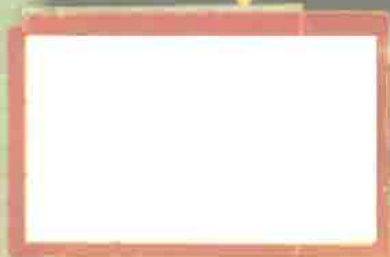


蔡曲旦 著

聲樂呼吸法



聲樂呼吸法

著作人：蔡曲日

發行人：鐘麗慧

出版：大呂出版社

地址：台北市中山北路一段118號2樓
台北郵政1-20號信箱

電話：(02)7009704

編輯部：(02)7009444

郵撥帳號：1055366-0大呂出版社

印刷：沈氏藝術印刷股份有限公司

總經銷：吳氏圖書有限公司

電話：(02)3947172

信箱：台北郵政30-272號

定價：160元

中華民國七十六年四月十日初版

出版登記：局版臺業字第參伍捌伍號

聲樂呼吸法

聲樂呼吸法

聲樂呼吸法目錄

作者小傳	7
序	11
第一章 答來訪問 ——「天才論」和「速成論」等	15
第二章 人類生活和聲樂藝術的關係	29
第三章 聲樂藝術和呼吸法的關係	31
第四章 關於「丹田」，「丹田氣」和 「丹田音」的問題	35
第五章 略談意大利的聲樂藝術	51
第六章 各種類型呼吸法的演變過程	59
第七章 聲樂呼吸法的大進展	67
第八章 聲樂呼吸法的發展趨向	75
第九章 混合式呼吸法與整體共鳴法 的關係	81

第十章	用口或鼻呼吸	87
第十一章	中國聲樂藝術的發展何以遲滯	95
第十二章	創造中國聲樂學派的問題	99
第十三章	聲樂呼吸法的基本練習	103
	(一)緩吸緩呼法 基本練習	
	(二)緩吸急呼法 基本練習	
	(三)急吸緩呼法 基本練習	
	(四)急吸急呼法 基本練習	
	(五)純呼吸練習	
	(六)數數目字練習	
第十四章	斷音 (STACCATO) 練習	147



6 聲樂呼吸法

作者小傳

蔡曲旦教授是著名的男高音聲樂家。

1916 年出生於印尼雅加達。1934—1938 年曾跟隨義大利著名聲樂教授 ECCOLONI 學習聲樂，1938 年學成回國後，從事聲樂演唱和教學工作，桃李滿門，著有詩集《路》和《歌南洋》，編著《中國藝術歌曲選》、《新歌選集》、《中美之歌》、《大地之歌》、《世界歌曲選》、《合唱歌曲選》等。

抗戰期間，蔡教授首唱《杜鵑花》一曲，使《杜鵑花》傳遍中國



南部每個角落，被譽為「南中國歌王」。

抗戰勝利後在廣州期間，曾和馬思聰聯合舉行音樂會，有「北馬南蔡」之稱。

1956 年被吸收為「中國音樂家協會」會員，並作全國各地巡迴演出。後擔任「中國音樂家協會」廣東分會常務理事和演出組組長，經常在各大專院校和電台舉行演唱會及聲樂講學活動，歌聲傳遍大江南北，活躍中國樂壇數十年。

1979 年初由大陸到香港定居，同年 8 月在香港大會堂首次公開亮相演唱（年逾花甲），受到聽眾的熱烈歡迎。

「其運氣的通暢，感情之投入，音質之渾厚，對音色的控制，均給人以老練純厚，寶刀未老的感覺。」（香港音樂生活月刊 184 期）

「蔡氏雖年逾六旬，但神采奕奕，丹田氣足，歌聲渾厚，實在可貴，廿多年不愉快歲月的傷痕似乎完全被溶在他的歌聲之中



而消失……望蔡先生生活得更愉快，仰望自由的天空，蔡老先生更應該嘹亮。」（音樂生活月刊 184 期）

「今年已年逾六十。但蔡先生的歌聲還是一樣清脆響亮，可見蔡先生基本功是扎實、穩定的，使人感到蔡先生仍然寶刀未老。」（彩色華僑）

1980 年在香港大會堂音樂廳舉行別開生面的「蔡曲旦父子獨唱音樂會」，獲得各界一致好評，被譽為「一門四傑」。並出版了著作《聲樂呼吸法》（自印）一書。這是蔡教授數十年演唱實踐，教學經驗與理論探討的總結。

1982 年再次舉行「蔡曲旦父子獨唱音樂會」，獲得空前熱烈的成功。香港電台錄製音樂會實況轉播。香港翡翠電視台錄製了家庭訪問特輯，在「香港早晨」節目中介紹蔡曲旦的音樂家庭。

1982 年日本電視台「NTV」遠道到香港採訪蔡曲旦教授的



教學實況。

1983年應邀到澳門舉行「蔡曲旦父子獨唱音樂會」獲得各界一致好評。

「蔡曲旦的聲音豐厚，音域寬廣，對印尼民歌，中西抒情歌曲均有極深的認識，唱來富於樂感，以情動人。

蔡思朗則是蔡曲旦先生的幼子，由於父母兄姐均是音樂家，且天賦條件優越，已成為一位出色的男低音歌唱家，聲音渾厚，自然流暢，對各種作品均能完美表達。」（澳門大眾報）

1983年蔡曲旦教授擔任香港清華書院聲樂教授、聲樂組組長。

1984年全家參加香港清華書院主辦的聯合音樂會。

1985年四月應邀參加台灣高雄市第六屆文藝季，在高雄市中正文化中心至善廳舉行「蔡曲旦、蔡思靈、蔡思朗父子獨唱音樂會」，獲得各界一致好評。



■1985年在高雄演唱的神情。

序

我早年是學習意大利學派的。回國後首次聽到平劇演員表演，他（她）們都將近花甲或古稀之年，風燭殘年。在歌唱中，有足夠的氣息作為支持點，聲音豐滿而有力度地、清晰地、傳遍大禮堂的每個角落，音域寬廣，低音渾厚，高音乾淨清脆，真可說是達到「上下貫通，天衣無縫」的境界；整首曲子像是不換氣似的一氣呵成，氣息供應像是源源不絕。

經過和他（她）們交談後，才知這是「丹田氣」、「丹田音」的功效，對這些術語名詞我有奧秘玄妙之感，由於醫學上沒有「丹田」這名詞，也不知它在人體上的正確部位。

再經過繼續不斷地交談後，自然而然，我腦裡產生這樣的問題：意大利的呼吸法、發聲法能否和「丹田氣」、「丹田音」相結合相輔相成呢？這時是在三十年前的北平。

我帶着這個問題回到廣州，但腦裡仍圍繞這個問題，經過不斷地探索，我驚異地發現「丹田氣」、「丹田音」和意大利的呼吸法、發聲法有相同之處，共鳴法有相異之處。故此，必須尋找實驗對象以求答案，經過考慮後，決定由我的兩個兒子作為實驗教學的對象。於是忙於制訂教學大綱、教學進度和目標、擬定課時計劃和步驟。開始是小心翼翼地進行訓練，結果情況良好，基本上能達到訓練的目的要求，這增加了我的信心。便把這種聲樂技巧訓練、進而擴大範圍到每一個聲樂學生，按各人的具體情況（多種類型）進行靈活性訓練，基本功則是一致的。

我細心觀察的結果，發現學生們的喉音克服了、音量增強了、白聲消除了、聲帶的持久耐性增強了、高音暢順了……等等。

學生們反映：食量增加了、傷風感冒也少了、喉嚨沙啞也少了，一小時的課時也不感到疲勞了、女生也克服了經常頭暈的現象等。

從聲樂實踐中證明：正確的聲樂呼吸法是發聲法與共鳴法的原動力，對呼吸器官、發聲器官等的活動力產生巨大的保護作用，也延長了聲樂家的演唱壽命。

在聲樂實踐中，往往也遭遇到一連串亟需解決的實際問題，例如：如何保持有足夠力度的聲音；如何使聲音清晰傳得遠；如何使聲音美化；如何保持聲帶的耐勞持久性；如何擴充上下的音域；如何增強音量；如何使聲音的高度集中；如何使吐字的清晰；如何使頭腔共鳴和胸腔共鳴的巧妙結合；如何常保聲音的青春……等等。這些也必須從呼吸法這些根本性的問題着手解決。故此，學習聲樂也就必然從呼吸法的基本功開始，必須「循序漸進」，不能「一步登天」。

世界上的事物是通過人類智慧的探索求得科學的規律。

在廿世紀八十年代的今天，在人類科學知識如此豐富的今天，應該把中國聲樂藝術的「丹田氣」、「丹田音」，和歐洲聲樂藝術進一步結合起來，在相互影響，相互補充中取長補短，這就需要聲樂家、聲學家、生理學家、語言學家和心理學家們攜手合作，在集思廣益中，摸索出它們的科學規律，創造一個中國的新興聲樂學派，把聲樂藝術推向更完美的境界，為世界聲樂藝術的發展和提高作有價值的貢獻。

三十年前，我從平劇藝人的交談中，得到很大的啟發，受益不淺。那種情景，如今仍歷歷在目，我深切地感到「謙受益」這三個字蘊藏深刻的人生哲理。我雖已年逾古稀之齡，我仍將自強

不息地上下而求索。願以這序作為「拋磚引玉」。

1987年春

第一章 答來訪問—— 「天才論」和「速成論」等

在夏日炎炎的季節，暑氣迫人，有青年歌手登門來訪，寒暄幾句後，開門見山地問：「學習聲樂是否要天才？」

當時，從提問者的眼神和面部表情看來，意味着：聲樂藝術是奧秘玄妙、高不可攀的絕技，除非是天才者莫屬；一個歌唱天才者，天才與生俱來，無須經過甚麼勤學苦練、刻苦鑽研的漫長歷程，天上之才就從天降。

讓我們追憶，那個誰人不知不曉而享譽國際樂壇的男高音歌唱家卡羅素（CARUSO, ENRICO 1873-1921）做個例子吧，因為，從實際的例子，可以幫助我們獲得極大的啓發從而獲得問題的解答。

首先，最瞭解卡羅素莫如他的妻子陶樂賽·卡羅素。

陶樂賽·卡羅素於 1945 年寫了一本《恩理柯·卡羅素，他的生活和死亡》，在書中某些篇章的段落裏，她寫道：「卡羅素面部和它內部的空隙是有其特點的，他的口腔很深很寬，上顎很高，顴骨很寬闊，牙齒平整，勻稱，額頭寬大，兩眼分展。這些空闊的生理結構，對於他聲音濃厚共鳴帶來好處。他可以把一個雞蛋放在口裏，而使人無法看得出來。他的胸圍寬大，胸的擴展可達到九吋。」

上述具體例子，說明卡羅素的呼吸器官、發聲器官、共鳴器官生來就很完整，但是，有很多聲樂家也具有和卡羅素同樣的天賦，為甚麼不能和卡羅素同樣長久保持聲譽不衰？就在卡羅素逝