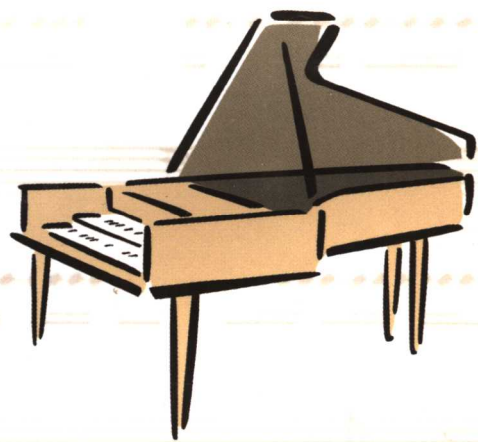


蔡少芬 著

歌唱艺术概论



河南大学出版社

歌唱艺术概论

蔡少芬 编著

河南大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

歌唱艺术概论/蔡少芬编著. —开封:河南大学出版社,2007.9
ISBN 978-7-81091-633-2

I. 歌… II. 蔡… III. 歌唱法 — 高等学校 — 教材 IV.
J616.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 144467 号

责任编辑 王 纯

装帧设计 马 龙

出 版 河南大学出版社

地址:河南省开封市明伦街 85 号 邮编:475001

电话:0378-2825001(营销部) 网址:www.hupress.com

排 版 郑州市今日文教印制有限公司

印 刷 河南省诚和印制有限公司

版 次 2007 年 9 月第 1 版

印 次 2007 年 9 月第 1 次印刷

开 本 890mm×1240mm 1/32

印 张 7.625

字 数 191 千字

定 价 12.00 元

(本书如有印装质量问题请与河南大学出版社营销部联系调换)

目 录

第一章 歌唱发声的基本知识…………… (1)

- 一 歌唱的呼吸…………… (1)
- 二 歌唱的音源认知…………… (3)
- 三 歌唱的共鸣…………… (4)
- 四 歌唱的咬字吐字…………… (6)
- 五 培养整体歌唱的意识和能力…………… (7)

第二章 歌唱的学习要领…………… (9)

- 一 学习歌唱应具备的条件…………… (10)
- 二 声乐学习中模仿的作用…………… (12)
- 三 声乐学习的基本步骤…………… (13)

第三章 歌唱方法中的练声环节…………… (17)

- 一 为什么要练声…………… (17)
- 二 练声时应该注意的问题…………… (19)

三	歌唱练习中的自我模仿·····	(27)
第四章	歌唱发声的心理障碍·····	(32)
一	反应迟钝及其解决的办法·····	(32)
二	恐惧高音及其对策·····	(35)
三	怯场及其克服手段·····	(36)
第五章	歌唱发声的心理活动·····	(39)
一	歌唱发声的意识活动与感觉现象·····	(39)
二	歌唱活动中“知觉”的影响·····	(46)
三	“表象与联想”的价值作用·····	(47)
四	“注意”的培养与意义·····	(49)
五	“记忆”的种类与作用·····	(50)
六	歌唱的心理动力源于“想象与思维”·····	(54)
七	“意志”对歌唱学习的影响·····	(56)
第六章	歌唱发声的感觉培养与训练·····	(60)
一	歌唱发声感觉的产生·····	(60)
二	歌唱发声感觉的调整与控制·····	(63)
三	歌唱发声中各共鸣腔体的调控方法·····	(67)
第七章	歌唱艺术表现的基本要求·····	(74)
一	歌曲的处理与表现·····	(74)
二	歌唱者的音乐修养·····	(87)

第八章	歌唱艺术的表演特性·····	(92)
一	表演性是歌唱艺术的显性特征·····	(92)
二	歌唱者应注重舞台表演·····	(94)
三	歌唱表演实践应遵循的内容与要求·····	(97)
四	歌唱者进行形体训练的重要性·····	(99)
五	歌唱表演训练的基本方法·····	(101)
第九章	歌唱表演中形体语言的运用 ·····	(104)
一	眼神和面部表情·····	(105)
二	手势·····	(113)
三	台步的发挥·····	(119)
四	歌唱与表演的整体把握·····	(121)
五	舞台表演中应注意的问题·····	(134)
第十章	歌唱表演的实例分析·····	(137)
一	内心体验与意识流动·····	(137)
二	内心体验与动作形成·····	(140)
第十一章	20 世纪中外著名歌唱家及其 艺术成就 ·····	(147)
附录	歌唱表演的形式和声乐分类 ·····	(230)

第一章 歌唱发声的基本知识

歌唱者总希望自己能发出美妙动听、运用自如、表达自然的聲音，即：聲音洪亮圓潤、均勻統一；氣息飽滿、運用自如；吐字清晰而有共鳴，能充分表達各種不同的感情。不論是以慢的或快的速度歌唱，都能做到在整個音域範圍內，聲音保持流暢、圓潤和統一，強弱力度的對比變化控制自如，音色的變化豐富多彩等，在音樂廳不需要擴音器的情況下，也能讓最后一排觀眾聽得清楚所唱的內容和所表達的情感，這是歌唱學習的總目標。圍繞這一目標所要進行的首先是对歌唱发声知识的了解和歌唱发声技能的训练。

一 歌唱的呼吸

呼吸是歌唱发声的动力，是艺术表现的重要手段之一。意大利美声学派有这样的说法：“呼吸是歌唱的基础和动力，谁懂得呼吸谁就懂得歌唱。”我国古代声乐理论所讲的“善歌者必先调其气”、“气动则声发”，都科学地说明了歌唱呼吸的重要性。正确的呼吸，是歌唱艺术的一个重要因素，声音是否纯正优美、音色的变化是否丰富多彩，都取决于正确的呼吸。作为发声的动力源，一切声音表现技巧都与呼吸密不可分，因为有气才有声，有声必有气。

在我们的日常生活中，人们的呼与吸都很自然，不管是高声讲

话还是悄声细语,呼气与吸气都是一种自然状态,谁也不会去注意怎样呼与吸。而对于一位歌唱者来说,要想正确地运用呼吸来歌唱,就对他的呼吸提出了要求。即使一个歌唱者具备好的嗓音,具有好的乐感,而不会正确地控制呼吸,他也永远不可能成为一个歌唱家。呼吸系统的正确运用是歌唱的基本要素之一,是决定歌唱好与坏的关键。歌唱时声音的准确、音质的优美、情感的表现、吐字的清晰,都与呼吸的运用有关。

在很多关于歌唱艺术的论著中,都有大量的关于呼吸原理的介绍,但是在这里我们要明白的是:呼吸是一种被动行为,就像手风琴的风箱,拉开风箱气就进去了,再往里一推气又出来了。这说明:气不是吸进去呼出来的,而是被压进去压出来的,形成这种现象是大气压作用的物理原理。弄明白这个原理,就领会了歌唱的呼吸的道理了。

歌唱的呼吸技巧在实际的操作中有吸气、控制、流动、换气四个要领。

一、吸气:正确的吸气是用下降横膈膜、放松与膨胀下腹(小肚子)的办法。实际操作是把嘴自然张开,下腹一松一鼓地运动就“气沉丹田”了。下腹一松一鼓时,横膈膜是下降状态,胸腔底部呈扩张趋势,所以气就容易吸得深。这种吸气方法又快又深,这是主动扩张胸腔底部使气息被动压进去的结果。

二、控制:吸了气马上唱。唱时要对气息呼出的流量加以控制,如不控制,气很快就会用完,唱延长音和高音时就会因为气不够用而出现气短的现象。在歌唱发声时,只靠用扩张腰部的方法来控制气息是不够的,这样往往腰都酸了气还是控制不好。有一种感觉我们可以体会:在心理上想着“吸着唱”的感觉,这样下腹就会处于膨胀的状态,腰部也立刻会出现轻微的有弹性的膨胀感,这时下腹与臀部略微提着点儿,气息就容易保持了。尽管在保持住“吸着唱”的状态时,下腹的肌肉会随着气息的流出在不断地收缩,

但实际上,是在借“吸着唱”想象的错觉,来很省力地把气控制住。

三、流动:气息的流动是容易理解但不容易掌握的技能,需要一定的时间来训练。初学者很容易把“吸着唱”的感觉做过度而使气息不能自由流动,声音发僵。最好的办法是在唱的时候,主动想着“吸中有呼、呼中有吸”,这种“又吸又呼”的感觉,既能很好地控制气息,又能使气息通畅,声音流动起来。

四、换气:换气的动作是否正确,直接影响到歌唱的效果。气换不好,歌儿就唱不好。换气前要找好“气口”,在什么地方换气要心中有数。换气时最简单的操作方法是:把腰腹部的肌肉轻轻一松,腰部轻轻一缓劲儿,气就换进来了,动作的幅度不大,但要掌握一个“快”字。

歌唱中的呼吸是个很重要的基本功,良好的呼吸和气息支持是需要经过细心的体会和认真的锻炼才能获得的。

二 歌唱的音源认知

发音是歌唱的基本问题。我们知道,声带是发声的振动体,是歌唱发声的音源所在,但声带本身不发音,发音是靠声门的闭合来完成的。声带长在每个人的喉器里,自己看不见摸不着。要想使声带产生纯净的基音,首先要解决两个基本问题:一是声门闭合要适度,二是喉器的位置要正确。

一、声带运用要正确,声门闭合要适度。声带是长在喉咙里的一个发声器官,共有一对,左右并列,它们如同两条韧性很好的韧带,不仅能互相靠拢,而且本身可以拉紧。凡是健康的声带都有两种机能,一种是发真声的,是真嗓子的机能,现在科学的名词叫“重机能”;一种是发假声的,是假嗓子的机能,现在科学的名词叫“轻机能”。重机能是整个声带的全振动,轻机能是局部声带的边缘振动。在歌唱发声中,良好的发声需要这两种机能相互配合与

协调作用。无论哪一种唱法所进行的训练,只要是科学的方法,都应该是追求真假声结合的混合声,只是真假声混合的比例不同。真假声混合的比例好不好,取决于声带运用得是否正确,声门闭合得是否合理适度。而这些都与呼吸有着极密切的关系。声门闭合得太紧,气就不通畅,声音就会出现又挤又卡的现象,真声多,嗓子紧;如果声门闭合无力,就会出现漏气的现象,声音必然空洞无力。要想音色好,声门的闭合必须适度。声门闭合得适度,声带运用得科学合理,嗓音就会纯净悦耳,歌唱生命力也会持久,这是歌唱要素中最关键的环节。声带虽然是发声器官,是发声的音源所在,但在训练中却不能在声带上找劲,而是要通过与气息的协调运动,在上胸部找到一个想象的发声点,这样发声的注意力就会转移到声音的支点上,声带上的劲就会放松,声门就会在气息的支持下得到合理而适度的运用。

二、喉器位置要正确。歌唱时喉器摆放的位置应该是比沉默时的位置稍低一些,且保持相对稳定的状态。歌唱时无论音是上行还是下行,喉器的位置都应保持不变。但在发声时不要人为地强调它必须固定到什么地方,而是要通过打开喉咙的方法来获取喉器摆放的位置。当我们做深呼吸时,喉咙就是打开的状态。喉咙打开,喉器自然就会放下来。喉器的位置并不是越低越好,强调得过低,容易压喉器,声音发僵且有做作的感觉。喉器位置不注意摆放,声音就会发直且不集中,高音时发声困难。过低地压喉器或过高地抬喉器,都是影响歌唱发声的不良现象,这就要求位置的摆放要正确、适当。

三 歌唱的共鸣

共鸣是歌唱发声的灵魂,歌唱中的共鸣是指具有声音传播的能力。所谓共鸣,实际上是一种物理现象。物体振动发出的声波

传播到其他物体,由于频率相同产生共振作用而共同发声,这就叫共鸣。人的声音只靠声带的振动发声是很微弱的,是不符合歌唱艺术嗓音要求的。为了使歌唱者发出的声音洪亮、结实,音域宽广,具有丰富的色彩,除了依靠正确的呼吸控制外,更重要的是发挥人体对声音的共鸣作用。每个人自身都有自然的共鸣腔体,这包括胸腔、口鼻腔和头腔三个不同的共鸣区域。在喉器上面的喉腔、咽腔、口腔、鼻腔、额腔、蝶窦以及胸腔等,都是共鸣区。这些器官经过开发与正确的训练,都能得到增强与扩展,从而使音量增大,音色优美动听。

歌唱共鸣主要有三个方面作用:一是有共鸣的声音会更集中,更明亮,穿透力强;二是有利于声区的统一、元音的一致和音域的扩展;三是能够节省歌唱的“本钱”,使声音的寿命得到延续。

歌唱共鸣的获得有三个条件:一是共鸣空间的开发。这主要指头腔、鼻腔、喉咙、口咽腔及鼻窦的开发。这些腔体的开发主要通过调整歌唱时各个共鸣空间的积极参与状态。二是存在共鸣空间的音响。这是指所有与发声有联系的腔体在与气息的结合过程中所产生的振动效果。三是通入共鸣空间里的空气。唱的过程中,始终要感觉从胸腔、经过咽腔(喉咽腔、口咽腔、鼻咽腔)与口腔、鼻腔、头腔中的空窦互为通气,互为作用。以上三点是“共鸣三要素”,缺一不可。

共鸣在歌唱中的应用,应该按照“音量”与“音高”的需要来决定,各共鸣腔体要均衡发展,这样才能使歌唱的发声日臻完美。当共鸣发生时,往往需要同时应用多个不同的共鸣腔体,否则,发声效果不好。例如,只用鼻腔进行共鸣,而没有口腔、额腔与蝶腔等处的共鸣,其声音必成为刺耳的鼻音;只用口腔共鸣进行歌唱,声音会浑浊不清,难以传远。一般情况下,在低声区歌唱时胸腔共鸣要多一些,口、鼻腔共鸣稍少,头腔共鸣更少;在中声区歌唱时,口、鼻腔共鸣就会多些,而胸腔、头腔共鸣用得会少些;而在唱高音时,

头腔共鸣需要得很多,口、鼻腔共鸣次之,胸腔共鸣最少。以上共鸣成分运用的比例,完全要凭感觉来调整,这就要求每个歌唱者有很强的自我认知能力、自我调整协调平衡能力。一个歌唱者要想获得完美的声音,就要花更多的时间和精力来进行思考和练习,真正达到共鸣腔体的协调统一,运用自如。

四 歌唱的咬字吐字

歌唱艺术是文学语言和音乐旋律有机结合的产物。语言是歌唱的基础,它不仅是创作优美动人旋律的源泉,也是塑造丰富多彩的音乐形象的依据。正确掌握吐字的基本功,是歌唱者应具备的首要条件之一。

吐字的概念是:清楚准确地形成、吐发和传送出语言的基本音响,并把这些音响结合起来成为顺畅的形式,以适应歌词的音的表达和歌曲的旋律状态。吐字是将元音和辅音读成可以听得懂的音节和单词模式。

对于歌唱中吐字的问题,不同形式的演唱艺术,是各有不同的认识和具体技术的。这个问题既复杂又简单。说它复杂,是说世界上不同语种的拼音规律各不相同,这就是世界语言的复杂性所在,这要通过分析、研究,才能熟练掌握好;说它简单,就是人类语言中的语音,是由两种音构成,一是元音,又叫母音,一是辅音,又叫子音,在汉语拼音中称为韵母和声母。歌唱主要是唱好元音,因为人声发出来的能延长的音基本都是元音。尽管元音是各式各样的,但只要出声音就有元音,元音是语言中的重要部分。歌唱中唱好元音能使声音美化流畅,且富有色彩性。我们的演唱都要唱在元音上,可见,在歌唱的语言中元音占有重要地位。我们在唱歌时要好好研究元音的形成,要特别注意元音的色彩。

吐字必须清楚,这在世界上任何一种语言和任何一种演唱形

式中都是最起码的基本准则。要使歌唱吐字清楚、字正腔圆,就要求歌唱吐词的拼音动作和语言发音需要的所有肌肉,非常灵活,非常准确,非常稳定,应该“像平常说话那样流畅、自然,心里怎么想,就在唱时怎么‘说’,该用哪儿就用哪儿”(沈湘语),是什么音形,口腔内部就应该是什么样的,要非常明确。不要主动在嘴巴里“嚼字”,而是“歌唱念字的时候该哪儿使劲就哪儿使劲”(沈湘语),其他地方绝对不能帮忙。

歌唱既然是像说一样的“唱”字,就还有一个统一的问题,就是说打开腔体把字唱到腔体里去,这一点很重要。打开腔体是建立在深呼吸的基础上的,该用的唇、齿、牙、舌、喉,辅音的形成,都要用深呼吸集中在发音所需要的那个地方,不能单纯为追求吐字清楚而忽略了咬字的位置和歌唱要用的共鸣。对歌词的每一个字,都应该在深呼吸的状态上“说”清楚,这一点歌唱者心里要明白。歌唱中还要根据歌曲内容和感情的需要,找准字头的语气“喷口”,这样才能使歌唱成为字正腔圆、声情并茂、优美动人的听觉艺术。

歌唱的语言既要清楚,又要美化;吐字既要准确,又要到位。在培养与运用这些能力的同时,要注意与歌唱的呼吸和共鸣腔的运用紧密配合,统一协调。

五 培养整体歌唱的意识和能力

歌唱发声训练是一种协调与平衡能力的训练,是一项需要全身心积极参与的运动。在歌唱发声的训练中,呼吸的支持、声带的振动、腔体的共鸣与语言中的吐字是密切相关共为一体的,要追求完美的歌唱更是缺一不可。

在训练的过程中,这几个要素不仅是统一的整体,而且是同时完成的,所以在歌唱时绝不能顾此失彼,因为它们之间是互为因果关系的。我们知道,打开喉咙与声带的振动是建立在良好的呼吸

支持之上的,只有加强了呼吸的支持,喉咙才能完全打开,声带才能在气流经过时产生振动而发出声音。如果气息支持得不好,歌唱者很可能就会把歌唱的力量转移到喉咙上去,致使喉咙打不开,声音会产生挤、压、卡等现象;如果喉咙打不开,声音就进不到共鸣腔里去,就会出现喉咙紧、位置低、声音笨拙等情况,使歌唱者越唱越累。一个好的声音一定是在把喉咙完全打开的情况下,加上强有力的呼吸支持,配合上清楚的吐字,从而进入共鸣腔而产生出来的。因此,呼吸是基础,打开喉咙是关键,共鸣是根本追求,吐字是灵魂。

整体歌唱意识和能力的培养需要从以下五个方面努力:

一、良好的心理状态。歌唱者在学习的过程中,心理要积极主动,有良好的歌唱欲望并能正确地对待学习中出现的问题。

二、充分发挥身体本身的作用。身体本身是一件乐器。歌唱者首先要认知这件乐器,并具有调控这件乐器的意识和能力,能让身上的肌肉该放松的放松,该积极发挥作用的积极发挥作用,同时能排除那些影响歌唱的多余的动作。

三、认真体会呼吸、发声、共鸣、吐字等部位的感觉,体会它们之间相互配合的适度感和分寸感。

四、认真准备作品,深刻理解作品,正确把握作品,准确表达作品,不断完善艺术修养。

五、加强表演意识,注意演唱的形象,良好的歌唱形象来自于内部的感觉,是一种由内而外的展示。

第二章 歌唱的学习要领

在这个世界上,没有哪一种乐器能和人声这件“乐器”的普及率、使用率相比。只要有一副能健康说话的发声器官,人人都可以学唱。世界著名声乐教育家莫威在《声乐教师面临的新问题》中宣称:“有人认为,好的歌唱仅仅局限于少数具有特殊天才的人,这是错误的,在声乐教学中,应该加以纠正,而代之以宣传‘每个人都能唱歌’的口号。好的歌唱是依靠对声音正确地运用,重于使用歌唱家歌喉中的某些‘特殊部分’。这‘特殊部分’不仅仅属于歌唱家,我们知道并有把握地说,任何正常的人,都能发展出一副好的歌喉。”

经过人们对艺术嗓音多年的研究证明,歌唱家发音器官的构造与普通人的构造并没有什么特殊的地方。大家熟知 20 世纪意大利伟大的男高音歌唱家恩里科·卡鲁索,他的好友 P. M. 马腊费奥迪医生所著的《卡鲁索的发声方法》一书中有这样一段话:“事实上,卡鲁索的咽喉器官并没有什么特殊,他的较宽的声带或发声器官的别的特点,并不是对他奇妙歌唱起决定性作用的因素,相反,他的喉咙有缺陷。如果单单依靠他发声器官的条件,他就不可能成为歌唱家……卡鲁索经常提到早年一件有关的事。他在 20 岁那年,曾因扁桃体发炎,向意大利著名的喉科医生、那不勒斯大学教授 F. 马塞依(Massei)求医。当他知道卡鲁索是在学歌唱时,

这位名医怀疑地摇头说：‘还是干别的吧，你没有学唱的喉咙。’……因此，使他获得如此伟大成就的，并不是因为他的喉咙是什么神秘的器官。”如果“给喉咙这个器官如此重要的位置，甚至说只有它才能表现出极美的声音，未免太过分了”。同时，马腊费奥迪认为：卡鲁索的成功所具备的“不只是一个而是几个条件，生理的和心理的条件协调地组合在一个人身上，才造就了卡鲁索这个人如此异常辉煌的歌声”。

当然，歌唱家歌唱的声音与普通人歌唱的声音是有显著区别的。歌唱家把声乐艺术作为自己的职业，必须凭借出类拔萃的音乐素质、刻苦顽强的学习毅力，牢固掌握和熟练地运用歌唱技术与艺术的科学表现方法，才能一步一步走向成功。

一 学习歌唱应具备的条件

从一般普及的角度来说，只要嗓音和听觉健全，人人都可以学习歌唱。但是，从提高的角度和作为职业演唱的角度来看，为了使声乐学习达到一定的艺术水准，就需要具备以下几个学唱的基本条件：

一、健康的声带

喉科医生从喉镜检查中可以观察到每个人的声带情况。健康的声带呈白色，表面光滑，边缘齐整、笔直，未长有小结或息肉。两条声带在发音时闭合状态良好，活动自如。

声带是人的发音振源体，好的声带是产生在健康的生理机能这个物质基础上的。如果声带受损或产生难以治愈的病变，不仅无法学习唱歌，可能连日常讲话都很困难。因此，健康的声带是学习歌唱的最重要的物质条件。

二、健康的体魄

歌唱是一种脑力劳动与身体运动相结合的综合能力的运用。在长期的声乐学习和艺术实践中都要消耗许多精力和体力，歌唱发声时需要大的肺活量才能为歌唱发声准备好足够的气息——发声动力，只有健康的肺与强壮的体魄才能胜任这项工作。因此，保持身心健康对于学习歌唱的人是非常必要的。

三、敏锐的听辨力

一个听觉健全的人不仅可以分辨出生活里的各种声音，而且还可以辨别音乐里复杂多变的各种音高。但有些人却不具备这种基本的辨别能力，他们听不准音也唱不准音，这就是人们常说的“五音不全”。“五音不全”并不是先天的生理缺陷，是由于从小缺少音乐环境的熏陶所致。一个从小就喜爱音乐并接受了良好基础教育的人，就不会因“五音不全”的听觉缺陷而成为“音盲”。但是，顽固的“音盲”症是无可救药的，让他们学习歌唱就是一件很困难的事情。

歌唱既然是听觉艺术，演唱者首先要用音乐的耳朵把握自己歌唱的音准。这个“音乐的耳朵”所具有的敏锐听觉，是学习歌唱的另一个重要条件。另外，还可以通过不断地欣赏音乐和对乐理、视唱练耳的学习来培养和提高听辨能力。

四、良好的节奏感和乐感

歌曲是旋律与歌词的合成。音高和节奏是旋律最基本的要素。歌曲中旋律音高是在规定的长短节奏时值中进行的，同时，歌曲又有着复杂而又多变的节奏。旋律音的高低起伏与向前运行，构成了歌曲抑扬顿挫、起伏流动的美感，因此，良好的节奏感和乐感是学唱的必备条件。当然，节奏感和乐感也可以通过音乐欣赏