



新音樂叢書

聲樂知識

作樂書屋

目 錄

第一章 聲樂家的苦心

A. 聲樂家怎樣克成自己的事業	1
B. 我的飲食生活	5
C. 喝酒和抽煙	5
D. 社交的煩惱和損害	6

第二章 聲和發聲法

A. 所有的聲樂家都有自己的方法	8
B. 聲的類屬和注意	10
C. 音的發法	11
D. 怎麼保持一個音	14
E. 三個音部	15

第三章 要矯正的缺點

A. 柔聲	18
B. 怎樣改正幾種壞的聲音	19

C. 閉口練習32

D. 對時間和拍子的注意23

第四章 語法及其他

A. 唱歌的咬字與吐詞35

R. 從聲樂家的見地看各國語言27

C. 藝術家的精神痛苦29

D. 歌唱前的用心30

E. 叫的危險51

F. 關於聲樂教師32

第五章 大聲樂家的秘密與迷信

A. 大聲樂家共有的舞台恐懼34

B. 各種各樣的苦惱現象35

C. 幾個極迷信的聲樂家57

D. 關於有志歌劇工作的人38

E. 錯誤的志願者39

F. 最後的話40

第一章

聲樂家的苦心

A. 聲樂家們怎樣克成自己的事業

在空暇的季節，成千成萬的歌劇觀眾中的大部份新的參加者，他們除了自己從舞台上聽到和看到了聲樂家的光輝演出之外，很少明白演奏者從前是如何經歷長長歲月的鍛鍊，如何小心翼翼地保護自己唯一寶貴的財產——聲音的正常發展，和如何維持身心的健康，以克成自己的事業。

這些聽眾，他們更不知道，當銀幕沒有揭開之前，大多數的聲樂家的心裏是怎麼樣的焦急，惶恐，如何擔心自己在舞台上演唱時會生出亂子。

從外表上看來，聲樂家的生活像是近於豪華放蕩，而實際上常常是約限自己的社交活動，壓抑着自己的心使它不致傾向于過多地向享樂上奔放；幾乎，每個聲樂家，每每是持着一種苦行者的信念來貫徹他的願望。

像這種情形，也許有些聲樂家稍有不同，這裏，我祇就個人的經驗，提出來談談。

聲音，是天赋予我們的，也是一個聲樂家的名譽和生命的根基，是演唱者所冀圖表現某一作品給聽眾的主要條件，保護這寶貴的生命線，是每一個聲樂家的絕大的責任。

我有過這樣的事蹟，恐怕是我比很多的學習者有一種特多的幸福吧！就常情而論，一個學者是需要艱苦奮鬥許多年月，有的人，甚至經歷很久的日子才能使聲音達到善境，我雖然也經過適當的練習，但卻沒有時刻地擔心到我的聲音，我竟然用不到化費特別多的時光就獲有了比較滿意的歌音了。

不過，我不能不鄭重地在此提出：如果一個人，既有着一副天賦美麗而嘹亮的歌喉以後，那就需要着更多的注意，來保護它原來的秀麗和潤澤，不斷地設法增進聲音的光彩和

優美，這應該是每一個聲樂家最值得留意的問題。

下面，我將記述一些個人的經驗，作為讀者的參攷：

B. 我的飲食、生活

若干聲樂工作者，常常不屑於談及這些問題，他們往往隨意糟蹋自己的天賦；在我，認為『飲食』是一個相當重要的問題。

關於飲食，我喜歡簡單而有益。

早上，吃『大陸風』的早餐，我慢慢而細心的用着，隔了兩個鐘頭，才吃『真正充飢』的午飯。

在意大利，膳餐普通是用「瑪克路尼」，我的午飯，喜歡「瑪克路尼」，所以特別雇用了一個「瑪克路尼」專家來担任。

我的嗜好是沒有限制的，祇要簡單而有營養就够了。我常常囑咐廚師小心地烹製。有許多東西，本質是精美的，要是馬馬虎虎地製作它，對於身體常常祇能發生相反的效果。

我，祇是吃過午飯就去參加晚間的演出，噉一客「三文

治」，和一杯糖水，就不想吃別的什麼東西了；演出終了以後，才好好地吃一頓適宜的晚餐；我的消化力是可驚地強健，這也許是調節得好的結果。

有一部份聲樂家，他們對吃東西是不很留心的。其實亂七八糟的噉，一定會把胃口攪壞的，而消化器與聲帶是密切地連系着的，如果有一方面失宜，就影響到另一個器官了。

也許有人要疑問，為什麼在演出之前這麼長的時間都不噉一點東西呢？那裏捱着肚餓去演出，體力不是很難撐撐下來嗎？這道理也很簡單，我們希望呼吸時給橫隔膜能有盡量地擴大和收縮的幅圍，如果喫得飽飽，其勢腸臟必然向四面佔領了一部份地方，結果就不能自由地行深呼吸了。這樣音色被波害，發聲上極重要的呼吸也受到阻礙，並且加重了內部消化作用的精力的消耗。這些事情，表面上看來像很平常，可是對於聲樂家却是很重要的。而對初次演唱的聲樂家却更要注意。

有些聲樂家，甚至到了演出時，依然忙頭忙腦，無法找到充分時間來練習。我認為演唱之前有一個安靜的機會來準

備複習每個節目是必要的，如果能把生活處理得當，留下一個足用的練習時間，那樣對於演出一定有很大的益處。

早晨，我稍爲做一點像軍隊一樣的體操運動，或者拿一副輕的啞鈴練習練習，有時，坐坐腳踏車也就算了。但是，總不能忘記做一個聲樂家的必要的深呼吸活動。實際上，動作本身就是一種很好的鍛練，這樣經常運動，也會使自己的身體不致過於徒然的肥胖。

這樣，每天不斷地進行，不僅對於體力增強，並可使一個人的姿態保持均衡發展。

C. 喝酒和抽煙

可以喝酒吧！或者，不可以喝酒吧！或者說，喝酒是可以增進聲樂家的幸福吧！這個，最好諸位自己想想。

喝酒，這是個人的習慣問題，在意大利，吃飯時喝一些比較輕純的酒的習慣，似乎不是一件壞事。我對我國（意）的 Cantea 酒很早就感到興趣，這種酒是意大利自己的鄉土製作的淳酒，飲的時候，總是適可而止；一直都堅持這個信約

，我不飲用酒精強烈的酒，特別不喝威士忌（Whisky）。

在登古路，莎索那地方的人，流行着一種這樣的見解，認為喝酒使它燃燒聲帶會歌唱出一種特殊的微妙的音色來，但對於高八度音的純清，響亮，却常會受到極大的影響。

我喜歡抽捲煙，但大部份聲樂家，每每勸誡一些青年聲樂家，放棄這種習慣。『因為抽煙的結果，會禍害咽喉，聲帶，和肺等微妙的機構。』

我談了這許多，就是為了說明，即使有一個好咽喉，也不能隨意地去損害它。我們應該像那鵝鳥一樣，有了「金卵」就要小心去保養它。

D. 社交的煩惱和損害

一般較著名的聲樂家，他們不大喜歡毫不選擇地去參加社交上的應酬，比較不親密的朋友招待會，茶會，晚宴，他們是不大想去參加，這樣，社交活動就少得多。

大多的聲樂家，為了自己的健康，和珍惜自己的聲音，不免常常拒絕社交上的請求。

在羣衆的場合要長時間的講話，對於聲樂家也不適當，這樣會使聲帶疲勞而減弱它的敏感，和損害了音色。

午飯後，喝喝茶，我總不過多地喝吸雜亂的東西，到了晚上的節目奏完，我必定約幾個知友到一個比較安靜的地方，好好用一頓晚飯。

在等待出場的時間中，我總喜歡靜靜的坐着養養精神。

諸位讀完這些，大概會有人相信，一個聲樂家，到他被世界所賞識，被廣大的聽衆所擁戴時，他的生活實在不是糊糊塗塗的。

第 二 章

聲 和 發 聲 法

A. 所有的聲樂家都有自己的方法

一般人都有這種想法：所有的聲樂家，聲樂教師，他們之所以成功，一定有一種方法，這也許是真的；可是，這些方法，要他們詳細說明，在許多藝術家多半是無能為力的。其實，有沒有什麼特殊方法，幾乎連他們自己也不清楚。

大部份聲樂家，他們總感覺得，聲樂的技巧方面，是微妙的，個人的。事實上，他們常常是習慣的，有時是近於無意識的或者偶然獲得的。他們曾經歌唱過不少感人的歌曲，而即使單單希求他們把那些為什麼會唱得這樣成功的方法和

理論轉述於他人，他們難免覺得負擔過重。

當然，某些「藝術家的」習慣能如能整理成爲一種容易明白的理論，再就學者的才，個性 and 各種特殊的情形相適應，像這樣的聲樂家的體驗的援助，效果也許很好，這種參考是有點特殊價值的。

一個聲樂家，當他嘗試音階上某一個音的發聲時，舌和咽喉的位置怎樣才能正確，氣流怎樣才能配合得當，怎樣的情形才能使那個音發出得極有效果，這種經驗是可貴的。

但是，他們這樣練習的理由，不是單純的理論問題，而是經歷了無數次的實驗的知識的積累，他們這樣經常重複練習，改正，才能獲得一種比較滿意和適合自己的方法，而且，這種方法，常常還要發展它。

我們知道，許多別的人，一樣的能够歌唱很美的音，而他各自的方法就不一定相同，所以，我們一定先要了解，所有的聲樂家的方法中，那些特殊的方法對自己才有好處，這樣瞭解以後去學習，也許對自己更有得益。

但這是很困難的，要判斷這種方法，是否對於學習者有

用，就連那有經驗的人也不一定知道。

有人也這樣問過我，我回答『說不定我真有某些特殊方法，那是因為這種方法對我特別適宜而已』。

B. 聲的類屬和注意

關於聲的分類，在很多的青年聲樂家，起初會感到困難的，他們說，自己本人的真正音質是屬於女高音 (Soprano)，女次高音 (Mezzo Soprano)，或女上低音 (Contralto) 呢，他們不能決定下來。

自然，要區別男高音 (Tenor) 和男低音 (Bass) 比較容易，但要分出男上中音 (High Baritone) 和男高音 (Tenor) 的本質就感到棘手了。我們常見這種情形，歌者自己本來是一個 High Baritone 的音質，但他以為是一個 Tenor，便常常練習一些超過他自己聲音所能勝任的歌曲。

從聲音的發展來說，音域常常是能够擴大的，一個男中音，有時會變為男高音，這種情形，常常會因歷時間題而變動的；要決定聲音的本質的最好方法，我想是不時地檢查

檢查，自己最容易能發出什麼音，最高最低到什麼程度。普通 Tenor（男高音）是從中央C音到高八度的A音，Baritone（男中音）是從中央C音或它下面的A音到高八度的D音或E音，Bass（男低音）是從中央C音（或D音）向下唱到能成樂音的低音。

有一種人的音質是較難改變的，如果依照發展的可能，作合理的練習，慢慢也可以發出更高音或低音來，要是不管條件怎樣，勉強進行一些超過原來所能的音高或過低的練習，也許一時可以唱出音來，其結果不會有極多好處。

當 Baritone 要注力於高音練習時，低音往往不能同時練得好，最好不要過份焦急，左右逢源的情形往往是難能的。

如果自己的音域比較低，最好不要輕易去要求一定要成爲一個輕快的Tenor，像這種作爲，也許三年五年毫無收成。

C. 音的「發法」

現在，我們來談談歌唱方法非常重要的一點——音的「發法」。

概括來說，這是咽喉和舌的相關的位置，與發音時的性質問題。

多數的聲樂家，所帶的最大的缺點是：他們的音常常從胸腔和咽喉發出來；本來，身體是極重要的，但有了這種錯誤，即使享有健康的身軀也無所為能。我們看到，有許多極有希望的人才，犯了這種毛病，最初曾閃動一時的演出過，而以後，就消聲匿跡了。

能够正當地使用自己聲音的聲樂家，到了四五十歲的年齡，他的才能纔盛況空前地發展，聲音的力量不斷地擴大，到了五十歲才算達到高峯。有些聲樂家到了五十歲以後，依然光輝煥發，直至死時才完結了他歌唱的生涯。

不過，大藝術家自己，在未到他的能力衰老之前，便保持既得的聲譽而和聽衆告別了，因為任何人都無法抗拒自然的支配，他們害怕不顧一切的唱下去，被人們看着自己一天天地衰落實在是很難過的。

正當的純清的聲音，不是在咽喉的前面。要特別小心，使咽喉張開，給氣息能自如地出來。咽喉是聲音出入的門戶

，若是沒有十分充張開，對於實而圓滑的音的發出，一定會造成障礙。

咽喉也是吸呼的出入口，咽喉開了起來，聲音發出時，就要另找出路，或者在裏面消失了。

口開得太大，不能說就是咽喉開得大。要是技術的人，口不一定張得很大，而利用呼吸力使咽喉完全張開。

口形向兩側擴展，同時下顎向下開，使咽喉便於張大，這是很重要的。

歌唱高音時，口形要開得稍微小一點；極多的場合，口的形狀像微笑時一樣。最好站在鏡前練習，這樣可以使自己也注意到口形是否正當，而隨時糾正它。但要特別留心上顎的位置，要是音發得不好，可以稍為改變，使它能變得自然，圓滑的效果。

發 A 音時，應當使音從咽喉的後面發出來，發這個音之前，要特別注意使咽喉充分張開，不然，就會聽到「喉口的鳴音」，所發出來的音是生硬，緊張，聽起來不愉快。要是聽到一個歌手所發出的音，使人感到滲雜喉口的鳴音時，這

一定是沒有使聲音從咽喉的後部發出的結果。

D. 怎樣保持一個音

要想一個辦法，把一次所發出的音正確的保持下來，這和呼吸法有極大關係。

第一、要使肺裝得充分飽滿，如果肺祇被裝到一半的氣流，那麼發出來的音就減少一半了，也因此而常易於發生不正確的音程（走音）。

其次，要呼吸得連肚子也肥大起來時，就不要過份地單單追求胸腔的擴展，而特別注意肺向下腹下壓。（向下伸張，即使氣直達丹田）。同時用相反的運動（即下腹向上收縮）漸次吐出氣息來。包圍胃的左右的各機構，橫隔膜附近的各種有彈力性的組織，和周圍的筋肉，依照方法練習到有相當的收縮力時，對於呼吸是很有益處的，這些都是支持一個音時的重要因素。

橫隔膜好像一副抽風機，牠的任務也正相同。利用橫隔膜作為控制機關，供給各種適當的呼吸。吸入了氣息，保持