

CATHRINE SADOLIN

KOMPLETT SÅNG TEKNIK



Nerladdning inkluderas vid inköp av bok:

CVTSOUNDLIBRARY

417 kvinnliga & 417 manliga
ljudexempel och övningar (mp3)



Innehåll

Inledning	6
Uppdateringar i förhållande till den första svenska utgåvan av Komplett Sångteknik.	10
Hur boken används	11
Så övar du	12
Komplett sångteknik på fyra sidor	15

De tre grundprinciperna

De tre grundprinciperna	20
Andning	21
Inandning	23
Kroppshållning.	26
Stöd.	27
Stödmuskulatur	28
Inre stöd	31
Känslan av stöd	33
Att träna upp stöd.	38
Energi	39
Så används stöd	40
Stämband	44
Svalg	48
Twang	51
Textuttal	53
Munnens öppning	58
Tonens avslutning	60
Ansätser	61
Volym	64
Tonhöjd (Register)	66
Att träna röstomfångets ytterområden	69
Omfång och rösttyper	70
Finjustering av tonhöjd	72
Tondövhet	74
Problemlösning	76
Lösning av ofrivilliga skarvar	76
Lösning av "split" i rösten	79
Mer om problemlösning.	80

Funktioner

Introduktion till de fyra funktionerna .81
Metalliskt ljud81
Funktioner81
Felsökning83
Neutral87
Neutral med luft.88
Neutral utan luft.88
Tonhöjd i Neutral90
Vokaler i Neutral.90
Volym i Neutral.90
Klangfärger i Neutral91
Övningar i Neutral93
Curbing96
Hitta Curbing.97
Tonhöjd i Curbing.99
Vokaler i Curbing100
Volym i Curbing101
Klangfärger i Curbing101
Övningar i Curbing103
Overdrive106
Hitta Overdrive.107
Tonhöjd i Overdrive.109
Vokaler i Overdrive110
Volym i Overdrive111
Klangfärger i Overdrive111
Övningar i Overdrive113
Edge (f.d. Belting)116
Hitta Edge.117
Tonhöjd i Edge.121
Vokaler i Edge121
Volym i Edge122
Klangfärger i Edge123
Övningar i Edge125
Översikt av funktionerna128
Användning av funktionerna130
Övergångar mellan funktionerna . . .131
Tonhöjder och funktioner134
Klangfärger och funktioner139
Funktionerna i klassisk sång140

Volym och funktioner	141
Stark volym	144
Medium volym.	145
Svag volym	145
Avancerade övningar i volym	146
Volymkombinationer.	147
Vokaler och funktioner	149
Val av vokaler i förhållande till funktion	151
Talteknik	152
Att tala i olika funktioner	152
Generellt om att tala	155

Klangfärg

Introduktion till klangfärger	158
Larynx tub	159
Nödvändig twang.	159
Distinkt twang	160
Twang med sänkt struphuvud.	160
Övningar i distinkt twang och nödvändig twang	161
Struphuvud	162
Sänkt struphuvud	162
Höjt struphuvud.	163
Övningar i höjt och sänkt struphuvud.	164
Tunga	166
Sammanpressad tunga	166
Bred tunga	166
Övningar i att bredda respektive pressa samman tungan	167
Munöppningens form	168
Avspända mungipor	168
Leende mungipor.	168
Övningar i att forma munnen	168
Gom	169
Höjd gom	169
Sänkt gom.	169
Övningar i att höja respektive sänka gommen	169

Velumport (passagen till nashålan) . . . 171
Öppen velumport 171
Stängd velumport 171
Övningar i att öppna respektive stänga velumporten 171
Översikt av klangfärger 173
Övningar i olika klangfärger 174
Mikrofonteknik 175
Uttal med mikrofon 175
Mikrofonavstånd 175

Effekter

Introduktion till effekter 177
Distorsion 179
Skapa avsiktlig distorsion 179
Hitta bruset 181
Lägga brus till en funktion 183
Heldistorsion 185
Övningar i distorsion 185
Creak/Creaking 187
Hitta creak 187
Hitta creaking 188
Övningar i Creak 189
Övningar i Creaking 189
Rassel 191
Övningar i rassel 191
Growl 192
Hitta growl 192
Tillsätta growl till en funktion 193
Övningar i Growl 194
Grunt 196
Hitta grunt 196
Övningar i grunt 198
Skrik 199
Hitta skrik i Neutral 199
Hitta skrik i Curbing 199
Hitta skrik i Edge 200
Hitta sammansatta skrik 200
Hitta skrik med distorsion 200
Skarvar 202
Hitta skarvar 202
Övningar i att göra skarvar 203

Luft på tonen 206
Hitta luft på tonen 206
Övningar med luft på tonen 207
Vibrato 209
Hammarvibrato 209
Struphuvudvibrato 209
Användning av vibrato 210
Övningar med vibrato 211
För mycket vibrato 211
Ornament 213
Metod för hammarvibrato 213
Metod för struphuvudvibrato 213
Övningar i ornamentik 214

Röstproblem

Heshet 216
Stämbandsknutor 218
För mycket slem 219
Förebyggande och akut hjälp 220
Program för akut hjälp 225
Uppvärmning 228

Övriga tekniker

Att höra sin egen röst 229
Den inre hörseln 229
Den yttre hörseln 230
Studio- och liveteknik 231
Akustisk sång 231
Sång i inspelningsstudio 231
Förstärkt sång – "live" 232
Improvisation och utsmyckning . . . 234
Metod för att börja improvisera . . . 234
Metod för avancerad improvisation 236
Uttryck/interpretation och att uppträda 239
Metod för att arbeta med uttryck . . 240
Att uppträda 243
Fysisk träning 245

Förteckningar

Förteckning över ljudexempel i CVT Sound Library 249
Ordlista 253
Index 256
Planscher 261

Complete Vocal Institute

Information om CVI 269
Komplett Sångteknik och forskning . 271

Inledning

Sång är inte svårt

Rösten är inte så komplicerad att använda som många människor tror.

Den är ett instrument alla har och använder varje dag. Naturligtvis kräver det övning att sjunga professionellt, men om man vet hur rösten fungerar och hur man ska använda och vidareutveckla dess naturliga funktioner kan man lära sig det mesta av det som behövs.

Rösten fungerar vanligtvis perfekt ända tills vi, under uppväxten, hindrar den med svalgspänningar. Sångteknik handlar till största delen om att få bort svalgspänningar, så att rösten kan arbeta fritt. Det betyder att alla kan sjunga om de inte hindrar sin röstproduktion. Därför finns ingen anledning till att syssla med den tekniska aspekten av sång om man inte anser sig ha ett specifikt sångtekniskt problem.

Teknik och uttryck

Denna bok handlar mest om teknik, men det beror inte på någon idé från min sida om att teknik skulle vara det viktigaste när det gäller sång. Tvärtom, teknik är bara ett HJÄLP-MEDEL som vi använder för att uttrycka oss.

Jag tycker att den viktigaste aspekten är UTTRYCK – att förmedla ett budskap. Vad som ska förmedlas och hur det ska göras är konstnärliga val som varje sångare själv måste göra. Boken här handlar om de tekniker som behövs för att kunna utföra det som du rent konstnärligt önskar att göra.

Sångens historia

Förr i tiden kunde man inte förstärka rösten elektroniskt, så sångarna var tvungna att hitta sätt för att göra sig hörda på långt avstånd. Detta ledde till att man utvecklade vissa sångtekniker som gradvis blev det enda rätta sångljudet att frambringa. I västvärlden blev detta ljud, som man skolades i, känt som "klassiskt ljud".

I och med att man uppfann mikrofonen blev det möjligt att förstärka alla ljud inklusive de ljud som tidigare varit för svaga, för att kunna höras på avstånd. Detta gav nya "oskolade" ljud samma volym som "skolade" ljud. Det innebar att många nya röstljud kunde användas och att det växte fram nya ideal för vad som skapade en sångares "sound".

Många av de "nya" sätten att sjunga visade sig vara lika ansträngande och svåra att utföra som de "skolade" sångsätten. Problemet var att det inte fanns tillgång till någon undervisning i de "nya" sångstilarna. Sångarna var tvungna att själva ta reda på hur de skulle sjunga för att inte skada sina röster. De kunde inte få hjälp av klassiska sångtekniker eftersom sådana resulterade i ett klassiskt ljud som de inte var intresserade av. Bristen på undervisning fick till följd att en del av de nya sångarna skadade sina röster och att deras sångstilar stämplades som farliga och ohälsosamma - trots att många klassiska sångare också hade röstproblem.

Det hände att sångare gjorde en dygd av nödvändigheten och påstod att "äkta" pop- och rocksångare skulle vara självlärd. Undervisning skulle bara ta bort individualitet, hävdade de. Inom båda sångriktningarna frodades fördomarna och det uppstod en klyfta mellan klassisk sång och andra sångstilar – en klyfta som tyvärr existerar än idag och egentligen handlar mer om smak än om användandet av tekniker.

En del av pop- och rocksångarna förlorade sina röster redan i repetitionslokalen och därför hörde man aldrig talas om dem. Andra förlorade rösten på turnéerna i början av karriären och vissa senare. Dock FANNS det sångare, vars röster "höll" genom hela karriären – oavsett hur påfrestande för rösten deras sång än lät.

Det är således både teknik från den "klassiska" skolan och erfarenheter från skickliga sångare i andra genrer som jag baserar många av de nya sångteknikerna på.

Myter om sångare

Det finns många myter om artister som levde innan det blev möjligt att göra inspelningar. "Det var en röst vars like inte existerat sedan dess osv." Jag tror inte det är sant. Sannolikt var det inte sångarens röst som var så speciell, utan hans/hennes teknik för röstproduktion. Vi kan alla uppnå god teknik genom att veta vad och hur man ska öva.

Tyvärr är vi tvungna att leva med sådana gamla myter, eftersom vi inte har några inspelningar som kan avfärda eller bekräfta dem. Naturligtvis dog sångarens röst med honom eller henne. Jag tror att alla sångare kan åstadkomma alla

Ljud. Sedan det blev möjligt att göra inspelningar har det inte existerat ett ljud som inte kan läras ut.

Myter om sångteknik

Inom undervisning är det ett ovärderligt redskap att kunna se vad man gör. Tyvärr har sångundervisning fått klara sig utan ett sådant redskap och det har under årens lopp lett till många myter om hur ljuden skapas. Tack vare nya forskningsrön vet man nu mycket mer om stämbandens sätt att arbeta. Man kan se stämbanden i funktion och man vet mer om kroppens anatomi och röstproduktionens fysiologi. Detta har hjälpt till att undanröja många tidigare myter och missförstånd (till stor del baserade på gissningar) av vilka många hade bidragit till förstörda röster och karriärer.

Med bättre insikt i röstproduktion kan månader av lönlös och skadlig övning undvikas. När lärare kan ge specifika instruktioner behöver sångare inte längre öva sig i årtal efter vaga anvisningar. När man arbetar direkt med ett problem är det lättare att avgöra om man är på rätt väg eller inte. En teknik måste ge den avsedda effekten med detsamma, om den inte gör det, utförs den fel. Erfarenheten visar också att sångare som behärskar dessa nya tekniker håller på krävande turnéer. Det är bland annat därför tekniken får stöd av halsläkare och talpedagoger.

Min forskning

Jag är övertygad om att ALLA ljud sångare vill göra är lika viktiga och ska tas på allvar och omfattas av forskning. Genom att ta bort de snäva soundidealen från de musikaliska genrer och dela upp och isolera alla element som ljudet består av, blir det artistens egna konstnärliga val som avgör vilka ljud som ska användas och inte de konventionella soundidealen. Jag vill inte döma vilket ljud som är "rätt" eller vilka ljud som är väsentliga att lära sig. Alla ljud är lika värdefulla så därför innehåller boken tillvägagångssätt för att producera alla de olika ljud jag har stött på inom röst användning.

Min historia

Jag har aldrig haft naturlig talang för att sjunga. Jag har t.o.m. haft andningsproblem och mina första sånglektioner var ett försök att övervinna de andningsbesvär som min astma gav mig

Jag var tvungen att på något sätt utveckla tekniker som gav de ljud jag önskade. Första steget var att förstå röstens anatomi och fysiologi. Detta lärde mig att skilja på myt och fakta angående rösten. Andra steget var att experimentera med att åstadkomma ljuden med hjälp av andra metoder än de traditionella.

Den enda naturtalang jag hade var min kärlek till musiken, tron på att allt är möjligt och energin att fortsätta. Därför vågar jag påstå, eftersom jag kunde lära mig göra de ljud jag ville ha, så kan alla.

Under alla de år då jag kämpade med mina tekniska problem lyssnade jag alltid på alla typer av musik. Det var säkert det som gjorde att jag, trots att jag var utbildad som och senare uppträdde som klassisk sångare, började få frågor av många sångare från andra genrer om hur de skulle åstadkomma bestämda ljud eller övervinna sina röstproblem. För mig verkade det som om att de önskade den röstvänliga aspekten från den klassiska tekniken, men inte det klassiska ljudet. Jag tyckte det borde vara möjligt att utnyttja tekniken utan att begränsas av snäva klangideal. För att göra detta var jag tvungen att ta reda på hur ljud egentligen produceras och detta uppmuntrade mig att studera många olika sångstilar, vetenskap om tal, hörsel samt akustik- och spektralanalys. Sångteknikerna presenterades alltid tillsammans med förutbestämda klangfärgsideal. Om man ville använda tekniken var man tvungen att acceptera dessa. Det kunde jag inte acceptera, för enligt min uppfattning är ideal mer än en fråga om smak, än om teknik. Jag ville separera smak och teknik för att kunna isolera tekniken, så att sångare skulle få möjlighet att själva kombinera de oändligt många beståndsdelarna för det ljud - oavsett vilket - de sökte efter.

Metod

Enligt den traditionella västliga uppfattningen låter många blues-, rock-, gospelsångare och många etniska sångare, exempelvis i arabisk klassisk musik, inte som en "röstvänligt sjungande" sångare ska låta. Ändå har många av dessa sångare kunnat sjunga oftare och längre än vad många klassiska

sångare som varit i teknisk toppform kunnat. Dessutom har åtskilliga hårdrocksångare, vilkas karriärer spåddes kort livslängd, bevisat att deras kritiker tog fel. Många av dessa sångare sjunger faktiskt bättre och bättre med åren, oavsett hur hänsynslös mot rösterna deras sång faktiskt låter.

Jag har baserat min forskning på bred erfarenhet av sångare som sjunger live och i studio, med andra ljud än de som finns i den västerländska klassiska stilen, utan att rösterna skadats. Jag vet att dessa sångare måste ha en formidabel teknik för att kunna sjunga så länge och fortfarande låta så bra. Jag började leta efter gemensamma nämnare för deras sång och undersöka om det inte kunde finnas en struktur som låg bakom de olika ljuden.

Det visade sig att det EXISTERAR en sådan grundläggande struktur. Jag försökte förstå denna genom att skilja så många olika ljud från så många olika typer musik som möjligt från varandra, med avseende på ljud, vokal, tonhöjd och volym för att se om det fanns ett mönster. Gradvis blev detta mönster mer och mer tydligt och jag upptäckte att ljuden kunde indelas i två huvudklasser. Den ena var hårdare, mera rå, mera direkt som om den hade en kant. Den kallade jag metallisk. Den andra kallade jag icke-metallisk.

Det visade sig också att ljuden i dessa två huvudklasser kunde delas in efter hur "metalliska" de var dvs. "helmetalliska" eller "halvmetalliska" Därför klassificerade jag dem som antingen helmetalliska eller halvmetalliska. Det verkade också finnas två klart avgränsade typer av helmetalliska röstljud.

Det fanns allt som allt fyra huvudkategorier eller "funktioner" inom röst användning: en icke-metallisk röstegenskap som jag kallade Neutral, en halvmetallisk röstegenskap jag kallade Curbing och två helmetalliska röstegenskaper som jag kallade Overdrive och Edge (tidigare kallat Belting). Att hitta de fyra funktionerna var bara hälften av upptäckten. Nästa steg i min forskning bestod i att demonstrera att jag själv och en liten grupp skickliga sångare kunde utföra samtliga av dessa välavgränsade "röstfunktioner".

Komplett sångteknik blir till

Arbetet fick efterhand ett sådant omfång att alla ljud som den mänskliga rösten kan frambringe kunde kategoriseras och organiseras i ett överskådligt system. Resultatet blev ett helt nytt koncept inom sångteknik, som i motsats till tidigare tekniker och uppfattningar kunde användas inom alla musikstilar.

Därefter experimenterade jag med de klanger som används inom klassisk musik och upptäckte att också de klassiska ljuden frambringas med hjälp av icke-metalliska, halvmetalliska och helmetalliska ljud. Detta bekräftade min förmodan att funktionerna utgör grunden i röstens struktur och därför omfattar alla ljud, alla sångtekniker och alla sångstilar.

Ytterligare arbete med funktionerna gjorde det möjligt att fastställa deras fördelar och begränsningar. När en sångare respekterar dessa fördelar och begränsningar får han/hon större överblick över röstens möjligheter och kan välja fritt mellan olika ljud och undvika röstskador.

Forskningen fortsätter

Musikstilar utvecklar sig snabbt, bl.a. genom påverkan från de många kulturerna i världen och deras olika sångstilar. Samtidigt har sångtekniken genomgått en omfattande utveckling som sannolikt inte stannar av inom överskådlig framtid. Att förlegade, stelnade ideal förkastades gjorde det nödvändigt att utarbeta ett mer "heltäckande" sätt att betrakta rösten. Du kan läsa mer om forskningen i sådana nya sångtekniker i denna bok.

Generellt sett har vetenskaplig forskning varit baserad på redan existerande kunskap och sångteknik utgör inget undantag. Det finns ingen orsak att förkasta värdefulla kunskaper som samlats under årens lopp, exempelvis från de italienska mästarna inom den klassiska sångtekniken, men det har visat sig nödvändigt att komplettera med ytterligare kunskap för att möta nya krav.

När allt detta är sagt måste jag tillägga att vissa delar av forskningen är så nya att det fortfarande finns många aspekter som kräver mer forskning. Exempelvis har vissa delar av denna bok redan uppdaterats i förhållande till tidigare utgåvor

på grund av nya forskningsresultat. Även om alla tekniker inte är fullständigt utforskade ännu, kan jag konstatera att de FUNGERAR. De önskade ljuden kan uppnås utan att sångarna blir hesa eller känner obehag. Det är ett steg på väg i rätt riktning.

Teori och praktik

Sångundervisningen har utvecklats mycket sedan den tid då man sa till sångare att det tog minst åtta år att "placera rösten".

Vetenskapliga framsteg har gett helt nya rön om rösten som instrument, men vi måste tänka på att detta inte får flytta fokus från tillämpning till enbart teori. Teori kan behövas och vara värdefull, men utvecklingen får inte stanna där. En sångare har sällan som målsättning att bli vetenskapligt utbildad. En sångare söker däremot konkreta och användbara lösningar på sångrelaterade problem. Ett konkret problem kräver en konkret lösning – inte en teoretisk föreläsning. Inte förrän teorin används i praktiken skapas konstnärliga upplevelser.

Lätt att använda

Teknikerna i denna bok har utvecklats och testats i inspelningsstudios och på turnéer. Huvudsyftet med materialet är att det ska vara överskådligt, lättillgängligt och viktigast av allt snabbt och lätt att använda.

Kraven ökar

Kraven på sångarna har ökat genom tiderna. Under renässansen (14:e århundradet) var sångernas omfång cirka 1,5 oktaver. På Mozarts tid (18:e århundradet) hade omfånget utvidgat sig i extrema fall till det dubbla, nämligen cirka 3 oktaver som Nattens drottningens aria i operan Trollflöjten. I dag hör man ofta sångare som har ännu större omfång. Detta, samt det tilltagande kommersiella utnyttjandet av musiken, betyder att kraven på professionella sångare idag är enorma. För att skivbolag ska samarbeta helhjärtat måste de känna sig säkra på att sångaren kan leva upp till de ökade kraven och klara av konsert efter konsert på krävande turnéer.

Utbildningsverktyg är valmöjligheter – inte krav

Ironiskt nog innebär det större behovet av undervisning och den nyvunna möjligheten att tillgodose det, risk för att kraven på sångarna ökar ännu mer. Jag vill inte bidra till att skruva upp de tekniska krav som ställs på sångare. Uppfatta därför dessa nya tekniker som redskap att uttrycka sig med, inte som krav. Min avsikt med boken är att den ska fungera som ett uppslagsverk med vägledning i tekniker som gör det möjligt att uppnå olika ljud och att övervinna röstmässiga begränsningar. Tekniken får inte bli dominerande eller tvinga någon sångare att tro att ALLA röstens möjligheter måste behärskas om man önskar en professionell sångkarriär.

Kom ihåg att det är de val som görs, både vad man väljer att göra och vad man väljer att inte göra, som karakteriserar en konstnär.

Teknikerna ska fungera direkt

Med de nya teknikerna kan sångare förvänta sig att omedelbart få hjälp att lösa sångtekniska problem, istället för att få höra att de ska öva i årtal, utan att veta om de är på rätt väg eller inte. Teknikerna ska fungera med detsamma, annars utförs de inte korrekt.

Man behöver absolut inte börja om från början varje gång man söker ny undervisning/kunskap. För mig verkar det inte meningsfullt att man skulle förkasta den undervisning eller träning man redan fått för att tillägna sig nya kunskaper. Sång är inte så svårt, för teknikerna fungerar med detsamma när man är på rätt spår. Alltså kan man med dessa tekniker nöja sig med att rätta till det man vill förbättra och i övrigt bevara det man är nöjd med.

Idag är det möjligt att ge sångare "Akut Hjälp". Så lite som en timmes arbete kan göra det möjligt för en sångare att genomföra en konsert eller inspelning som han/hon annars skulle varit tvungen att ställa in på grund av röstproblem. Det faktum att en stor del av vårt arbete på CVI består i att ge sådan akut hjälp, stödjer uppfattningen att teknikerna fungerar direkt. Teorin har utvecklat sig till praktiskt användbar teknik som fungerar ögonblickligen i en akut situation.

Jag anser att det är möjligt att åstadkomma ALLA ljud på ett hälsosamt sätt.

Uppdateringar i förhållande till den första svenska utgåvan av Komplet Sångteknik (2006)

- Ändring av innehållet i de tre grundprinciperna så att de numera består av stöd, nödvändig twang samt att undvika framskjuten käke och spända läppar.
- Termen "Edge" ersätter termen "Belting". Jag har sett så många sångare bli förvirrade av termen "Belting" eftersom den numera används med så många olika betydelser. Somliga säger Belting om ett Curbing-ljud, andra om ett Overdrive-ljud och vissa använder Belting om ett twangat ljud i Neutral. Därför har jag ersatt termen Belting med "Edge". Edge används uteslutande om det starka, helmetaliska ljudet.
- Det är den nedre delen av struplocket och kannbrosken som närmar sig varandra då larynxtuben producerar distinkt twang.
- Vissa av vokalerna/vokalbeteckningarna i denna utgåva av Komplet Sångteknik är annorlunda än de vokaler och exempel som användes i den första svenska boken. Det beror på att vi har upptäckt att detta sätt att namnge och exemplifiera vokalerna fungerar bättre för svenska sångare.
- Vokalen Ä1 (som i häst) har ersatts av EH (som i hej)
- Vokalen Ä2 (som i kär) har ersatts av Å (som i ärlig)
- Vokalbeteckningen ANG (som i ung) har ersatts av UH.
- Vokalen U2 (som i full, gullig) har ersatts av O (som i sol).
- Vokalbeteckningen ?OH (som i gång) har ersatts av OH.
- I kapitlet om klangfärg har materialet i stycket om struphuvudet utökats.
- Kapitlet om growl innehåller ytterligare material. Growl kan användas i alla tonhöjder och tillsättas till de olika funktionerna.
- Kapitlet "Volym och funktioner" har fått ytterligare material, bl.a. en ny illustration.
- Avsnitten om hur man tränar den mycket höga och låga delen av rösten bildar nu ett separat kapitel och innehåller mer information.

Övrigt

- "Komprimerad Neutral" kallas nu "Neutral utan luft".
- "Neutral med mjuk tillslutning" kallas nu "Neutral med luft"
- Bibliografi och lista med rekommenderad litteratur finns nu på webbsidan www.CompleteVocalTechnique.com
- I Neutral utan luft kan stark volym (ff) uppnås i den höga delen av rösten, av både män och kvinnor.
- CD:n med ljudexempel (som förut följde med boken) har ersatts av "The CVT Sound Library" som kan laddas ner från Internet. Det innehåller fler ljudexempel än CD:n och har nu nu 417 kvinnliga och 417 manliga ljudexempel.

Nya kapitel

- Ett nytt kapitel om "twang": Vi särskiljer "nödvändig" twang, som används för att få klara och fria toner med korrekt teknik, och "distinkt" twang, som används för att få ett ljud med skarpare karaktär och ljusare klangfärg.
- Ett extra kapitel om effekterna "Creak och Creaking"
- Ett extra kapitel om effekten "Grunt".

Vissa kapitel innehåller ytterligare material i förhållande till förra utgåvan

- Varje kapitel om effekter innehåller nu, tack vare nya forskningsresultat, en exakt beskrivning av var effekten produceras.

Hur boken används

Olika inlärningssätt

Alla lär sig på olika sätt. För att kunna lösa ett problem behöver vissa sångare förstå den teoretiska bakgrunden, några ska känna sig fram rent fysiskt, medan andra behöver arbeta via ljudet genom att höra, känna igen eller härma. En del lär sig genom att se teckningar och översikter och andra använder föreställningsförmågan för att hitta lösningen på sina problem.

För att ta hänsyn till dessa olika inlärningssätt kommer varje ämne i boken att innehålla:

- Anatomiska och fysiologiska förklaringar.
- Fysiska instruktioner.
- Ljudexempel (🔊) 5 = ljudexempel 5).
- Illustrationer.
- Exempel på föreställningsbilder och sinnesförmågelser.

Den ena metoden är inte viktigare eller bättre än den andra. De anatomiska och fysiologiska förklaringarna är med för att vissa sångare tycker att de är värdefulla. Andra däremot tycker kanske inte att de är särskilt användbara och upplever dem som distraherande. Teknikerna i denna bok förutsätter inte att man nödvändigtvis ska förstå sin anatomi eller fysiologi och kunna uppfatta den med känslan. Man ska därför inte låta sig överväldigas av sådana förklaringar. De olika inlärningssätten är möjligheter. Det står var och en fritt att hitta det tillvägagångssätt som han eller hon tycker är lättast och tycker ger bäst resultat. Dock kan det vara praktiskt att läsa igenom alla metoderna, dels för att det ofta är användbart att se saker och ting ur olika perspektiv, dels för att en förklaring ofta kan komplettera en annan.

Lär känna kroppens anatomi

Jag rekommenderar att sångare bör vara så medvetna som möjligt om vad som händer i kroppen medan man sjunger. Därför försöker jag använda korrekt anatomisk terminologi i hela boken. Om man känner till röstens anatomi och fysiologi samt vet hur den ska användas är teknikerna lättare att förstå och då blir det också enklare att göra något åt sina röstproblem. Exempelvis blir det lättare att se vad som är goda

respektive dåliga råd, eller bara myter, om vad som är korrekt teknik. Jag uppmanar alla att studera röstens fysiologi och anatomi och med hjälp av sunt förnuft finna den teknik som känns bäst.

Hitta huvudproblemet

När man håller på att lära sig något kan det vara svårt att bedöma vad man först och främst bör koncentrera sig på och vad som är mindre väsentligt. För att hjälpa dig med detta beskriver jag teknikerna som presenteras i denna bok i kapitlet "Komplett Sångteknik på fyra sidor" (s. 15). Det ger dig överblick innan du tar itu med detaljerna.

Även om varje ämne i boken är grundligt beskrivet betyder det inte att alla ämnen är lika viktiga för alla sångare. Sångare är olika, och vissa avsnitt kommer att vara väsentliga för en sångare men inte för en annan.

Som med all annan undervisning gäller det först och främst att hitta huvudproblemet istället för att dyka ner i alla små problem man stöter på under arbetet. Om man hittar huvudproblemet och löser det kommer en mängd andra problem att lösas samtidigt. Det är lättare och mer effektivt att koncentrera sig på ett problem i taget istället för många olika. När du har fått överblick över teknikerna, föreslår jag att du prövar dig fram avsnitt för avsnitt, för att på så sätt lokalisera ditt huvudproblem.

Ta ansvar själv

Det är viktigt att sångare själva tar ansvar för sin utveckling istället för att vara beroende av en lärare.

Inte ens den bästa lärare i världen kan lära dig något om du inte själv tar undervisningen till dig och arbetar med den. När allt kommer omkring väljer du själv ut det du kan använda av undervisningen och väljer bort det som du inte kan få att fungera eller det du inte bryr dig om.

Det är inte svårt att avgöra om du är på rätt väg när du övar. Korrekt teknik ska resultera i kontinuerlig förbättring av din sång. Det finns ingen anledning att ta sånglektioner under

Så övar du

flera år, om du inte tycker att den instruktion du får gör det lättare att sjunga och leder dig närmare dina mål.

Lita på din egen smak, omdömesförmåga och känsla. Att experimentera ger förnyelse och individualitet är värdefullt. Känn, lyssna och välj. Pröva tekniken och öva tills du har lärt dig det du vill kunna. Låter tonen som du vill att den ska låta? Om inte, vad fattas? Försök hitta det och följ din egen intuition och smak. Varför sjunga med ett ljud du inte vill ha? Det är ingen annan än du själv som kan skapa DIN karriär. Kanske är din karriär baserad på just det faktum att du är annorlunda och låter på ett annat sätt än alla andra. Därför ska du alltid själv bedöma och bestämma om du närmar dig ditt mål eller inte.

Lärorens personliga smak är enligt min uppfattning oväsentlig. Som jag ser det är lärorens uppgift enbart att hjälpa sångarna med att på ett hälsosamt sätt uppnå det sångsätt som sångarna själva önskar. Exempelvis genom att höra var eventuella svalgspänningar sitter och komma med förslag hur sångaren kan få bort dem. Kanske kan en lärare också föreslå andra möjligheter beträffande sound, men läraren måste lämna det konstnärliga valet åt sångaren

Rösthälsa

Det första en sångare måste lära sig är att inte förlora rösten. När du förlorar rösten måste du sluta sjunga tills rösten kommer tillbaka. Dessutom är det svårt att experimentera ifall du är hes eftersom rösten då inte reagerar som den brukar. En sångare måste vara mycket skicklig för att inte börja kompensera med svalgspänningar när rösten är sliten. Så länge rösten är frisk kan man öva och experimentera tills man uppnår sina mål.

Muskelminne

När man sjunger något igen och igen kan hjärnan minnas handlingen. Detta kallas att man bygger upp sitt muskelminne. Det betyder att musklerna blir vana att reagera på ett bestämt sätt och kommer att lära sig att göra det automatiskt i framtiden. Så det är viktigt att öva in hälsosamma rutiner eftersom dessa verkligen kommer att vara en stor hjälp för ditt "muskelminne"

När du övar är det viktigt att du koncentrerar dig och undviker att göra för många fel. Generellt är det bättre att utföra lätta övningar felfritt än svåra övningar med fel. Om samma övning misslyckas tre gånger i rad är den för svår och du riskerar att skapa svalgspänningar om du fortsätter med den. Spänningar uppstår när någon eller några av musklerna i svalget arbetar för hårt eller spänns vid fel tidpunkt. Det hindrar rösten från att fungera fritt, lätt och väl. Du måste göra övningen lättare så att du lyckas med den vokala arbetsuppgiften. Lär dig hur det känns när du sjunger korrekt och öva in dessa hälsosamma rutiner i "muskelminnet". Så småningom känner rösten bara till sunda rutiner och du behöver inte längre använda särskilt mycket tid åt tekniska svårigheter.

Lita på dig själv

En huvudregel som inte kan upprepas för ofta är att det aldrig får göra ont eller vara obehagligt att sjunga. Om något låter fel, känns fel eller obehagligt, så försöker rösten tala om för dig att det är något du gör som är fel. Lita alltid på det du själv känner, för det är bättre och mer direkt än den bästa lärorens öra.

Sång ska alltid kännas behagligt

- Tekniken ska ha den avsedda effekten med det samma annars övar man inte på rätt sätt.
- Om en övning gör ont, känns obehaglig eller fel - så ÄR det fel. Du är den enda som kan känna hurdet känns. Lita därför alltid på ditt eget omdöme.
- Träna alltid på ett sådant sätt att det så mycket som möjligt liknar den verkliga situation du ska använda tekniken i. Exempelvis bör musiker som sitter ner och sjunger på scenen också öva sittande.

Övningar ska vara enkla

Många sångare frågar efter särskilda övningar för att lösa specifika problem, men jag tror inte att övningarna i sig har någon betydelse, utan det som betyder något är däremot SÄTTET att arbeta med dem. All koncentration ska samlas kring precis HUR, du arbetar med rösten under övningen. Slutmålet är att du utan hinder ska kunna sjunga alla kombinationer av toner och alla intervallsprång.

Eftersom hela uppmärksamheten ska ägnas åt att inarbeta korrekt teknik föreslår jag att övningarna görs så enkla som möjligt. Då kan man koncentrera sig helt och hållet på kroppens arbete. Jag tror det tar för mycket av koncentrationsförmågan att hålla reda på en invecklad övning samtidigt som man löser sitt tekniska problem. Därför är bokens övningar lätta och tar bara upp ett tekniskt problem i taget.

Övningarna i boken kan alltid ersättas av andra, eftersom melodislingorna i sig inte har någon större betydelse. Det har däremot SÄTTET du arbetar med övningarna på. Om du vill använda andra övningar, kan du alltså göra det.

Sånger istället för invecklade övningar

När man kan utföra enkla övningar med korrekt teknik har man en fast grund från vilken man kan ta itu med de problem sångerna innehåller. Jag tycker inte det finns någon anledning att arbeta sig igenom invecklade och svåra rytmiska och melodiska förlopp för att träna rösten. Ta hellre itu med en sång och de faktiska problem som finns i den. Varje gång du

sedan stöter på ett tekniskt problem återvänder du till en enkel övning och använder all koncentration på att lösa detta tekniska problem. När du har tagit reda på HUR du löser problemet kan du överföra tekniken till sången.

Om du längre fram blir trött på att öva durskalor och behöver inspiration till egna utsmyckningar och improvisationer kan du använda andra skalor t.ex. moll, blues eller pentatoniska till dina övningar. (Se kapitlet Improvisation och utsmyckning s. 234)

Transponera övningar

När du behärskar övningarna i en tonart kan du öva dem i andra tonarter så att du gradvis lär dig behärska samma övning på alla tonhöjder. Detta kallas att transponera och det ger god kännedom om de faktorer du måste tänka på i de olika tonarterna.

Individuellt träningsprogram

Sätt ihop ditt eget träningsprogram själv så att du tränar just de delar av tekniken som du anser att du behöver arbeta med.

Du kan ändra ditt träningsprogram efter behov så att det alltid passar till de problem du har, vad du måste kunna och hur lång tid du har till ditt förfogande.

Hur länge bör jag öva?

Det finns många myter om hur länge en sångare bör öva. Återigen är det, som med allt annat inom sång, olika från person till person. En sångare ska bedöma hur länge han/hon kan koncentrera sig och hur länge han/hon har energi och krafter till träningen. Det är viktigt att känna till sin egen gräns och inte öva mer än man förmår. Övning utan koncentration, eller när krafterna tagit slut, kan göra mer skada än nytta. I sådana situationer kan det ske att du övar med hjälp av felaktig teknik som det kan kräva många timmars arbete att få bort. Med andra ord så är det bättre att inte öva än att fortsätta med en dåligt utförd övning.

Öva tillsammans med andra sångare

Öva tillsammans med andra sångare så ni kan ge varandra stöd och uppmuntran. Det är roligare och dessutom hör flera öron ofta bättre än enbart dina egna gör. Det är som regel också lättare att höra en annan sångares fel än sina egna. Så därför: Träna tillsammans, hjälp varandra och kom ihåg att ha roligt!

Åter igen: Lita alltid på dig själv och blanda inte ihop smak och teknik. Det är bara du själv som kan göra dina konstnärliga val och avgöra vilket ljud du vill sjunga med.

Använd exakt rätt vokalljud


För att teknikerna ska fungera som avsett är det otroligt viktigt att man ser till att uttala de givna vokalerna hundra procentigt korrekt och kan känna igen precis den vokalnyans som nämns.

Om du gör fel vokalljud kan du riskera att vissa funktioner, tonhöjder och klangfärger inte kan uppnås. Därför är det viktigt att du tar dig tid att förstå exakt vilken vokal som menas. Detta görs bäst genom att använda mycket tid till att lära dig vokalljuden från CVT Sound Library (CVT är en förkortning för Complete Vocal Technique) och jämföra dem med de ord som används på svenska. Olika språk och dialekter kan lätt förleda dig att tro att du använder korrekt vokal. Därför ska man i början verkligen ägna tid åt att lära sig de exakta vokalljuden.


Om du tar fel bland de olika vokalljuden kan du få problem med att använda funktionerna Curbing, Overdrive och Edge (f.d. Belting) därför måste du vara helt säker på exakt hur vokalljudet ska vara innan du påbörjar övningen.

Det finns många ord som uttalas väldigt olika beroende på vilken dialekt man har och dessutom finns vissa vokalljud inte i vissa språk – trots detta är det viktigt att känna till det exakta vokalljudet så som det låter i ljudexemplen i CVT Sound Library eftersom exakt dessa vokalljud ofta är en förutsättning för att uppnå vissa funktioner. Ord kan uttalas olika beroende på vilken dialekt man har, därför uppmanar jag alla att lyssna på ljudexemplen så att de får precis det uttal som vi använder i denna bok.

Följande vokaler (skrivna med stora bokstäver, versaler) används i denna bok:


I uttalas som i is  8


E uttalas som i ser  9


EH uttalas som i hej  10

Ä uttalas som i ärlig  11


O uttalas som i sol  12


Å uttalas som i vår  13

OH uttalas som i gång  14

A uttalas som i far  15

Ö uttalas som i snö  16

UH uttalas som i ung  17

OR uttalas som i orka  18

Komplett Sångteknik på fyra sidor

Sång är inte så svårt och alla kan lära sig att sjunga. Jag har delat upp sångtekniken i fyra huvudämnen (se nästa avsnitt). Genom att kombinera element ur dessa huvudämnen, kan du själv skapa -exakt de ljud du vill ha. Du kan också sätta fingret på dina specifika problem och misstag och fokusera på vilka tekniker du vill arbeta med.

Här nedan ger jag ett sammandrag av Komplett Sångteknik på fyra sidor. Du kan när som helst återvända till dessa sidor för att överblicka bokens innehåll.

De fyra huvudämnena är:

- De tre grundprinciperna – att säkerställa en sund röstproduktion.
- De fyra funktionerna – att välja vilken "växel" man ska använda när man sjunger.
- Klangfärger – att göra ljudet ljusare eller mörkare.
- Effekter – att åstadkomma specifika ljudeffekter.

De tre grundprinciperna

De tre grundprinciperna omfattar det mest fundamentala inom sång och är det man först och främst måste lära sig att behärska perfekt. De gör det möjligt för en sångare att nå alla höga och låga toner -inom sitt röstomfång, att kunna sjunga långa fraser, att ha en klar och kraftfull röst samt att undvika heshet. Oavsett vilken funktion, klangfärg eller effekt som används, ska de tre grundprinciperna följas. De tre grundprinciperna är:

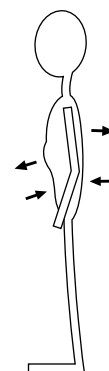
1. Stöd

Stöd betyder att motarbeta diafragmans naturliga strävan att släppa ut den luft som har inandats. Detta uppnår man genom att motarbeta diafragmans rörelse. Under tiden man sjunger trycks musklerna i midjan och musklerna vid solarplexus utåt medan magens muskler kring naveln gradvis dras inåt i en seg, långsam och kontinuerlig rörelse och ryggmusklerna spänns. Musklerna i ländryggen försöker att dra

bäckenet bakåt medan magmusklerna försöker att dra upp bäckenet under kroppen. "Kampen" mellan mag- och ländmuskler är en värdefull och viktig del av stödet.

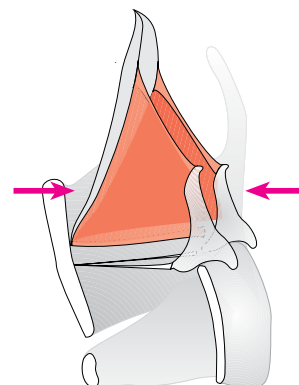
Stödet måste emellertid utföras i en seg och kontinuerlig rörelse såsom om rörelsen har ett motstånd så länge ljudet produceras.

När muskelsammandragningen inte längre är seg och kontinuerlig, t.ex. för att du inte kan dra magen kring naveln längre in eller trycka musklerna i midjan eller vid solarplexus längre ut, har du som regel inget stöd kvar. Därför är det viktigt att hushålla med sin stödenergi så att man inte slösar bort den eller använder den vid fel tidpunkt. Använd inte stödet förrän det behövs. Spara det tills det blir krävande att sjunga, så som vid höga toner eller vid frasslut. Stöd är hårt fysiskt arbete och därför bör du vara i god fysisk form.



2. Nödvändig twang

Området ovanför stämbanden bildar ett rör som kallas larynxtuben. När man twangar blir larynxtubens öppning mindre genom att kannbrosken och den nedre delen av struplocket förs närmare varandra, vilket gör att ljudet blir klarare och tätare (icke-luftigt) och du kan öka din volym. Du måste alltid använda s.k. nödvändig twang för att ha korrekt teknik och för att uppnå fri och obehindrad röst användning oavsett vilken funktion, klangfärg eller effekt du använder. Nödvändig twang gör det på alla sätt lättare att sjunga och för många

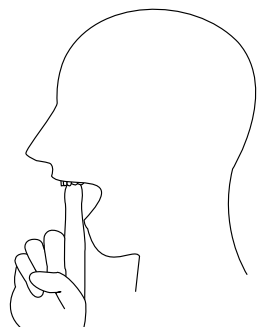


låter denna nödvändiga twang inte alls som ett "twangat" ljud.

3. Undvik att skjuta fram käken och att spänna läpparna.

Undvik att skjuta fram käken och spänna läpparna eftersom detta ofta utlöser spänningar kring stämbanden. Du kan få en avspänd käke genom att böja huvudet bakåt och placera ett finger mellan över- och underkäken. Res upp huvudet och ta bort fingret från munnen. Käken ska behålla denna position under tiden du sjunger. Underkäken ska vara indragen i förhållande till överkäken. Se också till att öppna munnen mer på höga och låga toner än på toner i den mellersta delen av rösten.

För att undvika spänningar i läpparna är det viktigt att bilda vokaler med tungan utan att ändra för mycket på munöppningens form. Konsonanter bildas som regel genom att göra ansatsröret snävare och med hjälp av spänningar i läpparna, men eftersom man inte vilar på konsonanterna särskilt länge när man sjunger, påverkar detta inte sången. Det är viktigt att snabbt kunna spänna av från en konsonant till en efterföljande vokal.





De fyra funktionerna

All användning av rösten kan delas in i fyra funktioner: Neutral, Curbing, Overdrive och Edge (f.d. Belting). Funktionerna skiljer sig åt genom att de har olika grad av metallisk karaktär. De flesta sångtekniska problem uppstår på grund av felanvändning av dem. Varje funktion har en viss karaktär samt vissa fördelar och begränsningar. För att undvika misstag och tekniska problem är det viktigt att känna till och behärska funktionerna så att man utnyttjar fördelarna och respekterar begränsningarna. För att utnyttja funktionernas fördelar på bästa möjliga sätt måste man också lära sig att byta funktion

smidigt. Man kan byta snabbt och glidande, eller byta funktion tvärt för att uppnå avsiktliga skarvar. De fyra funktionerna ska tränas var för sig och utifrån de specifika "regler" som gäller för varje funktion, men kom ihåg att alltid följa de tre grundprinciperna – oavsett funktion.

Neutral

Neutral är den enda icke-metalliska funktionen. Den har ingen "metall" i i tonen Dess karaktär är ofta mjuk som när man sjunger en vaggvisa. Neutral är den enda funktion där man kan sjunga luftigt utan att skada rösten. De två ytterligheterna i Neutral kallas "Neutral med luft"  55 och "Neutral utan luft"  56. För tydlighetens skull visas de ibland var för sig. Funktionen Neutral finner man genom att etablera en avspänd hängande käke.

Inom klassisk musik används Neutral med luft enbart som en sällsynt effekt, men i andra typer av musik används Neutral med luft vid passager med svag volym där man vill ha ett luftigt ljud. I den dagliga tillvaron används Neutral med luft när man viskar eller talar med luftig röst.

Neutral utan luft används inom klassisk musik av både män och kvinnor när de sjunger svagt, exempelvis vid pianissimo och "förtunningar" (volymen sänks gradvis utan att tonen förlorar sin kvalitet). Dessutom använder kvinnor Neutral utan luft i klassisk musik när de sjunger i den höga delen av rösten, oavsett volym.

I andra genrer används Neutral utan luft i passager, där rösten ska vara utan metall men ändå tät och klar. Man använder också Neutral utan luft när man talar svagt med tät (icke-luftig) röst.

Alla delar av rösten, alla vokaler och alla klangfärger kan användas i Neutral, av både kvinnor och män. Generellt är Neutral en funktion med svag volym, från mycket svag (pp) till halvstark (mf). Mycket stor volym (ff) är bara möjlig i Neutral utan luft i den höga delen av rösten. I västvärlden är, av tradition, Neutral den mest använda funktionen inom sångundervisning för kvinnor och används ofta t.ex. i skol- och kyrkokörer. Män använder dock olika funktioner. (se "Neutral" s. 87)

Curbing

🔊 72. Curbing är den enda halvm metalliska funktionen. Den har en viss mängd "metall" i tonen. Curbing är den "mildaste" av metallfunktionerna och låter återhållet eller lite klagande som när någon jämrar sig över att ha ont i magen. Funktionen Curbing finner man genom att etablera ett s.k. hold (ordet hold är ett engelskt ord som både kan betyda stopp/stoppa och grepp/gripa)

Inom klassisk musik använder män Curbing i hela sitt omfång när de sjunger halvstarkt (mf). Kvinnor använder Curbing när de sjunger starkt (f) i den mellersta delen av rösten och ibland även i den låga delen av rösten. I andra typer av musik används Curbing när man använder medium volym och önskar ett ljud med en viss mängd metall som t.ex. i mjuk soul eller R'n B. Man använder också ofta Curbing när man jämrar sig eller gnäller.

Män och kvinnor kan använda Curbing i alla delar av rösten. Klangfärgen kan ändras avsevärt. Alla vokaler kan användas, men i den höga delen av rösten måste man vrida vokalerna mot E (som i ser), UH (som i ung) och Å (som i vår), för att behålla funktionen. Volymen i Curbing håller sig vanligen inom mellanområdet. Volymen i Curbing är oftast en mediumvolym i jämförelse med de andra funktionerna. Den sträcker sig från från halvsvagt (mp) till halvstarkt (mf). Det går inte att sjunga mycket svagt eller mycket starkt i denna funktion. (se "Curbing" s. 96)

Overdrive

🔊 97. Overdrive är en av de två helmetalliska funktionerna. Den har mycket metall i tonen. Karaktären är ofta stark och direkt, som när man ropar "Hey!" efter någon på gatan. Till en början hittar man Overdrive genom att etablera ett s.k. bett. När någon talar eller sjunger starkt i låga eller mellersta delen av rösten är det nästan alltid Overdrive som används.

Inom klassisk musik används Overdrive av män när de sjunger halvstarkt (mf) till mycket starkt (f-ff) och av kvinnor enbart i den låga delen av rösten eller inte alls. I andra typer av musik används Overdrive när man sjunger starkt med mycket metall

i tonen som t.ex. i rockmusik. Man använder också Overdrive t.ex. när man ropar.

Beträffande tonhöjd är Overdrive den mest begränsade funktionen, särskilt för kvinnor. Kvinnors övre gräns för Overdrive går vid D2/Eb2 och för män vid C2 (i 2-strukna oktaven – tonhöjdsbeteckningar framgår av illustrationen på s. 66). Det finns inte någon nedre gräns. Alla vokaler kan användas i den låga delen av rösten, men i den höga delen av rösten kan man bara använda EH (som i hej) och OH (som i gång). Klangfärgen kan ändras något. Volymen är för det mesta kraftig, men förhållandevis svag volym är möjlig i den lägre delen av rösten. Ju högre upp man sjunger i Overdrive, desto mer utpräglad blir Overdrives starka och ropande karaktär (se "Overdrive" på sida 106).

Edge

🔊 120. Edge (f.d. Belting) är den andra helmetalliska funktionen. Den har mycket metall i tonen. Edges karaktär är ljus, skarp, påträngande och skrikig, som när man t.ex. imiterar ett dykande flygplan. Edge hittar man genom att twanga larynx-tuben (genom att låta som en anka).

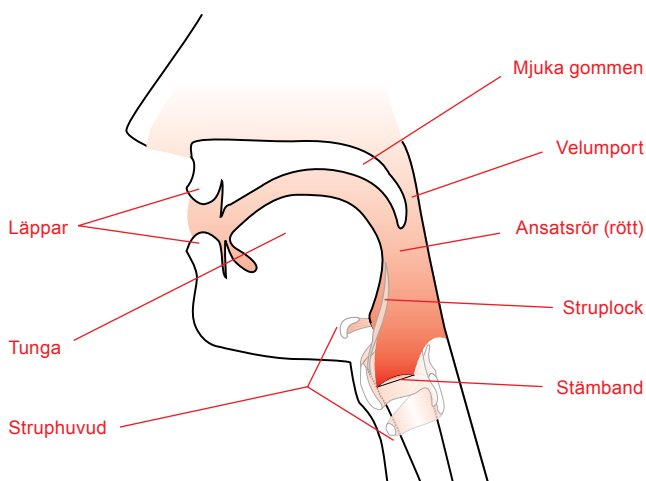
Edge används inom vissa genrer och då mest i den höga delen av rösten när man önskar mycket stark volym och mycket metall i tonen som t.ex. i heavy rock och gospel. Inom klassisk musik används Edge (f.d. Belting) när män sjunger mycket starkt (ff) ofta i den höga delen av rösten som vid tenorens höga C. Kvinnor använder inte Edge inom klassisk musik. Man använder också Edge exempelvis när man skriker.

Edge kan användas i alla delar av rösten av både kvinnor och män. Man kan enbart använda twangade vokaler i Edge (f.d. Belting), eftersom en twangad larynx-tub är en förutsättning för denna funktion. Det betyder att man i den höga delen av rösten bara kan använda E (ser), EH (hej), Ä (ärlig) och Ö (snö). Klangfärgen kan bara ändras lite. I den höga delen av rösten får man inte ändra på den ljusa och skarpa klangfärgen. Volymen är nästan alltid stark. Ju högre toner man tar, desto mer utpräglad blir den skrikiga karaktären i Edge. (se Edge s. 116)

Klangfärger

Alla funktioner kan färgas mörkare eller ljusare – vissa dock i större utsträckning än andra. Klangfärgen bildas i ansatsröret som är hela området från stämbanden till läpparna, inklusive velumporten (passagen till näshålan). Ansatsrörets form och storlek har stor betydelse för klangfärgen. Alla sångare har olika ansatsrör och därför har alla sångare sin egen personliga klangfärg. Om ansatsröret är stort blir klangen mörkare och fylligare – är det litet blir klangfärgen ljusare och tunnare. Ansatsrörets form kan ändras i många riktningar och därför finns det många olika sätt att ändra på röstens klangfärg.

Kom ihåg att följa de tre grund principerna och se till att du behärskar den valda funktionen innan du ändrar klangfärg.



Man kan ändra på ansatsrörets form genom att förändra:

- Larynxtubens form 🗣️ 163 🗣️ 164
- Struphuvudets läge 🗣️ 165 🗣️ 166
- Tungans form 🗣️ 167 🗣️ 168
- Munöppningens form 🗣️ 169 🗣️ 170
- Mjuka gommens läge 🗣️ 171 🗣️ 172
- Hur öppen eller sluten velumporten (passagen till näshålan) är 🗣️ 173 🗣️ 174

Var och en av dessa faktorer kan och bör övas var för sig så att man får klart för sig hur de inverkar på klangfärgen.

När man kan behärska varje faktor var för sig, kan man kombinera faktorerna på olika sätt för att variera sin klangfärg.

Effekter

Med effekter menas ljud som inte är en del av melodi eller text utan används för att understryka sångarens uttryck eller stil. Många av effekterna bildas i ansatsröret. Ingen sångare är den andra lik. Det betyder att varje effekt måste specialdesignas för den enskilde sångaren, så att det tas hänsyn till sångarens anatomi, fysiologi, kondition, energinivå och temperament.

Innan man börjar arbeta med effekter är det viktigt att behärska de tre grundprinciperna och den funktion och klangfärg man valt.

Effekter kan vara:

- Distorsion 🗣️ 222
- Creak 🗣️ 234 och Creaking 🗣️ 240
- Rassel 🗣️ 245
- Growl 🗣️ 252
- Grunt 🗣️ 270
- Skrik 🗣️ 267 🗣️ 277 🗣️ 278
- Skarvar 🗣️ 276 🗣️ 277 🗣️ 278
- Luft på tonen 🗣️ 67
- Vibrato 🗣️ 295 🗣️ 296
- Ornament (snabba utsmyckningar) 🗣️ 316

Lita på dig själv

Några av de grundregler som inte kan upprepas för ofta är:

- Sång ska alltid kännas behagligt.
- Tekniken ska ge den avsedda effekten omedelbart, annars arbetar du inte med den på rätt sätt.
- Om en övning gör ont, är obehaglig eller känns fel ÄR det fel. Det är endast du som kan känna hur det känns och därför ska du lita på din egen känsla.

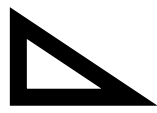
3 grund principer

- Stöd
- Nödvändig twang
- Undvik framskjuten käke och spända läppar

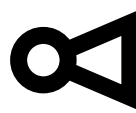
VÄLJ FUNKTION



NEUTRAL



CURBING



OVERDRIVE



EDGE

VÄLJ KLANGFÄRG

MÖRK

LJUS

EVENTUELLT VÄLJ EFFEKT

- distorsion
- creak och creaking
- rassel
- growl
- grunt
- skrik
- avsiktliga skarvar
- luft på tonen
- vibrato
- ornament

KOMPLETT SÅNGTEKNIK är banbrytande och innovativ. Den är mycket användbar för alla som är intresserade av sångrösten, professionella såväl som nybörjare. Tekniken kan användas i alla sångstilar.

Denna bok är baserad på aktuell och uppdaterad forskning inom sångteknik. "Komplett Sångteknik" rekommenderas av sångare, sångpedagoger, skådespelare, talpedagoger och läkare över hela världen.



Cathrine Sadolin har utmärkt sig som en av världens ledande röstforskare. Hon har forskat inom alla sångstilar under 25 års tid och samtidigt kombinerat det med sina erfarenheter som professionell sångerska. Detta har medfört ett nytänkande inom området. Hon inbjuds regelbundet till att delta vid röstkonferenser runt om i världen

och bidrar till den pågående röst- och sångtekniska forskningen. Hennes specialområde är att lösa röstproblem, reparera slitna röster samt att undervisa avancerad sångteknik inom alla stilarter. Hon har arbetat med teater, opera och skivbolag, både som röstcoach och som sångproducent. Hon har uppträtt både som klassisk sångare, folkmusik- och rocksångare runtom i Europa och har spelat in flera CD-album.

2002 lanserade Cathrine en 3-årig diplomutbildning för professionella sångare och sånglärare, som vill utveckla sina färdigheter. 2005 öppnade hon **COMPLETE VOCAL INSTITUTE** (CVI) i Köpenhamn med förgreningar i många länder. CVI är idag det största sånginstitutet för halv- och helprofessionella sångare i Europa.



Shout Publications • Hausegade 3, 5
DK-1128 Köpenhamn K • Danmark
e-post: cvi@shout.dk

ISBN 978-87-992436-3-1

www.completevocalinstitute.com

Recensioner

"Det här är en imponerande bok med fantastiska illustrationer och förklaringar, skriven för alla som har lust att ta itu med den... En fantastisk kunskap om rösten... Det finns lysande recensioner på bokens baksida och några av dem innehåller ordet "bibel" och då en definition av ordet bibel är, "en bok som anses vara en auktoritet inom detta specialområde", är jag beredd att hålla med.

Communicating Voice, British Voice Association

"Med sitt oortodoxa och energiska sätt att ta itu med röstens mysterier, har Cathrine Sadolin medverkat till att ta död på gamla myter. Hon har försett åtskilliga sångare – från amatörer till professionella – med redskap som gör det möjligt att bättre förstå röstens olika funktioner. "Komplett Sångteknik" är en imponerad och ambitiös bok, fylld med förklarande illustrationer och med en väl genomarbetad grafik."

Soundcheck, Music magazine for professional musicians

"Komplett Sångteknik" innehåller material för både sångare och sånglärare på alla nivåer, både inom klassisk sång och inom andra genrer... Cathrine Sadolin är en problemlösare med stor erfarenhet. Boken genomsyras av hennes nyfikenhet och engagemang för sin profession, som smittar av sig. Man får lust att ägna sig åt varje övning som föreläs. Hennes forskningsarbete är gediget och hennes stora praktiska erfarenhet präglar boken på ett befriande sätt. Hennes orubbliga envishet att skapa en allmän teknik och en gemensam terminologi som täcker alla musikstilar, klassiskt såväl som andra genrer, är ovanlig och väl värd att upphöjas. Därför kan vi helhjärtat rekommendera denna bok som på ett så fint sätt avmystifierar vad det innebär att sjunga."

The Musician, Magazine of the Danish Musician's Union

En bibel för sångundervisning och röstvård... En epokavgörande bok om sångteknik... En mycket flott och kompetent instruktionsbok om sångteknik... Många illustrativa bilder som verkligen berättigar boken för självstudier... Lättläst och tillgänglig för alla sångintresserade... Boken innehåller helt enkelt allt som en sångare behöver veta och omfattar alla stilarter från klassisk sång till andra genrer... En revolutionerande bok, som alla som är intresserade av röstanvändning, kommer att få stort utbyte av.

Djembe, World, Music, Dance & Art

"Framstående nytänkande... Boken ger en omfattande och detaljerad redogörelse av alla tänkbara aspekter inom sångteknik... Mycket lättöverskådlig... Lättanvänd... Många goda pedagogiska idéer att få inspiration av... Den är verkligen komplett... Jag kan varmt rekommendera boken till alla som undervisar i musik. Den är ett "måste!"

Gymnasiemusik, Magazine for music teachers at colleges

"Den nya bibeln för alla sångare... Enligt Cathrine Sadolin kan alla lära sig att sjunga och jag är beredd att hålla med efter att ha läst "Komplett Sångteknik". En av bokens mest obestridda kvalitéer är hänsynstagandet över det faktum att läsarna kan komma från många olika bakgrunder. Även de som lider av "men-jag-kan-verkligen-inte-sjunga-syndromet" kan få tydlig hjälp från denna bok. Genom det pedagogiska och positiva sätt som Cathrine förmedlar sin kunskap på, ges en känsla av att "Komplett Sångteknik" är skriven just för dig och bara dig. Även om den i själva verket kan bli (och borde vara) en bok som alla äger... Jag kan varmt rekommendera "Komplett Sångteknik" till alla som är intresserade av att uttrycka sig med rösten."

Line out, Magazine for Musicians