

Chenshi Shengyue lilun

陈氏声乐理论

——声带细胞振动学说

Shengdai Xibao Zhendong XueShuo

陈宗光 著



武汉出版社

WUHAN

PUBLISHING HOUSE

Chenshi Shengyue Lilun

陈氏声乐理论

——声带细胞振动学说

Shengdai Xibao Zhendong Xueshuo

陈宗光 著



武汉出版社
WUHAN
PUBLISHING HOUSE

(鄂)新登字 08 号

图书在版编目(CIP)数据

陈氏声乐理论:声带细胞振动学说/陈宗光著. —武汉:武汉出版社,2005.12

ISBN 7-5430-3371-2

I. 声… II. 陈… III. 发声法 IV. J616.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 132875 号

著 者:陈宗光

责任编辑:廖国放

装帧设计:刘福珊

出 版:武汉出版社

社 址:武汉市江汉区新华下路 103 号 邮 编:430015

电 话:(027)85606403 85600625

<http://www.whcbs.com> E-mail: wuhanpress@126.com

印 刷:湖北省通山县九宫印务有限公司

开 本:880mm×1230mm 1/32

印 张:4.5 字 数:90 千字 插 页:2

版 次:2005 年 12 月第 1 版 2005 年 12 月第 1 次印刷

定 价:10.00 元

版权所有·翻印必究

如有质量问题,由承印厂负责调换。

陈氏声乐理论

——
声带细胞振动学说

ISBN 7-5430-3371-2



9 787543 033719 >

定价：10.00元



陈宗光 汉族 1946年出生于武汉。1964年毕业于武昌实验中学，“文化大革命”后毕业于中南民族大学物理系电子专业。1965年进入原三机部一八一厂，现在中航第二集团公司武汉仪表公司工作。历任工人、技师、工艺员、工艺室主任职务，为祖国的航空工业奉献了四十个春秋。

理论

陈氏声乐

——声带细胞振动学说

三言两语

★检验真理的惟一标准只能是实践，而不是什么专家、权威和学者。

★绝不要迷信专家、权威和学者，如果你干什么事都要得到他们的承认，那你将一事无成。

★一个蹩脚的老师给你带来的麻烦，比教给你学习的内容还多，真还不如自学或不学。

★爱因斯坦的“相对论”之所以伟大，就在于人类至今还不可能接近或达到光速，一旦人类有能力接近或达到了光速的时候，“相对论”就不伟大了。

★以善良、仁慈和宽容对待生活，将勤奋、执著和智慧投入事业，上帝就会赐给你奇迹。

★正如一个人不可能两次走进同一条河流一样，一个人也不可能两次获得相同的机遇。

★不可想像，一个连自己都唱不好歌的老师，能称得上有丰富的教学经验，能教得好学生。

严 正 声 明

“声带细胞振动学说”已由湖北省版权局登记批准：作登字17—2004-A-039号，其著作权正式获得国家版权局认可，受国家法律保护。今后未经本人许可，任何单位和个人均不得抄录、引用、翻版、出版、网上传播该著作内容。一经发现，必追究其法律责任，由此而产生的一切严重后果，由肇事者承担。

陈宗光

2004年9月15

作品名称：声带细胞振动学说

作品类型：文字作品

作 者：陈宗光

著作权人：陈宗光

作品完成日期2003年8月25日

作品登记日期2004年9月15日

根据国家版权局制定的《作

品自愿登记试行办法》，我局对上

述作品予以登记，作品登记号为：

作登字：17-2004-A-039号

特发此证



出版说明

陈宗光先生长期致力于声乐实践，致力于声乐理论的探讨与研究，此书是他的研究成果。

学术研究应允许“百花齐放、百家争鸣”，据此，我们出版了此书。

陈宗光先生的《声带细胞振动学说》，不代表武汉出版社的观点。

出版者

2005年11月

目 录

三言两语

1. 写在前面的话——序 / 1
 2. “吉尼斯”思想的形成(前记) / 5
 3. 现有声乐理论的目标和核心 / 11
 4. 拓宽音域的重要性 / 16
 5. 声带振动与三个共鸣腔的关系 / 23
 6. 研究声乐理论的目的和方向 / 28
 7. 声带的细胞和两张纸片 / 34
 8. 声带细胞的“错误”记忆 / 39
 9. 歌唱与讲话时细胞的振动 / 44
 10. 真声、假声、换声区 / 47
 11. “打开”的真正作用 / 52
 12. “真声掺假声”的真正含义 / 56
 13. 声音共鸣的“高位置”和“闪光点” / 63
 14. 声音共鸣点的作用和意义 / 68
 15. 歌唱的基础和基本功 / 74
 16. 科学正确的练声方法 / 78
 17. “咽音”的练声方法 / 91
 18. 关于对女声声音认识的几种错误观点 / 95
 19. 头腔共鸣问题及“五个八度”的意义 / 100
 20. 真正的高音和真实的头腔共鸣 / 108
 21. 现有声乐理论的错误根源 / 114
 22. 权威和事实(后记) / 120
 23. 写在后面的话 / 127
- 毛泽东诗词歌曲——满江红·和郭沫若同志

声带细胞振动学说

——陈氏声乐理论

1

写在前面的话——序

我相信《声带细胞振动学说》一旦出版发行，必将受到广大读者的喜爱和欢迎，特别是广大声乐爱好者的拥戴和支持，其不容置疑的学术价值和艺术价值将永远激励着人们不断地奋发和进取。

——简慎微

写在前面的话

——序

惊悉老同学以五个八度(C—c')的音域，成为世界上少有的音域最宽、声音最高歌唱者，以及其声乐理论著作《声带细胞振动学说》即将出版发行。真让人为之激动、振奋和欢呼。

能在花甲之年去改写人类声乐的历史，为世界声乐理论的发展写下了新的篇章，并为推动中国的声乐事业走向国际舞台作出了重大的贡献。如此巨大的成功和辉煌，不得不使人由衷地钦佩。借此机会向老同学表示最诚挚地敬意和最热烈地祝贺。

我总觉得给某著作写序应该是名人的事，像我这样仅以老同学的身份为《声带细胞振动学说》写序是否太牵强，太出格了。这使我迟迟不敢动笔，但盛情难却，难违老同学再三邀请，也就只好恭敬不如从命了。

回想在实验中学上高中的时候，每当下午自由活动的时间里，从我们班就会传出一阵阵“狂喊乱叫”的歌声，并伴随着敲击桌椅的原始节拍声。这就是我们班几位不太安分的同学制

造出来的“交响音乐”，其中表现最突出和最卖力的少不了我这位老同学。当时在实验中学这个“数学天才的摇篮”里，本来就对歌唱艺术不屑一顾，对这几位制造噪音的“活宝”就更是嗤之以鼻了。

以上几乎就是我学生时代对这位老同学的全部印象。高中毕业后，因身体有病而使他无缘参加高考，从此不幸和灾难就不断地降临在他头上。自参加工作以后，意志消沉的他已不愿与同学交往了。“文化大革命”中，特别是被打成“反革命分子”以后，他几乎与世隔绝，杳无音讯，因此对于他的情况，我更是一无所知了。

坎坷的人生，从另一方面造就了他忍辱负重的性格和在逆境中奋进的精神。在我熟悉的人群中，每当谈起他的工作能力和业务水平，大家都是有口皆碑。但也就是他那超前的思维意识和行为，经常使他周围的人都不可理解。因此人们长期以来给予他“神经病”的外号及各种不公正的待遇，也使他习以为常了。

《声带细胞振动学说》倾注了他多年心血，饱含了他为人类声乐事业顽强拼搏的艰辛，同时也展现了他为之而奋斗所取得的丰硕成果。特别是“五个八度”的音域，更体现出他超群的才华和过人的智慧。他用超凡的成果充分证明了自己理论学说的正确性和科学性。这一理论学说的诞生可能会受到社会上的某些人反对，在短时间里也可能难以被大多数人理解和接受。但历史将会证明，凡尊重科学，尊重事实的人最终都会承



认和接受的。

《声带细胞振动学说》虽是理论学说，但避免了单调乏味的理论陈述，文笔自然流畅，通俗易懂；语言生动活泼，幽默风趣。接到老同学交给我的初稿，一口气读完之后，还觉得余音绕梁，韵味无穷。充分显示了老同学深厚的写作功底和精湛的文学造诣。该著作将声乐理论知识与文学艺术有机地融为一体，使读者在获取声乐知识的同时也得到文学艺术的享受。

我相信《声带细胞振动学说》一旦出版发行，必将受到广大读者的喜爱和欢迎，特别是广大声乐爱好者的拥戴和支持，其不容置疑的学术价值和艺术价值将永远激励着人们不断地奋发和进取。

——简慎微



声带细胞振动学说

——陈氏声乐理论

2

“吉尼斯”思想的形成

在科学技术高速发展的今天,在这人类已进入了光电、航天、信息的高科技时代,人类却还没有认识到自己有五个八度音域的雄厚的声音基础,更不知道怎样将自己还有一半的声音开发出来。人类现有的声乐理论与当今科学技术的发展如此之大的反差,不得不让人反省深思。“推翻现有的错误声乐理论,保护和发展人类的声乐事业,让人类的声乐理论适应当今科技发展的需要。”这就是时代对我们的要求,同时也是时代赋予我们的使命。

“吉尼斯”思想的形成

(前记)

我自幼喜好音乐，青年时代开始专攻声乐。“文化大革命”中被打成“反革命分子”，从此停止练声。虽然练声停止了，但我却一直都没有放弃过对声乐的关注和追求。在这段时间里，除本职工作外，主要从事对人类现有声乐理论的探索分析和研究。在这漫长的日子里，我翻阅了大量的声乐方面的书籍和资料，特别是有关“发声学说”方面的论述，发现现有的声乐理论确实存在着不少的问题和错误。整个声乐理论都缺乏系统性和完整性，没有一个贯穿理论的主题以及围绕这个主题的指导思想，多是一些分散的，片面的理性认识，有许多都还是作者自己的心得体会，根本没有上升到理论的高度。而真正的理论中在阐述关键和重要问题时又显得十分抽象和空洞，其语言的表达也模棱两可，似是而非，使人无法理解和接受。

就是由于这种抽象的、不确定性的理论，有的专家、学者可以随心所欲地从理论中断章取义，按照自己的主观意识去理解和发挥。这样就造成了各种流派纷争，教材千差万别。各人都有自己的理由，各人都有自己的方式，谁也说服不了谁，谁

也不买谁的账。正所谓：“一个老师一个法，一个流派一个招”，没有共同的目标和要求；没有统一的标准，教出的学生也是五花八门，多种多样，其水平更是参差不齐，但有自己的老师撑腰，因此许多人都自我感觉良好。

中央电视台举办的声乐电视大奖赛，应该说是全国最有权威、最全面的声乐赛事。坐在评判席上的都是我国顶尖级的专家，学者和歌唱家。然而就是因为现有声乐理论的抽象性和不确定性，使得评判标准也难以把握，“八仙过海各显神通”。你认为要突出音高，我认为要注重演唱的情感，甲认为要把吐字放在第一位，乙认为唱得再好，嘴打得不开也不行，更有甚者，认为演员只要漂亮就能得高分。因此同一演员演唱的同一首歌所得的最高分和最低分，经常有好几分之差，有时甚至到了最高分和最低分极限的边缘。不错，这些年的电视大奖赛确实推出了一批优秀的声乐人才，但也不可否认，同时也压制了另一大批可能更优秀的声乐人才。

通过对现有声乐理论多年的探索和研究，我终于明白了为什么现有的声乐理论是片面的、分散的、抽象的，缺乏系统性和完整性，其根本原因是人类对自己发声器官声带还没有正确的认识，还没有科学掌握声带振动的规律和真实情况，以为声带就是两张纸片，就像单簧管、双簧管里面的簧片，完全忘记了声带是有生命的，而非无生命的物体，忘记了它是有个性和特点的人体器官。正是由于对声带的错误认识，使得声乐理论失去了核心，失去了“三要素”在声乐理论中的重要作用，以



及贯穿整个理论的指导思想，这就决定了现有理论必然是空洞的、抽象的……

这一核心理论的错误，造成了现有声乐理论的一系列错误，同时也暴露出理论中一系列相互矛盾和无法解决的问题。我为了证明这一推理的正确性，在五十岁时重新开始练声。在练声的过程中，我彻底抛弃了现有理论中的传统练声方法，完全按我自己独创的练声方法进行训练。没过多久奇迹就很快发生了。我的高音很快就从 g^2 提高到 c^3 (即 high C)，意外的惊喜更坚定了我按自己的方式不断练声的决心。随着时间的推移，奇迹一个又一个地出现和发生。先是我的音域由原来的两个八度拓宽到三个八度，接着是拓宽到四个八度，直至现在我的音域已达到了五个八度，最高音已达到 c^4 ，比 high C 整整高出一个八度。在训练的过程中，我不断地吸取教训总结经验，探索新的方法，开拓新的门路，并通过自己的心得体会把它们上升为理论，并在此基础上不断地提高和升华。这就是我要推荐的“声带细胞振动学说”。

如果按照现有的声乐理论中传统的练声方法进行训练，要想使自己的声音提高一度都相当困难。不知有多少声乐爱好者，为了拓宽自己的音域而奋斗了一辈子也没有提高半度。而我竟在短短的几年时间里，（而且是在年龄偏大的条件下）拓宽音域达到了五个八度，最高音达到了 c^4 。成为了世界上少有的音域最宽广，声音最高的先生了，这不能不说是人类声乐史上的一大奇迹。