

歌唱的基本知識

鄒允貞著

雅興出版社出版

歌唱的基本知識

鄒允貞著

雅興出版社出版

封面設計：謝培邦

封面題字：張 慶

歌唱的基本知識

鄒允貞 著

雅興出版社出版

香港渣華道124-134號渣華商業中心1402

美德印務公司承印

葵涌葵豐街18-26號永康工業大廈12樓E座

一九八四年十二月初版 P. 90 大32K

版權所有 * 翻印必究

代序

鄒允貞是比較喜歡讀讀書和動筆寫寫東西的。二十年前他還是個學生時，他的性格就比較文靜。這樣也好，畢竟可以學到一些基本知識，再結合他所學到的聲樂技術和藝術，使概念性的東西更為清楚、深入。我想這樣是有益的，可以提高和豐富自己的演唱技巧和教學方法。

聲樂藝術是比較複雜和抽象的，各種說法都可以存在，可以成爲一種聲樂理論，只要能唱好歌和教好學生，我看就可以了。在聲樂藝術的領域裏，除了一些公認的規律外，是沒有一套固定的公式可以拿來套用的。每個人的情況不同，發聲器官的結構各異，理解能力也有差別，等等，像這種情況就需要採取因人而異的教學方法。

我認爲發聲方法是個整體的運動，不能脫離整體而只強調某一方面，例如不從聲音的結果考慮而單純強調「高位置」，不適當地要求「打開喉嚨」或過份地強調「深呼吸」，這些都容易產生不良的後果。

我看過鄒允貞這本《歌唱的基本知識》的初稿，

看來都曾在報章上發表過的一些文章，談的大部份是聲樂上的一些基本問題，也許對一些學習聲樂的學生會有些幫助。如果能達到這樣的目的，我想可能就是鄒允貞的最大願望了。

沈 湘

一九八四年五月於北京

序

我看了鄒允貞的《歌唱的基本知識》原稿，這些都是報刊上發表過的文章，他將之蒐集在一起，編成一本書，談的內容大部份是聲樂上基本的知識，一個問題談一篇，篇幅雖然比較短少，但是淺顯易懂，還有的是他在教學上的一些體會，寫成文字發表出來的。

聲樂藝術浩如瀚海，要研究的問題很多，所以一輩子都需要努力的學習，要有鍥而不捨的精神才能做好這項工作。譬如在聲樂教學上，我常常覺得每一個學生的情況不同，需要作深入細緻地加以分析，找出一個正確的辦法來，有時候也許這個辦法解決不了問題，還需要另外想方設法。譬如在聲樂教學上，一個教師首先要有一個比較敏銳而準確的聽覺，根據學生的不同情況（聲音類型、發聲程度）給予他們具體的解決辦法，幫助學生找到她、他最好的音色，逐漸唱出較完美的聲音形象，直到把學生教好為止。

作為一個學生當然應該勤奮學習，但在練習過程中一定要多思考，將老師的要求加以消化，變成為自己行動的指南，人們常說要「用心唱歌」，這樣唱出

的歌才是有感情的。

上面短短的幾句話，就算是給鄒允貞這本《歌唱的基本知識》的一篇序。

李晉瑋

一九八四年五月於北京

前言

首先應該感謝恩師沈湘教授和師母李晉瑋老師，他們在百忙中抽空爲我這本拙作寫序，我深深地體會到恩師和師母的話語，是對我熱情的鼓勵和支持，希望我繼續努力地學習，在聲樂藝術的領域裏，尋求更豐富的養料來充實自己。我雖不才，但我會遵循恩師和師母的教導，在聲樂藝術的大花園中，當一名老實的園丁。

聲樂是一門較爲抽象的音樂藝術，所以在這個領域裏產生了各種不同的理論，這是很自然的事，不足爲奇。聲樂藝術之所以比較難學，主要是因爲人類的樂器——發聲器官，在歌唱時人們很難清楚地看到它們的變化情況，只能憑藉歌者發出來的歌聲加以分析和鑑別。因此，聲樂教師和學生的音樂聽覺，一定要十分敏銳，教師需要在短暫的時間內，聽出歌者在聲音中存在的問題，從而對症下藥，引導學生掌握正確的方法；學生則需要仔細地分辨出自己正確的或者錯誤的聲音，屬於正確的聲音要加以鞏固和發展，如果是錯誤的則要毫不可惜地拋棄，決不可「依依不捨」。另外，還要清楚地分辨出聲樂老師在示範時正確的發聲法，然後用腦子去深入詳細地加以分析，這樣在自

已練習時才能有一個明確的方向。關於這一點，我認為非常重要，絕對不可忽視。

世界上許多卓越的聲樂專家和教師，他們都有一套自己成功的經驗和理論，儘管在說法上不盡相同，但是他們所追求的目的和效果，基本上是一樣的，也就是希望能使歌者發出優美動聽的聲音，而且能完美地表達歌曲的內容和感情。我想，這樣的理論，只要能夠在實踐中取得良好的效果，就是好的理論。

聲樂藝術浩如瀚海，一輩子也學不完，誠然在這個領域裏，我永遠需要加倍努力地學習，老老實實地當一名小學生。

這本《聲樂的基本知識》中所蒐集三十餘篇文章，大部份是在一九七三年和一九七四年間在報章、雜誌上以冀華、迅林和木亮的筆名發表過的短文，現在重新翻找出來，有些文章作了一些文字上的修改和補充，如若這本小冊子，還能對一些愛好聲樂的青年朋友有點滴幫助的話，那我就已經感到極大的滿足了。

一九八四年五月二十二日

於香港

鄒允貞簡介

鄒允貞於1956年拜師著名女高音歌唱家蔡愛菲女士，1960年考入北京中央音樂學院聲樂系，師承著名戲劇性男高音歌唱家沈湘教授，並曾獲德國聲樂家個別指導。1965年畢業後，在河北省歌舞劇院擔任演出及教學工作，1973年來香港，從事教學和演唱工作。1974年和1977年，曾分別灌錄兩張唱片，一為《大雁飛過黃河南》，另一為《嘉陵江上》。1977年7月曾在香港大會堂音樂廳舉行個人獨唱會，1984年6月曾整理出版《沈湘教授談聲樂——歌唱的基本要素》一書。

現任南方藝術學院院長、春天合唱團指揮與藝術指導。

目 錄

聲樂的教與學	1
教師的責任	2
關於學生演唱會	4
從一位學生的演唱談起	5
循序漸進的教學原則	6
學聲樂要有獨創性	8
聲音的類別	9
練好中聲區	11
關於聲部的鑒定	12
唱歌的姿勢	13
歌唱心理的培養	15
培養音樂聽覺	17
唱歌時舌頭的位置	18
關於呼吸法	19
歌唱時的換氣問題	22
歌唱時口蓋的作用	23
軟口蓋的運用	24
關於換聲點	26

唱中國歌曲的用聲問題·····	28
關於吐詞咬字·····	29
談談聲樂的吐詞咬字·····	32
演唱的語言問題·····	33
關於聲情並茂·····	35
藝術和技術的統一·····	36
顫音可使歌聲悅耳·····	38
聲音隨着年齡而改變·····	39
因才施教之一例·····	40
音域窄如何增寬？·····	42
走音如何糾正·····	44
男高音如何唱好高音？·····	45
「面罩唱法」種種·····	46
聲樂二忌·····	48
摘除扁桃腺會不會影響唱歌？·····	49
談民族聲樂藝術·····	50
談民族聲樂發聲技巧·····	53
我的教學點滴·····	55
聲樂教學因人而異——糾正真假聲脫節——音樂聽覺很重要	
——男高音最難——五音不全怎麼辦——變聲期間不宜學唱	
——歌唱的語言問題——藝術歌曲與流行曲	
後記·····	64

聲樂的教與學

聲樂是一門比較複雜的音樂藝術，因為有些需要靠感覺去體會和揣摩它。譬如說，關於橫膈膜的上下運動、胸腔、口腔、鼻腔和頭腔共鳴體的運用等等，諸如此類的說法，都需要靠學者去感覺和揣摩。靠肉眼觀察，往往是不太可能的。所以有人說聲樂藝術比較抽象，這不是沒有道理的。

一般音樂教師，往往會碰到急於求成的學者，學幾次就想去參加什麼歌唱比賽，以圖得獎。這樣的學者是不可能學好的，而且大多數會知難而退，半途輟學。要知道學聲樂是沒有捷徑可走的，只有靠老老實實的科學態度，去學習和鑽研，循序漸進，才能取得較好的成績。

聲樂學者和教師應該要相互配合，學者要把教師在教學中的指導，多加思索，從而消化成為自己的概念。有不解之處，應立即向教師提出，教師對學者要認真負責，要瞭解學者的聲帶及生理等情況，不能一味追求學者擴大音量。要不然容易使學者的聲帶過度疲勞，甚至產生閉合不好、水腫或小結等職業病。因此在教學上要因人而異，量身裁衣才行。另外師生之間要結成親密友誼，使學者在上課時不致於過度緊張，這對於教學相長是有好處的。再者，學者絕不可任意模仿教師的音量和音色，因為各人的音量和音色都不相同，學者只能學習教師正確的發聲法和呼吸

法。主要的是盡量發揮學者自己的聲音特點，不能強求一律。

聲樂學者在可能的情況下，最好能選修一門樂器，如鋼琴、手風琴、笛子或二胡等，這對於培養自己的音準和音樂感方面是有很大幫助的。另外，能多聽一些聲樂演唱會，聲樂家的錄音或者唱片，這對於掌握演唱技巧、歌曲處理及音樂風格方面等亦有好處。

練好一首歌曲，除了需要瞭解歌詞內容、時代背景和知道一些作曲家、作詞家的創作目的外，重要的是需要反覆多練，克服歌曲中的較難點。反覆多練，熟則能生巧了。

聲樂技巧是為歌曲內容服務的，有嫺熟的技巧，有圓潤飽滿的聲音，聽眾就更容易受到感染。所以，有完美的藝術形式（包括藝術技巧）加上內容健康的歌曲，就更能鼓舞和教育人。為此，聲樂教師不但需教好聲樂技巧，而且要使學者唱好歌曲。

總之，學習聲樂也和學其他學科一樣，只要「勤奮學習，努力鑽研」，一切困難自然會迎刃而解。世上沒有攻不了的難關，沒有攀登不了的高峯，我是深信這一點的。

教師的責任

深夜，每當坐在燈下，翻開日記本，提起筆想起一點什麼的時候，往往由於想起白天給學生上課的情形，使我久久不能落筆，一陣陣的不安和內疚湧上心頭。作為一個聲樂教師如何才能把學生教好，這是一個值得深思的問題。

青年人有一股好學的精神，求知慾是旺盛的，他們犧牲了休息時間，把他們辛勤勞動所得的一部份薪金，用來繳學費，爲的是想唱好歌，學習一些健康清新的音樂，尤其想多學一些中國和世界各國優秀的聲樂作品。他們的學習態度是認真刻苦的，這點也常是鞭策我認真教學的動力。我喜愛他們純真無邪的品質；喜愛他們追求健康音樂藝術的願望；喜愛他們有一顆熱愛自己民族的心。所以，我常常捫心自問，如果教不好他們，那是當之有愧的。

人們常說，教師是指路人，真正走路還是需要靠學生自己，這句話也有道理。不過，作爲指路人，這個責任就很不簡單了，如果指錯了路，或讓學生走許多彎路，造成一些不必要的損失，那麼，教師就自然要負起這個責任來。所以，作爲指路人的教師，就應該要想方設法、千方百計的讓學生走正確的路。只有明確了方向，學生才好邁步走路，路正道明，就比較容易達到終點，才能夠學有所成，教與學才能真正達到預期的效果。

學生的情況是各不相同的，條件好些的，接受能力強點的，在教學上當然比較容易些，問題就在於條件差一些的，接受能力弱一些的學生，作爲教師應該怎樣針對學生存在的問題，攻克一些難關，讓學生能夠在原有的基礎上按部就班的往前走呢！這就需要教師多思考、多研究、多付出勞動，想盡辦法解決。我想這也許就是教師的責任吧！

我有時夜不能寐的原因也在於此，常常想起自己作爲一個教師的責任，如果在教學上沒有成績，在良心上是要受到譴責的。然而，更主要的是對不起真正愛好聲樂藝術的青年學生，尤其在商業社會濃厚的此地，更使我想到自己責任之重大。

關於學生演唱會

在香港學習音樂的青年朋友爲數不算少，然而能出來實習鍛煉的機會實在太少了。我想主要原因之一，大概是由於場地租金昂貴所造成。就拿大會堂劇院來說，一個只能容納四百多位觀眾的劇場，便要一千元的租金，如果再加上其它的開銷，其數目就相當可觀了。

本來學習音樂的人，舞台實踐是相當必要的。學京戲的都會知道，過去富連成科班的學生，在坐科的七年之中，規定需要有一千五百次的舞台實踐。然而，在此地又談何容易呢。

學生演唱會，是一次學生的習作，一次學習成績的總結。對於他們的藝術和技術，我們不能苛求，有進步應該給予肯定，存在的缺點和不足，就要想方設法去糾正和改進。除了學生自己加倍努力而外，還要加上教師的正確指導，唯有路正道明才不致於走彎路，不會迷失方向。

聽了幾場學生演唱會，有幾點是可以肯定的，首先他們所選唱的曲目都是比較健康清新的，中國歌曲所佔的比重較大；另一點，學生演唱的外國歌曲，原文的吐詞咬字也比較清晰、準確，這是值得我們高興的事。

在這裏我不想對學生在演唱方面作任何評論，只要他們有繼續努力、認真刻苦、不驕不躁的學習態度，相信以後將會學有所成。

如果說一定要提點意見的話，只覺得在給學生選擇演唱曲目時，要注意學生的演唱能力，因人選曲，盡量適應

學生力所能及的範圍之內，太難了，學生負荷不了，將會使學生的歌唱心理受到或多或少的影響。

從一位學生的演唱談起

前兩天，曾聽一位準備參加英國皇家音樂學院文憑級考試的學生實習演唱。演唱結束後，他要我給提點意見，於是就我當時聽後的直感，提了一些看法。

學聲樂首先要解決聲音的概念問題，如果概念模糊不清，就容易走彎路。譬如說，這位學生的聲音是美好的，但唱起歌來，聲音的支點完全放在嘴唇邊上，範圍太小，聲音變得又細、又扁、又薄，相對的使到氣息支點也淺了許多。有人說，這或許是英國人的聲音風格，但我並不以為然。過去我曾聽過許多英國著名聲樂家的演唱，也是要求聲音「圓」和「豎」，氣息支點也是比較深的。不過，爲了清晰表達英文的語言特質，聲音有時不如意大利聲樂學派那樣明亮、圓渾，口腔共鳴稍微少一些，倒是事實。

我認爲，學聲樂的人要注意兩個支點，即所謂氣息支點和聲門支點。氣息支點也就是人們常說的「用橫膈膜控制氣息」的說法，這一點可能比較容易理解；聲門支點就是所謂咽音的支點位置，也有人說是「基音」。其實「咽音」和「基音」是一個道理，如果要解釋的話，「基音」是聲帶發出來的原始聲音，聲音極其微弱；「咽音」是「基音」直接進入最接近的共鳴腔——咽腔（分喉咽腔、口咽腔和鼻咽腔），產生了人們能夠感覺到和聽到的咽腔共鳴。唱高、中、低音的「咽音」支點位置，即在三個不同