

中央音乐学院图书馆藏书

书号

H16.2/  
TCMC52

总登记号

G2718



H16.2

乐出版社

歌唱的具体方法与训练

# 让你的歌声

# 更美更妙

吴天球 著

让你的歌声更美妙

歌唱的具体方法与训练

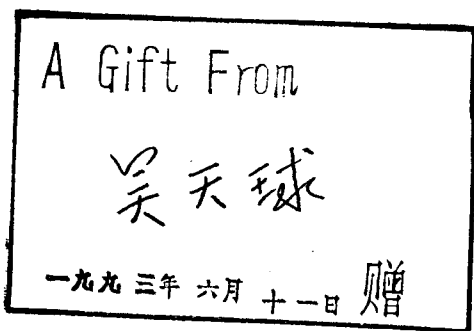
吴天球 著

人民音乐出版社

# 你的歌声更美妙

—歌唱的具体方法与训练

吴天球著



人民音乐出版社

责任编辑：胡 涯

## 让你的歌声更美妙

——歌唱的具体方法与训练

吴 天 球 著

\*

人民音乐出版社出版

(北京翠微路2号)

新华书店北京发行所经销

北京计量印刷厂印刷

787×965毫米 32开 70千字 1插页 3印张

1992年12月北京第1版 1992年12月北京第1次印刷

印数：0,001—6,235册

ISBN 7-103-00988-0/J·989 定价：1.55元



作者 吴天球

# 前 言

本人从事声乐工作近四十载，追求的目标就是“让歌声更美妙”。虽无甚成就，却有许多教训和体会。在几位好友的鼓励、鞭策下，将这些实际感受付诸文字，这对我十分艰巨，但很有意义。通过归纳整理，首先自己得到切实提高，同时也尽了一位声乐工作者应尽的义务。

本书主要是为青年声乐工作者和业余爱好者而写的，同时也想和同行交流，向前辈讨教。所以，它有很强的专业性，又富有普及性，因此在写法上不作纯理论的研讨，而力求讲解具体、明确，针对性强，讲究实用，使人看得懂，用得上。

书中包含从学唱、演唱到教唱的全过程；从内心体验到外部表现；从技术训练到艺术处理；从课堂到舞台；从专业到业余；以及一些与声乐有关联的问题也有所涉及。尽管如此，它并不是一本全面系统的教科书，而只是年轻歌者学唱的参考书。

书中内容涉及面很广，凡属唱的有关问题都有所包容。但它的局限性又很大，所有心得、体会、经验、教训以及见闻与感想都局限在我一个人的范围之内。所谈歌唱方法仅是自己已经做到的部分，教学方法仅是自己运用过的，一切观点和见解，以及文字表达等全都是从“我”字出发。在这浩瀚的声乐领域中，个人体验毕竟是沧海一粟，足见局限性之大。

明知局限，更明知自己水平有限，但我在写作过程中却完全没有参照名家的任何著作，自然也就没有汲取名家的任何观点和方法，没

---

有引用名家的任何名言、警句，以此丰富自己的写作内容和提高文章的质量和水平。我以为：

1. 名人的名著既已问世，大家早已读过、学过，我再引用有何意义？如若引用有误，不但害了读者，而且有损名人的声誉，岂不罪过。

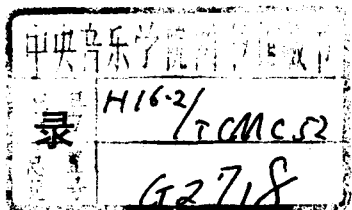
2. 如不作直接引用，只是从中汲取，丰富补充自己，并作为自己的观点写出来，这样做是否提高了自己文章的水平暂且不说，单就这一做法我就以为不妥。因为名家的名著非常精辟，理应让人们读其原著更为有益，若将其改头换面变为自己的见解则贬低了名著的价值，这样的文章还不如一幅名画的复制品，且这种“汲取”与“补充”实有抄袭之嫌，于心不安。

3. 作为交流、请教，若过多引用名家的内容，如何让人提批评意见？是向我提？还是向名家提？在写作中我的愿望是让我的文章如同我的上台演唱一样，从不涂脂抹粉，以本来的面目和大家相见，更显得亲切与坦诚。我但求坦坦然然地讲出自己的见解。使所有的内容、观点、方法，以及文字语言全都是本人的真实写照。“是”供您参考，“非”请您指导。“美”是我，“丑”也是我。这就是“我”，欢迎评说。

此书得以写成并出版发行，是和黄旭东、张以清两位老友、胡涯同志对我的支持与帮助分不开的，在此我向他们表示最衷心的感谢。

**吴天球**

1991年元旦



## 目

## 录

前 言 .....	(1)
选择歌唱专业的依据 .....	(1)
一、酷爱歌唱是从事声乐专业的条件吗? .....	(2)
二、努力用功学习就一定能成为大歌唱家 吗? .....	(2)
三、对“能不能学出来?”“有没有发展前 途?”的看法 .....	(3)
四、具备什么条件才能学习歌唱? .....	(3)
五、具备什么条件才能选择歌唱为专业? .....	(4)
三种唱法的异、同与相互学习 .....	(6)
一、异、同 .....	(6)
(一) 演唱曲目的异、同 .....	(6)
(二) 表演风格的异、同 .....	(7)
(三) 声音特点的异、同 .....	(7)
二、相互学习 .....	(8)
诚挚专一的歌唱心理 .....	(10)
一、不良思想观念的表现 .....	(10)
(一) 单纯技术观点 .....	(10)
(二) 个人得失感太重 .....	(11)

---

二、如何培养良好的歌唱心理 .....	(12)
(一) 平常练习时的心理要求 .....	(12)
(二) 登台演唱时的心态平衡 .....	(14)
挺拔放松的歌唱形体 .....	(16)
科学有效地施教与学习 .....	(20)
一、声乐教学的特点 .....	(20)
二、声乐教学法 .....	(23)
(一) 直观性原则 .....	(23)
(二) 启发性、激发性原则 .....	(26)
(三) 循序渐进的原则 .....	(29)
(四) 巩固性原则 .....	(32)
(五) 反馈性原则 .....	(34)
(六) 因材施教原则 .....	(36)
(七) 期待性与鼓励性原则 .....	(36)
(八) 表扬与谅解原则 .....	(37)
三、师生关系 .....	(38)
(一) 平等与协作的关系 .....	(38)
(二) 主导与主体的关系 .....	(39)
(三) 教学相长 .....	(39)
(四) 提倡尊师爱生 .....	(40)
通畅奔放的歌唱呼吸 .....	(41)
一、吸 气 .....	(41)
二、呼 气 .....	(43)
三、歌唱时的用气 .....	(44)
四、呼吸训练 .....	(47)
清晰灵活的字、声关系 .....	(50)
一、母音的训练 .....	(50)

---



---

二、字头的唱法 .....	(52)
三、字身的唱法 .....	(53)
四、字尾的唱法 .....	(55)
五、其他应注意的问题 .....	(55)
<b>深情细腻的艺术处理 .....</b>	<b>(60)</b>
一、有律动的节奏 .....	(60)
(一) 把握节奏的基本律动 .....	(61)
(二) 细心地唱好后半拍 .....	(61)
(三) 用心唱好休止符 .....	(61)
二、细腻流畅的行腔 .....	(63)
(一) 思想连贯, 一气呵成 .....	(63)
(二) 抑扬顿挫, 层次鲜明 .....	(63)
(三) 拖腔细腻, 意味深长 .....	(63)
三、准确、清晰的读词 .....	(64)
四、有感情的换气 .....	(64)
(一) 换气是表达感情的需要 .....	(64)
(二) 选择恰当的换气点 .....	(65)
(三) 取消不必要的换气 .....	(65)
五、“渐”字的妙用 .....	(65)
六、各处理手法间的辩证关系 .....	(65)
(一) 快、慢关系 .....	(66)
(二) 强、弱关系 .....	(66)
(三) 动、静关系 .....	(67)
(四) 高亢与低回 .....	(63)
七、永无止境地追求与探索 .....	(63)
<b>千方百计地解决难题 .....</b>	<b>(70)</b>
一、常见术语的理解与训练 .....	(70)
(一) 共 鸣 .....	(70)

---

---

(二) 位置 .....	(72)
(三) 靠前与靠后 .....	(72)
(四) 气 深 .....	(73)
(五) 声音的圆、扁、竖、横 .....	(74)
(六) 打开喉咙 .....	(75)
(七) 歌唱时喉结的位置 .....	(76)
二、常见毛病的原因及克服办法 .....	(76)
(一) 喉结上提 .....	(73)
(二) 翘舌头 .....	(80)
(三) 歪嘴、歪下巴 .....	(81)
(四) 声 抖 .....	(81)
(五) 唇 抖 .....	(82)
(六) 肩、胸、背抖 .....	(82)
附录：中央音乐学院声乐系招生情况介绍 .....	(84)
结束语 .....	(87)

# 选择歌唱专业的依据

从事声乐工作几十年，常遇到一些喜爱唱歌的青年向我询问：我能学唱歌吗？我能学出来吗？我有发展前途吗？……这一类咨询性的问题。还有这样的表白，我从小酷爱声乐，我决心不顾一切地选择这个专业，我相信只要努力，一定能成为大歌唱家，能为声乐事业作出贡献，请收我为您的学生。

在这些青年中，情况不尽相同，有的人对歌唱真是从小就喜爱，自小时起就对音乐课感兴趣，乐理、视谱等音乐基础学得比较扎实。他们爱唱又爱听，自己学会了许多歌，甚至还学会简单的乐器演奏。他们是名副其实的歌唱爱好者。他们为学习歌唱付出了巨大的努力，充分准备了进一步学习的基础条件。这种青年非常难得。有的青年也真是喜欢唱歌，但他们只是靠听广播跟着唱，既不懂乐理，更不会读谱，对曲谱无论唱对与唱错他们都不以为然，所学的歌几乎没有一首是完整的，这只能说明他们仅是喜欢，以歌为消遣，谈不上是热爱。更有一种人只是羡慕歌唱的职业，他们以为从事歌唱专业，可以整天无忧无虑，过神仙般的日子，以为歌唱演员总是生活在鲜花与掌声之中。有漂亮的服饰、潇洒的风度，常能从广播、电视上一展风采，有名又有利……。他们喜爱的实际上是名利，而非歌唱。这种人对学习、工作没兴趣，一无所长，只想到要通过学唱而扬名。这自然是无稽之谈。这种人根本不可能学唱。

尽管问题种种，情况不同，作为一位声乐教师每次都必须给予耐心的开导与回答。下面

---

就多年积累和归纳的几个问题作以下解答，供青年朋友参考。

### 一、酷爱歌唱是从事声乐专业的条件吗？

答：酷爱是属于情趣的范围，是个人的愿望，所以酷爱并不是条件。但酷爱是前提，选择歌唱为专业的人，他必定首先要喜爱歌唱，这样他才能很愉快地学习、工作和研究。

选择职业不能单从喜爱出发，主要应看自己的实际条件，否则单凭喜爱是搞不成专业的。举一个极为简单的例子：小男孩都喜爱驾着飞机上天遨游，但若文化水平不够，身体条件有局限（例如近视），其目的是不能达到的。实际上连业余爱好也不可能，因为他自己没有飞机，也没有机场。这一例子似乎幼稚可笑，但我们的青年，有时就会提出一些幼稚的问题。再比方说同是体育门类，跳高运动员就与举重运动员的身体条件不同，若有个别举重运动员因非常喜欢跳高而改行，那将一事无成。道理已很明显，所以选择专业一定要从自己的实际条件出发。条件符合就会学有所成。条件不符将无所建树。

人的兴趣爱好又是多方面的，每个人不可能只爱一项，对其他则一无兴趣。真要是这样，那么这个人的知识面一定很窄、局限一定很大，对他来说学习什么都难。再说兴趣爱好也不是天生的，它是可以培养的。选择符合自己条件的专业，将越学越顺利，也必将越学越有兴趣。若选择不符合自己条件的专业，即便学习开始时兴趣很浓，由于越学越难，自然就逐渐失去兴趣，最后将是一辈子感到痛苦和遗憾。

### 二、努力用功学习就一定能成为大歌唱家吗？

答：古人云：“有志者事竟成”。说明勤奋是事业有成的重要因素。对待学习与工作，努力、认真是一个人非常可贵的品质。但是：①用功要得法。用功不得法，即一般认为的“死读书”，必将导致“读死书”，直至“读书死”，最后一事无成。②用功要全面。每门学科都不是单独存在的，它与别的学科互相联系，学习声乐

---

---

若没有全面的音乐基础知识和音乐修养，只是每天练声、唱歌是学不好的。学声乐没有全面的文化知识也是提不高的。③用功要有条件。前面讲到学习声乐必须具有一定条件。在条件符合的情况下用功，才能获得成就。用功并无法改变客观条件。所以说用功只是重要因素，并非成功的决定条件。有志于歌唱的青年应冷静、客观地衡量自己的条件，不能盲目地下决心，否则会给自己造成许多苦恼。

### 三、对“能不能学出来？”“有没有发展前途？”的看法

答：所有学唱歌的人都是前途“无量”。之所以给无量二字加上引号，是因为这里的无量是指“无从衡量”的意思。为什么？因为什么叫有前途？怎样才算学出来？并没有具体明确的标准。在本单位唱得最好就算学出来了？在本单位得第一名，受到重用就算有前途了？还是要在本地区、本系统获第一名才算？或者要在全国大赛中获奖，获得很高的知名度才算？进一步说，要等到在国际上扬名，有如帕瓦罗蒂似的才叫有前途吗……？无量！真是无量！这是其一。其二，学习只要有进步，就是有前途。前途和进步是相联系的。学无止境，前途自然也无无止境。这也就是前途“无量”。第三，每个人的前途，不仅有个人业务水平的因素在起作用，而且还有机遇、各种关系、各种客观的条件在起作用。总之，在学习刚开始是无法衡量和确定你是否有前途和有什么样的前途的。我奉劝年轻的朋友，先不要考虑这一问题，因为它脱离实际，纯属空想，于学习没有帮助，不如集中精力致力于如何学习好，使自己得到切实地提高，乃为根本。

### 四、具备什么条件才能学习歌唱？

答：凡有说话、发声能力的人，只要自己喜欢歌唱都可以学习。歌唱可以陶冶人的情操，丰富、美化人们的生活内容。因此，不仅几乎人人都可以学唱，更希望人人都来学唱。学唱可以请老师指点；也可以自学与互学；可以独唱；也可以参加合唱。

---

---

对大多数人来说，参加合唱是很好地学唱与练唱的好机会，对绝大多数人来说，学唱只是业余生活内容中的一部分，虽然人人可以学唱，但不等于人人可以以唱为职业。假如人人都以歌唱为职业，那样的局面是不可想象的。

### 五、具备什么条件才能选择歌唱为专业？

这是本文最为核心的实质问题。首先应该说明，选择歌唱为专业的条件并不是绝对的，也不是一成不变的。有的人被认为各方面的条件都很好，但经过学习，成绩并不显著。也有被认为条件一般的人，经过学习，进步很快，最后有很高的造诣。再说条件的优与劣，并没有“一刀切”的明显界线，只是相对而言。音院招生工作，不管如何仔细挑选，招进来的不一定绝对就是好，而落选者不一定绝对就是不行。

选择歌唱为专业的条件，一般可以从下面几方面加以考虑：

1. 有较好的嗓音条件。通称声音本质比较好。这一条件包括：音质干净、音色优美、音量中上、自然音域能有一个半八度左右。这是学唱歌的物质基础。这一条件是先天性的，是学习声乐的主要条件之一。

2. 有较好的音乐基础和音乐的表现力（即乐感），其内容大至包括：①音准。即听音与唱音都比较准确。②节奏反应比较好。③唱歌时有较好的乐感。④有较好的乐理知识和视谱能力。这些条件有先天性的，也有后天培养的可能，它与前面嗓音条件同是音院招生考试的专业科目，这两条都是主要条件。这些条件不能由自己衡量。因为常有些青年自以为什么都会，什么都好，但一经测试则面目皆非，全然不对。所以，关于嗓音本质和音乐基础这两项条件，最好请有经验的老师进行鉴定，并做一定辅导较为准确。

3. 有较高的文化知识水平。声乐是文化领域的一个组成部分。想学习声乐的人文化水平低不行。且不说报考音乐学院，文化课不及格就不可能被录取，就是被录取之后，学到一定程度也

---

---

不可能再提高。文化水平对声乐学习的发展有很大的制约作用。有的人嗓音很好，文化水平低，就采取走“捷径”的办法，以为文化水平低仍可从事通俗唱法，这是对通俗唱法的误解。通俗唱法照样应具有高的文化水平。青年朋友们要刻苦学习，增长知识，不能存有侥幸心理，要知道学习的道路上没有捷径可走。

4. 有较高的思想修养和认识问题的能力。这是为人的基本条件。不管从事什么工作都必不可少。思想修养差，考虑问题偏激的人，不能按科学的规律办事。学习过程中就常走弯路，很难进步，个别人甚至还会犯错误。

5. 有勤奋学习的精神和持之以恒的毅力。在其他条件基本相同的情况下，勤奋则起关键性的作用。这本是人人都清楚的道理。但是在现实生活中，确实有个别青年他们各方面条件都很好，就是一点都不用功。这实际上等于自己宣布自己为“废品”。这种情况令人心痛，故此特别加以提醒。

6. 要有起码的学习环境和客观条件。有的青年地处边远地区，有的家庭、工作离不开，没有学习时间……种种困难不胜枚举。这使许多青年深感苦恼，也令人同情。但是既要学习，就不可能轻松愉快。每个人应面对现实，从自己的客观实际出发，计划安排自己的学习。努力创造和改善自己的学习环境和客观条件。客观条件不具备，想要学习也是很困难的。

7. 要有健康的身体和比较端庄的形象。身体好才能从事学习，这是不言而喻的。在声乐专业中，身体健康的重要含义之一是发声器官的正常与健康。发声器官构造异常者、或有疾病者，是无法从事声乐训练的。声乐又是表演专业，所以还有舞台形象的基本要求。

选择专业是人生的一件大事。青年人在选择专业时，心情是很复杂的，经常是矛盾重重，加上对声乐专业又不够了解，所以心中惶惑，这只要从他们探询的目光中就可看出。为此，我写出这些看法供大家参考，或许能有所帮助。亲爱的读者：愿你们选择的和所从事的正是你们最为热爱和最有发展前途的专业。

---

# 三种唱法的异、同与相互学习

歌唱方法多种多样，甚至可以说每一个人各有一种唱法。想要分出它们的异、同，讲出其中的奥妙，实是一种浩瀚工程。且不谈每个人各有唱法，单就我国声乐界的唱法，种类就很多。五十年代声乐界有所谓的“土洋之争”，“土”指的是民族、民间唱法，“洋”指的是欧洲传统唱法。这两种唱法当中又有各种门类。西欧传统唱法有意大利学派，通称“美声唱法”，我国目前普遍采用的就是这种唱法。法国学派，通称“面罩唱法”。还有德国学派、俄罗斯学派等等。民族、民间唱法更是异彩纷呈，每个省都有好几种民歌，特色非常鲜明，对声音的要求也各具特征。近年来又出现一大流派，可谓异军突起，它开始叫流行歌曲唱法，后称为通俗唱法。从中央电视台开创“全国青年歌手电视大奖赛”以来，即统一以“民族唱法”、“美声唱法”、“通俗唱法”三种名称来归纳声乐界的不同唱法。这种提法比较确切，已被声乐界和广大群众所承认。

这三种唱法有其共同的发声、演唱规律。但又各具特色，各有优点。这里将要阐述的异、同与互补就是针对这三种唱法而言的。

## 一、异、同

### (一) 演唱曲目的异、同

1. 民族唱法的演唱曲目，多为各民族、各地区的民歌、民谣，或依民歌、戏曲风味而创作的富有民间风味、戏曲风味的歌剧选曲和歌曲。内容多种多样，主要是歌唱各地区、各民族的生活风情。



---

2. 通俗唱法的演唱曲目，多以作者在现实生活中的感受为素材，有许多的演唱者自己就是词曲的作者。这些作品短小、别致，富有激情，节奏、旋律灵活自由，可以随意尽情地发挥。内容以讲青年男女之间的情爱者居多。

3. 美声唱法以中外作曲家所创作的歌剧和艺术歌曲为主，同时也演唱一些富有民歌风味的作品和群众歌曲。曲目的大小、难易差别很大。内容包罗万象。

## (二) 表演风格的异、同

1. 民族唱法的表演风格，注重表现各地区和各民族的特点，非常朴实、自然、大方。服饰也具有地方民族特色，端庄、美丽。表演时讲究手、眼、身、法、步，有时还伴以民族的舞蹈动作，既明朗活泼又很有规范，给人以亲切清新之感。伴奏多用民族乐队。舞台上素淡明爽。

2. 通俗唱法的表演风格，从演唱者本人的喜爱出发，充分发挥自己的特长和愿望，想怎么表演就怎么表演，无一定的格式和规范，可以跺脚、挥手、摆头、扭腰，也可以随意穿插各种现代的舞蹈动作。例如：迪斯科、摇滚、霹雳……自己会什么就表演什么，个性很强，很有随意性。服饰更是五花八门，讲究标新立异，娇艳醒目，以吸引观众的注意力。伴奏多用电声乐队，音响强烈，富刺激性。舞台上五颜六色，灯光不停变幻，极力造成一种令人眼花缭乱，身心振奋的气氛。

3. 美声唱法的表演风格，讲究内在深情，充分运用声音技巧对歌曲进行再创作。一般不提倡做什么动作，主要通过眼睛和脸部表情的变化，来刻画人物的内心和表达歌曲的感情。服装端庄、高雅，多数为礼服。伴奏多用钢琴和管弦乐队，严肃庄重。舞台以开朗明亮为准。

## (三) 声音特点的异、同

1. 民族唱法的声音以清晰、甜美、明亮见长，其声音的主要特点是以真声为主，到了最高声区参照一些美声唱法，结合一些假声，讲究气息通畅和头腔共鸣，特别注重吐字规律，强调声

---