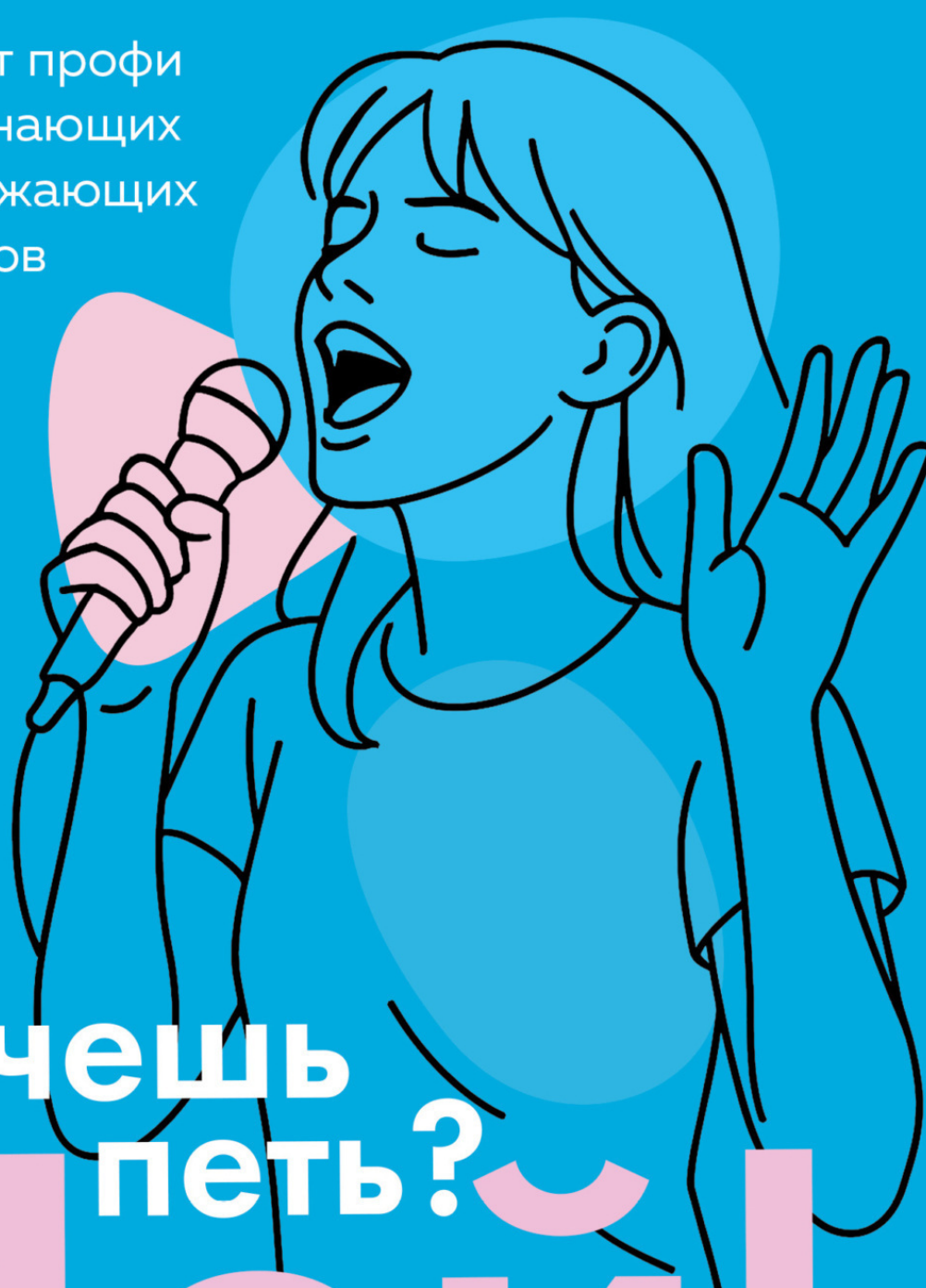


МАРИЯ ДЕНИСОВА

Советы от профи
для начинающих
и продолжающих
вокалистов

ВТОРОЕ,
ДОПОЛНЕННОЕ
ИЗДАНИЕ



Хочешь
петь?
ПОИ!

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Музыкант PRO: книги для тех, кто хочет
стать профессионалом в индустрии

Мария Денисова

Хочешь петь? Пой!
Советы от профи для
начинающих вокалистов

«ЭКСМО»

2026

УДК 784.3
ББК 85.314

Денисова М. М.

Хочешь петь? Пой! Советы от профи для начинающих вокалистов
/ М. М. Денисова — «Эксмо», 2026 — (Музыкант PRO: книги
для тех, кто хочет стать профессионалом в индустрии)

ISBN 978-5-04-239800-1

Для всех, кто в поиске новых знаний и советов и вокальном мастерстве – дополненное переиздание бестселлера Марии Денисовой! Как часто мы отказываемся от своей мечты – потому что боимся или считаем, что имеем недостаточно знаний, а начинать обучение уже поздно? Стоит запомнить главное: начать никогда не поздно! Эта книга поможет вам избавиться от страхов, предрассудков и других препятствий на пути к исполнению заветной музыкальной мечты. Если вы долгие годы грезите о карьере вокалиста, если стесняетесь петь на людях, хотя петь обожаете, если часто представляете себя на сцене, но думаете, что за рамки вашего воображения эти идеи выйти не могут, – эта книга докажет вам обратное. Вы сможете научиться исполнять любимые хиты, потому что для того, чтобы начать петь, вовсе не обязательно знать нотную грамоту. Вам будут предложены несложные задания для начинающих вокалистов – тратя на их выполнение всего 15–20 минут в день, вы «прокачаете» свой вокал до неузнаваемости и станете на шаг ближе к исполнению своей мечты. Программисты, юристы, медики, учителя общеобразовательных школ и представители других немзыкальных профессий – неважно, кто вы и чем занимаетесь по жизни. Эта книга докажет, что вокал – искусство для всех. Вперед, к мечте! Хочешь? Пой!

УДК 784.3

ББК 85.314

ISBN 978-5-04-239800-1

© Денисова М. М., 2026

© Эксмо, 2026

Содержание

Предисловие	9
Введение	10
Глава 1	12
Нет голоса/слуха. Самый распространенный аргумент	13
Слабые легкие	14
В детстве запрещали громко говорить и кричать	15
Родители/друзья говорят, что это не мое	16
Мне не нравится мой голос!	17
Вдруг мое пение не понравится слушателю?	18
Нет времени	19
Нет поющих в семье	20
Не модно	21
Я и так умею	22
Не нашел общий язык с педагогом	23
Конец ознакомительного фрагмента.	24

Мария Михайловна Денисова
Хочешь петь? Пой! Советы от
профи для начинающих вокалистов

© Мария Денисова, текст, 2026

© Наталья Якунина, иллюстрации, 2026

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

* * *




МАРИЯ ДЕНИСОВА

**Хочешь
петь?
ПОЙ!**

**Советы от профи для начинающих
и продолжающих вокалистов**

**ВТОРОЕ
ДОПОЛНЕННОЕ
ИЗДАНИЕ**

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

Если очень захотеть, у тебя найдется время

Эта книга посвящена замечательным педагогам и наставникам по жизни, так рано покинувшим этот мир: Горелкину Владимиру Леонидовичу, Горелкиной Людмиле Васильевне Романовой Наталии Леонидовне, Афанасьевой Людмиле Алексеевне

Предисловие

Я очень рада, что эта книга нравится читателям. Испытываю огромное чувство благодарности ко всем педагогам, которые читают ее, дарят своим ученикам и ссылаются на мой труд в своих научных работах. В обновленном бестселлере ты найдешь несколько новых простых, но очень действенных упражнений по развитию голоса.

Для второй книги «Хочешь петь хиты? Пиши!» я взяла интервью у экспертов в области написания песен.

Теперь, в новой версии книги «Хочешь петь? Пой» я попросила известных артистов ответить на два животрепещущих вопроса:

1) Как справиться с волнением?

2) Рассказать о своем самом неудачном выступлении. Как справиться с последствиями фиаско?

Благодарю каждого, кто нашел в своем плотном графике время для ответа.

Читатель, ищи эксклюзивные советы и интересные рассказы в соответствующих главах.

Приятного чтения и пения!

Ищите новые – бонусные упражнения в главах «Настрой свое дыхание» и «Песня – маленькая роль». (Прим. ред.)

Введение

Здравствуй, дорогой читатель. Давай сразу на «ты»! Если ты, как и я когда-то, хочешь научиться петь, я помогу тебе максимально эффективно тренировать голос, объясню все принципы его работы, расскажу о процессах, происходящих в человеческом организме во время пения. Постараюсь сделать это максимально увлекательно. Мне важно, чтобы, закончив читать книгу и выполнив все задания, ты смог удивить своих друзей исполнением какого-нибудь хита. Однако давай договоримся сразу же: упражнения, которые ты найдешь здесь, не займут у тебя более 15 минут в день, поэтому очень прошу – включи небольшие тренировки в свое ежедневное расписание, каким бы насыщенным оно у тебя ни было.

Даже суперзвезды, которые выходят на сцену более 50 лет, такие, например, как Мик Джаггер, каждый день тренируют голос. Ты можешь найти видео их занятий в социальных сетях. В фильме «Богемская рапсодия» есть фрагмент, как Фредди Меркьюри готовится к выступлению. Я лично знакома с педагогами американских топовых артистов, и они подтверждают, что звезды много работают, прежде чем выйти на сцену. Все те невероятные шоу, которые ты видишь, стоят больших усилий.

Однако мы с тобой начнем с изучения психологии. А точнее, найдем причину, по которой ты, желая научиться петь, все еще не двигаешься к своей мечте. Как сказал знаменитый российский фониатр (врач, специализирующийся на проблемах, связанных с работой голосового аппарата. Он занимается профилактикой нарушений голосообразования, лечит заболевания гортани, помогает восстановить голос, помогает развить его возможности) Лев Борисович Рудин: «Голос – это зеркало состояния не только тела, но и души». Петь могут все, но, увы, не все педагоги умеют находить индивидуальный подход к каждому конкретному ученику. Вот почему я решила написать книгу, которую ты сейчас держишь в руках.

Я верю, что первая глава поможет понять и проанализировать, почему ты все еще не поешь. А затем ты все-таки начнешь петь. Поехали!



Глава 1

Давай разрешим себе петь

Эту фразу я часто говорю своим новым ученикам. Первый шаг к овладению мастерством пения – именно психологический. Часто мы запрещаем себе что-то делать еще в детстве или юности, а потом даже не помним истинной причины. Вокал не является исключением. Давай найдем твой психологический барьер на пути к мечте.

Вот несколько причин отказа от мечты. Их мне озвучивали ученики.

Нет голоса/слуха. Самый распространенный аргумент

Запомни две вещи: голос и слух есть у всех, кто способен говорить. Причина, по которой ты не попадаешь в ноты, – отсутствие координации мышц, над которыми можно работать, как в спортивном зале. То, что ты сейчас прочел, – факт, доказанный научно.

«Мнение о том, что с голосом нужно родиться, ошибочно. Родившись с маленьким вокальным слухом и голосом, можно вырастить любой голос, это дело техники и желания»¹. Вот и разрушился первый миф.

¹ Гончарук П. Т. Биофоника. Власть божественных колебаний. – М.: Новый Акрополь, 2011. – С. 260.

Слабые легкие

Неожиданный аргумент. На мой взгляд, такая ситуация – веская причина начать петь! Занятия вокалом помогают увеличить объем легких, развить силу дыхательных мышц. Человек становится физически более выносливым.

В детстве запрещали громко говорить и кричать

Популярный аргумент, особенно у подростков и людей средних лет. Да, привычка громко говорить считается вульгарной, однако говорить так тихо, что тебя никто не слышит, тоже плохо. Вспомни, скорее всего, тебя просили тише говорить в определенной ситуации. Может быть, кто-то из домашних спал или смотрел телевизор? А ты, как это часто бывает, на подсознательном уровне запрещаешь себе быть громким всегда. А что ты будешь делать в экстренных ситуациях? Благодаря вокальному искусству можно научиться говорить громко и долго без вреда для здоровья. С помощью уроков пения ты научишься виртуозно регулировать голос в любых обстоятельствах, а не только во время исполнения произведения.

Родители/друзья говорят, что это не мое

Часто родители стремятся оградить ребенка от тех неудач, которые однажды постигли их самих.

Вот случай из жизни, свидетелем которого я была. Я услышала разговор папы с дочкой. Отец, видимо, музыкант, барабанщик, а дочке, судя по всему, около 7 лет. Беседа шла о музыке, а точнее, о том, что девочка пойдет учиться играть на ударных, хотя она хотела петь. Отец был убежден в том, что у дочери плохой голос. Запомни, плохих голосов не бывает, просто в некоторых случаях овладение техникой управления голосом происходит чуть медленнее, чем хотелось бы, но это вовсе не повод ставить крест на мечте. Тем более в детстве. В любом случае пение может остаться интересным хобби. И еще, если у тебя что-то не получилось, не перекладывай негативный опыт на детей. Пусть попытаются достичь своей мечты. Не мешай!

Друзья же могут отговаривать тебя по той причине, что сами хотели бы петь, но им не хватает смелости.

Мне не нравится мой голос!

Открою страшную тайну: я не встречала ни одного человека, кому сразу понравился бы свой голос на записи. Я и сама не могла адекватно воспринимать собственный голос до 20 лет. Потом мне объяснили, что, когда мы слышим себя со стороны, организм всячески сопротивляется этому явлению. Причина в том, что без вмешательства аппаратуры мы не можем слышать свой голос так, как его слышат наши собеседники. Исключение – эхо в лесу.

Вдруг мое пение не понравится слушателю?

На каждого певца найдется аудитория. Ты не золотой червонец, чтобы всем нравиться. Чужое мнение не должно быть поводом похоронить мечту.

Нет времени

Если очень хочешь – время найдется всегда. У меня есть ученица, которая живет в Нью-Йорке. Она занималась со мной вокалом по видеосвязи в свой обеденный перерыв. Если есть желание, значит, есть время. Иначе ты бы не читал эту книгу.

Нет поющих в семье

Очень интересный аргумент. Будь первопроходцем. Ты запоешь, и семья запоеет. У меня было много случаев, когда родители приводили ко мне на урок детей, а затем сами начинали петь.

Не модно

Странный аргумент, однако он тоже встречается сегодня. Знаешь, если тебе нравится петь, должно ли тебя волновать, насколько это популярно в кругу твоих друзей? Хотя я почти уверена, что петь – очень модно.

Я и так умею

Так обычно мне говорят вокалисты, которые только что собрали группу. Чаще всего – подростки. Самый опасный аргумент. Пение часто бывает неправильным и вредит здоровью в случае, когда не хватает дыхания, верной координации мышц, артикуляции и других навыков, необходимых для качественного вокала.

Не нашел общий язык с педагогом

К большому сожалению, такое случается достаточно часто. Многие преподаватели и по сей день общаются со своими учениками с помощью криков и оскорблений, что, на мой взгляд, неприемлемо. Для того чтобы голос певца был максимально здоровым, мышцы максимально расслаблены и работали слаженно, необходимо обеспечивать вокалисту комфортную психологическую обстановку.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.