

李维渤选译

训练  
歌声

〔美〕维克托·亚历山大·菲尔兹 著

李维渤选译

上海

XUNLIANJIANGSHENG

# 训练歌声

〔美〕维克托·亚历山大·菲尔兹 著

上海音乐出版社

XINJIANGSHENG

# 训练歌声

[美] 维克托·亚历山大·菲尔兹 著

李维渤选译

上海音乐出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

训练歌声/(美)维克托·亚力山大·菲尔兹著;李维勃译.

-上海:上海音乐出版社,2003.3

ISBN 7-80667-166-8

I.训… II.①维… ②李… III.声乐训练 IV.J616.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 025888 号

责任编辑:方立平

封面设计:麦荣邦

### 训练歌声

[美]维克托·亚力山大·菲尔兹 著

李维勃 译

上海音乐出版社出版、发行

地址:上海绍兴路 74 号

电子邮件:csicm@public1.sta.net.cn

网址:www.slcm.com

新华书店经销 上海印刷七厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 11.5 插页 1 字数 266,000

2003 年 3 月第 1 版 2003 年 3 月第 1 次印刷

印数:1—8,100 册

ISBN 7-80667-166-8/J·160 定价:22.00 元

告读者 如发现本书有质量问题请与印刷厂质量科联系

T:021-63246280

## 目 录

第一章	本书定位	1
第二章	(各种)嗓音教学法概念	14
第三章	(各种)呼吸概念	73
第四章	(各种)发音概念	104
第五章	(各种)共鸣概念	137
第六章	(各种)音域概念	156
第七章	(各种)力度概念	177
第八章	(各种)练耳概念	188
第九章	(各种)吐字概念	203
第十章	(各种)歌曲解释概念	229
第十一章	本书的成果	260
附录:	注释的书目	263

# 第 一 章

## 本 书 定 位

### 企 图 与 目 的

有关歌唱和训练嗓音的书面材料并不缺乏,但由于它们各不相同、支离破碎和多少有些零散地分布在各种书籍、刊物、科学论文、试验报告和出版的专访中,教师们还不能充分利用它们。从明确的发声教学法观点看,人们从未把它们联系到一起。再有,作家们有关歌喉的写作是如此经常被矛盾的理论 and 言过其实的推测所覆盖和交织在一起,以致不可避免要造成某些误解。对一种既定方法即使有丰富的口头论证,却全然没有文件或试验根据来证明它。歌唱教师们由于在这个题目的基本原则上方向不明而轻易成了不科学的声乐著作的牺牲品。他们继承了很多错误的知识并把它们保存下来,结果是造成混乱而使声乐教育受到极大损失。这样就使研究者们对声乐教育这一专业所极需进行的研究工作感到心寒。显然,如要避免严重盲进和重复浪费精力,首先必须把已知的理论和教学概念进行分类,然后再作其他任何进一步的研究。

对声乐教学法上很多最新贡献所进行的分析性研究和比较,将使我们便于对旧的和新的教学方法进行估价。把歌唱专业所追求的主要思想体系和方法论加以并列和进行分类,将使

教学法和研究这两方面同时受益。这种研究的成果将为声乐科学家提供有用的知识背景,使他可以对照和试验他自己的理论并使之系统化。从比他自己的知识和经验更广泛的领域内所得到的观念的交流将使教师为从他同代人那里得到建议和告诫而感到高兴。这样也许可以避免那些不必要的试验与错误,并将为教学专业作为整体的未来实践,提供一个有意义的观点、明确的目标和较确切的教育程序。

促使我撰写本书的三个一般意向中包含了所有这些目标:

1. 把所有可得到的、有关训练歌喉的方法的书目情报来源加以概括并互相关联之。
2. 为所有声乐教师的使用提供一个有组织的资料中心。
3. 为声乐和其他相关领域提供研究的定位和基本情况。

所有声乐教师将发现,对声乐教学法和嗓音科学中迄今仍处于混乱的领域,这是一本有用的定位书;是把他们自己的教学方法与声乐专业中所流行的方法学加以比较的手段;是为了解声乐理论和实践中某些生疏方面的有用的资料来源;是为选择当今最需进行探索的适当的研究课题的测向器;以及是沿着本文所建议的方针进行更自由的表达和交换意见的促进因素和诱因。对声乐教学专业中新的成员,本书也应证明是一本有用的师资训练教本。

## 写 作 计 划

为了上述目的,所示的最初程序是从广泛散乱的书目中,从当今使用的所有有关训练歌唱嗓音的基本概念的资料中进行摘录,并为这些工作概念提供统一的形式以进行分析和说明。但以图示出声乐教学法中那些尚未探索的领域要求不只是综述声

乐文献,它还必须揭露那些支配歌手艺术思潮的某些主要原则和占有统治地位的学派;驱散那笼罩着声乐教学的神秘感;简化声乐用语;把当今大量和繁复的声乐文献中用词的混乱系统化和条理化。一个适当的书目将为当今可得到的有关本题目的书目资料提供极需的定位。明确的实用用语可能有助于说明所有这些调查结果。最后,把本书引发出来的问题和仍存在争论的疑问汇集到一起将为本行业或有关方面的研究者们提供一些有益的启示。

所有这类资料的收集和提炼要求详细计划,因为迄今还没有一部著作是用准确的科学语言记述我们在训练歌唱嗓音中的知识现状。对于声乐教学中造成混乱的原因的初步考虑以及对这种研究的目的、程序 and 价值的判断,可能有助于理解它的调查结果。为此目的,第一章为引言性讨论。第二至第十章报道了本书细节性的调查结果并于适当类目中安排了解释性摘要。第六章为研究成果总结。

## 声乐专业中思想混乱的原因

造成声乐教学中思想混乱的特定原因很多,也是多种多样的。即便粗略通览有关本问题的文献,就可看出,对于教学法的看法是如此前后矛盾,互相抵触到了简直令人惊讶的地步。一般说,这种意见分歧显然是由于多数特定的教学程序是由教师们个人发展的,而没有参考构成这些程序基础的更广泛的教学法原则。大多数教师欣然承认声乐教学法正处于极需澄清的境地,迟早必须开始一种类似开拓者的努力,以有助于在这完全被忽视的教育阵地内建立起合理的思想领域。

以下大量重要评述概述了 21 位不同类型作者的申诉。搜

集它们是为列举声乐教学中普遍存在的某些不稳定性。它们正是导致本书作系统论述的原因。所有引证书目都括在括号内,其号数即本书后面注释书目的号数。

### 本学科固有的困难

1. 作为一门艺术,歌唱由于它的复杂性而受到损害。它涉及多门科学如心理学、生理学、声学等等。(德鲁 147,普雷斯曼 452)

2. 难以观察活着的嗓音官能。“通过反射光(喉镜)的观察只说明事情的一部分。”(埃维茨和沃尔辛通 167)歌唱教师不同于器乐教师,与看不见的东西打交道,从而喜欢推测和信口雌黄,这不但使他的职业声誉扫地也常常毁灭他的前途。(威瑟斯布恩 677)把喉镜放在歌手口腔后部时他是不可能唱出正常乐音的。(艾肯 4)解剖标本和活的喉其官能并不相同。(柯里 124)喉图或喉的略图使人误解,因它们只表示喉和嗓音器官处于放松时的状态。(拉·福雷斯特 326)

3. 歌唱的主观本质使人难以进行准确的自我分析。美学的自我判断,由于它的心理本质,因人而异。应用到演唱上,这种判断使标准化成为不可能并导致嗓音训练中一定的混乱。(纽波特 419;威尔科克斯 669)“所涉及的机理复杂、易变和从不受自觉控制。”(巴塞洛缪 37)

4. 聆听的主观本质。一位听众(教师)对嗓音的评述是与音响在美学、感情和听觉反应联系在一起。一般听者并不准确地听到歌手实际演唱的东西。所以,对演唱的听觉判断主要建立在所听到的音乐的心理印象而不是生理印象。(西肖尔 506)“没有两个人的耳朵听到的东西完全一样。”(斯坦利 575)



5. 嗓音的个性。没有两个嗓音完全一样,因而难以标准化和进行比较。(沃陶 625;海伍德 234)

6. 歌唱嗓音和讲话嗓音之间存在令人混乱的相似之处。“语言具有歌唱的形态而歌曲具有语言的特性。”(德·布鲁因 131)“歌唱实际是配上音乐的讲话。”(斯盖尔斯 563;兰特 332)“可以把歌唱看成是讲话的慢镜头电影。”(哈珀 228)

### 本科目需要科学体制

7. 缺乏可靠书目。很多有关嗓音的出版物含有模糊和误导的素材。(库斯特尔 324)嗓音书目资料的欠缺惊人。(雷德菲尔德 462)“很多有关歌唱的书……把错误的概念说成是真理。”大量书籍就这样被利用。(威瑟斯布恩 677)总之,关于嗓音技巧的书是不可靠的,因为它们充斥着不科学的陈述。(斯坦利 578)

8. 嗓音文献大都是不科学的和零碎的。在有关嗓音的文献中充斥着偏见,认为音乐(嗓音)落后于其他以科学方法进行研究的课题的评论是恰当的。(基特尔 318)在歌唱教学中“科学”这个词被错误地用到理论和信仰中。(肖 518)“从标准音乐书籍引证容易凑出一个谬误的喜剧。”(西肖尔 507)至今没有单独的一本书准确和科学地回顾了我们对嗓音的全部知识。(柯里 124)

9. 嗓音权威们对很多基本论点持有异议。“持有异议的著名权威们在把当今‘嗓音科学’置于最不科学的境地上起了相当大的作用。”(汤普森 610)“专家们对演唱要点的判断差异极大。”(默瑟尔和格伦 413)嗓音权威们甚至对“最本质和基本的要点”也持有异议。(雷德菲尔德 462)在嗓音专家们之间全然缺乏“学说上的一致性和‘统一的专业用语’。(罗赫 472)嗓音文献“显示令人惊异的缺乏一致性”。(亨莱 261)

10. 基本教学概念的定义并不明确。教学理论大多出自经验,是含糊不清和缺乏科学说明的。(詹姆斯 300)声乐教学中的混乱源于缺乏“坚实的理论基础。”(克瓦尔汀 325)很少教师对基本嗓音原理看法一致。(康帕亚尼 91)

11. 矛盾和含糊的术语的存在。误导人的术语是导致嗓音教学专业中混乱的最重要因素。(肖 518)对音质流行着许多同义词,其中无一是令人满意区分的或确切定义的。(西肖尔 507)所谓不同观点通常只是术语的不同。(德·扬 137;希尔 272)“一半以上艺术术语是象征性的。”(亨德森 243)一派完全“不用另一派的术语”。(巴塞洛缪 37)“只须看看术语的堆集……”(穆伊斯肯斯 415)

12. 广泛使用形象化描述代替明确的教导。(如,“唱在气息上”,“嗓音总是从横膈膜流向头部”,“嗓音像朵花,它的根埋在呼吸器官中,它的茎就是流动的气流,它的花就是头腔中的共鸣。”)意大利人用“把音喝下去”和“把嗓音吸进去”作为解放喉咙的手段。(亨莱 256)在嗓音教学中婉转的说法常是必要的,即使达到使用“科学家斥之为幻想的、虚构的比喻”。(巴塞洛缪 38)在嗓音教学法中比喻是非常有用的。(奥特曼 437)歌唱教师们使用隐喻的字眼常引起误解。(斯科尔斯 496)

13. 幻想支配事实。对未知因素无意义的结论常常取代推理的研究。教师们常犯有任意结论的罪过。这些结论把所有良好发音归因于鼻子、横膈膜、小舌头或其局部的影响。(德鲁 147)关于教授嗓音的“那些想入非非的概念可以构成一所博物馆。”(伽利·库琪 197)下面这些神秘的说法是作者们创造的含义不明的法则。它们与多个未知的发声因素有关。为了不得罪人,把它们匿名地列举如下:

(1) “虽然空气被引导通过鼻子,但音永远不在鼻子中,也

不是鼻音的，它位于鼻子上边，是穿过鼻子的。”

(2) “举起两臂在屋中来回走动，把重量从胸部移去。”

(3) “把手放在头上轻唱有时有助于避免迫使窄声区上冲。”

(4) “我们用‘尖叫’主要是为激起骨头之间的空间。”

(5) “也有必要设想你是从上向下唱，为的是你所处‘在音的上边’。”

(6) “如果保持胸部打开，使气流在对振动体起作用之前保持平静，也许可以避免推挤。”

(7) “避免松垮的气息进入肺部，所有肌肉必须保持张力（有弹性的紧张）和肺必须从下向上充气。”

(8) “谁以躯体上部呼吸而忘记他的躯体还有下部是成不了歌手的。”

(9) “元音必须始自下唇并保持在下唇与牙齿之间的空间中，不许溜到齿后的口腔中去。”

(10) “要能把你的躯体、喉和头每次保持打开 30 秒，从下向上轻松地连续放松 10 次。”

(11) “想唱好，你必须经常觉得你的‘脑袋是空的’、‘喉是满的’、‘胸是宽的’、‘腰是紧的’。”

(12) “发音之前，通过扩张较低的肋骨和横膈膜，以尽可能小的张力吸气。然后，在起音的一瞬间，继续这种‘外向的’（吸气的）姿势，张力要加得平稳，不可猛撞。当音建立后保持这种张力，必须使这种张力‘即时地’出现在起音的一瞬间——不早也不晚。用吸气的姿势起音，你就建立了所需的吸气张力。”

(13) “为了显示音色，气的旋流必须使进入其中的噪音音响保持活跃，并以不断加强的、高扬的音响之潮把他们引入其环

流中去。”

(14)“发扬伟大的横膈膜！它是真正的嗓音技巧的关键。”

14. 经验知识占主导地位。常把因果倒置，推论是从同一事实的不同基本假设出发的。(肖 543)“教师通常用响亮的但‘对学生毫无意义’的词句掩饰自己的知识欠缺。”(雷德菲尔德 462；斯科特 501)“经验论到处泛滥……音被当成偶像来崇拜，学说的混乱显著。”(戴维斯 127)

### 需要系统的教师训练

15. 很多歌唱教师缺乏科学的或声乐教师应有的训练。缺乏训练有素的教师。(费洛斯 176)那些满足于经验知识的教师对接受他人的科学报道常持反对态度。(史密斯 567)“专家们(嗓音)经常对紧密相关学科的有关知识一无所知。”(巴塞洛缪 37)所谓歌唱法的作者们对现代声学研究非常无知。(德鲁 147)

16. 优秀歌手们常常缺乏做教师的能力。“很多人自己是优秀歌手……却是拙劣的歌唱教师。”(伍道尔 681)即使是卓越的艺术家他们也经常“不知如何明确地阐明自己”。(荷伯特-凯萨利 268)伟大的艺术家们很少成为伟大的教师，因他们很少知道为什么他们唱得那样完整和为什么某些嗓音偏差是灾难性的。(多塞尔特 140)对于所谓“自然的”歌手们来说更是这样。(亨莱 261)伟大歌手，就其艺术来说是卓越的，但极缺乏科学的基本知识，他们却自以为是地对最科学的嗓音解剖学、生理学、心理学和物理学说三道四。如果他具备以准确的科学语言表达自己将会好些。(德鲁 147)

17. 优秀教师常常缺乏成为歌手的能力。“今日一百个歌唱者中……(只有)两人真正知道如何歌唱。”(弗朗西斯·阿尔达 6)

## 专业的不定性

18. 缺乏教学标准。嗓音教学方法和程序常是随意的、敷衍了事的、非科学的和甚至是玄妙的。“这种教学可能损害良好嗓音。”(卡佩勒 92)如果认为教唱法与教师一样多,那是因为歌手们与教师们对歌唱标准、可靠的歌唱方法的想法迥然不同。(萨莫拉夫 484)“每位老师都有他自己的方法。”(邓克利 151)嗓音教学中充斥着矛盾的方法和理论。(希尔 272)嗓音教学不像其他音乐教学那样严格。(多塞尔特 140)

19. 缺乏评定教师资格的法规。在此国家的嗓音中不乏江湖医生。任何人只要想教唱就能开始教唱。(弗朗西斯·阿尔达 5)“不诚实的教师数以千计……(他们)对发声的基本原则一无所知。”(隆巴迪 356)“只在此专业中固执怪诞的成见和假内行如此喧嚣兴盛。”(艾伦 7)

20. 在嗓音专业中强大的传统势力占统治地位。它妨碍新观念的注入。造成这题目混乱的主要原因是在于声乐家们在接受科学术语和观点上迟钝所致,从而使充分确定的物理、生理和心理论据被拒之门外。(西肖尔 511)“著名的古老的歌唱艺术传统……不过是些推测,由于年久而受到尊敬。”现代的发声观念大多源自这可疑的来源。(泽菲 701)“一个多世纪以来是传统的训诫而不是基本的科学原则”引导着歌唱教师。(沃顿 655)“改变方法不如改变态度或观点更重要。”某些教师仍反对改变并拒绝承认他在三四十年来获得的方法有改进的可能。(巴塞洛缪 39)

21. 存在急功近利和轻率的教学实践。有时是受非道德的和唯利是图的动机所驱使的。(弗朗西斯·阿尔达 5)“用普通英语说,舞台和音乐会舞台上充斥着不知如何歌唱的歌手。”(亨德森 244)使用强迫式教学为了获得捷径。(亨莱 252)“要避开

那些过分承诺和以阿谀奉承为诱饵的教师……那些声称发现了新的和奇妙的方法的人……那些答应在短的或指定的时间内就能获得成效的人……那些声称是用某些著名艺术家的方法教学而他们又从未从师过该艺术家或只短时间学习过的人……那些提供几个诀窍作为克服所有嗓音灾难的‘万灵丹’的人……那些用函授课程教唱的人。”(摘自美国歌唱教师学院发表的一篇报告。13)

## 历史态势

现代科学研究对教育程序的影响越来越大。那些课目如数学、语文、地理和历史这些科目为了标准化而被不断地加以筛选和分析。由此,这些科目的教学程序可能受到检验、标准化和改进。现在普遍同意所有艺术的教授是建在科学基础上的。雕塑家必须具有解剖学知识;画家必须懂得色彩和光;建筑师必须知道数学和物理。歌手的艺术同样有赖于对一定基础原则的了解,而这些原则的阐明正是嗓音科学的工作。

1800年以前,普遍认为没有客观的学习歌唱的方法,就如认为思维是不可探究的。那时,现代医学仍处于启蒙时代,心理学研究仍未作为一门科学出现。(黑尔 709)克林斯代特写道,美歌的黄金时代(1700—1775)的教师们教授一种自然的歌唱方法。这种方法是使歌手的嗓音严格服从于一副训练有素的耳朵。那时对嗓音器官的科学知识了解很少或根本一无所知。教学大多靠口头告诫和示范来完成的。(荷伯特-凯萨利 269)按朗的说法,美歌歌唱家们能实现“极有效的嗓音控制……他们那无比的歌唱艺术——甚至现代还远不可及——是为了达到崇高的

艺术目标。”曼奴埃勒·伽西雅(1805—1906)被认为是嗓音科学之父。在他于 1855 年发明喉镜之前,所有所谓的科学观察大多是种推测,因为没有令人满意的方法以观察声带的活动。(汤普森 610)

那时对歌唱嗓音的了解与现代全然无法相比。自进入 20 世纪后,数以百计的作家试图努力克服这一与人类社会一样古老艺术中仍盛行着的无知与混乱。完全可以认为,对大批有关嗓音教学法的最新贡献加以概括和分析对此学科进一步的研究和学习是必要的。

### 规定的问题范围

由于它的内容广泛,本书排除了 30 个与声乐毗邻的科目,把所涉及的问题缩减到那些有可能加工的部分并只包括了英语的出版物。未包括在本书内的有关方面是:

1. 歌曲文献
2. 嗓音的技巧练习和训练
3. 建立歌曲节目和曲目
4. 歌手们的一般音乐修养
5. 歌手的音乐理论
6. 童声歌唱
7. 青春期或变声期歌唱
8. 群众歌唱
9. 讲话的嗓音和语音学
10. 嗓音解剖学和生理学(医学)
11. 嗓音病理学(医学)
12. 歌唱和嗓音文化史

13. 嗓音器官的生理健康和卫生
14. 歌手们的录音唱片
15. 广播和低吟歌唱
16. 歌唱作为一种职业
17. 唱歌剧和大歌剧
18. 著名歌唱家传
19. 歌唱教师的技巧训练
20. 小学的歌唱教学
21. 嗓音讽刺、幽默和杜撰
22. 为试听做准备
23. 如何选择声乐教师
24. 为歌唱学习外语
25. 声乐教师的评定
26. 娱乐场和学校的集会歌唱
27. 关于嗓音和歌唱的新闻条目
28. 嗓音音响效果
29. 歌唱嗓音的集体训练
30. 歌曲写作

为了本书的现代性,所参用书目都是在本书撰写前十五年内出版的。

共提出了九个主要探索面其划分如下:

1. 教学法——涉及歌唱教学和嗓音修养的一般和特定的知识。
2. 呼吸——歌唱中呼吸器官的活动与控制。
3. 发音——为了发出嗓音,始自喉内的振动体的活动。
4. 共鸣——增大和丰富嗓音的一种振动辅助要素。
5. 音域——嗓音中包括其最高和最低音之间的音阶



范围。

6. 力度——音的响度和传送力的变化和控制。
7. 练耳——发展对噪音聆听的敏锐性。
8. 吐字——噪音表现中发音的清晰和字的可识性。
9. 歌曲处理——歌唱中情绪和思维的交流。

这九个探索面中的第一个是对歌唱的一般性探讨,其余八个可被认为是歌唱行为的组成部分。他们一起构成歌唱艺术的有机外形,它包括所有教学法的主要方面。

关于概念一词的定义,威廉·詹姆斯说:“我们把用以鉴定一个数字化的明确和不变论题的功能称为构想;把作为其载体的思维称为概念。”(711)本书使用了此概念。

最后,本书所探讨的教学法则主要是针对成年歌唱噪音的,但也可能较广泛地使用。

### 本书撰写程序的理论基础(略)

### 关于理论和解说的方方面面(略)