

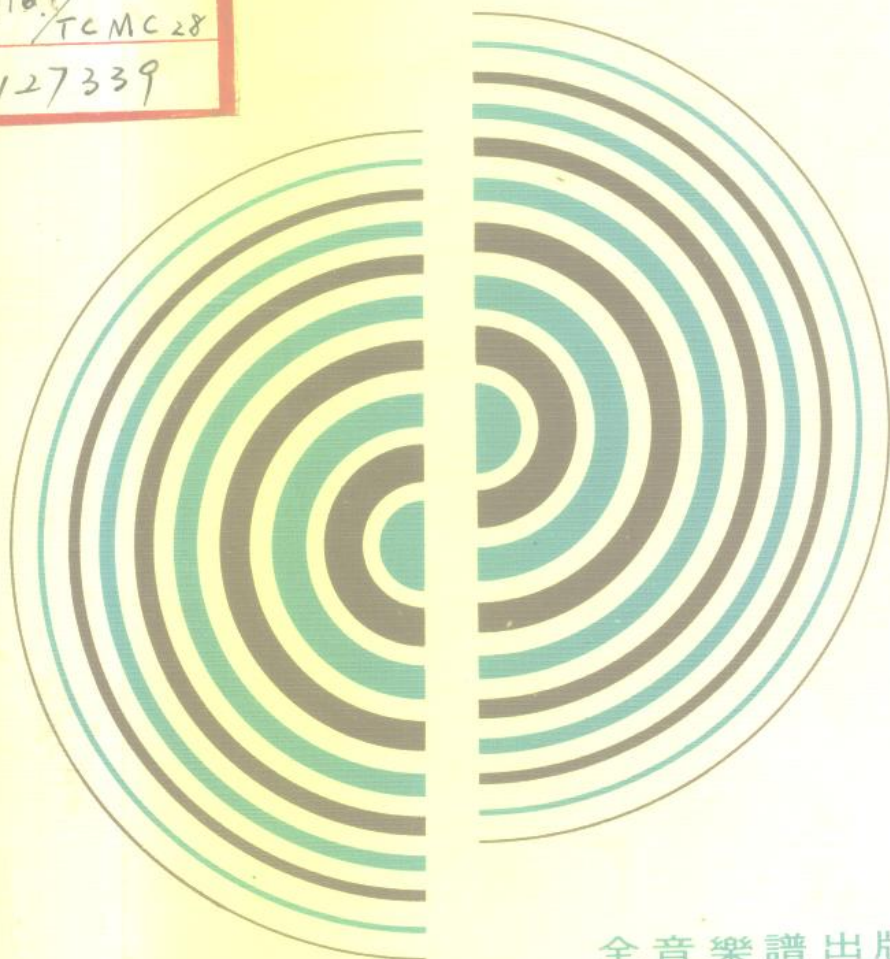
歌唱的理論與實際

楊非禎 著

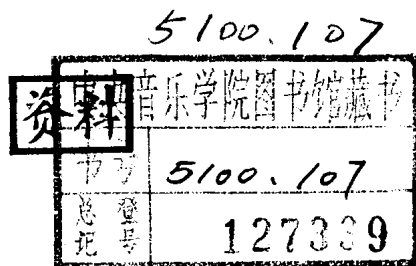
中央音乐学院图书馆藏书

书号 H16.1/
TCMC 28

总登
记号 127339



全音樂譜出版社



歌唱的理論與實際

楊 兆 禎 著

全音樂譜出版社



歌唱的理論與實際

定價新臺幣60元

中華民國69年8月20日七版發行

編著 楊兆禎 發行人 張紫樹 出版者 全音樂譜出版社
臺北市和平西路二段104巷40號 電話 330723・23914號
總經銷 大陸書店 臺北市衡陽路79號 郵政劃撥帳戶：1548號
印刷／文和印刷股份有限公司 臺北市西昌街105號

有版權

©1969 登記證：內版臺業字第1563號

序

「音樂」是表達情感最直接的藝術，也是感人最深刻的藝術，同時，更是最普遍化的藝術，「歌唱」尤然。男的愛歌唱，女的也愛歌唱；老的愛歌唱，少的更愛歌唱；現代人愛歌唱，古代人也愛歌唱；我國人愛唱歌唱，外國人愛歌唱；文明人愛歌唱，野蠻人也愛歌唱……。所以，無論教育家、宗教家、政治家、軍事家等，都非常重視歌唱，可見「歌唱」是何等的重要！

歌唱是這樣的普遍，又這樣的重要，所以，在輔導音樂教學時，或在研習會上，或在課堂裡，常碰到諸如下列的問題：

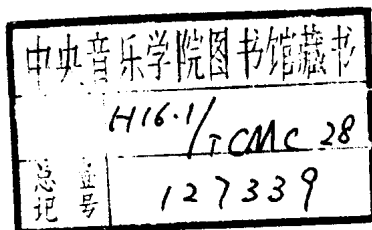
1. 歌唱的呼吸要怎樣練習？
2. 五母音的口形要怎樣才對？
3. 頭聲怎樣唱，怎麼指導？
4. 歌聲如何分辨好或壞？
5. 可否介紹幾首練聲的曲子？
6. 怎樣唱才會動人？
7. 怎樣訓練合唱團？
8. 您是怎樣保護喉嚨的？
9. 音樂教師要怎樣進修？
10. 指導兒童歌唱應注意些什麼？

從上面諸問題可以歸納出下面兩個問題出來：

- (一) 怎樣才能把歌唱好？
- (二) 怎樣才能把歌教好？

於是乃根據幾十年來的歌唱心得，及十幾年的教學經驗；再綜合整理中外有關歌唱的書籍，及多位聲樂教師及演唱家的教訓……對「怎樣唱？」與「怎樣教唱？」提出一些經驗、方法、資料……做為同道之參考，但筆者才疏學淺，非常盼望各先進斧正指導。

楊兆禎民國五十七年十二月於新竹師專



第一章 緒 論

第一節 歌唱的意義	2
第二節 歌唱的妙處	2
第三節 歌唱與音樂的起源	3
第四節 歌樂的盛衰史	4
第五節 歌唱與天才	7
第六節 人聲的分類	8
第七節 歌唱的方式	9
第八節 歌曲的種類	11
第九節 歌唱容易患的毛病	16

第二章 呼 吸 法

第一節 呼吸練習的重要	20
第二節 呼吸運動的型態	20
第三節 呼吸練習的方法	20
第四節 由鼻或由嘴吸氣？	23
第五節 那裏可以換氣？	24

第三章 發 音 法

第一節 發音法的重要	26
第二節 母音與子音的特性	26
第三節 國語用到幾個母音？	26
第四節 五母音的口形	28
第五節 國語所用其他母音	29
第六節 子音的種類（國語）	30
第七節 其他關於發音法的參考資料	30

第四章 共 鳴 法

第一節 共鳴的原理	34
-----------	----

第二節	歌唱的共鳴器官	34
第三節	聲區與音域	35
第四節	怎樣練習鼻腔共鳴	36
第五節	「前面唱法」、「面罩唱法」、「顏面共鳴」	37
第六節	音波的分流	37
第七節	成一條線的歌聲	38
第八節	像滾珠一樣	38
第九節	外國人的「no」	38

第五章 起 音

第一節	好的起音所具條件	42
第二節	喉頭鏡與起音	42
第三節	起音的練習法	43

第六章 止 音

第一節	理想的止音	46
第二節	止音的幾種型態	46

第七章 表 情

第一節	表情的重要性	48
第二節	速度與表情	48
第三節	強弱與表情	50
第四節	情感上各種心緒的變化與表情	51
第五節	高潮與表情	51
第六節	對照與表情	52

第八章 各種唱法

第一節	Legato (圓滑)	54
第二節	Staccato (斷音)	54
第三節	Portamento (滑音)	55
第四節	Tremando la voce (顫音)	55

第五節	Forte 及 Piano (強與弱).....	55
第六節	Crescendo 及 Decrescendo (漸強及漸弱).....	56
第七節	Messa di voce (pp<ff>pp).....	56
第八節	Accento (強音、重音).....	57
第九節	Fermata (延長記號).....	57
第十節	Appoggiatura (倚音).....	58
第十一節	Mordento (連音).....	59
第十二節	Grupetto (廻音、複打音).....	60
第十三節	Trillo (震音).....	60
第十四節	Marcato (加強的、顯著的、清楚的、用力的).....	60
第十五節	Falsetto (假音).....	61
第十六節	Bel canto (美聲唱法).....	61

第九章 錯誤及矯正

第一節	早期發現錯誤的重要.....	64
第二節	喉聲 (Guttural).....	64
第三節	鼻聲 (Nasal tone).....	65
第四節	白聲 (Voce Bianca).....	65
第五節	抖聲 (Tremolo).....	66
第六節	雜聲.....	66

第十章 歌聲好壞的評判

第一節	好的歌聲.....	68
第二節	不好的歌聲.....	68

第十一章 合唱

第一節	合唱的意義及分類.....	70
第二節	合唱歷史簡介.....	71
第三節	合唱指導要點.....	72
第四節	混聲合唱席次圖.....	75
第五節	同聲合唱席次圖.....	76
第六節	鋼琴的位置.....	76

第七節 合唱的基本練習曲	77
--------------	----

第十二章 歌唱的衛生

第一節 什麼時候不可以唱歌？	80
第二節 歌唱與健康	81
第三節 歌唱與睡眠	81
第四節 歌唱與食物	81

第十三章 兒童的歌唱

第一節 天使之聲	84
第二節 兒童的聲區	85
第三節 頭聲與胸聲的特點	86
第四節 頭聲訓練的方法	87
第五節 男童與女童的歌聲	88
第六節 童聲和女聲	89
第七節 變聲期	89
第八節 走音的原因	91

第十四章 兒童歌唱指導的實際

第一節 教師本身的修養	94
第二節 訓練兒童的耳朵	95
第三節 歌唱的姿勢	98
第四節 發聲與口形	99
第五節 呼吸的指導	101
第六節 輕聲歌唱的重要	102
第七節 發聲練習「由高音到低音好？」還是「由低音到高音好？」	104
第八節 聲區連接的練習	104
第九節 鋼琴伴奏與歌唱	105
第十節 發聲練習所學的要應用於歌曲	106
第十一節 兒童的音域	106
第十二節 移調與音域的擴張	107
第十三節 發聲練習的曲子	109

第一章 緒 論

第一節 歌唱的意義

無論古今中外，男女老幼，都與「歌唱」離不開關係，但如果想給「歌唱」一個定義則殊非易事。Nöe, Moser 的德國歌唱法說：『歌唱就是言語的音樂要素高潮化』；東京音樂學校學友會出版的刊物則認為：『歌唱是由我們發聲器官所作，所分節，且根據音樂法則的音的總和』；有名的聲樂教師澤崎定之則進一步說：『歌唱就是言語的音樂化』。

由上面定義，我們可知「歌唱」有三個絕對不可缺乏的要素。那就是：第一發聲器官，第二、歌詞，第三、音樂的法則。前面兩個要素是與「器樂」不同的地方，第三要素則是與「談話」不同的地方。

有人把音樂表現的方式分為：「器樂」、「聲樂」、與「作曲」。而所謂「聲樂」，指的就是「歌唱」而言。但也有人認為「聲樂」應該稱為「歌樂」，可說也頗為合理。

第二節 歌唱的妙處

「搖籃歌」能使嬰兒呼呼入睡；「讚美歌」能使教友更加虔誠；「軍歌」能振奮軍心；「山歌」能消除疲勞；「勞動歌」能增加效率；「情歌」能打動情人心弦；「國歌」、「校歌」能團結衆心，堅定理想；「勸善歌」能提醒人，或使人改邪歸正……以上都是「歌唱」有奧妙功效的明證。

如以歷史的眼光來看，「渡漳之歌」使黃帝戰勝了蚩尤；「馬賽曲」使法國革命邁向成功；這是「歌唱」可以鼓舞軍心的例子；而「四面楚歌」，使劉邦戰敗了項羽，則是歌聲瓦解軍心的例子。

宗教改革家馬丁路德 (Martin Luther) 說：「上帝所賜予吾人的物品中，最宏壯而又最愉快者首推音樂」，又說：「歌唱是造成善良家庭，善良風俗的一種手段」；拿破倫 (Napoleon) 說：「百冊的倫理書不如一曲音樂」；大教育家杜威 (Dewey) 說：「音樂是學校的命脈……」。

「歌唱」除了上述數不盡的妙處之外，還有三點，也是「器樂」遠不及的，那就是：

①最方便，

②易普遍，

③有歌詞。

鋼琴是樂器之王，能奏出和音，音域也很廣；小提琴能奏出比半音更小的音（好的歌手也能），但均攜帶不便，不像歌唱的樂器（聲帶等器官）可以隨身攜帶；尤其鋼琴、提琴等樂器，價錢昂貴，不能人手一件，所以不像歌唱之容易「普遍」。

說到「歌詞」，那更是歌唱的特色，可用語言直接表達情感，絕非其他樂器可比。

「歌唱」既有上述神奇的功效，所以，教育家、政治家、軍事家、宗教家等都非常重視「歌唱」

第三節 歌唱與音樂的起源

關於音樂的起源，現在有好幾種學說。如：①節奏說②感情抒發說③鳥鳴說④戰爭說⑤高聲談話說等……。以上所列各種學說，那一種較為合理暫且不說，但，不管那一種學說，都與「歌唱」有不可分的關係則是不可否認的事實。

- (一) 節奏說：比契爾 (Bücher) 認為，音樂起源於人類勞動的節奏。船夫拉纜的喊聲，工人砍樹的呼叫聲，挑夫挑擔的喊聲，輕重緩急，有規律的反複而遂變成歌聲。
- (二) 感情抒發說：託雷佛朗卡 (Torreframca) 認為，音樂起源於原始人感情激動時的一種呼嘯。如快樂時的歡呼，悲痛時的哀啼，驚恐時的狂號等，逐漸發展成為歌聲。我國樂記裡說：「凡音之起，由人心生也，人心之動，物使之然也。感於物而動。故形於聲…」，這也是說音樂起源於感情的說法，且用歌聲表達。
- (三) 鳥鳴說：達爾文 (Darwin) 認為「音樂起源於鳥鳴。」因鳥鳴一事，就是物競天擇的道理，愈善鳴的鳥，愈為同伴所愛，因此斷定，原始人的引吭高歌，其理與此相同。

- (四) **戰爭說**：古人爲了生活，要與猛獸與異族戰爭。在出發前，可能來一場邊跳邊喊，以壯聲勢，這種喊聲，可能逐漸變成所謂「戰歌」。這一類鏡頭，在描寫較原始民族的電影裏，偶而還能看到。
- (五) **高聲談話說**：斯頓伏 (Stumpf) 認爲音樂的誕生，是由於原始人類與站在遠處人高聲談話的結果。

第四節 歌樂的盛衰史

歌樂的變遷可分三個時間，即：

1. 優勢時期
2. 均勢時期
3. 劣勢時期

現在把各期概況列下：

(一) 優勢時期：

紀元1600年以前，謂之優勢時期；第六至第九世紀之間所唱歌曲，包括各種①「葛麗果歌樂」(Gregorian chant) 等；第九至第十二世紀之間，所唱歌曲，包含②「西昆斯」(Sequence)，③「特羅普」(Trope)，④「奧爾岡農」(Organum) 等；十二至第十三世紀之間所唱歌曲，包含，⑤「遊唱詩人」、「愛情歌手」(Troubadour) 等；十三世紀所唱歌曲，包含，⑥「克勞蘇拉」(Clausula)，⑦「孔達克士」(Conductus)，⑧「經文歌」(Motet) 等；十四世紀所唱歌曲，包括「經文歌」，⑨「彌撒」(Mass)，⑩「敘事歌」(Ballade)，⑪「維雷來」(Virelai)，⑫「浪多」(Rondeau)，⑬「牧歌」(Madrigal)，⑭「巴拉塔」(Ballata)，⑮「獵歌」(Caccia) 等；十五世紀所唱歌曲包含「經文歌」、「牧歌」、「複調歌謠」(Polyphony lied)，⑯「香頌」(Chanson)，⑰「鄉村歌」(Villanella)，⑱「富羅多拉」(Frottola) 等。

(二) 均勢時期：

紀元1600至1750年之間，謂之均勢時期。此150年內所唱的歌曲，包含⑲「清唱劇」(Cantata)，⑳「歌劇」(Opera)，㉑「神劇」(Oratorio)，㉒「詠

歌」(Aria)，㉓「頌歌」(Anthem)，㉔「格里」(Glee)等，

ㄟ 劣勢時期：

紀元1750至現在，謂之劣勢時期。此二百餘年間所唱之歌唱，包含歌劇(Opera)、民謠(Folk Song)、藝術歌曲(Lied)等。

※說明

1. 葛麗果歌樂 (Gregorian Chant)：

這是天主教堂的禮拜音樂。其來源頗為複雜，部份為猶太聖歌，部份為希臘樂調。到了第六世紀末，羅馬主教葛麗果一世 (Gregori) 乃將天主教堂各種歌樂加以搜集與整理，製為專書，此即所謂葛麗果歌樂。此類歌包含兩種樂曲，一為彌撒曲，一為祈禱曲；前者在特別節目唱；後者在平時禮拜時唱。葛麗果歌樂主持天主教音樂，將近七百年之久

2. 西昆斯 (Sequence)：

繼敘經，是第九到十二世紀之間所唱的宗教歌曲。

3. 特羅普 (Trove)：

九至十三世紀，插入羅馬教會兼禮聖歌的施律及歌詞。有既有的歌曲配上新詞的，也有根據既有歌曲自由變奏的旋律與歌詞的，這些都見於宗教歌曲。

4. 奧爾岡農 (Organum)：

九至十三世紀新唱的初期的多聲樂曲。音程方面以四度最被歡迎。

5. 愛情歌手遊唱詩人 (Troubadour)：

十一世紀末葉，法國南方及十二世紀中葉法國北方及德國，有詩人兼音樂家的所謂愛情歌手、遊唱詩人，到處遊行演唱，他們所唱的歌曲，是有歌譜的最古老的世俗歌曲。其中法國南部詩人留下而現尚保存有樂譜者259首；法國北方詩人所留現尚保存有歌譜的者，約有1400首。

6. 克勞蘇拉 (Clausula)：

Notre Dame 歌派（法國巴黎 Notre Dame 大教堂為中心而興起的多聲部音樂）裏的一種多聲部樂曲。

7. 孔達克士 (Conductus)：

也是一種十三世紀的複音合唱曲。用拉丁文唱，主旋律常在低音，各聲部同時唱同一歌詞。

8. 經文歌 (Motet):

參考本章「歌曲的種類」

9. 彌撒 (Mass):

參考本章「歌曲種類」

10. 敘事歌 (Ballade):

英國的通俗歌曲。在中世紀曾是舞蹈歌，後來慢慢變成含歷史的、敘事的、諷刺的、宗教的，等要素的通俗歌曲。

11. 維雷來 (Virelai):

中世紀法國詩與音樂的一種重要形式。也叫「香頌敘事歌」(Shanson ballade)，是獨唱，合唱交互的，舞曲風的歌曲。

12. 浪多 (Rondeau):

輪旋曲，從十三世紀的單聲到十五世紀初的多聲樂派所用的歌唱方式。一般是 A—B—a—A—a—b—A—B (大寫為合唱，小寫為獨唱，合唱部份叫 Rondeau，獨唱部份教 Couplet)。

13. 牧歌 (Madrigal):

牧歌是十四及十六世紀盛行於意大利的聲樂歌曲。也包含受此影響的英國同類的歌曲。十四世紀的 Madrigal (牧歌) 歌詞內容是田園詩及戀愛詩較多，後來到了第十六世紀，演變成較為藝術的合唱曲。

14. 巴拉塔 (Ballata):

十四世紀時，在意大利所用詩與音樂的重要形式之一。是圍着圓圈所唱歌曲。

15. 獵歌 (Caccia):

約1300年左右起於法國而盛行於意大利的詩與音樂的重要形式。詩的內容是狩獵與釣魚等，音樂是嚴格的二聲卡農 (Canon)。

16. 香頌 (Chanson):

香頌是由法語唱的世俗的歌曲。是很短的抒情詩，普通有極輕快的主

題，有民謠風的與較藝術的二種。

17. 鄉村歌 (Villanella)：

鄉村歌是十六世紀聲樂曲的一種形式。雖名為鄉村，其實，是都市的貴族階級使之發展進步！

18. 富羅多拉 (Frottola)：

十五世紀末葉到十六世紀初，在北意大利的詩與音樂的形式。

詩 rrssrr

音樂 abaabab

19. 清唱劇 (Cantata)：

(參考本章歌曲種類)

20. 歌劇 (Opera)：

(參考本章歌曲的種類)

21. 神劇 (Oratorio)：

(參考本章歌曲種類)

22. 詠歌 (Aria)：

(參考本章歌曲種類)

23. 頌歌 (Anthem)：

英國國教會(聖公會)的聖歌，類似天主教經文歌 (Motet) 的合唱曲。通常有風琴的伴奏。

24. 格里 (Glee)：

格里 (Glee) 是十八世紀英國合唱形式之一。無伴奏的三部或更多部的男生合唱及重唱。富於英國的特性，到十八世紀後半，有很多職業或業餘音樂家組織「格里俱樂部」

25. 歌謠 (Lied)

(參考本章歌曲種類)

第五節 歌唱與天才

很多人聽了一場成功的演唱會，常以「天才」二字稱頌之，言下似乎他是

天生就唱得那麼動人，也只有天才的人才配學唱歌，我敢說，這是天大的錯誤。試想！那一個成功的歌唱家，不是以驚人的毅力與偉大的決心，經年累月的苦練，苦練再苦練出來的？鋼琴家盧賓斯坦 (Rubinstein) 曾說：「一個音樂家的成功，只有百分之十五是由於天賦，百分之八十五還是靠着不斷的苦練的。」

還有這麼一個有趣的故事：一個音樂家，紅極一時，電台、電視、報章、雜誌，常登載他演奏的消息，且都以天才稱他，但，他自己却哼之以鼻說：「天才、天才，我每天苦練十幾小時，練了二十幾年了，到現在才聽到有人說我是天才……」真是所謂「養軍千日，用在一朝」，聽他臺上幾分鐘的演奏，的確是天才，但，我們怎麼可以只看他驚人的一朝」而忘了他苦練的「千日」呢？

發明王愛迪生說：「成功的要素是一分靈感，九分血汗」；樂聖貝德芬 (Beethoven) 說：「一日停止了練習，便損失一週的工夫；一週停止練習，便損失一月的工夫，一月停止練習，便損失一年的工夫。最後便墜於不可救藥的地位」，這些何嘗不是大家所謂「天才」的人苦練的寫照？

總而言之，天才固然重要，但我們不能靠天才而成功，我們必須要找到優良的老師，按步就班，認真練習，這樣、自然可以唱得更輕鬆，唱得更響亮，唱得更高，唱得更動人。

第六節 人聲的分類

(一) 從音域分類：

女 聲	{	女高音 (Soprano)	高 音
		女中 (Mezzo Soprano)	次高音
		女低音 (Alto)	中 音
男 聲	{	男高音 (Tenor)	次中音
		男中音 (Baritone)	上低音
		男低音 (Basso)	低 音

(二) 從音色音質分類：

抒情的女高音 (Lyric Soprano)

戲劇的女高音 (Dramatic Soprano)

華彩的女高音 (Coloratura Soprano)

戲劇的男高音 (Dramatic Tenor)

抒情的男高音 (Lyric Tenor)

高男中音 (High Baritone)

低男中音 (Low Baritone)

滑稽男低音 (Basso Buffo)

莊重男低音 (Basso Profundo)

一般說來，女高音音色透明清澈；女低音成熟熱烈；男高音明朗嘹亮；男中音勇壯深刻；男低音沈鬱雄厚；有了不同的音色，才能表現愛與恨，愉快和悲哀，歡笑與哭泣，祈禱與讚美，盼望和前進等。

尚未變聲的兒童的歌聲，其音域與音色與女聲相似，所以從前很多宗教音樂的合唱，多以童聲代替女聲。

第七節 歌唱的方式

用歌唱表現的方式，可分：獨唱、齊唱、重唱、輪唱、合唱等。

(一) 獨唱 (Solo)：

單獨一人唱歌叫做獨唱。獨唱能表現最深刻的聲樂作品，而偉大的歌唱家又莫不是獨唱家。像卡魯索 (Caruso) 吉利 (Gigli) 安德遜 (Anderson Marian) 沙里阿平 (Chaliapine) 等都是極受世人崇仰的獨唱家。

獨唱起於民歌，到了十八世紀發展成了藝術歌唱，至於歌劇裏的獨唱則被認為是歌唱的最高境界。

(二) 齊唱 (Unisonchorus)：

多數人同唱一個曲調叫齊唱。這是較容易被聽衆了解，也較合唱容易實行的演唱方式。軍歌、校歌等通常都齊唱。合唱裏有時也以齊唱來表現力量與整齊。