

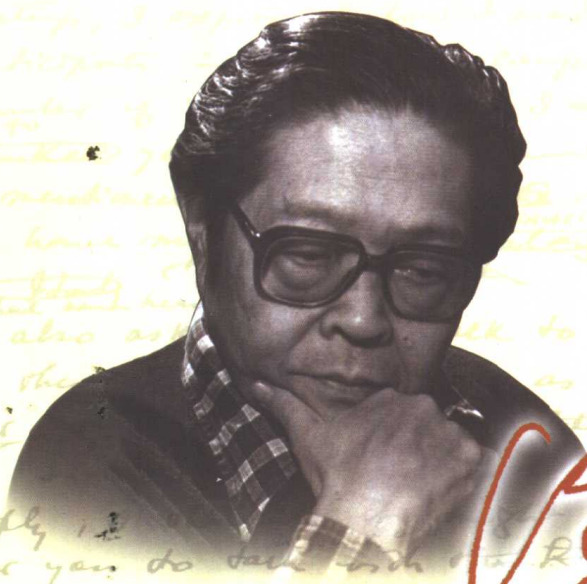
沈湘

中外音乐教育系列丛书

ZHONGWAI YINYUE JIAOYU XILIE CONGSHU

李晋玮 李晋瑗编著

声乐教学艺术



华乐出版社

沈湘声乐教学艺术

李晋玮 李晋瑗编著

华乐出版社

180562

图书在版编目(CIP)数据

沈湘声乐教学艺术 / 李晋玮, 李晋媛编著. — 北京 :
华乐出版社, 2003. 2

ISBN 7-80129-097-6

I. 沈… II. ①李… ②李… III. 声乐-教学理论
IV. J616

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 084779 号

责任编辑: 张志羽

责任校对: 张慧生

华乐出版社出版发行

(北京市海淀区翠微路 2 号 邮政编码: 100036)

Http://www.people-music.com

E-mail: copyright@rymusic.com.cn

新华书店北京发行所经销

北京隆昌伟业印刷有限公司印刷

A5 2 插页 17 印张

2003 年 2 月北京第 1 版 2003 年 2 月北京第 1 次印刷

印数: 1—10,040 册 定价: 29.00 元

版权所有 翻版必究

凡购买本社图书, 如有缺页、倒装等质量问题
请与本社出版部联系调换。电话: (010)68278400

序

我与沈湘的友谊已有半个多世纪了，在五十多年的交往中，我们彼此相知，无话不谈。我的朋友很多，但是像沈湘这样的挚友，我一生中没交几个。

我与沈湘的初交是缘于音乐。我从小就喜欢音乐，或者应该说是酷爱，但家里不同意我以此为职业，我只好报考了北京的辅仁大学历史系，因为历史系课少，能有时间学习音乐。我把我对音乐的热爱倾注在业余音乐活动中，我与大学的师生一起组织了一个辅仁大学管弦乐队，我终日生活在喜欢音乐的朋友圈里。一次一位姓刘的朋友告诉我天津有一个叫沈湘的人，歌唱得非常好，很懂音乐，从此我得知天津有个沈湘。而这位姓刘的同学去天津时同样告诉了沈湘北京有个李德伦。此后我们经常能听说一些彼此的情况。就这样我们在尚未见面的情况下开始了神交，这是1940年以前的事。

1940年，日本的一位男高音歌唱家藤原义江在北平的新剧院（首都影院的前身）开音乐会。此人有意大利血统，颇有些名气，派头很大，但当时已经开始走下坡路，声音不甚理想。在音乐会上，我后面坐着一位年轻人，我们俩攀谈起来，对这位歌唱家的声音、音乐处理等方面进行了品头论足，这位年轻人懂得很多，我们谈得非常投机。后来一问，方知他就是沈湘，我们早已是彼此相知的老朋友了。

1940年8月我考入上海国立音专。次年，太平洋战争爆发，在燕京大学读英国语言文学系的沈湘因燕京大学被日本人占领而转入

了上海圣约翰大学英文系。他于同年也进入了上海国立音专，师从俄籍苏石林教授，后转入德国犹太人女中音歌唱家拉普教授门下学声乐。我们俩都是黄宗江的朋友，所以常在黄宗江的家里见面。当时沈湘是学校里非常出色的声乐学生。因为他不仅声音好，而且音乐艺术修养深厚，音乐知识广博。除了声乐作品外，他对器乐、室内乐、交响乐也很了解熟悉。这使他的歌唱更富有艺术魅力。1944年他在上海兰心大戏院举行独唱音乐会，他那优美的音色及深刻的艺术表现使观众为之倾倒，报界评论他是“优秀的男高音歌唱家，是中国的卡鲁索”。那次演出我也是个参与者，帮他做了很多跑前跑后的杂事。

沈湘是一个爱国和极富正义感的人。1944年汪伪时期学校组织了一台为汪伪政府捐献飞机的音乐会，要沈湘演出独唱节目，若不演则以开除威胁。他拒绝参加演出而被学校开除了。当时做出这样的举动是需要勇气的，他甘愿失掉学籍，而不愿失掉民族的自尊。

1948年，我随解放军进驻清华大学，在校园内遇见了沈湘，当时他正在北平师范大学音乐系任教。故友在战火中相逢其乐可知。此时北平解放已指日可待，我们的军队驻扎在城外，国民党则驻守城里，而百姓可通过城门自由来往。自清华园相遇，沈湘便经常来城外找我，并把他班上的好学生都推荐给我们的“人民文工团”（中央歌剧院的前身）。这时的沈湘正值而立之年，他的演唱艺术与教学经验正日趋成熟。新中国的建立使年轻的沈湘对未来充满了无限的希望。我们进城后住在东兴楼，常请沈湘来办音乐欣赏讲座，为我们讲歌剧（记得他讲马斯卡尼的《乡村骑士》很精彩）。当时他既在北京艺专音乐系教书，又常参加人民文工团的演出。他演唱的《黄河颂》、姚锦新教授写的一个歌颂解放的大合唱中的领唱及一些苏联歌曲到今天我都忘不了，那是他声音最辉煌的时期，没有人能像他唱得那么好。

1951年组织了一个访问团出访，沈湘被临时借调来参加出访演

出，担任独唱。一天，一个访问团领导同志找我，问我沈湘政治上是否可靠。我打保票说绝对可靠，并讲了他在上海国立音专拒演被开除之事。但终究他还是被取消了出国资格，并从此揭开了他长达二十几年被政治审查的序幕。以后，只要有“运动”，不管大小，沈湘必是在劫难逃。每次“运动”必“审”之，所以就形成了一个规律，“运动”一来我就见不到沈湘了，而气氛一松缓下来，他就又出现了。1957年夏，我从苏联回国后，发现沈湘没有被划成右派。他告诉我他拥护党，没有任何不利于党的言论。但过了不久，他又被当为“大白旗”遭到批判。虽然在这样困难的环境中，他的才华还偶尔闪出光芒，在文艺八条时期，他在歌剧《黑桃皇后》中饰演盖尔曼及中央乐团为他伴奏的音乐会的演唱，仍永远留在听众的心中。

沈湘是一个豁达、乐观的人，他挚爱他的事业，从不抱怨环境给他造成的伤害。文革中他曾同我说：“不让我上台演唱，我还可以教书，如果有一天书也教不成了，我就去做嗓音医生，给别人治嗓子。”沈湘就是这样达观地对待生活的坎坷。

文革后期，音乐学院许多干部和教师都陆续“解放”，恢复了正常工作，只有沈湘和极个别的人仍在被“专制”中。一日，我去中央音乐学院，在楼梯上遇见沈湘，他手里拿着扫帚和簸箕正在扫楼梯，与我正走个对面。我向他打招呼，而他则把脸侧过去没有应我，我知道他是怕连累我。后来他提起此事，感慨在这件小事中所蕴含的我们两人的友情与信任。

沈湘博学多才，我曾得益于他。在我的指挥生涯中，沈湘以他对音乐作品的熟悉，对音乐艺术的理解及对音乐的敏锐感受，经常对我诠释的音乐作品提出一些非常具体而有益的建议。他对世界指挥家的艺术风格非常熟悉，而且由于精通英文，他常常能得到第一手国际乐坛的信息，这些都使我受益匪浅。

沈湘离我们而去了，他为这个世界留下了他能留下的成就，也留给这个世界很多的遗憾。以他不可多得的歌唱天赋及横溢的音乐

才华，他应该早为世界所知，他应该在舞台上展现他的歌唱艺术的魅力，他应该早在几十年前就为祖国争光。但几十年来这样一个天才被埋没了，在他歌唱艺术生命的鼎盛时期，他被那个莫须有的罪名——“特嫌”给毁了，时光从无数次审查的岁月中无情地流失，这难道不是我们的遗憾吗？！

“四人帮”倒台以后，他才真正解放，才真正开始了他成绩卓著的声乐教学事业，这是他一生中最辉煌的时期。他的学生相继在国际得奖，他自己也经常应邀担任英国、法国、意大利、德国等国际声乐比赛评委。由于事情多，再加上年纪大，我们见面已不像以前那么多了，但我们仍然保持着“神交”，而且我每次出国回来一定要为他带一张唱片。沈湘喜欢收藏唱片，他的资料比有些图书馆还全，我在苏联学习时他曾几次托人给我带去我需要的珍贵唱片。可是“文化大革命”中他积累了几十年的唱片全部被毁掉了。文革结束后，他又重新开始收藏唱片、音像带，并帮我找一些有价值的像带。他最后一次带给我的是伯恩斯坦指挥的贝多芬九首交响曲。我带给他的最后一张唱片是他喜欢的卡鲁索。

一个伟大的外科医生去世了，他那高超的医术也随之消逝无法保留；歌唱家也有相似之处，无法再听到他那美妙的歌声，即使留下录音也只能是个影子，无法与他的真声相比。而沈湘在他歌声最辉煌的时候，没有机会录下来，这又是遗憾之至。所幸李晋玮将他最后时期讲大课的录音一字一字地记录下来，实是难能可贵，对我们的声乐和教学是大有裨益的。现在即将成书，要我写序，我无法在声乐上再说什么，遂将他逝世后我发表的文章（由徐冬整理）稍加增补用以代序，并述怀念之情。

李德伦*

* 李德伦：原中国音协副主席、中央乐团首席指挥。

目 录

前 言	(1)
-----------	-------

上 篇：声乐教学艺术

一、论声乐教学	(4)
(一) 遵循歌唱艺术规律	(5)
1. 制造歌唱的乐器	(6)
2. 歌唱是一种运动	(7)
3. 学音乐的必备条件	(7)
4. 不同歌唱形式有不同的方法	(8)
(二) 美声唱法	(9)
1. 美声唱法的渊源	(9)
2. 美声唱法的特点	(10)
3. 美声唱法与戏曲唱法	(11)
4. 美声唱法的学派与风格	(13)
5. 要掌握原则，也须灵活运用	(14)
(三) 歌唱的基本要素	(15)
1. 歌唱的呼吸	(16)
2. 歌唱的发声	(22)
3. 歌唱的共鸣	(30)
4. 歌唱的语言	(33)

(四) 声区及换声区	(42)
1. 声 区	(42)
2. 什么是换声	(48)
(五) 咽音、面罩、声音的亮与暗	(52)
1. 咽音	(52)
2. 面罩	(53)
3. 声音的亮与暗	(55)
(六) 歌唱整体的协同运动	(57)
1. 歌唱的心理状态	(57)
2. 该用的用, 不该用的不用	(58)
3. 紧张与放松	(60)
4. 歌唱的“味儿”	(61)
(七) 优秀歌唱家的标准	(62)
1. 头脑——思想、智力	(62)
2. 心——感情	(63)
3. 身——乐器	(64)
(八) 声乐教师的修养	(67)
1. 声乐教师的耳朵	(67)
2. 正确对待学生	(69)
 二、声乐教学散论	(73)
初学声乐要注意的问题	(74)
1. 基本唱法	(75)
2. 呼吸的肌肉	(75)
3. 关于“声区”	(77)
4. 关于换声	(79)
5. 语言问题	(80)

6. 关于位置	(80)
声乐训练中的脑、心、声	(82)
1. 歌唱与呼吸	(83)
2. 喉器的状态	(85)
3. 高低音色的统一	(85)
4. 声区的转换	(86)
5. 音量的大小	(87)
6. 歌唱的语言	(87)
7. 心和脑	(87)
西洋唱法在中国的过去、现在、将来	(90)
声乐教学点滴	(98)
1. 声乐大师班	(98)
2. 致年轻的声乐爱好者	(100)
3. 赫尔辛基获奖后所想到的	(103)
4. 有关声乐教学的三言两语	(104)

下 篇：声乐教学实践

1. 阿玛丽莉	G. 卡奇尼曲	尚家骧译配	(112)
2. 我亲爱的	G. 乔尔达尼曲	尚家骧译配	(118)
3. 胜利啊！胜利啊！	G. 卡里西米曲	尚家骧译配	(123)
4. 多么幸福能赞美你	博诺恩奇尼曲	尚家骧译配	(133)
5. 我怀着满腔热情	C. 格鲁克曲	尚家骧译配	(143)
6. 在这幽暗的坟墓里	贝多芬曲	尚家骧译配	(151)
7. 春之梦	舒伯特曲	尚家骧译配	(157)
8. 我住长江头	[宋]李之仪词	青 主曲	(167)
9. 渔光曲	安 娥词	任 光曲	(175)

10. 教我如何不想他	刘半农词 赵元任曲 (180)
11. 鞭打我吧	莫扎特曲 尚家骥译配 (187)
12. 求爱神给我安慰	莫扎特曲 周 枫译配 (196)
13. 来到你身旁	普契尼曲 苗 林、刘诗嵘译配 (203)
14. 艺术与爱情	普契尼曲 周 枫译配 (211)
15. 安宁, 安宁	威尔第曲 周 枫译配 (220)
16. 听我说, 主人	普契尼曲 周 枫译配 (235)
17. 你那颗冰冷的心呀	普契尼曲 周 枫译配 (242)
18. 忆故乡, 常向往	托玛斯曲 周小燕、周 枫译配 (248)
19. 世上没有优丽狄茜	格鲁克曲 喻宜萱译配 (258)
20. 这位小姐, 那位太太	威尔第曲 周 枫译配 (267)
21. 偷洒一滴泪	多尼采蒂曲 周 枫译配 (276)
22. 我心爱的宝贝	莫扎特曲 朱小强译配 (285)
23. 多么冰冷的小手	普契尼曲 苗 林、刘诗嵘译配 (300)
24. 不久将被人埋葬	多尼采蒂曲 周 枫译配 (310)
25. 普罗旺斯陆地和海洋	威尔第曲 朱小强译配 (322)
26. 让大家痛饮, 让大家狂欢	莫扎特曲 周 枫译配 (330)
27. 可爱的温柔晚星	瓦格纳曲 朱小强译配 (342)
28. 短暂的幻影	马斯内曲 周小燕译配 (352)
29. 晨 曲	拉 罗曲 (361)
30. 我爱你, 这爱情坚贞	莫扎特曲 朱小强译配 (370)
声乐练习曲	李晋玮 (386)
音乐表情术语	(409)

附 录:

沈湘的笑脸正面对我们	吴祖强 (416)
------------------	-----------

沈湘的少年时代	李世斌 (419)
我与声乐结缘	石惟正整理 (426)
沈湘对声乐理论的重大贡献	邹本初 (430)
博学来自他不懈的探索	刘 志 (439)
教我如何不想他	梁 宁 (445)
悼恩师沈湘	迪里拜尔 (449)
沈先生的教学特点	程 志、殷秀梅 (453)
怀念我的声乐老师——沈湘教授	关牧村 (456)
沈湘和他的音乐教育思想	龚 琪 (459)
终身之师	张 畴、孟亨全 (466)
怀念沈湘	关肇湘 (468)
沈先生仍在我们中间	石惟正 (473)
永恒的纪念碑	刘 森 (478)
跟随沈湘先生学唱的日子	陈长杰 (484)
沈湘教授与艺术嗓音医学	韩丽艳 (492)
五分之一心脏创造的奇迹	赵世民 (495)
一件往事	施 岩 (502)
凝视沈湘	海 洋 (505)
谈沈湘唱的《夜半歌声》	史君良 (509)
沈湘教授——中国杰出的西方声乐专家	赵长春译 (511)
中国的卡鲁索	林 放 (514)
来自国际友人的信函	赵长春译 (523)
沈湘教授生平 (1921—1993 年)	(527)

后 记	(534)
-----------	-------

前 言

初版的《沈湘声乐教学艺术》一书是在亲友和学生们的企盼中于沈湘教授逝世5周年时面世的。为了答谢几年来广大读者对本书的关注与厚爱，此次经过重新加工整理，做了大量补充后再次出版。

遗憾的是这本书不是沈湘教授亲笔写下的，他那坎坷的一生使他那颗热爱声乐艺术的心，多年来一直蜷缩着，不能教，不能唱。生命给他留下的最后十几年，他能够尽情地教学了，于是他国内、国外地奔忙教学，教学成了他的精神享受。就在他举办国内声乐大师班忙碌的教学工作中，他病倒了，从此一病未起，生命没有留给他写书的心情和时间。这本书是我们（我和我的妹妹北京师范大学教育系教授李晋瑗）根据他的两次声乐讲学（一次是面对某歌剧院的演员，另一次是面对某音乐学院的师生。）录音整理而成的。他的讲学常常是边讲解边示范，许多具体问题经常用手势、用动作配合答疑。因此他讲学的特点是生动、明了、富有形象性、口语化。为了忠实地把他的声乐教育思想、理论、方法呈献给读者，我们整理工作的原则是力求保持他讲学的风格、特点，尽可能地把这两次讲学的内容整理得完整些。尽管为了从录音带上一字一句地记录他的讲学，用坏了两个录音机；尽管我们努力按既定原则整理，但仍感限于纸笔能力，很难把他讲学的风格和特点淋漓尽致地表述完美。为了把这两次讲学涉及到的问题阐述清楚，我们按问题归类整理，列出小题目，力求把沈湘声乐教学的精神实质展现出来。同时也感到

仅仅根据他的两次讲学录音整理成书，不可能涵盖他的声乐教学全貌，因此，他的声乐教育思想、理论、方法，不可能全部留下，留下的只能是遗憾！

本书分上、下两篇。上篇除了论声乐教学外，此次重订还增加了沈湘教授部分声乐论述文章。

本书下篇为沈湘教授声乐教学实践部分，附有30首声乐作品，均附有作品解说和歌唱要求。此次重订，除增加了若干中国作品外，还增加了声乐练声曲和音乐表情术语部分，其中30首声乐作品选自1993年国内声乐大师班学员用的教材，作品解说和歌唱要求是根据沈湘在大师班上授课时张祖武老师的记录，由我们整理的。由于维也纳国际声乐比赛组委会委托沈湘选送参赛人员，为了能选送高水平的参赛人员，他在北京举办了国内首届声乐大师班，谁知这是首届也是末届！沈湘声乐教学中用过的声乐作品不计其数，他对一些文献性声乐作品有深刻的理解和独到的诠释。这些都留在他头脑里带走了，这又是一个深深的遗憾！一个不可能弥补的遗憾！

我们在书后附录上一些沈湘的朋友和学生们的文章，他们讲述了沈湘的人品、经历；学术水平、艺术修养；讲述了沈湘声乐教学特点和他对声乐教育的热爱；学生们各自的获益以及他对声乐教育事业的执著追求，不懈地探索……。这样可以使读者从另一个角度，多方面地了解沈湘其人和他的声乐教学艺术。

我们希望本书在促进我国声乐教学和演唱艺术发展上，能继续发挥作用，使沈湘教授时刻惦念声乐教育的心，略得慰藉。但又由于我们已年过古稀，能力有限，整理过程中难免有错误和不足，欢迎读者提出宝贵意见。

李晋玮

2002年10月

Adagio $\text{♩} = 50$

上篇：声乐教学艺术

一、论声乐教学

本章系根据沈湘教授两次声乐讲学录音整理编纂而成。内容涉及歌唱的基本规律、歌唱的基本要素、嗓音的运用,以及呼吸、吐字、发声、共鸣等有关声乐训练与演唱诸方面的教研成果。为解决声乐学习者常见的疑难问题,提供了简捷明了、切实可行的方法与科学的途径。

论述要点:

- 歌唱的艺术规律
- 美声唱法的特点
- 歌唱的呼吸
- 歌唱的语言
- 咽 音
- 歌唱的心理状态
- 歌唱家的标准
- 制造歌唱的乐器
- 歌唱的基本要素
- 歌唱的共鸣
- 声区与换声点
- 面 罩
- 紧张与放松
- 声乐教师的修养

（一）遵循歌唱艺术规律

在人类历史上很早就有了歌唱，甚至比语言文字还要早。最初的歌唱是发出各种声音来传情达意，然后逐渐加上语言，形成简单的歌曲。为什么我要提“什么是歌唱”这个问题？世界各国、各民族的声乐文化种类很多，有各种各样形式、风格的歌唱，很丰富。我们中国是个多民族的国家，56个民族都有自己的民歌。还有京剧、昆曲以及各种地方戏曲、说唱、牌子曲、小曲等，我们有各种风格、各种形式的歌唱，我们的歌唱是很丰富的。这些民歌的唱法非常多样，从说到唱，从真嗓到假嗓各式各样。不少群众歌曲就是通过民歌（或叫民歌，创作民歌）的形式传播的。因为这种形式群众容易接受，一听就懂。不少民歌手在群众中很有威望，他们中有不少人自己兼写词曲。唱歌已经成为广大人民群众喜爱的一种音乐形式，要使歌唱艺术健康地发展，必须重视、遵循歌唱艺术规律。