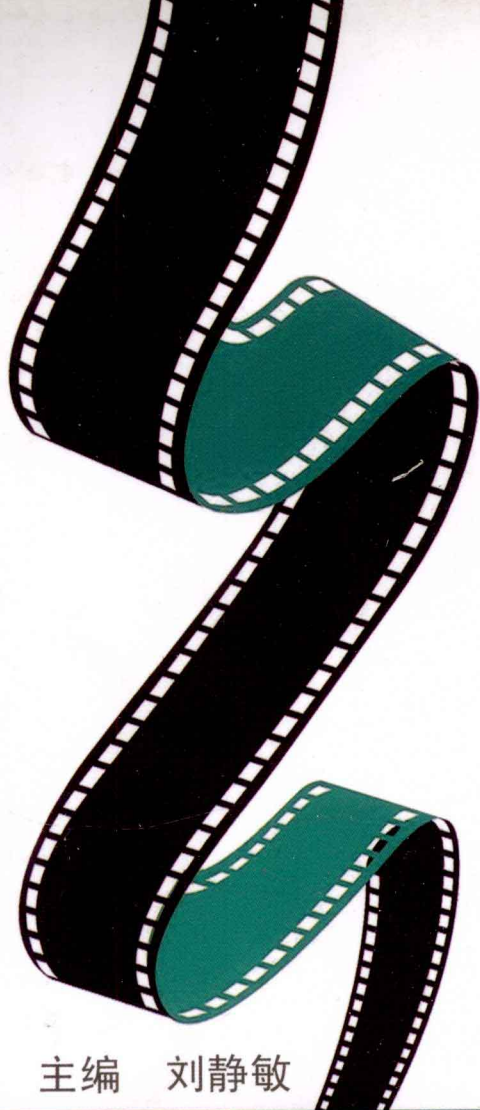


新世纪艺术文化系列丛书



主编 刘静敏



播音发声教程



中国海洋大学出版社

新世纪艺术文化系列丛书

BOYIN FASHENG JIAOCHENG

播音发声教程

主 编 刘静敏

参编人员 刘静敏 常 庆

中国海洋大学出版社

• 青 岛 •

图书在版编目(CIP)数据

播音发声教程/刘静敏主编. —青岛:中国海洋
大学出版社,2010. 12

(新世纪艺术文化系列丛书)

ISBN 978-7-81125-531-7

I. ①播… II. ①刘… III. ①播音—发声法—教材
IV. ①G222. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 249859 号

出版发行 中国海洋大学出版社

社 址 青岛市香港东路 23 号

邮政编码 266071

网 址 <http://www.ouc-press.com>

电子信箱 cbsebs@ouc.edu.cn

订购电话 0532—82032573(传真)

责任编辑 纪丽真

电 话 0532—85902342

印 制 日照报业印刷有限公司

版 次 2010 年 12 月第 1 版

印 次 2010 年 12 月第 1 次印刷

成品尺寸 170 mm×230 mm

印 张 17.875

字 数 350 千字

定 价 34.00 元

目次

第一章 绪论	(1)
第一节 播音发声的基本特点	(1)
第二节 播音发声的基本要求	(5)
第三节 学习播音发声的意义	(8)
第四节 播音发声的训练原则	(11)
第二章 播音发声基本原理	(20)
第一节 播音发声的物理基础	(21)
第二节 播音发声的生理基础	(26)
第三节 播音发声的心理基础	(33)
第四节 语音的社会属性	(41)
第三章 呼吸控制	(48)
第一节 呼吸器官及呼吸原理	(49)
第二节 胸腹联合式呼吸法的基本要领	(56)
第三节 呼吸控制训练	(69)
第四章 口腔控制	(98)
第一节 咬字器官及其功能	(101)
第二节 口腔控制的基本要领	(104)
第三节 吐字归音	(110)
第四节 口腔控制训练	(119)
第五章 喉部控制	(148)
第一节 喉部构造及成声原理	(148)
第二节 喉部控制的基本要领	(156)
第三节 喉部控制训练	(162)

第六章 共鸣控制	(181)
第一节 共鸣的原理和分类.....	(182)
第二节 共鸣调节的方法.....	(195)
第三节 共鸣控制的基本要领.....	(200)
第四节 共鸣控制训练.....	(204)
第七章 声音的弹性	(212)
第一节 声音弹性的内涵.....	(212)
第二节 获得声音弹性的基本要领.....	(214)
第三节 声音弹性训练.....	(219)
第八章 情、声、气的结合	(235)
第一节 情、声、气结合的内涵.....	(235)
第二节 情、声、气结合的要领.....	(240)
第三节 情、声、气结合训练.....	(243)
第九章 科学用声及嗓音保护	(260)
第一节 科学用声的基本方法.....	(260)
第二节 不良发声习惯及其纠正.....	(267)
第三节 常见嗓音疾病及其防治.....	(274)
后记	(282)

第一章 绪 论

播音发声是播音员和主持人在特定环境中借助电声系统设备传播语言信息的言语行为。“特定环境”是指根据广播电视传播的需要而设置或选择的语言环境,如广播直播间、电视演播室等。这些与日常生活语言或其他艺术形式截然不同的发音场合、传播对象、传播方式对播音发声的方式均会产生重要影响,从而使播音发声呈现出自身鲜明的个性特征。

第一节 播音发声的基本特点

播音发声通常是在演播室里进行的,播音员和主持人一般是面对话筒或镜头进行言语表达,面前没有直接的交流对象。播音是一种大众传播,传播的对象是受众。但在播音的时候,由于受众不在面前且不像日常生活中的交谈那样具体、明确,播音员对受众的数量、身份、年龄、性别等情况根本无法获知,难以准确把握,播音发声不得不有别于日常生活的一对一的说话方式,需要通过提高发音的清晰度和圆润度来兼顾不同受众的收听要求,使他们都能够听清楚,而且人人喜欢听。尤其是广播播音,甚至无法通过面部表情和身体动作进行辅助性表达,只能单纯使用有声语言直接向受众传播信息,因此语言信息的负载量进一步增大。这样一来,为了达到良好的传递效果,势必对声音的清晰度以及弹性变化提出更高的要求;如果发音方法单调或者语音不清晰,则会直接影响受众对信息的接收及对节目的兴趣。电视播音尽管可以借助表情、动作辅助有声语言的表达,但是有声语言本身仍是信息的主要载体,富于变化的发声方式和清晰的语音仍有助于准确生动地进行语言传播。同时,播音发声大多是通过电子媒介完成信息传播任务的,在电子传播过程中,语言的声音经过由声波变成电波再转换成声波的多次转换才能进入到受众的耳朵里。在一系列的电声转换过程中,声波的性质会发生变化,尤其是音色的变化最为明显。电子传播要求对日常使用的发音方式作适当调整,以适应这种传播方式。当然,电子传播在某些方面也为播音发声带来了便利,即灵敏的电子设备能将极小的声音放大,使得播音员发音的音量显得不十分重要了。这样,播音员和主持人可以用自如的声音、自然的语气更好地表达思想感情,以拉近与受众的距离。可见,播音发

声由于无法与受众进行直接交流,得不到受众的直接反馈,所以,为了获得一定的交流感,进一步增强表达效果,需要对声音加以灵活调节,而这通常只能凭借经验进行,难度很大。总之,广播、电视播音中的语言是单向的,是有规格的,它以健康、生动、富于变化的生活用声为基础,又因发音场合、发声者身份、受众需求及传递手段的不同而呈现出自己的特点。

我们将播音发声与其他有声语言艺术进行比较,可以进一步认识到这一语言行为的突出特点。

一、播音发声与日常口语的比较

日常说话的发音是自然的、原始的发声,而播音发声则是系统化的发声。日常发声是播音发声的基础,播音发声则是对日常发声进行科学化的训练而形成的艺术化表达。日常发声与播音发声的共同点是音色均以真声为主。播音发声跟日常发声既有相同之处,又有所差别。通过对比,可以归纳出播音发声的如下特点。

1. 播音所运用的语言是经过加工的艺术语言

从发声的角度看,播音发声属于艺术语言发声,播音员的有声语言是经过加工的、具有艺术性的、区别于日常口语的语言。播音员和主持人是以有声语言为表达手段的,有声语言是播音员和主持人依据稿件、提纲或者是腹稿,传情达意进行再创作并且确立自身形象的唯一手段或主要手段,传播过程中交际环境、态势等辅助表达都起不了太大的作用。广播、电视语言尽管具有交际性能,但却没有实在的交际对象。播音员和主持人不能根据听众的多少、距离、反应等来调整自己的发音方式,为了使各种类型的听众都能听清楚,必须适当提高语言的清晰度;为了吸引观众、满足传情达意的需要,不仅字音要准确、清晰度要比口语高,声音色彩还必须富于变化。所以,播音员和主持人在话筒前、屏幕前,必须掌握有声语言的发声技巧,除了要求发音标准外,还必须做到音色优美动听。播音的时候,既要准确表达稿件的内容、实质精神,以及具体的思想感情,同时又要与视听大众做交流。播音员和主持人应有能力面对不同内容、不同体裁的稿件,应用不同的声音形式、气息、状态进行播音。播音发声从声音的走向看,运用的是人体的中部通道,以口腔、鼻腔共鸣为主,音量有一定幅度变化,有力且持久;从口腔看,灵活运用吐字归音的技巧,以加强咬字的清晰度;从气息角度看,使用胸腹联合式呼吸法,具有自由控制气息的能力。播音发声还得善于运用声音的对比,如声音的高低、强弱、长短、明暗、宽窄、前后、虚实等,以显现播音员和主持人的声音控制能力。这些能力,不仅表现在发音的不可变因素如声带、

口腔、唇舌等生理结构方面,还表现在吐字归音、呼吸调节、发声状态等可变因素方面。

2. 播音所运用的语言信息容量大

广播、电视语言是书面语言的口头方式,具有书面语言精练简洁的特点。播音员和主持人处在广播、电视的传播前沿,具有采、编、播等道工序的凝聚性,同时又具有广播、电视节目的与视听大众直接交流的特性。有声语言是播音员和主持人揭示思想内涵的主要工具,以时间为序而稍纵即逝的有声语言具有清晰性和蕴涵性,负载的信息量远远大于口语,受众可以从播音员和主持人的有声语言中了解和感受广播、电视节目的倾向。若播音员和主持人语言功力不足,必将直接干扰视听大众对播出内容的理解;相反,好的声音不仅能准确地表达出播音员和主持人丰富多彩的思想感情,而且会声声入耳、娓娓动听,使受众的注意力集中到节目上。这就要求播音员和主持人吐字要准确清楚,重要的和易混淆的词句更要高度清晰,否则将影响传播效果。

3. 播音所运用的语言具有示范作用

由于社会地位的特殊性,播音员和主持人的字音甚至发音方式都会给社会以影响,播音员和主持人的播音不仅应当依据广播、电视的要求,使用规范化、艺术化的有声语言,充当使用本民族语言的典范和榜样,还需要在很大程度上真正满足受众的审美要求。目前,广播、电视日益深入到每家每户,广大人民群众不但要从广播、电视中获得信息,还要从中获得美的享受。长期以来,在吐字发声方面,我国戏曲、说唱等艺术领域积累了宝贵的经验,提出了一系列有代表性的看法。明代王骥德曾提出“当使声中无字”、“字中有声”、“字字轻圆,悉融入声中,令转换处无磊块”及“字如贯珠”等要求;沈宠绥也提出“出口若游云之飞太空,悠悠扬扬,发于自然”等观点。这种历史形成的传统审美观点,不能不影响到人们对播音员和主持人发音吐字的审美要求。因此,作为播音员和主持人来说,不仅需要具有宽广的音域,丰富多彩而又饱满充分的共鸣以及运用自如的气息,更要具有纯净、优美、甜润的音色,只有这样,才能真正满足广大受众的审美要求。就技巧性和所带来的美感而言,播音发声当然是一门艺术,它是需要经过科学训练才能掌握的一种技能技巧。经过发声训练之后,不仅语言发声能力可以大大增强,而且能够美化声音,提高声音的表现力,使之具有较高的审美价值。当然,播音发声所能给予受众的这种听觉美感与纯粹的艺术语言美感是有所不同的,它往往与语言传递信息的实用性相伴随,因此,播音发声是语言发声的艺术化形态之一,不是纯然的审美客体。

二、播音发声与其他有声语言艺术的比较

由广播、电视的传媒特点所决定,播音发声既要准确表达稿件内容、精神实质以及具体的思想感情,同时又要与受众交流,它是严肃、郑重的转述,是一种质朴的再创作。广播、电视媒体影响面广泛且报道内容广博,形式、体裁多种多样,每句话、每次主持都应带着丰富多彩的思想感情,而对声音的控制能力是他们的有力武器。播音不追求渲染性、夸张性,但强调严谨性、规范性,语言应规矩、工整。不同的节目,都不能无视规整性这一要求。规整性既指准确、真实的一面,同时又有不做作、少粉饰的一面,但这绝不是刻板、苍白。它只是要求不散乱、有秩序、准确、干净。表面来看,这似乎是一种限制,实际上,这正是由播音语言的质所规定的。这种质的规定性,是广播、电视的一种特色。在这一点上,它与话剧、电影、曲艺等有声语言艺术存在很大区别。

1. 播音发声语言的规范性

话剧、曲艺、朗诵等有声语言艺术,在语言上允许有一定的“不纯正”;有时出于节奏的需要,甚至允许有歧义。而播音发声却不行,它在发音上必须具有普通话的规范性,既要讲求声母、韵母、声调、语流音变等方面的准确规范,又要注重在语言表达方面的规范明确;不仅在播音、主持过程中要说标准的普通话,即使在生活中,播音员和主持人也应该养成说标准的普通话的习惯。有的播音员和主持人播音时说普通话,生活中却说方言,结果影响了语音的标准程度,这应当引起注意。

2. 播音发声语言的庄重性

播音员和主持人用有声语言反映的是大千世界的本来面目,这种反映应该是真实、亲切、质朴的,而不应该是虚假、含混、夸张的。这与其他有声语言艺术不同。播音员和主持人的语言要使人相信,使人认为你所说的一切并不是随便说说,而是确有其事,这就要庄重。当然,庄重并不意味着板起面孔,也不意味着非要正襟危坐、一板一眼、端起架子,庄重的含义是“真诚、恳切、实在和中肯”。

3. 播音发声语言的鼓动性

广播、电视语言尤其是广播、电视新闻语言具有较强的说服、教育、鼓舞和引导的功能,忽视和放松鼓动性,播音语言就会陷入冷漠和平淡。鼓动性是建立在真挚亲切的思想感情基础之上的,同时又与明确的目的、具体的针对性紧密相连。它要求播音员和主持人对所播的内容具有真切的感受和感情上的共鸣,它以催人上进为核心,要辨是非、明爱憎。

4. 播音发声语言的分寸感

分寸,按照现代汉语词典的解释,指说话做事的适当限度。播音有声语言的分寸感体现在表情达意中,是指态度、感情的分量、火候轻重的程度。当然,任何语言艺术尤其是有声语言艺术都讲究不温不火,既要防止不足,也要防止过分,播音有声语言尤当如此。一方面,播音语言的分寸感不同于戏剧语言艺术,它不以角色的性格特征和变化为依据;另一方面,它也不同于曲艺语言艺术,不以包袱、笑料、关子的出现时机和表现方式为准绳,它是以对党和政府方针的准确把握与对现实生活的清晰认识为根本性标准的。

5. 播音发声语言的亲切感

播音的亲切感是极为重要的。亲切感最基本的社会效果是使人愿意接受。播什么内容都是板着脸孔、不苟言笑、正襟危坐,显然是没有亲切感的。然而,一味地讨好受众,一味地追求与观众、听众的零距离,并把这种距离理解为声音的轻软甜媚,造成某种压抑感、媚俗感,也不是有亲切感。同样,一味地追求刺激,总像面对千百人,声音如同从高音喇叭里播出来的一样,造成某种强制感,也不是有亲切感。有亲切感的播音,体现着言之有物与心中有人的结合,体现着宣传员的观念与服务员的意志的结合。对节目稿件理解得越深、感受得越深,对思想对象的理解得越具体,表达技巧运用得越熟练,有声语言的亲切感才越强。

总之,正因为播音发声语言与其他有声语言艺术之间存在着上述差异,播音员和主持人才不能机械地照搬歌唱、戏曲、曲艺等有声语言艺术的发声方法。

第二节 播音发声的基本要求

播音员和主持人有声语言的亲切、自然、真实、由衷,语感的准确、细腻、贴切、丰富,都不是与生俱来的,而是后天习得的,需要有艰苦探索、刻苦磨炼、博采众长的过程。为了适应工作的需要,努力做一个合格的播音员和主持人,必须对自己的声音进行反复锤炼。

前面谈到,播音发声源于日常口语,但是,在发声上又绝不等同于日常口语,它应当是生活口语发声的规范、提炼与升华。基于此,我们认为,对播音发声的要求,可以概括为以下几个方面。

一、准确规范,清晰流畅

准确规范,是指语音合乎规范、发音标准。播音员和主持人通过有声语

言向受众传播信息、介绍知识,应该使用标准的普通话,做到语音纯正、吐字清晰,从声母、韵母、声调、轻重格式、音变,到词语运用、语法结构选择,都不夹杂方言土语。播音员和主持人不仅要语音规范,尽量最大限度地满足人们对收听、收看的可懂性要求,而且肩负着传播规范语言的重任,要为全社会的标准发音做出示范。任何降低播音中纯正普通话要求的看法和做法都只会削弱广播、电视的宣传效果。也就是说,纯正的普通话,不但有利于广大受众理解播音内容,增强艺术的表现力和感染力,也有利于广大受众特别是各方言区受众学习和掌握普通话。

清晰流畅,是指吐字发音具有较高的分辨率。语音清晰是对播音发声最基本的要求,也是播音员和主持人应当具备的最基本的业务条件。汉语具有区别于其他语言的特点是,一个音节往往就是一个词,或者是一个多音节词的构成成分;人们在说汉语的时候,往往会因为一两个音节发音不清楚而影响听话人的听辨。因此,播音员和主持人一定要格外讲究吐字的清晰和完整,讲究发音的较高分辨率,力求即使在有杂音干扰的情况下,也要做到尽量降低受众的分辨难度。在吐字归音上做到“字字珠玑”,避免音包字、棉花腔。吐字上做到准确、规范,字音不扁、不散,颗粒饱满。呼吸时尽量做到悄无声息,进气迅速,呼气减少气擦声。停顿时,避免歇气声及吸气声。不仅要做到“字清”,而且做到“玉润珠圆”,如“珠走玉盘”,没有“磊块”,不出现“蹦字”,字音流畅过渡,如潺潺溪水,迂回向前,生动活泼。当然,提高清晰度并非刻板地照字念音,而是以有效的表情达意为重要前提,将清晰和流畅有机地统一起来,使受众既获得信息,还获得一定的美的享受。

二、圆润明亮,集中持久

圆润明亮、集中持久是对声音基本色彩的要求。声音圆润、明亮、有光泽,与声音的响度有关系。响度是噪音强度、长度和高度的总和。没有一定的响度,噪音不会圆润明亮,而响度的大小主要是由气流的强弱再配以高度形成的;同时,也与声带的松紧及口腔的大小及相关器官、肌肉的控制相联系。播音、主持用声以口腔共鸣为主。从微观上看,它取决于对每个元音及辅音发挥出的最大共鸣。集中持久是指对声音的感觉有力,干净,不散乱,经久耐用。发音时,元音的舌位及辅音的发音部位,都是在音色的允许范围内,把握“前音稍后、后音稍前、开音稍闭、闭音稍开”的方法,更灵活地吐字归音,同时注意对口腔开度的把握及其舌位的微调。另外,还要注意声音发出的走向,即由咽喉部发出的声束沿上颌中纵线,打向硬腭前端,在受到舌、腭、唇等相应部位节制后,字音纷纷形成语流。总之,广播、电视节目的播出

目的是激励人们的精神、丰富人们的知识、愉悦人们的身心,因此,只有播音员和主持人的声音圆润明亮、集中持久,才可以使声音如同涓涓溪水,汨汨地流入人们的心田,使人产生快感、美感。一个人的音色取决于多个方面的因素。一方面,人的某些先天条件影响音色,如声带所在的振动器官、共鸣器官的构造,共鸣器官的形态等;另一方面,或者说更重要的是后天的发音习惯、发音方法、发音技巧。所以,要想成为一名合格的播音员和主持人,需要不断地摸索、锻炼,力争把自己最美的音色、最真的情感奉献给受众。

三、虚实相间,朴实明朗

声音的发出应该是实实在在的,这种实声和日常谈话使用的声音是一致的。这种贴近生活的特性,是产生良好传播效果的重要前提。真声和假声是嗓音音质、音色的分类。真声的相对音高适中,音色宽厚;假声的相对音高较高,而且音色尖亮。所谓“宽音大噪”、“胸声”就是指真声而言。真声的音色丰满洪亮,发声时声带做整体振动,两侧声带紧密靠拢,声门挡气的作用大,发声时耗气量比假声发声时要少得多。如果把手放在前胸时,会感到一种强烈振动,因而,也称为胸声。假声也是声带发出的声音,只不过发声时声带做边缘振动,边缘变薄并明显拉紧。由于声带边缘很薄,两侧声带不能拉紧,声门留下一条缝隙,所以发音时的耗气量比真声要多,泛音成分少,有人称为小噪。在话筒前,播音员和主持人不是进行个人的随意性言语活动,它是在表达党和人民的声音,这种声音负载着丰富的思想感情,而这种感情应该是由衷的、真挚的,这时的声音只有声声入耳、语流畅达,才会产生令人折服的力量,换言之,既不可以高声呐喊,也不可以柔声细语。而实声,则是最好的用声形式。当然,有了实声,起音的位置也值得考虑。出来的声音既不能吊,又不能挤,要力争“用最舒服的声音发音”,即使用自如声区。自如声区是介于说话声域与歌唱音域之间的音域。在自如声区里,不论高低强弱,所有的声音都是自如的而不是做作的,让人听起来感觉舒服、自然,发音者个人也具有游刃有余的感觉。否则,经常使用高音、强音,会令人不舒服;过多地使用低音,则会令人感到压抑。也就是说,在有声语言中,最丰富、最生动、最悦耳、最动人的声音,是自如声区发出的声音。

四、色彩丰富,变化自如

色彩丰富、变化自如是指声音除了具备基本的色彩之外,还能够依据不断运动变化的思想感情呈现出丰富多彩的流动和变化。丰富的声音色彩是播音员和主持人随节目内容的发展而运动变化着的有声语言的感情外衣。

感情色彩的变化是无穷的,声音色彩的变化也应当无穷无尽。随着人们感情的不断运动变化,声音色彩也就在对比变化中不断变换体现出来。声音色彩有如画家的调色板,越丰富细致就越能传情,越有表现力。而掌握发音吐字基本方法,根本目的就是为了音色的变化,而绝不是为了追求固定不变的音色。有声语言是诉诸听觉的。要使受众经常处在积极、敏感的状态,声音就应该不断变化。受众的听觉是不愿意接受单一、单调的刺激。声音的平淡、呆板、僵直、生硬,肯定会使受众厌烦。在声音形式上,音色、音高、音强、音长都是在比较中显现出来的,它会造成声音的虚实、起伏、刚柔、明暗、宽窄、前后、快慢的变化,体现出声音色彩的丰富性。而如何使用自己的声音,同每个人的习惯有关。一般来说,要留有余地,可以再高点、再强点,也可以再低点、再弱点;既不要声嘶力竭地大嚷,也不要虚声虚气地小声念,色彩太淡给人以冰冷的感觉。留有余地,听起来才能自然顺耳,容易控制,有利于声音色彩的变化,做到平稳中显出变化、分寸上把握浓淡。播音发声是为用声者表情达意服务的,因此不存在一成不变的优美的声音。无论是呼吸状态、吐字状态、共鸣状态,还是喉部控制的状态,都应该是在动态变化之中,声音也自然随之变化。播音员和主持人可以通过遵循表达规律用声、扩展发声能力来提高声音弹性变化的能力,也就是提高声音随着思想感情的运动而变化的能力。当然,声音色彩的丰富性是与规整性有机统一的。从客观要求的角度,对不同的内容、不同体裁的稿件,使用什么样的气息状态、什么样的声音形式,要心中有数,根据不同要求去用声,把握不同要求运作声音的过程。好的声音是为表达内容服务的。播音、主持发声时,对所播出内容的理解与感受是根本,形之于声,声音负载着内容,能够游刃有余,收纵自如,内容也就易被受众所接受。反之,声音无弹性,无活力,僵硬,粗糙,不能随内容的变化而变化,以不变的声音应万变的内容,也不可能成为一部好的作品、一个好的节目。

总之,准确规范,清晰流畅;圆润明亮,集中持久;虚实相间,朴实明朗;色彩丰富,变化自如,这是作为一名播音员和主持人力求达到的标准,同时也是受众对播音员和主持人的要求。

第三节 学习播音发声的意义

曾经有人请教意大利歌王卡鲁索:“在声乐艺术上什么是最重要的?”卡鲁索明确地回答说:“第一是声音,第二是声音,第三也是声音。”从声乐艺术的角度来分析,卡鲁索所说的声音,“第一的声音”是指“有强有弱的声音”,

“第二的声音”是指“有音色变化的声音”，“第三的声音”是指“有感性的声音”。这三点的确是声乐学习最重要的条件——一个人在他的声乐艺术中，若具备了这三个条件，那么他的声乐造诣就相当高超了。而要想成为一名具有深厚语言功底的播音员或主持人，对声音的要求又何尝不是如此呢？圆润优美的音色和富于表现力的声音，都是为了表现稿件或节目的思想和感情的；有了圆润优美的音色和丰富的表现力，就能很好地表现出稿件或节目的思想和感情，就能满足广大受众的审美需要，就能得到广大受众的由衷爱戴。不过，优美动听的音色和高水平的声音表现力不经过培养和训练是不能具备的。它需要在正确方法的指导下，经过较长期的训练和培养，以及我们自身刻苦的磨炼和勤奋的学习才能够最终获得。

一、掌握播音发声技巧，促进口语表达的日臻完美

播音员和主持人主要是用声音进行工作的，播音创作必须通过声音来实现。有声语言是播音创作的重要手段，在广播中甚至是唯一手段。声音的好坏对播音创作来说关系重大，学习播音发声是从事语言传播和其他艺术语言工作的基础。洪亮圆润、优美动听的嗓音有一种天然的吸引力，人人都爱听；相反，阴暗沙哑、尖细刺耳的嗓音令人感到不舒服，谁都不想听。同时，传播者的声音形象、语言面貌也是其自身形象的重要组成部分。学会驾驭和运用自己的声音是进行艺术语言创作的基本条件，它能够大大增强声音对于表情达意的适应性。好的声音是播音、主持成功的前提。因此，播音发声必须练到“得心应手”才好。

语言传播工作要求发音用声艺术化，讲究技巧性。它不同于日常生活口语的声音状态。比如，气息的调控自如、共鸣的饱满丰富、吐字的集中圆润等发声要求，都是为了更好地表达思想感情、增强语言传播的艺术性。声音是语言传播者的本钱，声音好、有“磁力”是从事语言传播职业的必要条件之一。同时，语言传播工作者在用声强度、用声时间长度、音域宽度、音色变化等方面的要求均大大高于日常生活口语的发声要求。如果发音用声不科学，不仅会限制语言的表现力，而且还会影响嗓音的使用寿命，甚至造成嗓音疾患。如果掌握了科学的用声方法，就能够使声音“青春永驻”。

二、掌握播音发声艺术，增强声音的清晰度与感染力

播音发声学习是提高语言传播质量的保证。广播、电视中的语言源于日常口语，是加工后的口语，是升华了的口语。由于在播音室里播音一般没有实际交际受众，播音员和主持人不能根据受众的多少、距离、反应等情况

来调整自己的声音,这就需要播音员的声音有一定的清晰度。播音语言尤其是新闻播音语言,结构严谨细密,感情复杂细腻,信息负载量大,一般都要要求在限定的时间内完成,因此,在演播过程中,要在不破坏声音的条件下,尽量做到吐字清楚、音色优美,使声音充满活力和感染力。所以,即使天生有一副好嗓子,不经打磨,也是很难胜任如此高标准的用声要求的。要想声音优美、吐字清楚,就有一个声音和吐字如何结合的问题。具体说来,在播音语言表达中,对发辅音的部位要求准确,要有力地弹出;对发元音,要求口腔有一定的空间,运用好共鸣,使元音发得更圆润,这需要对口腔进行控制。日常生活中,我们经常看到有的人说话时唇舌较懒,发每个字的辅音时阻气力量很小,整个字音听着含混。有的人声腔松弛,元音的发音不亮不脆,显得很干、很散。一般而言,播音时要保持唇、齿、舌、牙、腭各发音部位的基本形式,并在平时讲话的基础上稍稍讲究一些,如唇、舌力度加强一些,口腔开度稍大一些等。广播、电视语言传播,清晰是第一位的。老一代播音艺术家都练就了扎实的语言发声基本功,他们的播音清晰流畅、感人至深,深受听众欢迎,为我们树立了良好的榜样。相反,一些年轻的播音员和主持人由于缺乏语言发声训练,工作中经常出现吃字、吞字或者音包字等问题。声音富于弹性,能够有大幅度、多层次的变化,具有表现力。而平板的语调、单一的声音,在语言传播中是缺乏感染力的。那种平平淡淡、絮絮叨叨的有声语言,那种不跟劲的噪音,是根本抓不住人的。可见,语言传播的效果,很大程度上取决于传播者运用有声语言的能力和水平。为了提高发音的清晰度,使语音规范、准确、清楚,特别需要掌握播音发声技术,通过语言基本功的锻炼,不断提高有声语言的表现力,增强语言传播的感染力。

三、把握科学发声方法,完善音质、美化音色

圆润动听的声音是富有“磁力”的。对于语言发声,中国传统的审美要求之一就是“吐字如珠”、“珠圆玉润”;而沙哑暗沉的声音、公鸭嗓、大憨嗓肯定没有多少人能喜欢。每一位语言传播工作者,都希望自己的嗓音优美悦耳、富有魅力。嗓音如何,先天条件固然重要,但后天训练也必不可少。有的人先天条件虽好,但未经训练仍不能适应语言传播工作的要求,徒有一副好嗓子。也有的人,先天条件一般,但练就了扎实的语言发声基本功,使声音大为改善,播音、主持的效果很好。每个人都有自己的发声习惯,有的人习惯于宽音大嗓,有的人习惯于轻声细语,有的人说话声音高而飘,有的人说话声音低而沉。这些发声习惯都存在着一一定的弱点,反映出发声能力上的某种不足。要使这种发声习惯得到改善,弥补发声能力上的欠缺,就需要

进行系统的语言发声学习和训练。语言发声既是一门科学,又是一门艺术。它可以通过种种调节手段,使人的声音得到一定程度的改善和美化,甚至具有化腐朽为神奇般的魔力。

四、理解播音发声原理,确保科学用声、科学护嗓

要掌握播音发声技术,需要认真学习发声的科学原理,了解发声器官运行的机制。这些知识都有助于我们进行科学有效的训练。在理论与实践结合的过程中,能使人们逐步懂得一些嗓音保健知识。比如,练声前需要让身体充分活动开,嗓子才比较好调;练声程序应是先练气后发声、先弱声后强声,练声强度必须是循序渐进的、一次练声时间不宜过长等。这些看似简单的知识,都包含着一定的科学道理,照着去做,嗓子会越练越好用,否则嗓子就容易受到损伤。因此,懂得科学用声才是最积极有效的嗓音保健方法。声音对每个人都是重要的。有一副好嗓子是一个人一生的幸运,因为好的声音是人的魅力的重要组成部分。美国著名社会活动家、演说家多罗西·萨诺夫曾经说过:“良好的谈吐离不开悦耳的声音……掌握了悦耳的声音,你就向‘妙语连珠’的境界迈出了第一步。”^①可见,嗓音的力量是不可估量的。

第四节 播音发声的训练原则

播音发声训练是培养学习者掌握科学发声方法的重要基础训练之一。播音发声训练的目的在于使学习者在充分了解发声器官各部分机体功能的基础上,在合乎自然生理的基本状态下,确立起较完整、较系统、较科学的发声方法,及时纠正错误的发声习惯,克服生理和心理障碍,使声音达到气息扎实稳定、喉咙松弛打开、声音优美悦耳、位置通畅圆润、咬字清晰准确、感情真挚动人的境地。无论是歌唱家的声音,还是演奏家的技巧,要达到出神入化的程度,都必须经过艰苦的训练和积累,正如古人所言“工欲善其事,必先利其器”。学习播音与主持艺术,同样也离不开对声音的认真打磨。要想获得优美的音色,则需要踏踏实实、严肃认真的学习态度,掌握正确的学习方法,有步骤地进行播音发声基础训练。虽然发声训练在具体的内容上没有什么固定和统一的教学模式与步骤,但是其中一些带有规律性的原则,应当加以重视。在播音发声训练过程中,应当遵循以下基本原则。

^① [美国]多罗西·萨诺夫《妙语改变人生》,增跃、王辛译,工人出版社1988年,第27页。

一、积极主动,主次分明

播音发声虽然是由人体的发声器官、呼吸器官和共鸣器官的协调合作来完成的,但所有这些运动都是受人的高级神经系统控制并将它们协调起来的,这种协调主要是通过大脑皮质对发声器官的控制来实现的。因此,人的心理状态或心理素质对播音发声训练起着十分重要的作用。心理学告诉我们,人的任何活动都是在心理调节下进行的,因此,心理活动直接关系到人的实践能力。声音的好坏在一定程度上受着心理的支配。在发声训练过程中,大多是凭直觉调节有关肌肉活动的,因此心理作用在整个训练中的地位非常重要。在训练过程中,首先要进行心理的调控,进入正确的心理状态。所谓正确的心理状态,就是指与发声有关的各个器官处在协调、平衡、自然灵活的状态之下,可以任凭人们的意志去自由调控、指挥乃至活动。

积极主动是指要充分调动起学习者的主观能动性,在声音训练的整个过程中做到“用意识指导,用感情体会”。意识在心理学上一般指自觉的心理活动。感受是人脑对直接作用于感觉器官的客观事物个别属性的反映。由分布在体内的感觉器官产生的感觉叫内部感觉。声音训练中的“意识”,有着特定的内容。一是对发声的规范认识,如气息的运动状态、声音的共鸣点、各发声器官的正确运动等。二是这种意识通过大脑神经中枢传达于发声肌体而产生运动,这种运动必然带来发声肌体的感觉,被称为内部感觉。内部感觉通过这种神经系统将信息反馈给神经中枢,同时,外部感觉——听觉也将信息传给大脑,大脑再把新的指令传达给肌体。这样循环往复,调整声音。没有意识的发声是盲目的发声,如发硬腭声,不知口腔如何运动、声音如何运动,对声音正确与否没有标准。这样的发声无法指挥肌体运动而获得正确的声音。同样,错误的意识必然导致错误的发声。如有人认为,凡是发声就得喉部用力。在这种意识的指导下,发声时,颈、胸部必然僵持,出现捏、挤、压喉部,使声音横、僵、沙、挤等。所以,在整个的声音运动中意识始终处于主导地位。但是,并不是有了正确的意识就能发出正确的声音,正确的发声意识,要通过准确的感觉去实现。感觉在播音发声中起着关键作用。准确感觉声音是前提;无感觉难以把握正确的发声;错误的感觉必然导致发声的错误。例如,体会声音的通畅,一定要感觉到丹田、胸、颈到口腔的气息通畅感。这种感觉称为“自我感觉”。发声器官在发声时其运动状态难以看到,无法准确地描述,只有靠自己的感觉去调整,才能达到修饰声音的目的。所以,掌握正确发声的唯一方法是通过自己的感觉去体会、去把握。有很多发声感觉未必在道理上讲得通,但是这种感觉却对发声有利,能发出