

전통적 벨칸토 발성훈련법에 기초한 음성전문직업인 발성훈련의 표준화

한양대학교 성악과,¹ 경희대학교 성악과,² 한국예술종합학교 성악과,³
동아방송대학교 방송연예계열,⁴ 가톨릭대학교 서울성모병원 이비인후과 발생치료실⁵

김 철 준^{1,2,3,4,5}

= Abstract =

Standardization Voice Training Method for Professional Voice User Based on Traditional <Bel Canto Training>

¹Department of Voice, Hanyang University College of Music, Seoul; and ²Department of Voice,
Kyung Hee University College of Music, Seoul; and ³Department of Voice, Korea National University of Arts, Seoul; and
⁴Division of Entertainment in Broadcasting, Dong-Ah Institute of Media and Arts, Seoul; and
⁵Ent Voice Clinic, Seoul St. Mary's Hospital, Catholic University of Korea, Seoul, Korea

Chul Jun Kim^{1,2,3,4,5}

Opera singers train their vocal organ to have a good timbre of voice. They train and train again to have a strong resonance, large range of voice, homogenous color of voice, a voice goes far and to avoid vocal disorder, etc. This article is analyzing <Bel canto training> from scientific and medical perspective. It could approach the secret of the great art of 400 years history - <Bel canto>. Furthermore standardizing voice training method based on <Bel canto training> will facilitate to train, therapy and care the voice professional user and voice disorders.

KEY WORDS : Voice training method · Professional voice users · Bel Canto · Standardization.

서 론

이 종설은 전통적인 성악 교수법<Bel canto training>을 과학적, 의학적인 관점에서 바라보았다. 주관적 느낌의 전달이 주를 이루는 각 훈련방법들이 발성기관에서는 실제적으로 어떻게 작용하는지 후두음성언어의학적 지식을 접목시켰다. 이를 통하여 400여년의 역사를 통하여 경험적으로 검증된 <Bel canto>창법을 객관적 관점에서 이해하고, 이를 바탕으로 음성전문직업인과 음성질환의 치료, 훈련, 관리에 기준이 될 수 있는 표준화된 발성훈련법을 제시한다.

본 론

1. 호흡훈련

“호흡을 이해한 자만이 노래를 이해한다.”, “호흡을 끌어당기지 말고 낚아채라.”, “좋은 호흡이란 목구멍의 바닥까지 여는 것이다.”, “허파의 뒤쪽 반을 이용해서 호흡하라”.

성악가는 복식호흡을 하기 위해 여러 추상적인 개념과 표현을 사용하여 훈련한다. 울고 있는 갓난아이의 복부의 움직임 관찰하기도 하고, 개가 짖을 때의 몸통의 움직임에서 힌트를 얻기도 한다. 흉곽을 최대한 확장시키고, 어깨상승을 억제하며 복식호흡을 연습한다. 누운 자세로 배위에 무거운 물체를 올려놓고 호흡을 연습하기도 하며, 최대한 오래 흡기하고 최대한 오래, 같은 압력으로 숨을 내뿜는 과정을 훈련한다. 호기 시 성악가는 등, 옆구리, 복부의 긴장감에 집중한다.

성악가의 호흡훈련을 후두음성언어의학의 관점에서는 흉곽을 최대한 확장시키고, 횡격막을 이용하여 호흡하는 흉복식호흡으로 이해할 수 있다. 흉복식호흡은 폐활량 활용도를 극대

논문투고일 : 2016년 5월 27일
논문심사일 : 2017년 6월 9일
게재확정일 : 2017년 6월 12일
책임저자 : 김철준, 04763 서울 성동구 왕십리로 222
한양대학교 성악과
전화 : (02) 2220-1230 · 전송 : (02) 2281-9490
E-mail : chuljunkim@hanyang.ac.kr

화시킬 수 있는 호흡으로, 신체기능을 한계치까지 사용하는 스포츠 선수들도 사용하는 호흡이다.

1) 흉복식호흡(Abdominal breathing+chest breathing)

(1) 흡기(Inspiration)

- ① 횡격막(diaphragm) 하강으로 상복부 팽창
- ② 외늑간근(external intercostal muscle), 대흉근(pectoralis major muscle), 소흉근(pectoralis minor muscle) 등의 흡기근육(inspiratory muscles)의 작용으로 흉곽 확장

(2) 호기(Expiration)

- ① 복근(Abdominal groups)과 밀접한 연관
- ② 복압→횡격막→흉곽의 압력→호흡의 압력으로 전달
 - 성악가는 강제적 호기 시 호흡압력 조절을 목표로 복압, 내늑간근의 수축압력을 버티는 훈련을 한다.

2. 자세와 발성기관의 최적화

좋은 자세와, 낮은 후두위치는 성악가가 가져야 할 필수 조건이다. 악기라고 말할 수 있는 발성기관의 모양을 최대한 확장시켜 공명현상의 극대화를 추구한다. 흉곽의 확장을 통해 발성기관의 확장을 돕고, 폐가 확장 할 수 있는 공간을 마련한다.

성악가들은 낮은 후두위치를 유지하기 위해 하품할 때의 발성기관 모양에서 힌트를 얻는다. [우], [오] 모음으로 발성훈련을 하기도 하고, 고음에서 상승하기 마련인 후두와 발성기관의 모양을 유지하기 위하여 “토해라”는 표현을 사용하기도 한다.

이는 후두음성언어의학적 관점에서 “흉곽확장을 통해 폐활량의 활용도를 극대화 하고, 공명강(vocal tract)확장을 통해 성악가 음형대(singer’s formant)를 만든다”로 이해될 수 있다.

낮은 후두위치에서 산출 되는 음성은 성대접촉률과 공명현상의 증가(high quality sound source and strong resonant frequency)로 더 따뜻하고 풍성한 느낌을 준다.

*흉곽의 확장, 낮은 후두 위치(Lower larynx)

바른 자세로 흉곽을 확장하고, 하품할 때의 발성기관 위치를 유지 [u], [o] 모음으로 발성훈련

3. 성대접촉의 강화와 성대접촉패턴의 변화

성대원음(sound source)의 질적인 향상은 성악가에게 가장 중요한 요소이다. 좋은 음질의 성대원음은 공명주파수의 강도를 높여, 성악가 음형대(singer’s formant) 형성을 용이하게 한다. “강한 음성”, “더 멀리 전달되는 음성”, “풍부한 음성”, “균질한 음색의 음성” 등은 <Bel canto training>의 목표이며, 이를

위해서는 성대원음(sound source)의 질적인 향상은 필수적이라 하겠다. 성악가는 강한 음색을 내기 위해 무거운 물체를 들고 발성연습을 하기도 하며, 치아를 무는 힘, 벽을 미는 힘을 이용해 훈련하다. 이는 <Bel canto training>에서 굉장히 효과적으로 사용 되고 있으며, 이를 통해 발성의 문제점을 극복하는 사례는 교육현장에서 빈번히 목격된다.

1) 성대접촉 강화훈련

치아를 물거나, 무거운 물체를 들어 올리는 보조적 동작으로 성대 내전근인 피열간근(interarytenoid muscle)과 측윤상피열근(lateral cricoarytenoid muscle)의 활성화와 훈련을 돕는다. 이는 성대의 완전한 접촉, 즉 성대후면 틈새(posterior chink)가 없는 접촉을 돕는다.

낮은 후두위치에서 성대접촉이 강화 되면, 음질은 강해지지만 음역이 제한되는 부정적 현상이 발생한다. 성악가의 “느낌”에서는 “무겁다”라고 표현된다. 성악가는 “낮은 후두위치”, “높은 호흡압력”이라는 기본 조건을 포기하지 않고, 이를 해결하기 위해 다음과 같은 훈련을 하며, 후두음성언어의학의 관점에서 실제적 훈련의 작용은 다음과 같다.

2) 성대진동 패턴의 변화

(1) 허밍(humming & open mouth humming) : 성문상압의 증가(trans-glottal-pressure 감소)를 통해 성대의 상연진동패턴을 돕는다.

(2) Lip bubble(trill) : 진동체의 역치값(vibration threshold)을 낮춘다.

(3) 유성자음 [z], [v] 발성 : 모음보다 낮은 성대접촉률로 성대 상연진동패턴을 돕는다.

(4) 비자음([m], [n])을 초성으로 사용한 발성훈련 : 성대 상연진동패턴을 돕는다.

(5) [h] attack : 호흡의 흐름을 먼저 생성하고, 성대를 접촉하는 테크닉으로 호흡기관과 발성기관의 섬세하고 효율적 조절이 요구되며, 이는 성대 상연진동패턴을 돕는다.

성악가는 비교적 훈련이 용이한 호흡훈련과 발성기관 확장훈련을 선행적으로 시행한다. 그 후 대부분의 트레이닝 시간을, 강한 음색을 위한 성대접촉 강화 훈련, 넓은 음역의 확보를 위한 성대 상연진동패턴 훈련에 사용한다.

4. 전통적인 성악 교수법(Bel canto training)에서 사용되는 표현

성악가는 발성기관의 섬세한 조절을 통한 음성의 미세한 차이를 느껴야 한다. 또한 성악가는 그의 의도대로 자신의 소리를 조절할 수 있는 능력을 키우기 위하여 노력한다. 고대의 이탈리아 대가부터 20세기의 대가들까지, 그들이 아름다운 가

창을 위하여 사용하는 표현은 다음과 같다.

- 1) 숨을 가지고 노래하는 것이 아니라 숨 위에서 노래하라.
- 2) 소리를 들어 마셔라.
- 3) 훌륭한 성악가는 노래하는 동안 그 입 앞에 촛불을 갖다 대어도 불꽃이 흔들리지 않는다.
- 4) 꼭 다물어지지 않은 성대는 호흡에 있어서 구멍 난 고무공과 비슷한 의미를 지닌다. 성대의 필요가치는 바로 그 점에 있는 것이다.
- 5) 훌륭하지 못한 성악가와 정치가에게는 약음이 없다.
- 6) 아주 날씬하게 노래하도록 하라.
- 7) 떠 있는 상태로 저음에 도달하지 않으면 절대로 더 높은 음으로 갈 수가 없다.
- 8) 모든 모음에서 [a]를 유지해야 한다.
- 9) 나는 장화를 신고 노래한다.
- 10) 온 몸이 함께 노래한다.
- 11) 나는 음에 입맞춘다.
- 12) 우리는 오직 한결을 한결음씩 스스로를 완성할 수 있다. 가장 마지막 완성을 손에 넣기엔 가창기술은 너무 어렵고 인생은 너무 짧다.

이렇듯 성악가는 여러 가지 비유와 상징의 표현들로 자신이 가지고 있는 가창의 노하우를 전수한다. 하지만 이러한 표현들은 예술성을 내포하고 있고, 심지어 철학적이기까지 하다.

5. 예술성을 배제한 전통적인 성악 교수법(Bel canto training)

바로크 오페라의 작곡가이자 성악교사였던 니콜라 포르포라(Nicola Porpora, 1686~March 1768)는 “기술의 완성으로부터 예술은 시작된다.”라고 이야기 하였다.

목소리의 생성과 각 기관들의 작용을 “관 안에서의 공기의 흐름과 성대의 저항”이라고 단순화 한다면, 성악가의 발성훈련 또한 후두음성의학적 관점에서 다음과 같이 기능적 측면만으로 설명할 수 있다.

- 1) 폐활량 활용도의 극대화 : 흉곽확장을 통해 폐의 확장을 도우며, 횡격막을 이용하여 복식호흡
- 2) 호흡의 압력을 조절 : 복압의 적절한 컨트롤
- 3) 공명현상의 극대화 : 발성기관을 확장(낮은 후두위치→공명강(vocal tract)의 길이증가→공명 주파수 증가)
- 4) 높은 성문저항 : (성대접촉률-성대원음의 질적 향상)
- 5) 성대 상연진동패턴 생성(가볍고 유연한 음색)

주관적이고 추상적인 성악 교수법은 과학기술의 발달로, 오늘날 객관적이고 구체적으로 이해 될 수 있게 되었다. 예술성을 배제한 전통적 성악교수법은 위와 같이 단순화 된다.

6. 음성전문직업인과 발성훈련

스포츠 과학의 발달로, 운동선수의 훈련은 전문화 되었다. 선수는 자신의 장점과 단점을 파악하여 그에 맞는 훈련프로그램을 따르게 된다.

마찬가지로, 단순화 된 전통적 성악 교수법(Bel canto training)은 여러 음성전문직업인의 특성에 맞게 사용 될 수 있다. 성직자, 아나운서와 같이 신뢰감을 주는 목소리를 사용하여야 하는 직업 군에서는, 위에서 제시된 “홍복식호흡훈련-발성기관 확장훈련-성대접촉 강화훈련”을 중점적으로 실시한다. 성대접촉강화훈련을 통해 성대의 완전한 접촉, 성대하연 접촉을 도와 질 좋은 성대원음을 생성한다. 발성기관 확장을 통해 공명감 있는 목소리 구사를 돕는다. 가수, 성우 등 다양한 음색과 넓은 음역대의 음성사용이 요구되는 직업 군에서는 성대상연 진동패턴을 도울 수 있는 여러 훈련방법들이 사용되어야 한다. “홍복식호흡훈련-발성기관 확장훈련”은 음성질환자 스스로 훈련할 수 있을 때까지 지속적으로 사용하여 음성산출의 기반을 마련한다.

결 론

전통적인 성악 교수법(Bel canto training)에서 제시된 발성훈련법을 기능적 측면만으로 단순화 하여 이해 하였다. 제시된 각각의 발성훈련법이 성악가를 비롯한 많은 음성전문직업인들의 발성훈련, 교정, 치료에 기여하기를 바라며, 더 나아가서는 표준화된 발성훈련법이 일반화, 보편화 되어 국민의 음성건강에 기여하게 되기를 소망한다.

중심 단어 : 음성훈련방법 · 음성전문직업인 · 벨칸토 · 표준화.

REFERENCES

- 1) Hines J, Great Singers on Great Singing. 1st ed, New York, NY: Lighthouse;1982.
- 2) Brunner R. *Gesangstechnik, Resenburg, Germany; Feuchtinger und Gleichauf;1993.*
- 3) Gwon YK. *Understanding of the Western Classical Singing Voice In: Yi Son editors. Laryngology, Phoniatrics and Logopedics. 1st ed. Seoul, Korea: Iljogak;2012. p.P245-63.*
- 4) Nam DH. *Bel Canto Vocalization. In: Nam DH, Choi HS editors. Respiration and Vocalization. Seoul, Korea: Gunja;2006. p.133-49.*
- 5) Nam DH. *Calization theory. In: Nam DH editor. Vocalize. Seoul, Korea: Chorus Center;2011. p.95-128.*
- 6) Titze IR. *Generation and Propagation of Sound. In: Titze IR editor. Principle of Voice Production, 2nd printing. Iowa City, IA: National Center for Voice and Speech;2000. p.123-48.*