδήσει νότες σε piano πάνω από τη φυσική φωνητική του έκταση, χωρίς όμως να ασκήσει πίεση στη φωνή του.

2.12 LEGATO

Η τεχνική του legato μπορεί να οριστεί ως εξής: η ένωση δύο ή και περισσότερων φθόγγων αβίαστα. Για να πραγματοποιηθεί αυτή η σύνδεση σωστά και για να υπάρχει ηχητική ομοιομορφία, είναι απαραίτητο οι νότες να έχουν το ίδιο ηχόχρωμα μεταξύ τους έτσι ώστε να μην ξεχωρίζουν η μία από την άλλη. Το legato μπορεί να επιτευχθεί ευκολότερα όταν οι νότες βρίσκονται στο ίδιο registro. Παρ’όλα αυτά οι τραγουδιστές κάνοντας χρήση της κεφαλικής αντήχησης μπορούν να συνδέσουν νότες οι οποίες ανήκουν σε διαφορετικά registri. “Το καλό legato διευκολύνει τις μεγάλες φράσεις και βοηθάει να ξεπεραστούν διάφορα εμπόδια, όπως για παράδειγμα νότες που δε συνταιριάζονται. Ο κάθε ήχος πρέπει να συνεχίζει να ηχεί έως ότου τον διαδεχθεί ο επόμενος.” (Φουξ, 1963) Επιπρόσθετα, το legato πρέπει να πραγματοποιείται χωρίς ο τραγουδιστής να διακόψει τη ροή του αέρα και με αυτόν τον τρόπο η φράση θα ηχήσει ομοιόμορφα.

Όσον αφορά την εκμάθηση της τεχνικής αυτής, απαιτεί υπομονή από τον καθηγητή αλλά και από τον μαθητή. Ως πρώτο βήμα, οι ασκήσεις είναι αναγκαίο να μην περιέχουν λέξεις αλλά να περιορίζονται στα μικρά διάστηματα. Οι δραματικές φωνές θα δυσκολευτούν περισσότερο να αποκτήσουν αυτήν την τεχνική σε σχέση με μία πιο ελαφριά φωνή. Ο έλεγχος της αναπνοής, η κεφαλική αντήχηση και το legato είναι σημαντικά στοιχεία για έναν τραγουδιστή και αποτελούν “την τριαδική θεότητα που θα παρατείνει την ζωή της φωνής του κατά είκοσι χρόνια.” (Φουξ, 1963)

2.13 PORTAMENTO

Η λέξη portamento προέρχεται από την ιταλική λέξη portare που σημαίνει μεταφέρω. Οι τεχνικές του legato και του portamento μοιάζουν σε μεγάλο βαθμό μεταξύ τους αλλά δεν είναι ίδιες. Όπως ήδη αναφέρθηκε, το legato είναι η ένωση δύο ή περισσότερων φθόγγων αβίαστα. Το portamento είναι το “γλίστρημα” από μία νότα σε μία άλλη. Ο W.J. Henderson στο βιβλίο του *The Art of Singing* αναφέρει: “Ο όρος portamento σημαίνει γλίστρημα της φωνής δια μέσου των απειροστών διαβαθμίσεων του τόνου που υπάρχουν μεταξύ ενός φθόγγου και του επόμενου. Αυτή η “νωθρή” ανέλιξη της φωνής έχει τη δυνατότητα να προσδώσει πολλή εκφραστικότητα εάν χρησιμοποιηθεί με μέτρο, αλλά εάν γίνει “τρόπος τραγουδιού” το αποτέλεσμα είναι αξιοθρήνητο, διότι καταλήγει σε νηματοποίηση του ήχου.” (Henderson, 1978)

Για την κατάκτηση αυτής της τεχνικής σημαντικό ρόλο διαδραματίζουν ο έλεγχος της αναπνοής και η κεφαλική αντήχηση.

3. ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΑΤΕΛΕΙΩΝ

3.1 TO VIBRATO – ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑ / TO TREMOLO – ΜΕΙΟΝΕΚΤΗΜΑ

“Vibrato σημαίνει ρυθμική παλμική δόνηση ενός φθόγγου, η οποία διέπεται από τους νόμους της ακουστικής. Είναι απόκτημα μιας σωστά γυμνασμένης και δείγμα υγειούς φωνής. Κανένα άλλο όργανο δεν διαθέτει τη φυσική αυτή δόνηση των φθόγγων.” (Φουξ, 1963)

“Tremolo σημαίνει περιοδική εναλλάξ ήχηση δύο φθόγγων με μεταβαλλόμενη ένταση και μπορεί να οφείλεται σε: 1. Συγκινησιακή έξαψη, 2. Υπερκόπωση φωνής, γενική κούραση, 3. Ατελή τεχνική και ειδικότερα αναπνευστικό έλεγχο, 4. Υπερβολική πίεση στο λάρυγγα, 5. Κλωνισμένο νευρικό σύστημα, 6. Προβλήματα στις φωνητικές χορδές, 7. Σύμπτωμα γήρατος.” (Φουξ, 1963)

Όσον αφορά τον όρο tremolo, είναι αρνητικός σαν όρος όταν χρησιμοποιείται για το τραγούδι και όχι σε σχέση με τα άλλα μουσικά όργανα, για τα οποία αποτελεί τεχνικό εφέ.

Το tremolo είναι ένα πάρα πολύ σημαντικό πρόβλημα για τον τραγουδιστή και όσο πιο γρήγορα διαπιστωθεί η ύπαρξή του τόσο πιο αποτελεσματική θα είναι η επίλυσή του. Οι θεραπείες αυτού του προβλήματος ποικίλουν ανάλογα με την κάθε περίπτωση. Καλό θα ήταν να υπάρξει φωνητική παύση για κάποιο χρονικό διάστημα και ίσως για την αντιμετώπιση του προβλήματος να χρειαστεί ιατρική παρακολούθηση. Το tremolo είναι μία σημαντική προειδοποίηση για τον τραγουδιστή που πρέπει να τη λάβει σοβαρά υπόψιν, γιατί εκτός όλων των άλλων παρεμποδίζει και το καλό τραγούδι.

3.2 ΕΚΤΟΣ ΤΟΝΟΥ

Οι περισσότεροι τραγουδιστές αντιμετωπίζουν δυσκολία όσον αφορά την εύρεση του ακριβούς τονικού ύψους και αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι σπάνια κάποιος θα έχει τέλειο μουσικό όργανο ή ολοκληρωμένη φωνητική τεχνική ή τέλεια ακοή (perfect pitch). Η εύρεση του τονικού ύψους είναι ένα πρόβλημα που αντιμετωπίζουν και επαγγελματίες τραγουδιστές. Όπως αναφέρει ο Φουξ στο βιβλίο του “Η Τέχνη του τραγουδιού και η Τεχνική της φωνής”, η περίφημη contralto Isabella Angela Colbran (1785-1845), παρά την καλά γυμνασμένη φωνή της, πολλές φορές τραγουδούσε εκτός τόνου χωρίς να γνωρίζει κάποιος τον ακριβή λόγο.

Συνήθως τα τονικά λάθη εντοπίζονται στις διάμεσες νότες της ψηλής περιοχής και σε φράσεις με ημιτόνια. Δεν υπάρχει μία συγκεκριμένη θεραπεία για να διορθώσει ένας τραγουδιστής αυτό το πρόβλημα, επειδή υπάρχουν πολλά αίτια που μπορούν να το προκαλέσουν και αυτά είναι: ελλειπές μουσικό αυτί, υπερκόπωση των φωνητικών χορδών, ανεπαρκής εγκεφαλική αντήχηση, οργανικές ανωμαλίες, γενική κατάρπτωση, γήρας.

Πολλοί τραγουδιστές που η τεχνική τους είναι σε ένα πολύ καλό επίπεδο, έχουν ελλειπές μουσικό αυτί. Η ακουστική ικανότητα ενός τραγουδιστή μπορεί να βελτιωθεί με τη συστηματική μελέτη. Όσον αφορά την υπερκόπωση των χορδών από εξαντλητικό τραγούδι, τις οργανικές ανωμαλίες και την γενική κατάπτωση καλό θα ήταν ο τραγουδιστής να επισκευφθεί λαρυγγολόγο ο οποίος κατά πάσα πιθανότητα θα ορίσει πλήρη ανάπαυση για την επίλυση των παραπάνω προβλημάτων.

3.3 ΠΑΝΩ ΑΠΟ ΤΟΝ ΤΟΝΟ

Το φαινόμενο αυτό συναντάται σπανιότερα και τα αίτια τα οποία μπορούν να το προκαλέσουν είναι η υπερβολική χρήση της κεφαλικής αντήχησης, ο ανεπαρκής αναπνευστικός έλεγχος και ίσως θα μπορούσε να είναι σε ορισμένες περιπτώσεις η συγκίνηση. Ένας τραγουδιστής μπορεί να αντιληφθεί ότι οι νότες του είναι σε λανθασμένη τονικότητα αλλά να μην είναι σε θέση διορθώσει το πρόβλημα ή να μην ακούει καθόλου ότι οι νότες του είναι λάθος.

3.4 ΜΟΝΙΜΗ ΒΡΑΧΝΑΔΑ

“Η μόνιμη βραχνάδα στο μεσαίο registro είναι προειδοποίηση ότι κάτι δεν πάει καλά. Ο καλός τραγουδιστής έχει πάντα διαυγή φωνητική ομιλία.” (Φουξ, 1963) Έτσι λοιπόν, αν υπάρξει το πρόβλημα της βραχνάδας σε έναν τραγουδιστή, είναι αναγκαίο να εξεταστούν οι φωνητικές του χορδές και αν το πρόβλημα δεν είναι παθολογικής φύσης τότε κατά πάσα πιθανότητα η παραγωγή του ήχου γίνεται με λανθασμένο τρόπο. Όταν οι ψηλές νότες τραγουδιούνται με πίεση τότε επηρεάζονται τα κέντρα. Η βραχνάδα τείνει να γίνει χρόνια σε έναν τραγουδιστή όταν το μεσαίο του registro είναι βραχνό ακόμα και όταν τραγουδιούνται ψηλές νότες.

3.5 ΦΟΡΤΣΑΡΙΣΜΑ

Ο βήχας, οι κραυγές, η πίεση, το φορτσαρίσμα μπορούν να καταπονήσουν τις φωνητικές χορδές, γι' αυτό οι τραγουδιστές θα πρέπει να είναι προσεκτικοί και να αποφεύγουν τέτοιου είδους πρακτικές.

“Ο μόνος τρόπος να λειτουργήσουν σωστά οι φωνητικές χορδές είναι να αφήσουμε μια ελεγχόμενη ποσότητα από τον αέρα που έχουμε εισπνεύσει να περάσει ανάμεσά τους και μετά να διαπλάσουμε το σωστό σχήμα ήχου, είτε πρόκειται για νότες είτε για λέξεις” (Φουξ, 1963)

Πίεση στις φωνητικές χορδές μπορεί να δημιουργηθεί όταν ο τραγουδιστής τραγουδάει στην ψηλή περιοχή. Αυτό συμβαίνει γιατί, οι ψηλές νότες χρειάζονται μεγαλύτερη στήριξη από το διάφραγμα κι αν η αναπνοή του τραγουδιστή δε βρίσκεται σε εγρήγορση το αποτέλεσμα θα είναι να δημιουργηθεί πίεση. Η πίεση μπορεί να προκαλέσει ερεθισμό στο λάρυγγα και τα άσχημα αποτελέσματά της δεν εκδηλώνονται το ίδιο χρονικά σε όλους. Οι περισσότεροι φωνητικά εκπαιδευμένοι τραγουδιστές μπορούν να αντέξουν αυτήν την κακομεταχείριση για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα από τους τραγουδιστές με λιγότερο αναπτυγμένη φωνή. Μέσω του φορτσαρίσματος και της πίεσης μπορούν να δημιουργηθούν κάλοι στις φωνητικές χορδές. Οι κάλοι στις φωνητικές χορδές είναι το πιο ακραίο σύμπτωμα που μπορεί να προκύψει σε αυτήν την περίπτωση. Η θεραπεία αυτού του προβλήματος είναι η πλήρης διακοπή του τραγουδιού αλλά και της ομιλίας. Παρ' όλα αυτά, υπάρχει πιθανότητα το πρόβλημα να συνεχίσει να υπάρχει και μετά την παύση από το τραγούδι και την ομιλία. Τότε η μόνη λύση είναι η χειρουργική επέμβαση, η οποία είναι αρκετά επικίνδυνη καθώς και “η παραμικρή κάκωση σε μία από τις φωνητικές χορδές μπορεί να την καταστρέψει ανεπανόρθωτα.” (Φουξ, 1963)

4. ΥΓΕΙΑ

Η φωνητική υγεία ενός τραγουδιστή εξαρτάται άμεσα από τη γενικότερη κατάσταση της υγείας του. Για έναν τραγουδιστή ένα κρυολόγημα μπορεί να αποτελέσει εμπόδιο, γιατί εάν το κρυολόγημα συνδυάζεται με πονόλαιμο μπορεί να τον εμποδίσει από το να τραγουδήσει.

4.1 ΦΑΓΗΤΟ, ΠΟΤΟ, ΚΑΠΝΙΣΜΑ

Καλό θα ήταν πριν από το τραγούδι να αποφεύγεται η λήψη πλήρους γεύματος, γιατί προκαλεί παλινδρόμηση (η γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση είναι μία κατάσταση όπου τα οξέα του στομάχου ρέουν προς τα πάνω, προς τον οισοφάγο). Τα συμπτώματα μπορεί να περιλαμβάνουν βήχα, ναυτία, βραχνάδα, πονόλαιμο και ξηρότητα των φωνητικών χορδών. Φαγητά που μπορούν να επηρεάσουν τη φωνή είναι: ξηροί καρποί (μπορεί να ερεθίσουν το λάρυγγα), τα πικάντικα φαγητά και ο καφές (μπορεί να ερεθίσουν το βλεννογόνο και προκαλούν παλινδρόμηση), η σοκολάτα και το γάλα.

Μεγάλη σημασία για τη σωστή λειτουργία των φωνητικών χορδών έχει η καλή ενυδάτωση του οργανισμού. Η ποσότητα υγρών που χρειάζεται ο οργανισμός μας καθημερινά είναι 6-8 ποτήρια.

Όσον αφορά το οινόπνευμα που βρίσκεται στα ποτά, μερικοί τραγουδιστές υποστηρίζουν ότι αν πιουν κάτι που περιέχει οινόπνευμα πριν βγουν στη σκηνή, τους βοηθάει να τραγουδήσουν καλύτερα. Κάτι τέτοιο όμως δε μπορεί να ισχύει, καθώς το οινόπνευμα έχει την ιδιότητα να στεγνώνει τη βλεννογόνο, η οποία πρέπει απαραίτητα να είναι υγρός. Μία εξαίρεση θα μπορούσε να αποτελέσει η μπύρα, λόγω των συστατικών που περιέχει. Οι πρώτες ύλες που παρασκευάζεται είναι το κριθάρι, η μαγιά, τα δημητρικά και το νερό. Όλα αυτά είναι φυσικές ουσίες στις οποίες μπορούν να ανιχνευθούν πολλά ωφέλιμα συστατικά. (βύνη, λυκίσκος)

Για να κρατηθεί η βλεννογόνος υγρή προτείνεται ο τραγουδιστής να κάνει γαργάρες με σόδα και λίγο χλιαρό νερό ή να πίνει ζεστό νερό.

Βοηθητικά μπορούν να είναι επίσης, τα ξηρά δαμάσκηνα, τα μήλα και το ζεστό τσάι. Το κάπνισμα επηρεάζει τη βλεννογόνο των φωνητικών χορδών. Όποιος ενδιαφέρεται για την υγεία της φωνής του πρέπει να το αποφεύγει. Η βλεννογόνος της τραχείας, οι βρόγχοι, ο λάρυγγας και ο φάρυγγας κινδυνεύουν από το κάπνισμα. Επιπρόσθετα, μπορεί να ερεθίσει τις φωνητικές χορδές και να προκαλέσει βραχνάδα.

Επίσης, το καθάρισμα του λαιμού, αν δε γίνεται με το σωστό τρόπο, μπορεί να δημιουργήσει πρόβλημα στον τραγουδιστή. Αυτήν η ενέργεια δεν πρέπει να γίνεται πιέζοντας τις φωνητικές χορδές και τους μυς του λαιμού αλλά να γίνεται με τη χρήση του διαφράγματος και μέσω της πίεσης του αέρα να απομακρύνεται το φλέμμα.

Κάτι άλλο που θα μπορούσε να δημιουργήσει πρόβλημα στις φωνητικές χορδές είναι ο βήχας, ο οποίος τεντώνει τις φωνητικές χορδές με τρόπο που μπορεί να τις βλάψει. Ο βήχας “είναι το δεύτερο ή τρίτο στάδιο μιας κακής κατάστασης του λαιμού δηλαδή ένα παραμελημένο κρυολόγημα καταλήγει συχνά σε βήχα.” (Φουξ,1963) Σε αυτήν την περίπτωση, ο τραγουδιστής πρέπει να θεραπεύσει όσο το δυνατόν γρηγορότερα το κρυολόγημα του για να μην προχωρήσει. Κάθε φορά που βήχει κάποιος κινδυνεύει η ελαστικότητα των φωνητικών του χορδών.

4.2 ΑΠΟΦΥΓΗ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΚΡΥΟΛΟΓΗΜΑΤΟΣ

Για την αποφυγή του κρυολογήματος ο τραγουδιστής πρέπει να ακολουθήσει κάποιες συγκεκριμένες διαδικασίες. Κατά τη διάρκεια του ύπνου καλό θα ήταν να μην υπάρχουν ανοιχτά παράθυρα. Το κρεβάτι επίσης, να μη βρίσκεται κοντά σε ανοιχτά παράθυρα καθώς υπάρχουν συχνά αλλαγές στη θερμοκρασία η οποίες μπορούν να επηρεάσουν τη φωνητική υγεία. Το δωμάτιο πρέπει να αερίζεται σε τακτά χρονικά διαστήματα αλλά σε περιπτώσεις που υπάρχουν στην ατμόσφαιρα ομίχλη και υγρασία πρέπει να αποφεύγεται.

Υπάρχει περίπτωση και μετά από όλες αυτές τις προφυλάξεις ο τραγουδιστής να κρυολογήσει. Το κρυολόγημα πρέπει να αντιμετωπιστεί όσο το δυνατόν γρηγορότερα.

Η σταθερή θερμοκρασία μπορεί να βοηθήσει στη γρήγορη ανάρρωση. Επίσης, σε περιπτώσεις που εμφανιστεί πυρετός καλό είναι ο ασθενής να παραμείνει στο κρεβάτι. Αν το κρυολόγημα δεν υποχωρήσει, ο τραγουδιστής πρέπει να ζητήσει τη συμβουλή ειδικού λαρυγγολόγου. “Ένα κρυολόγημα ψηλά στο κεφάλι είναι λιγότερο επικίνδυνο από ένα κρυολόγημα χαμηλά στο λαιμό ή στο στήθος, γιατί η μύτη προσφέρει φυσικούς αγωγούς απομάκρυνσης των εκκρίσεων της καταρροής.” (Φουξ, 1963)

Καλό είναι να μη χρησιμοποιούνται φάρμακα για τη μύτη (ισχυρά ιδιοσκευάσματα για ενσταλάξεις), γιατί τα συστικά που περιέχονται σε αυτά μπορεί να ξηράνουν τη βλεννογόνο και υπάρχει περίπτωση η λοίμωξη να επεκταθεί στην ευρύτερη ρινική περιοχή, στο ιγμόρειο και το λαιμό.

4.3 ΑΜΥΓΔΑΛΕΣ ΚΑΙ ΑΜΥΓΔΑΛΙΤΙΔΑ

Πολλές φορές ένα κρυολόγημα είναι δυνατό να συνοδεύεται από έντονο πονόλαιμο, διόγκωση των αδένων του λαιμού και αμυγδαλίτιδα. Εάν ένας τραγουδιστής εμφανίζει συχνά αμυγδαλίτιδα τότε συνίσταται να γίνει εγχείρηση (αμυγδαλεκτομή). Αυτού του είδους η εγχείρηση δε μπορεί να βλάψει τη φωνή και την τεχνική του τραγουδιστή.

Πριν από μία παράσταση ο τραγουδιστής πρέπει να αποφεύγει την ομιλία και να ξεκουράζει τη φωνή του και ειδικά όταν πρόκειται να τραγουδήσει έναν απαιτητικό ρόλο.

5. ΤΑ ΕΙΔΗ ΤΗΣ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗΣ ΦΩΝΗΣ

Τα είδη των φωνών είναι δύο: ανδρικές και γυναικείες. Οι *ανδρικές φωνές* χωρίζονται στις εξής κατηγορίες: *α) οξύφωνοι* (tenore = τενόρος), *β) μεσόφωνοι* (barytone = βαρύτονος), και *γ) βαθύφωνοι* (basso = μπάσσος). Εκτός από αυτές τις βασικές κατηγορίες που αναφέρθηκαν υπάρχουν και οι υποκατηγορίες τους.

Οι υποκατηγορίες των βασικών κατηγοριών των *ανδρικών φωνών* και η φωνητική τους έκταση είναι οι εξής:

Στην κατηγορία των *tenori* ανήκουν:

α) Tenore drammatico (δραματικός τενόρος). Έκταση: SID1 – SID3 (2 οκτάβες)

β) Tenore lyrico / lyrico spinto (οξύφωνος γλυκός και διαπεραστικός). Έκταση: DO2 – DO4 (2 οκτάβες)

γ) Tenore leggero / lyrico leggero (οξύφωνος ελαφρύς γλυκός και ευκίνητος).

Έκταση: RE2 – RE4 (2 οκτάβες)

δ) Tenore castrato (οξύφωνος αφύσικος - ευνουχισμένος – ουδέτερος). Έκταση: FA3 – FA5 (2 οκτάβες)

Στην κατηγορία των *baritoni* ανήκουν:

α) Baritone drammatico (μεσόφωνος βαρύς και δυνατός). Έκταση: SOL1 – SOL3 (2 οκτάβες)

β) Baritone tenore ή lyrico (μεσόφωνος ευκίνητος, ελαφρύς ή του Verdi). Έκταση: SOL1 – LA3 (περισσότερο από δύο οκτάβες)

Στην κατηγορία των *bassi* ανήκουν:

α) Basso profondo (βαθύφωνος βαρύς ή κάτω βαθύφωνος). Έκταση: MI1 – MI3 (δύο οκτάβες)

β) Basso cantabile ή basso baritone (βαθύφωνος τραγουδιστός ή ελαφρύς, μπασοβαρύτονος) Έκταση: FA1 – SOL3 (περισσότερο από δύο οκτάβες)

γ) Basso buffo (βαθύφωνος υπόφωνος). Έκταση: LA1 – DO2

Οι *γυναικείες φωνές* χωρίζονται στις εξής κατηγορίες: **α) υψίφωνες** (soprani), **β) μεσόφωνες** (mezzo soprani), **γ) βαρύφωνες** (contralti ή alti).

Οι υποκατηγορίες των βασικών κατηγοριών των *γυναικείων φωνών* και η φωνητική τους έκταση είναι οι εξής:

Στην κατηγορία των *soprani* ανήκουν:

α) Soprano drammatico (δυνατή, ογκώδης και οξεία). Έκταση: DO3 – DO5 (2 οκτάβες)

β) Soprano lyrico (υψίφωνος οξεία και γλυκιά). Έκταση: DO3 – RE5 (2 οκτάβες)

γ) Soprano lyrico - leggera (υψίφωνος ελαφριά και γλυκιά). Έκταση: RE3 – MI5 (2 οκτάβες)

δ) Soprano leggero di gracia (coloratura). Έκταση: RE3 – FA5 (περισσότερο από 2 οκτάβες)

ε) Soprano forte (υψίφωνος δυνατή, Βαγκνέρια). Έκταση: SI2 – SI4 (2 οκτάβες)

Στην κατηγορία των *mezzi* ανήκουν:

α) Mezzo soprano (μεσόφωνος ελαφριά). Έκταση: LA2 – LA4 (2 οκτάβες)

β) Mezzo contralto (μεσόφωνος βαριά). Έκταση: FA2- FA4 (2 οκτάβες)

Στην κατηγορία των *contralti ή alti* ανήκουν:

α) Βαρύφωνες με έκταση DO2 – FA3 (1 1/5 οκτάβες)

Σύμφωνα με τις παραπάνω κατηγορίες φωνών που αναφέρθηκαν, ανάλογα με το χρώμα, την έκταση, την ένταση, τον όγκο και το πάχος της φωνής μπορούμε να κατατάξουμε μία φωνή σε μία από αυτές. Αν κάποιος θέλει να ασχοληθεί με το τραγούδι είναι πολύ σημαντικό να καταταχθεί η φωνή του στη σωστή κατηγορία από το δάσκαλο, έτσι ώστε να μην του δημιουργηθούν προβλήματα στο φωνητικό του όργανο. Είναι σαφές λοιπόν, ότι ο δάσκαλος έχει μεγάλη ευθύνη και κρίνεται απαραίτητο να είναι πλήρως καταρτισμένος όσον αφορά το φωνητικό μουσικό όργανο.

Το ρεπερτόριο των φωνών σύμφωνα με την κάθε κατηγορία

5.1 Ακουστικά γνωρίσματα των φωνών και το ρεπερτόριο των ανδρών

Τενόροι

Tenoro Dramatico (δυνατός οξύφωνος): Η έκταση του tenoro dramatico είναι δύο οκτάβες, από DO2 μέχρι DO4. Η φωνή των τενόρων αυτής της κατηγορίας μπορεί να χαρακτηριστεί ως δυνατή αλλά και ογκώδης ταυτόχρονα. “Στις κορυφές του οι νότες είναι πολύ σαφείς στην οξύτητά τους, ενώ τα ‘περάσματα τους είναι ανοικτά.”

(Σώχος, 2000)

Το ρεπερτόριο που μπορούν να ερμηνεύσουν οι τενόροι αυτής της κατηγορίας είναι το εξής: Τόσκα, Τροβατόρε, Κάρμεν, Οθέλο, Γουλιέλμο Τέλλο, Εβραία κλπ.

Tenoro Forte (Βαγκνέριος οξύφωνος): Η έκταση του tenoro forte είναι δύο οκτάβες, από SID1 μέχρι SID3. Ονομάζεται και Βαγκνέριος οξύφωνος επειδή κατά κύριο λόγο ερμηνεύει βαγκνερικές όπερες (έργα του Βάγκνερ). Όσον αφορά τη φωνή του, στα κέντρα της είναι πιο δυνατή από τον tenoro dramatico, όμως οι ψηλές του νότες παρουσιάζουν μία ασάφεια στην οξύτητά τους λόγω του πάχους της φωνής του. Ο ηχητικός όγκος της φωνής αυτού του τενόρου είναι μεγάλος και πολύ εύκολα μπορεί να ‘περάσει’ πάνω από τον ήχο που παράγει η ορχήστρα.

Όπως προαναφέρθηκε το ρεπερτόριο του είναι κυρίως έργα του Βάγκνερ όπως: Τριστάνος και Ιζόλδη, Βαλκυρίες κλπ.

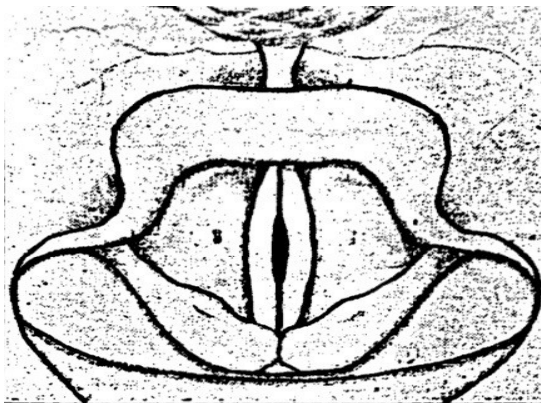
Tenoro Lyrico (πρώτος οξύφωνος): Η έκταση του tenoro lyrico είναι δύο οκτάβες, από DO2 μέχρι DO4, δηλαδή η έκτασή του είναι ίδια με την έκταση του δραματικού τενόρου. Παρ’ όλα αυτά υπάρχουν διαφορές μεταξύ αυτών των δύο κατηγοριών τενόρων. Η φωνή του τενόρου αυτής της κατηγορίας είναι λιγότερο ογκώδης από τη φωνή του δραματικού τενόρου, όμως υπάρχει μεγαλύτερη ευκολία στις νότες της υψηλής περιοχής. Παράλληλα, ο ήχος του tenoro lyrico είναι γλυκός και υπάρχει ομοιογένεια σε ολόκληρη την έκταση του.

“Σε μερικούς λυρικούς τενόρους οι κορυφαίες νότες τους είναι πιο διαπεραστικές και γι’ αυτό λέγονται *lyrico spinto*, ενώ σε άλλους λυρικούς τενόρους τα κέντρα είναι πιο γεμάτα και λέγονται *lyrico dramatico*” (Σώχος, 2000)

Το ρεπερτόριο αυτής της κατηγορίας τενόρων είναι αρκετά πλούσιο. Μερικά από τα έργα που μπορούν να ερμηνεύσουν είναι τα εξής: Ριγκολέτο, Τραβιάτα, Μποέμ, Φάουστ, Αφρικάνα, Η κόρη της Δύσης, Αϊντα κλπ.

Tenoro Leggero (ελαφρύς οξύφωνος): Ο *tenero leggero* έχει έκταση από RE2 μέχρι RE4. Σε σχέση με το λυρικό τενόρο, οι τενόροι αυτής της κατηγορίας έχουν λιγότερη ένταση και όγκο. Επιπλέον, η φωνή τους είναι γλυκιά και ανεβαίνοντας στην ψηλή περιοχή τήνει να μοιάζει με γυναικεία φωνή. Άλλο ένα χαρακτηριστικό τους είναι ότι χρησιμοποιούν με ευχέρια μελωδικά στολίδια όπως τρίλιες, αποτζατούρες κλπ. “Σε μερικούς λετζέρους τενόρους οι κεντρικές νότες μοιάζουν με του λυρικού, δηλαδή είναι πιο γεμάτες και γι’ αυτό λέγονται *lyrico leggero*. Οι λυρικο-λετζέροι τενόροι είναι ιδανικοί εραστές για τις ελληνικές και τις ξένες οπερέτες (Γερμανικές και Γαλλικές).” (Σώχος, 2000)

Το ρεπερτόριο των *tenero leggero* είναι κατά κύριο λόγο τα έργα του Μότσαρτ και του Ροσσίνι.



Οι φωνητικές χορδές οξύφωνων ανδρών

Contra Tenoro ή Castrato (ουδέτερος οξύφωνος): Η φωνητική έκταση του *contra tenoro* είναι δύο οκτάβες, από FA3 μέχρι FA5. Το ιδιαίτερο χαρακτηριστικό αυτής της ανδρικής φωνής είναι ότι ακούγεται όπως μία γυναικεία φωνή.

Στην Ευρώπη κατά τη διάρκεια της προκλασσικής περιόδου, συνήθιζαν να ευνουχίζουν αγόρια με ωραίες φωνές πριν μπουν στην εφηβεία (σε ηλικία περίπου 12-13 ετών). Κατά τη διάρκεια της εφηβείας και υπό την επίδραση των φυσιολογικών ορμονών της ανάπτυξης, οι φωνητικές χορδές και ο λάρυγγας του άνδρα μεγαλώνουν σε μέγεθος και αυτό έχει ως αποτέλεσμα η φωνή να βαθύνει μια οκτάβα και να γίνει πιο δυσκίνητη σε σύγκριση με το προεφηβικό στάδιο. Μέσω λοιπόν του ευνουχισμού η φυσική ορμονική εξέλιξη των αγοριών σταματούσε και αυτό είχε ως αποτέλεσμα η φωνή τους να διατηρήσει την ικανότητα να αποδίδει πολύ ψηλές νότες.

Το ρεπερτόριο των castrati είναι έργα προκλασσικών συνθετών όπως ο Μοντεβέρτι, Γκαμπριέλι, Σκαρλάτι, Γκλουκ, Ραμό κ.α.

Βαρύτονοι

Barytono Dramatico (Βαθύς μεσόφωνος): Η φωνητική έκταση του barytono dramatico είναι περίπου δύο οκτάβες, από SOL1 μέχρι SOL3. Τα χαρακτηριστικά αυτής της κατηγορίας είναι ότι οι κεντρικές του νότες είναι αρκετά ισχυρές ενώ οι πιο ψηλές παρουσιάζουν ηχητική ασάφεια ως προς την οξύτητα, λόγω του μεγάλου όγκου της φωνής.

Το ρεπερτόριο που ερμηνεύει ο δραματικός βαρύτονος είναι το εξής: Κουρέας της Σεβίλλης, Ιταλίδα στο Αλγέρι, Γάμοι του Φίγκαρο, Ντον Τζιοβάνι κλπ.

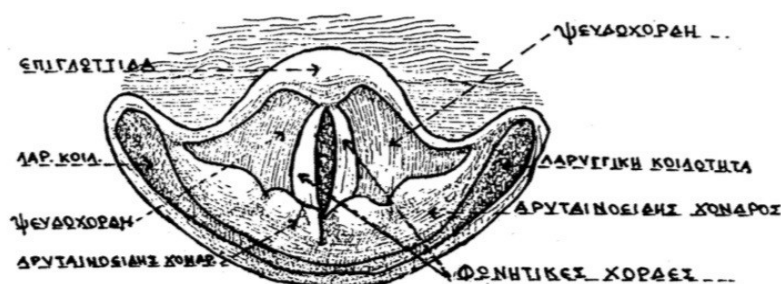
Barytono Lyrico (ελαφρύς βαρύτονος): Η φωνητική έκταση του barytono lyrico είναι περίπου δύο οκτάβες, από SOL1 μέχρι LA3. Οι βαρύτονοι αυτής της κατηγορίας είναι οι ιδανικότεροι για να ερμηνεύσουν έργα του Βέρντι, γι' αυτό τους έχει δωθεί άλλη μία ονομασία "Βερντιάνειοι Βαρύτονοι". Όσον αφορά τα φωνητικά τους χαρακτηριστικά, διαθέτουν δυνατές κεντρικές νότες όμως εν αντιθέσει με τους δραματικούς βαρύτονους, αν και η έκταση τους είναι σχεδόν ίδια, οι χαμηλές τους νότες είναι ασθενέστερες. Επιπρόσθετα, η φωνή τους είναι πιο γλυκιά και πιο ευέλικτη σε σχέση με τις υπόλοιπες ανδρικές φωνές.

Το ρεπερτόριο αυτής της κατηγορίας βαρύτονων είναι πλούσιο και είναι το εξής: Τροβατόρε, Ριγκολέτο, Τραβιάτα, Μάκβεθ, Αϊντα, Οθέλο, Δύναμις του Πεπρωμένου, Χορός Μεταμφιεσμένων, Κουρέας της Σεβίλλης, Γάμοι του Φίγκαρο, Ντον Τζιοβάνι, Τόσκα κλπ.

Μπάσσοι

Basso Lyrico ή Cantabile (ελαφρύς βαθύφωνος): Η φωνητική έκταση του basso lyrico είναι από το M11 μέχρι το FA3. Λόγω της μεγάλης φωνητικής έκτασης που διαθέτει ονομάζεται και μπασοβαρύτονος. Η φωνή του μπασοβαρύτονου είναι δυνατή σε ολόκληρη την έκταση της και ταυτόχρονα είναι ευλύγιστη και γλυκιά. “Στις κορυφαίες του νότες είναι διαυγής, όπως ο δραματικός βαρύτονος, αλλά δεν πρέπει να συγκρίνεται με αυτόν, γιατί μπασοβαρύτονος έχει βαθιές ηχηρές νότες που φτάνουν μέχρι το M11... Ο χαρακτηρισμός cantabile του αποδόθηκε γιατί τραγουδάει με πολλή άνεση σε όλη τη μεγάλη του έκταση.” (Σώχος, 2000)

Το ρεπερτόριο αυτής της κατηγορίας είναι αρκετά πλούσιο και είναι το εξής: Τροβατόρε, Δύναμις του Πεπρωμένου, Κουρέας της Σεβίλλης, Ιταλίδα στο Αλγέρι, Ντον Τζιοβάνι, Φάουστ, Μαγικός Αυλός. Τέτοιο είδος μπάσων έχουν οι Μεσογειακές χώρες όπως η Ελλάδα, η Ισπανία, η Ιταλία κι άλλες.



Οι φωνητικές χορδές των μπασοβαρύτονων, όταν εκφωνούν βαθιές φθόγγους με θωρακική φωνή.

Basso Profondo (βαρύς βαθύφωνος): Η φωνητική έκταση του basso profondo είναι από το DO1 μέχρι το MI3. Διαθέτει αρκετό όγκο στη φωνή του και οι ψηλές του νότες δεν είναι πολύ καθαρές.

Σε σχέση με τον basso lyrico/cantabile, ο basso profondo δεν έχει την ίδια ευλυγισία. Το ρεπερτόριο αυτής της κατηγορίας μπάσων είναι το εξής: Ουγενότι, Εβραία, Φαβορίτα, Ροβέρτο Διάβολος, Γουλιέλμο Τέλλο, Μπόρις Γκουντουνόφ κλπ.

Basso Buffo (Contra Basso) (βαθύφωνος υπόφωνος): Η έκταση του contra basso είναι αρκετά περιορισμένη, από LA1 μέχρι DO2. Οι βαθύφωνοι αυτής της κατηγορίας χρησιμοποιούνται κατά κύριο λόγο στις χορωδίες της Ρώσικης εκκλησίας και σε κάποιες άλλες περιπτώσεις σε συγκεκριμένους ρόλους από κωμικές όπερες που ονομάζονται opera buffa.

5.2 Ακουστικά γνωρίσματα των φωνών και το ρεπερτόριο των γυναικών

Σοπράνο

Soprano drammatico: Η έκταση της soprano drammatico είναι δύο οκτάβες, από DO3 μέχρι DO5. Έχει “δυνατά κέντρα που είναι ικανά να υπερκαλύπτουν μία ενισχυμένη ορχήστρα (δηλαδή να περνάει το ηχητικό φράγμα των αρμονικών ήχων των οργάνων της ορχήστρας που υψώνεται μεταξύ των τραγουδιστών, γενικά, που βρίσκονται πάνω στη σκηνή και των ακροατών που βρίσκονται στο χώρο της αίθουσας – sala – του θεάτρου).” (Σώχος, 2000)

Η δραματική σοπράνο έχει ηχηρή φωνή και αυτό οφείλεται στις μακριές και λίγο πλατειές φωνητικές χορδές που διαθέτει. “Η ενίσχυση του πλευρικού σε συνδυασμό με το κοιλιακό διάφραγμα δίνει τον απαιτούμενο αέρα για να κινήσει τέτοιες χορδές.” (Σώχος, 2000)

Το ρεπερτόριο αυτής της κατηγορίας είναι το εξής: Νόρμα, Λουκρητία Βοργία, Άννα Μπολένα, Τροβατόρε, Δύναμις του Πεπρωμένου, Μάκβεθ, Μήδεια, Τόσκα κ.α.

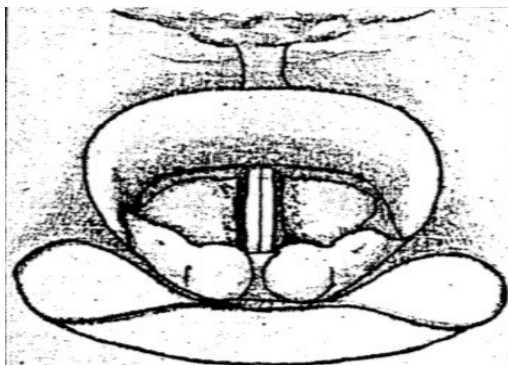
Soprano lyrico: Η φωνητική έκταση της λυρικής σοπράνο είναι περίπου ίδια με την έκταση της δραματικής σοπράνο, με τη διαφορά ότι η πρώτη σοπράνο έχει μεγαλύτερη ευλυγισία στην ψηλή περιοχή. Παράλληλα όμως, τα κέντρα της και η χαμηλή φωνητική της περιοχή είναι πιο αδύναμη από αυτήν της δραματικής σοπράνο.

Οι φωνητικές της χορδές είναι μακριές (μικρότερες από της δραματικής) και το πάχος τους είναι κανονικό. “Με κατάλληλη άσκηση μπορεί να αναπτύξει τα αντηχεία της και να δίνει χρώμα δραματικής σοπράνο και τότε λέγεται *lyrico drammatico* ή μπορεί οι διάφορες φωνητικές κοιλότητες, να είναι εκ φύσεως ανεπτυγμένες και να δίνουν παχύτερο ήχο.” (Σώχος, 2000)

Το ρεπερτόριο της λυρικής σοπράνο είναι το εξής: Τραβιάτα, Μποέμ, Μαντάμ Μπάτερφλαϋ, Μανόν Λεσκώ, Μινιόν κλπ.

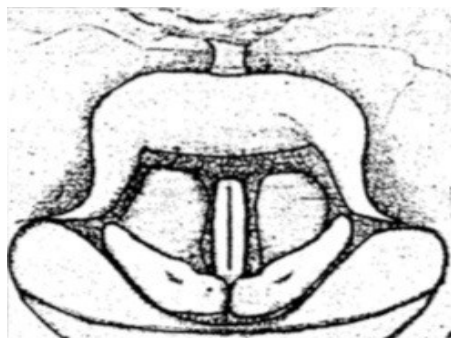
Soprano leggera di gracia (coloratura): Η έκταση της soprano leggera di gracia είναι λίγο περισσότερο από δύο όγδοες (RE3-FA5) και η φωνή της είναι ελαφριά και γλυκιά. Από τις γυναικείες φωνές είναι η σοπράνο με τη μεγαλύτερη ευκολία στις νότες της ψηλής περιοχής και μπορεί να αποδώσει με τη φωνή της τις ψηλές νότες του φλάουτου. Χαρακτηριστικό της γνώρισμα είναι ότι έχει τη δυνατότητα να κάνει τρίλιες στην ψηλή περιοχή χωρίς καμία ιδιαίτερη δυσκολία. Όσον αφορά τις φωνητικές χορδές, είναι “πολύ λεπτές και κοντές, αλλά με ανεπτυγμένες φωνητικές κοιλότητες, γι’ αυτό και δε χρειάζεται ποσότητα αέρα καθόλου από το κοιλιακό και ελάχιστο από το πλευρικό διάφραγμα. Δουλεύει μόνο με το άνω ή κλειδικό διάφραγμα.” (Σώχος, 2000)

Το ρεπερτόριο που μπορεί να ερμηνεύσει η κολορατούρα είναι το εξής: Ριγκολέτο, Μαγικός Αυλός, Κουρέας της Σεβίλλης (γενικότερα τα περισσότερα έργα του Ροσσίνι και του Μότσαρτ), κλπ.



Οι φωνητικές χορδές των υπερψίφωνων γυναικών (*coloratura*) και των *castrati tenori*.

Lyrico – leggera soprano: Η lyrico – leggera soprano έχει σχεδόν την ίδια έκταση με την κολορατούρα (RE3 – MI5). Μπορεί με ευκολία να ερμηνεύσει τις νότες της ψηλής περιοχής αλλά και της χαμηλής περιοχής, χωρίς όμως να διαθέτει ευλυγισία στις πολύ ψηλές νότες που μπορεί να ερμηνεύσει μία σοπράνο κολορατούρα. Η λυρικο-λετζέρα σοπράνο έχει πολύ μεγάλο ρεπερτόριο (είναι η ιδανική ερμηνεύτρια της οπερέτας). Παρ’όλα αυτά είναι απαραίτητο να αποφεύγει το ρεπερτόριο της κολορατούρας, γιατί μπορεί πολύ εύκολα να κουράσει τη φωνή της και είναι πολύ πιθανό να της δημιουργηθεί πρόβλημα στις φωνητικές χορδές. Οι φωνητικές χορδές είναι σχεδόν ίδιες με εκείνες της κολορατούρας. Η μόνη διαφορά τους βρίσκεται στο ότι “τα κολπώματα του Γαληνού και οι ψευδοχορδές της lyrico leggero που συμμετέχουν στην παραγωγή των πολύ υψηλών φθόγγων και την καταπληκτική παλινδρομική κίνηση είναι ελαφρώς περιορισμένα ένταντι της coloratura leggero di gracia.” (Σώχος, 2000)



Οι φωνητικές χορδές των υψίφωνων γυναικών και των leggeri tenori.

Soprano Forte: Η έκταση της soprano forte είναι δύο οκτάβες, από SI2 μέχρι το SI4. Σε σχέση με τη δραματική σοπράνο, η soprano forte έχει μεγαλύτερο φωνητικό όγκο και ένταση στη φωνή της και οι νότες της χαμηλής περιοχής δεν είναι πολύ ενισχυμένες. Οι φωνητικές της χορδές είναι “μεγάλες και φαρδιές και χρειάζεται μεγάλη ποσότητα αέρος των κοιλιακών και πλευρικών διαφραγμάτων.” (Σώχος, 2000)

Το ρεπερτόριο αυτής της κατηγορίας είναι κυρίως τα έργα του Βάγκνερ π.χ. Βαλκιρίες, Τριστάνος και Ιζόλδη, Καβαλερία Ρουστικάνα, Ιπτάμενος Ολλανδός κ.α.

Mezzo σοπράνο

Υπάρχουν δύο κατηγορίες μεσόφωνων σοπράνο:

α) Πρώτη μεσόφωνος (μεσόφωνος ελαφριά/mezzo soprano): Η έκταση της είναι 2 οκτάβες, από LA2 μέχρι LA4. Η ελαφριά μεσόφωνος σε σχέση με τη δραματική σοπράνο έχει πιο απαλό ήχο σε όλη τη χρησιμοποιούμενη φωνητική της έκταση. Όσον αφορά τις φωνητικές της χορδές, είναι συμμετρικές (δηλαδή έχουν το ίδιο μήκος και πλάτος) και επειδή υπάρχει αυτή η συμμετρία ο ήχος που παράγεται είναι γλυκός.

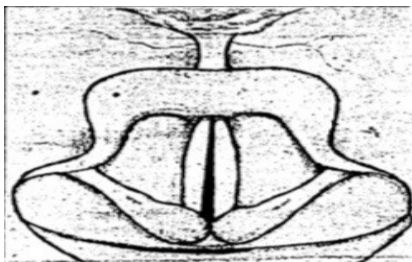
Το ρεπερτόριο της είναι το εξής: Εβραία, Αφρικάνα, Ουγενότοι, Κάρμεν, Τροβατόρε κ.α.

β) Δεύτερη μεσόφωνος (μεσόφωνος βαριά/mezzo contralto): Η mezzo contralto είναι λίγο πιο βαριά από τη mezzo soprano και έχει φωνητική έκταση δύο οκτάβες, από FA2 μέχρι FA4. Οι φωνητικές της χορδές έχουν την ίδια συμμετρικότητα με εκείνες της ελαφριάς μεσόφωνου με τη διαφορά όμως ότι είναι πιο πλατειές και μακριές.

Το ρεπερτόριο αυτής της κατηγορίας είναι το εξής: Τροβατόρε, Αϊντα, Φαβορίτα, Ιταλίδα στο Αλγέρι, Ερνάνι, Σαμψών και Δαλιδά κ.α.

Βαρύφωνες (contralto)

Οι βαρύφωνες είναι μία σπάνια γυναικεία φωνή με πολύ χαμηλές νότες. Η έκταση της είναι 1 1/2 οκτάβα, από DO2 μέχρι FA3. Οι φωνητικές χορδές της contralto είναι παχιές. Το ρεπερτόριο αυτής της κατηγορίας είναι προκλαστικά έργα. Επίσης, η contralto είναι πολύ χρήσιμη φωνή για μία χορωδία επειδή οι χαμηλές νότες που παράγει μπορούν να αποτελέσουν τη βάση της χορωδίας.



Οι φωνητικές χορδές των βαρύφωνων γυναικών με φαρυγγική φωνή.

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Τα θέματα που αναλύθηκαν στις προηγούμενες σελίδες αποτελούν απόρροια τόσο της συστηματικής μελέτης μου πάνω στο τραγούδι, όσο και της ειλικρινούς περιέργειάς μου για τον ακριβή τρόπο με τον οποίο λειτουργεί το φωνητικό όργανο. Κατά την πορεία των σπουδών μου στο τραγούδι έχω συνειδητοποιήσει ότι είναι απαραίτητο για τον κάθε τραγουδιστή, επαγγελματία ή μαθητευόμενο, να κατέχει βασικές γνώσεις για την ανατομία του οργάνου ώστε να το χρησιμοποιεί ασφαλέστερα και αποδοτικότερα. Η τεχνική μελέτη είναι συνυφασμένη με τον υγιή τρόπο λειτουργίας της φωνής γι' αυτό δε θα μπορούσε να λείπει από την έρευνά μου. Ωστόσο τα θέματα που παρουσιάζω, αλλά και το βάθος της ανάλυσής τους είναι ενδεικτικά. Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι αποτελούν ζητήματα που είτε εμπίπτουν σε άλλους επιστημονικούς κλάδους, όπως η ανατομία, είτε δεν μπορούν να περιγραφούν σε μια εργασία διότι είναι βιωματικά και πρακτικά, όπως η τεχνική. Τέλος, θα ήθελα να ευχαριστήσω και να εκφράσω την ευγνωμοσύνη μου στην επιβλέπουσα Καθηγήτρια της εργασίας μου κ. Βίνια Τσόπελα, για την απaráμιλλη στήριξή και τις πολύτιμες συμβουλές της καθ' όλη την διάρκεια της προετοιμασίας μου. Εύχομαι αυτή η έρευνα να αποτελέσει βοήθημα και έναυσμα για μελέτη στον κάθε ενδιαφερόμενο για την φωνή.

ΞΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Chapman, Janice. *Singing and Teaching Singing; A Holistic Approach to Classical Voice*. San Diego; Plural Publishing, 2006.
2. Edgerton, Michael. *The 21st Century voice; contemporary and traditional extra – normal voice*. Lanham, Maryland, Toronto, Oxford; The Scarecrow Press Inc., 2004.
3. Henderson, William. *The Art of Singing*. Michigan; Da capo press, 1978.
4. Marafioti, Mario. *Caruso's Method of voice production; The Scientific Culture of the Voice*. New York; Dover Publications, INC, 1949.
5. Monahan, Brent. *The Singer's companion; A Guide to improving your Voice and Performance*. New Jersey; Limelight Editions, 2006.
6. Slater, David. D. *Vocal Physiology and the Teaching of Singing; A complete guide to Teachers, Students and Candidates*. London; J.H. Larway, 1972.
7. White, Brian. *Singing Technique and Vocal Pedagogy*. New York; Garland Publishers, 1989.

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Greene, Alan. *Πώς να μιλάτε και να τραγουδάτε σωστά*. Μετάφραση: Ανδρέας Τραμπίδης. Αθήνα: Fagotto, 1991.
2. Σώχος Αν. Ονούφριος. *Η φωνητική ορθοφωνία*. Έκδοση Β. Αθήνα: 2000.
3. Φουξ, Βίκτωρ. *Η τέχνη του τραγουδιού και η τεχνική της φωνής*. Μετάφραση: Μαρίας Κωστίου. Αθήνα: Σ.Ι. Ζαχαρόπουλος, 1999.

ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Αναστασάκης, Κωνσταντίνος. “Οδηγίες φωνητικής υγείας”.

(ανακτήθηκε στις 12 Δεκεμβρίου 2017)

<https://www.orl.gr/disease/οδηγίες-φωνητική-υγείας>

Μπενέτος, Τάσος. “Πώς να γίνεις καλύτερος τραγουδιστής”. 2018.

(ανακτήθηκε στις 28 Μαΐου 2018)

<http://www.ogdoo.gr/erevna/thema/pos-na-gineis-kalyteros-tragoudistis>

Παναγιωτουνάκος, Παναγιώτης. “Φροντίδα της επαγγελματικής φωνής”. 2004.

(ανακτήθηκε στις 9 Ιανουαρίου 2018)

<http://www.iatronet.gr/yygeia/wtorinolaryggologia/article/217/frontida-tis-epaggelmatikis-fwnis.html>

Παπαβασιλείου, Αριάννα. “Η ανατομία της φωνής”. 2012.

(ανακτήθηκε στις 7 Μαρτίου 2018)

<http://blogs.sch.gr/arpap/ηανατομίατηςφωνής/>

Ρουκά, Μαρία. “Ανατομία της στοματορινοφαρυγγικής κοιλότητας και διαφραγματοπλευρική αναπνοή”. 2016.

(ανακτήθηκε στις 28 Νοεμβρίου 2017)

<http://www.allaboutvoice.gr/2016/10/03/anatomia-stomatorinofarigikis-koilotitas/>

Denizot, Gilles. “Η στάση του σώματος και η αναπνοή”.

(ανακτήθηκε στις 22 Φεβρουαρίου 2018)

http://users.uoa.gr/~nektar/arts/music/gilles_denizot_posture_and_breath.htm

Miles, Sarah. “Τεχνική, Ανατομία και Φωνητικό Σύστημα” στο Sofia Noiti. 2012.

(ανακτηθήκε στις 10 Δεκεμβρίου 2017)

<https://sofianoiti.wordpress.com/2012/11/22/tehniki-fonis-anatomia-fonitiko-systima-laryggas/>

“Οι πνεύμονες και η λειτουργία της αναπνοής”.

(ανακτηθήκε στις 9 Απρίλιου 2018)

http://www.schools.ac.cy/klimakio/Themata/epistimi/web_Quest_main/webquests/human_body_web_quest_st/lungs.html

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ ΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

[https://en.wikipedia.org/wiki/Manuel_Garc
%C3%ADa_\(baritone\)#/media/File:Manuel_Garcia_\(John_Singer_Sargent_1905\).p
ng](https://en.wikipedia.org/wiki/Manuel_Garc%C3%ADa_(baritone)#/media/File:Manuel_Garcia_(John_Singer_Sargent_1905).png)

[https://sofianoiti.wordpress.com/2012/11/22/texniki-fonis-anatomia-fonitiko-systima-
laryggas/](https://sofianoiti.wordpress.com/2012/11/22/texniki-fonis-anatomia-fonitiko-systimalaryggas/)

<http://www.allaboutvoice.gr/2016/10/03/anatomia-stomatorinofarigikis-koilotitas/>

https://el.wikipedia.org/wiki/Γαληνός#/media/File:Galen_detail.jpg

<https://el.wikipedia.org/wiki/Γαληνός#/media/File:Galenohippocrates.jpg>

<http://www.tsioulos-orl.gr/pathiseis/stoma-farigas/>

<http://eclass.teiep.gr/courses/LOGO140/>

Πολλές φωτογραφίες πάρθηκαν από το βιβλίο του Σώχου “Η Φωνητική Ορθοφωνία”.

