KUYLASHDA RO'Y BERADIGAN KO'PGINA KAMCHILIK NUTQDAGI NUQSONLAR BILAN BOG'LIQ MUAMMOLAR. OVOZ GIGIENASI.

YUNUS RAJABIY NOMIDAGI O'ZBEK MILLIY MUSIQA SAN'ATI INSTITUTI " MAQOM XONANDALIGI"
kafedrasi dotsenti, O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan artist
Pirmatova Nodira Yigitaliyevna

Annotatsiya: *Ushbu maqolada Ovozdagi nuqsonlar va ularning yingiz yo'llari ovozgigienasi va xonanda tartibi haqida fikir yuritilgan.*

Аннотация: *В этой статье рассматриваются дефекты в голосе и способы их исправления, а также гигиена голоса и дисциплина певца.*

Abstract: *This article discusses vocal defects and their correction methods, as well as voice hygiene and the discipline of the singer.*

Kalit so'zlari: *ovoz tembri, ovozning o'ynab ketishi va tekis (shuttak), kamyob va chuqur vibrato ovozning «chayqalishi», intonatsiyaning buzilishi.*

Ko'plab xonandalar ovoz tembrida tabiatan yoki avvalgi o'qish natijasida yo'l qo'ygan kamchiliklarga ega. Bir muncha tez uchrab turadigan tabiiy tembrdan qochish holatiga to'xtalib o'tamiz. Bu eng avvalo vibrato buzilishi bilan bog'liq kamchiliklar bo'lib, u tremolyatsiya, ovozning o'ynab ketishi va tekis (shuttak) ovozdir. Termolyatsiyada vibrato juda tez va uning amplitudasi kichkina. Avvalo, bu hiqildoq ishidagi ortiqcha zoriqishlar bilan bog'liq. Bu zoriqishlarni yengish jarayoni uzoq muddatli va hamma vaqt ham kerakli samara bermaydi, shuningdek vibrato chastotasidagi nurlarni bartaraf etish, uning chuqurligidagi nuqsonlariga nisbatan bir muncha qiyin kechadi. Juda kamyob va chuqur vibrato ovozning «chayqalishi», o'ynab ketishi bilan ajralib turadi.

Odatda u xonandalarning muskul zoriqishi oqibatida o'zlarining tabiiy tonusini yuqotishiga, keksayib borayotganlarda asab-muskul tizimidagi umumiy tonus pasayishi oqibatiga olib keladi. Ovoz chayqalishining jadallashishida – bu yo'ldosh holat hisoblanib, uning sababi jadallashishga yashiringan bo'ladi. Xuddi mana shu holatga o'quvchi diqqatini tortish kerak. Shuttak sifatli, tekis ovozda vibrato mavjud emas. Uning sababi bitta – hiqildoqning zo'riqishi, siqiqligi. O'kuvchi diqqatini tabiiy jarangdorlikni izlashga qaratish kerak. Ammo vibrato ishlab chiqarishga qiyinchilik tug'diruvchi qattiq ovozlar ham uchrab turadi. Bunday hollarda umuman ravonlik ustida va qisman ovozning titrab chiqishi ustida ishlash lozim.

Zo'riqib kuylash – bu shunchaki kattiq aytish emas, balki tovush apparatining ortiqcha faollik bilan ishlatishdir. Jadal kuylash natijasida asta-sekin tembr o'chirilib,

vibrato buzilib, tovush qattiq tebrana boshlaydi. Uni tuzatish juda qiyin kechadi. Jadallashgan jarangdorlik zararini aniq tushunib yetgandagina biror bir natijaga erishish mumkin. Kuch va qattiq kuylash bir xil tushuncha emasligini tushunib yetmoq zarur. Zo'riqtirilgan tovush xonanda tomonidan katta kuch sarflanganiga qaramay tembrni yo'qota borib, sezilarli darajada kam parvozli bo'ladi. Repertuarni o'zgartirish eng yaxshi vosita hisoblanib, bu xonandaning bir muncha tinch yoki elastiklik va nafislikni talab etuvchi tez asarlarni ijro etishga o'tishi bilan bog'liqdir.

His-tuyg'uni qo'zqatuvchi, qattiq (baqirib) aytishga undovchi asarlarni tavsiya etish taklif etilmaydi. Jadallikka qarshi kurashishning eng yaxshi vositasi – ravonlik ustida ishlash. U eshitish apparatini ortiqcha keskinlikdan xalos etadi. Burunli tovush ashula aytish paytida yumshoq tanglayning tushishi va tovushning burun-xalqum bilan erkin munosabatda bo'lishiga bog'liq. Bunday hollarda o'quvchi diqqat-e'tiborini yumshoq tanglayni ko'tartilishga qaratmog'i lozim. Tomoq, siqiq tovush milliy kadrlar uchun juda xarakterli, negaki undan an'anaviy ijro uslubida kuylashda foydalaniladi. Siqiq tovushga hiqildoqning noto'g'ri ishlashi sabab bo'ladi, unda tovush boylamlarining jipslashishi juda kuchli va qattiq. Bu bilan kurashishning eng yaxshi vositasi oldin nafas hujumi hisoblanadi, biroq uni suiste'mol qilish kerak emas, aks holda u tovushning sof intonatsiyasini buzib qo'yishi mumkin.

Ovozdagi bo'g'iqlik eng avvalo ovoz boylamlarining nosog'lom holati bilan bog'liq. Biroq tovushdagi bo'g'iqlik ovoz apparati ishining muvofiqlashtirilmaganidan, hiqildoq muskullarining sust ishlashidan ham yuzaga kelishi mumkin. Bunday hollarda nafas olishni to'xtatib turish, jarangli va portlovchi undoshlarning qattiq hujumidan foydalanish yaxshi samara beradi. Odatda soxta intonatsiya ovoz apparati ishi va nafas olishning muvofiqlashtirilmaganidan kelib chiqadi. Yosh xonandalarda intonatsiyaning buzilishi ko'pincha, nafas olishga to'g'ri yondosha olmagani oqibatida yuzaga keladi. Keksaya boshlagan xonandalarda intonatsiyaning pasayishi muskullar umumiy holatining pasayishi bilan bog'liq.

Kuylashda ro'y beradigan ko'pgina kamchilik nutqdagi nuqsonlar bilan bog'liq. Bunday hollarda logopedda davolanish lozim, negaki noto'g'ri talaffuz etish xonandaga badiiy asarlarni yuqori darajada ijro etish imkonini bermaydi. Xonandalik faoliyati barcha mehnat kabi ishlash va hordiq chiqarishda o'zining me'yoriga amal qilishini, ularni vaqt bo'yicha to'g'ri taqsimlashni talab etadi. Xonanda – bu eng avvalo sog'lom, ruhiyati tetik, asablari baqquvat, muskul faoliyati yaxshi va ichki a'zolari sog'lom inson. Ishga layoqatliligini tiklash uchun 7-8 soatlik uyqu zarur.

To'g'ri ovqatlanish juda muhim. Xonanda so'lak pardalarini qitiqlovchi o'tkir taomlardan qochishi, shuningdek o'ta issiq yoki o'ta sovuq ichimliklar iste'molidan o'zini tuta bilishi kerak. Tunda to'yib ovqatlanmasligi muhimdir. Har kanday artist u o'zining tashqi ko'rinishiga e'tibor berishi lozim, negaki u sahna ko'rinishini o'zida mujassamlashtirishi kerak. Organizmni chiniqtirish katta ahamiyat kasb etib, xonanda

doimo sog'lom, sahnaga chiqishga tayyor bo'lishi shart. Shamollash kabi tez uchraydigan kasalliklar xonandaning ish me'yorini uzoq muddatga buzib yuboradi. Ashula aytishni o'rganayotganlar, o'zini san'atga baxshida etganlar spirtli ichimliklar iste'moli va chekishdan saqlanishi shart.

Xulosa o’rnida, Xonanda har kuni ashula aytishga tayyor bo'lishi kerak. Buning uchun u ma'lum gigienik qoidalarga rioya qilishi lozim. Tovush apparatini toliqishdan asray bilishi, ko'p gapirmaslik, ortiqcha kuylamaslik, yuqori notalarni suiste'mol qilmaslik kerak. Hech qachon tayyorgarlik ko'rmay turib ashula aytish kerak emas. Mashg'ulotlarni shunday taqsimlash lozimki, to'xtamasdan ashula aytish bir soatdan ortmasligi shart.

Adabiyotlar

1. Гафурбеков Т.Б. Творческие ресурси националной монодии и их прельомление в узбекской советской музике. – Тошкент: Фан, 1987.
2. Джами, Абдурахман. Трактат о музике (пер. с перс. А.И.Болдирева) ред. и комментарии В.М.Беляева Т., АН УзССР, 1960.
3. Jo‘rayev M. O‘zbek xalq ertaklarida «sehrli” raqamlar. – Toshkent: Fan, 1991.
4. Ибрагимов О. Фергано-Ташкентские макомы. – Ташкент, 2006.
5. Ibrohimov O. O‘zbek xalq musiqa ijodi. – Toshkent, 1994. 10. Исфахони, Абул Фарадж. Книга песен. – М., Наука, 1980.