

Содержание

От издательства	3
От автора	4
Официальное признание	5
Вместо предисловия	8

Часть первая ВВЕДЕНИЕ В ПРОБЛЕМУ

Дорогой читатель!	11
Цель книги	12
Путь к открытию	27
1. Подготовка к самостоятельной жизни (1945–1960)	27
2. Выбор пути (1960–1964)	28
3. Мои университеты (1964–1991)	32
4. Университетский хор	37
5. Занятия сольным пением и потеря голоса	38
6. Возвращение в науку	39
7. Гитара. Пробуждение интереса к пению	41
8. Начало предпринимательства	46
9. Фантастическое озарение	48
10. Голос — логос жизни (1994–2010)	51
11. Отзывы руководителей компаний	74
12. Занятия по телефону и скайпу	79
13. Практическое применение методики	82
14. Школа природного голоса Владимира Багрунова	95
Суть проблемы	104
О природной сути голоса	104
О механизме звукоизвлечения	104
Легенда	107

Часть вторая ТЕОРИЯ

Нейробронхиальная теория возникновения голоса
и его развития (три секрета настройки голоса)

Первый секрет настройки голоса. Анатомическая составляющая голоса	110
Второй секрет настройки голоса: малое дыхание	116

Некоторые замечания о терминологии	129
Голосовые связки. Какова их роль?	130
Третий секрет настройки голоса: интонация (психика) управляет голосом	140

Часть третья ПРАКТИКА

Что такое природный голос?	153
Общие принципы	154
Термины и понятия	158
Доречевой уровень	161
Подготовительная фаза для всех упражнений	161
Урок 1. Поджатие живота и улучшение соединения между трахеей и горлом (открытие «второго рта»)	163
Урок 2. Упражнения для выработки примарного (природного) тона голоса (фундамент голоса)	167
Урок 3. Интонирование	174
Урок 4. Междометия	184
Речевой уровень	192
Основные правила для всех упражнений	192
Урок 5. Слова (на стоне)	193
Урок 6. Наиболее удобные фразы (на стоне)	196
Урок 7. Фразы для закрепления навыка (на стоне)	202
Урок 8. Работа с текстом (на стоне)	203
Певческий уровень	207
Программа перевода речевого голоса в певческий (от одного года до трех лет)	208
Заключение к певческой части самоучителя	214
Практические советы на разные непредвиденные случаи	216
Вместо заключения	217