

教育科学出版社

中央音乐学院图书馆藏书

书号

总记登号

PM157350

歌唱

百日速成

张德富著



歌唱百日速成

张德富 著



教育科学出版社

图书在版编目(CIP)数据

歌唱百日速成/张德富编著. —北京:教育科学出版社,
1996. 4

ISBN 7-5041-1615-7

I. 歌… II. 张… III. 歌唱法 IV. J616.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(96)第 08221 号

责任编辑 赵连杰

责任印制 尹明好

教育科学出版社出版、发行

(北京·北太平庄·北三环中路 46 号)

各地新华书店经销

河北新华印刷三厂印装

开本:787 毫米×1092 毫米 1/16 印张:7.25

1996 年 4 月第 1 版 1996 年 5 月第 1 次印刷

印数:00 001—10 000 册 定价:20.00 元

张德富，中国广播艺术团著名男高音歌唱家、中国音乐家协会会员、香港（海外）文学艺术家协会会员。1954年出生于吉林省白城市。1975年考入中国广播艺术团任独唱演员。

张德富生就一副甜美的歌喉，并有很高的艺术悟性。他音质纯正、韵味醇厚，擅唱多种民族风格浓郁的民歌和抒情歌曲。1982年，一首创作歌曲《金梭和银梭》经他首唱后很快传遍全国，成为一首名曲，并荣膺“当代青年最喜爱的歌”的美誉。1990年，在中央人民广播电台举办的“全国广播新歌征集评选”中，他演唱的歌曲《红土地的风彩》，获广播新歌金奖。

1983—1985年入中国音乐学院进修，系统地学习了音乐理论和声乐技能。

1990年，由中国广播艺术团推荐，国家教委选派，作为访问学者赴西班牙马德里高等声乐学院学习。后历经五年潜心研究，首创了一种科学速成的“声韵结合教学法”，开拓了声乐领域的一条新路。



他执著地追求
歌唱方法的改革

歌唱百日速成



张德富著



张

德

在

实



富

践

中



目 录

我与声韵结合教学法（自序）.....	1
一、声韵结合法的原理.....	5
二、歌唱的姿态.....	6
三、歌唱的呼吸.....	7
四、十三辙韵的歌唱练习	
1. 一七辙的歌唱练习.....	10
2. 乜斜辙的歌唱练习.....	25
3. 灰堆辙的歌唱练习.....	32
4. 人辰辙的歌唱练习.....	41
5. 发花辙的歌唱练习.....	47
6. 怀来辙的歌唱练习.....	54
7. 言前辙的歌唱练习.....	60
8. 江阳辙的歌唱练习.....	65

9. 油求辙的歌唱练习.....	72
10. 中东辙的歌唱练习.....	79
11. 遥条辙的歌唱练习.....	86
12. 波梭辙的歌唱练习.....	94
13. 姑苏辙的歌唱练习.....	103
五、母音与十三辙歌唱的关系对照表.....	110

我与声韵结合教学法

(自序)

歌唱是艺术，而歌唱的技法则是一门科学。任何科学都是在不断探索和发展着。《歌唱百日速成》则是对歌唱技法的新的探索 and 追求，以期对歌唱艺术的发展和普及尽绵薄之力，献杯水之功。

歌唱能够速成吗？回答应该是肯定的。但任何事物都不能绝对化。只要条件具备，方法对路，施教有方，学习努力，就能够速成。否则，如果学习者声带破损，五音不全，毫无乐感，智力低下，且又懒惰，即使多么科学的方法，多么权威的施教者，也不能使其速成，甚至根本成不了一位歌唱者。

《歌唱百日速成》，是通过对汉语语言的音韵十三辙进行剖析和吸收，采用声韵结合的方法，来开发歌唱者的艺术潜能，使其在较短的时间里掌握歌唱技巧，成为一个好的歌手或声乐爱好者。

为进一步完善民族声乐的科学性，我曾于1983 - 1985年入中国音乐学院进修，系统地学习了音乐理论和声乐技能，把舞台实践的经验和专业知识有机地结合起来，向声乐艺术的深度和广度而求索。

我的歌声，不仅通过广播、电视、音带、唱片传遍神州大地，为国内广大听众服务，而且通过出访和文化交流，把中国歌曲介绍到国外。我先后到过日本、新加坡、意大利、法国、瑞士、希腊、塞浦路斯、西班牙等国和香港地区。日本和新加坡的文化机构曾专门邀请我去交流和讲学。1985年，我随中国艺术家代表团参加塞浦路斯世界青年节，和16个国家的艺术家同台演出。当我作为最后一个出场的歌唱者演唱结束时，三万多观众齐声高呼：“中国万岁！中国第一！”这些，都给了我在声乐艺术上进一步探索的信心和力量。

1990年，我由中国广播艺术团推荐，国家教委选派，作为访问学者赴西班牙马德里高等声乐学院学习。在导师、声乐权威彼德森·恩干博教授的指导下，对美声唱法的起源、发声、气息的运用、歌唱的技巧等进行了系统的学习和研究，广泛涉猎了西欧各国和拉美地区民歌，并对其唱法和风格进行研究。回国后由中唱公司为我录制了名为《拉美情歌》的盒带。在留学期间，我不仅贪婪地摄取，同时也慷慨地付出。我利用业余时间，在马德里、冈萨雷斯、巴塞罗那等地举办多场独唱音乐会，把中国的优秀歌曲介绍给欧洲听众。乌拉圭前总统胡里奥·玛利亚·桑吉内蒂，和哥斯达黎加前总统奥斯卡·阿利亚斯都与我合影留念，并盛赞我成功的演唱。我国驻西班牙大使原涛称赞说：“你不仅是作为一名来学习的留学生，而且你还起到了一个文化大使的作用”。

我由于既学了民族的，又学习了美声的；既熟悉中国的，又了解了外国的。这些，促使我要在声乐艺术上做出新的贡献。因此，从西班牙学习归国后，在国家教委的支持下，我继续钻研在留学期间开始探索的一个课题——声韵结合法，即将声乐方面的普遍规律与汉语方面的十三道辙韵结合起来进行歌唱训练，以解决嗓音和吐字的统一问题，并以速成的方法，培养既有美妙歌喉又能咬字清晰的歌唱者。

人们可能会问：十三辙仅是北京语音的辙韵，并非汉语音韵的全部。再说，辙韵只是写诗作词对韵律的一种规范，它与声乐有什么关系？是的，十三辙确是北京语音的辙韵规范。如今，在全国甚至在世界范围的华人都推广以北京语音为标准音的普通话。至于辙韵与声乐的关系，本来就是联系得很紧密的。如古代的诗、词、歌、赋，不仅辙韵严格，而且均可吟唱。古人的所谓吟诗，实际上就是唱诗。如今好的歌词，也就是诗。至于某些辙韵不讲究或根本就无辙无韵的所谓的“歌词”，是不能与我们所说的歌词相提并论的，真正的歌词必须符合十

三辙的韵律。

那么辙韵与歌唱方法（即歌唱技巧）又是什么关系呢？过去人们对它很少研究，也没有人发现它们之间的关系。经过研究和剖析，如今我找到了它们的关系，而且是密切的关系。首先，每一首歌的韵律都脱离不了这十三道辙韵。只有掌握了辙韵，吐字才能清晰，歌唱时才能字正腔圆，才能使收听者字字入耳，声声含情。其二，每个辙韵的韵母里的母音和声乐的五个纯母音是相通的。因此，我们通过对辙韵的吟诵练习，提高人们的音韵感，也就是乐感，这对理解歌曲，处理歌曲是十分有益的。也只有理解了歌曲，善于处理歌曲，才能够唱好每首歌。其三，辙韵里的母音既然和声乐的五个纯母音是相通的，通过对辙韵的吟诵和歌唱，必然会使你的嗓音洪亮，音色优美，吐字清晰，乐感增强，气息贯通，情感丰富。

严格地说，一个优秀的歌唱者，不仅要给人以悦耳动听的歌声，同时，要使你所演唱的歌词内容准确无误地传达给听众。否则，你的歌声即使优美，人们不知你唱的什么，这只能说有才完成了声乐应有功能的一半。而声韵结合的训练法，正是要解决这一问题。即：使每一位歌唱者在取得音色优美，气息通畅，音质纯正，声情并茂的同时，又能声韵结合，口齿清晰，字正腔圆，使所唱的内容字字入耳，句句感人。

如今，有些歌唱演员，他们的声音是美妙的，乐感也很强，就是听不清他所唱的内容。正如中央音乐学院老院长赵沅先生所云：“特别是歌唱者接受训练的时候，大多只用欧洲语言中的五个母音，和中国语言不能很好地结合，所以这种唱法曾经被贬为‘洋嗓子’，口含橄榄唱歌”（意思是说语言不清楚从而语意不明确的缺点）。用古人的话来形容是：“而今唱歌唯唱声”。

声韵结合的施教方法，由于它不仅解决歌唱者的声音问题，同时也解决了吐字发音。这就使歌唱者成为声乐艺术上的

完人，而不是有声无字或有字不清的跛足歌手。当然，歌曲能否让人完全听懂与词、曲作者的水平也有一定关系。比如现在有些所谓的歌曲，其词文法不通，语无伦次，故作高深，不知所云，这类梦呓般的歌，神仙来演唱也难让人听懂，这就不是本施教方法能够解决的问题了。

声韵结合教学法是一种新的探索。既然是探索，就肯定会有不完善或不被人们理解和接受之处。这没关系，实践是检验真理的唯一标准，《歌唱百日速成》愿在实践中去经受检验，使其日臻完善。为此，定将会得到专家、同行和声乐爱好者的热情支持和协助。

与此同时，我也以此书答谢许多关心、帮助、支持我这一研究的领导、老师和朋友们。

作者

1996.1 于北京

一、声韵结合法的原理

所谓声韵结合，即将声乐方面的普遍规律与汉语方面的十三道辙韵结合起来进行歌唱训练，以解决嗓音和吐字的统一问题。这是培养既有美妙歌喉又能咬字清晰的歌唱者的最佳途径。

长期以来，人们在声乐教学方面一般偏重于对呼吸、发声、共鸣等纯嗓音方面的训练，这显然是有益的，也是重要的。但这样培养出来的学生在歌唱时，往往只重视声音位置的高低，音色的纯美，音域的宽厚等等，而不太重视字音与歌唱的严密结合。而声韵结合的施教方法则可以既不排斥当今声乐教学方面的普遍规律，又补充了它的不足，而且可以使学习者在较短的时间里掌握歌唱技巧，唱好每一首歌曲。这样培养出来的歌唱者，他的歌声不仅悦众耳，而且动人心。

有人可能会说，声乐属音乐范畴，而辙韵是语音范畴，这是两个学科，它们如何能够结合到一起去最终解决声乐方面的速成呢？古人云：“诗言志，歌咏言。言之不足，故长言之；长言之不足，故咏歌之；咏歌之不足，故嗟叹之；嗟叹之不足，不觉手之舞之，足之蹈之”。这段话精辟地告诉我们，歌曲唱的是语言，正是由于语言的叙说不能充分表达情感，才产生了有辙韵的诗歌；光有诗词的吟诵仍旧不能完美地抒发心声，才产生了歌唱；歌唱还不足以表露激越的情感时，才产生了哎海呦、呀荷嗨、依、呀、哈等嗟叹词作为歌曲的衬托和补充；即使这样还不足以表达内心的兴奋、快慰、激动、悲愤或哀怨时，才产生了舞蹈。古人在美学方面的这些精湛的论述，把带辙韵的语言——诗，和拉长音的语言——歌之间密不可分的关系交代得多么清楚。我们今天采用声韵结合的方法来进行声乐方面的训练，正是基于这一原理。这将使我们形成一种在继承民族风格上发展出来的新的中国唱法。

二、歌唱的姿态

歌唱演员主要是以歌声的感染力去征服听众的。但是，既然作为一个演员出现在观众的面前，你还必须对自己的形体、气质、表情、动作有所要求。因为你的姿态如何直接影响演唱的质量和效果。

演员出场给人们的第一印象很重要。我们要求歌唱者的形体应该既挺拔而又松弛；挺拔是给人以精神、朝气和充满活力的感觉。但这种挺拔绝不能像士兵站岗那样，浑身绷紧。而是要肌肉放松，身态自然，精神抖擞。只有这样，才能气息通畅，呼吸均匀，胸腔舒展，声带闭合自如，歌声才会像泉涌般地流淌出来，灌溉观众的心田。

歌唱演员形体主要表现在气质上。而气质不是装出来的，而是来自歌唱者对声乐艺术的修养之高，对歌唱技巧的掌握之精，以及对广博知识的底蕴之厚，非常自然地流露出来的外在形态。这种气质靠装腔作势是做不到的。只有通过刻苦学习，勤奋努力，达到德艺双馨的程度，才能够自然形成。

歌唱演员虽然主要靠歌声赢得观众，但适当的表情动作也是不可少的。歌唱者的表情应轻松自如，潇洒大方，满面春风，亲切热情。切忌板着面孔，一本正经，或故作多情，扭捏作态。更主要的，应根据所唱歌曲的内容和乐曲的旋律，而由动于衷地形之于外。这样的演唱才能情深意切，感人肺腑，使人们在歌声的陶冶中，获得艺术的享受。

至于歌唱演员的动作，一般说来那只是红花的绿叶，只能是恰如其份，点到即止，绝不可夸张、过份，甚至画蛇添足，哗众取宠。

三、歌唱的呼吸

呼吸，本属一种自然形态。任何人从诞生之时起，便会自由地呼吸，无需母亲去教导。不光是人，任何动物，甚至植物，都会呼吸，因为停止了呼吸，生命将终止。

歌唱的呼吸与生活中的呼吸是不相同的。这首先要从发声谈起。人无论是说话或歌唱，必须先发出声音。这种声音在大脑的支配下，通过口腔的张合，口形的变化及舌，齿的运动便产生了语言。当气体的冲击力加大，把语言拉长，再加上长短、高低、强弱、快慢等节律，便产生了歌唱。在生活中人们通常是用鼻腔呼吸，即使用口腔呼吸，因为气息的流动徐缓，声带处于松弛状态，所以发不出声音。即使有声也只是出粗气之声或气喘吁吁之声。人们只有加大了气息量，增强了气体的冲击力，并把声带闭紧或拉长，才能发出声音，进而产生语言和歌唱。

人们呼吸的功能主要是肺的作用。其次是胸腔的扩张、收缩和肺膜或横隔膜的配合。由于生理机制的不同，女人为胸式呼吸，主要靠肺与胸的涨缩来配合。但无论男女，在歌唱时必须进行腹式呼吸，即人们常说的丹田之气。所谓丹田，实际上就是运用横隔膜来储存气息，增加气息的流动量。在生理解剖上是看不到丹田为何物的，只是中医，气功师或某些声乐教师惯用的一个术语。并把它定位在肚脐的周围，称这个区域为丹田。因为这正是肺的下端和肠部上端的交合部，即肺膜与肠膜之间的隔离带，通过气体的作用，它可以扩张和收缩而已。

歌唱的呼吸，主要是通过经常的练习，增大肺活量和气息的储存量，使其在歌唱时有充足的气体供应歌唱的需要。尤其是唱高音和延长音，气息不足，是很难唱得完美的。

呼吸的练习，应该和练声同步进行。如同戏曲演员的喊嗓

子，也是和运气同步的。所以没有必要单纯去练习吸入呼出。因为在练声时，你必须把每个音阶唱得很长，音域唱得很宽，音色唱得很亮，音质唱得很厚。这样，你必然在唱每个音或每个乐句之前把气吸足，并把它沉到横隔膜处，即所谓的丹田区，以供应歌唱之所需。这种呼吸要充分运用腹腔来实现，即：吸气时腹部要尽量放松，随着气的进入而逐渐膨胀；呼气时腹部应徐缓收缩，使气息均匀而有力地通过声带和口腔，从而发出歌唱的声音。人常说：“饱吹饿唱”，这是有一定道理的。因为人们在相对饿的时候，胃肠中食物不多，腹腔处于空虚状态，这就能够吸进并储藏较多的气，使歌唱时有似乎取之不尽，用之不竭的气源。当然，也不能太饿。过于饥饿，体力不支，即使有气也无力运用，仍旧发不出美妙的歌声。

歌唱的呼吸应该口鼻并用。特别是吸气时，必须鼻腔和口腔同时进行，才能使气体充分而迅速地通过气管、肺而进入腹腔。如果单纯用鼻吸气，则进气细而慢，歌唱时入不敷出。如果单纯用口吸气，则容易出现喘息声，破坏歌声的音质。特别是通过话筒来演唱，其喘息声则更为明显，这是歌唱演员必须忌讳的。

歌唱过程中的呼吸，即人们通常说的“换气”，它是歌唱技巧的重要组成部分。因为每首歌曲中的每个乐句有长有短，有强有弱，有快有慢，有高有低，它所需的气息量也各不相同。这就要在每个乐句的间隙巧妙而迅速地补充气息，那怕每个单音的顿句，只要有休止符，就应该小吸一口气。这时的吸气，应该不露痕迹，使听者感觉不到。而不要在气息用尽时才大口吸气，出现明显的换气声，给人以底气不足和气虚体弱之感。这样，不仅影响歌唱的质量，歌唱状态也欠佳。

总之，掌握好呼吸的技巧，对歌唱至关重要的。而这一技巧主要靠不间断的乐声练习来取得，每天的练声是必不可少的，即所谓：“台上显神通，台下十年功”。功到自然成。

声乐艺术既然是门科学，那么衡量这门科学的标准应该是：声音集中靠前，音质悦耳，读字清晰，五个纯母音能在不同的声区里音色统一，并使每一个辙韵的每一个字放在这三个声区里，这是检验这门科学的标准。