

CCTV

- 卡拉OK演唱技巧
- 卡拉OK一点通

● 中央电视台

教育节目用书

卡拉OK 跟我唱



- 明星访谈 ●
- 名曲试唱 ●

李 罡 编著

北京师范大学出版社

卡拉 OK 跟我唱

中央电视台教育节目用书

李 罡 编 著

北京师范大学出版社

(京)新登字 160 号

书 名:卡拉 OK 跟我唱

作 者:李 罡

出版者:北京师范大学出版社(北京新街口外大街 19 号)

(邮政编码:100088 电话:203.3512)

排版者:高等教育出版社激光照排技术部

印刷者:春雷印刷厂

发行者:北京师范大学出版社总发行

全国各地新华书店经销

开 本:850×1168 毫米

印 张:16.25

字 数:400 千

装 帧:软精装 封面压膜 彩色插页 2

版 次:1993 年 1 月第 1 版

印 次:1993 年 1 月第 1 次印刷

印 数:1—30000 册

书 号:ISBN7—303—02270—8/J·3

定 价:14.80 元

序 言

七彩的霓虹异常清晰地显示出“卡拉OK”四个晶亮的大字，一双双情侣，一簇簇人群无不带着好奇的神情注视着这个陌生的世界。人们在猜测、议论。什么是卡拉OK？这种磁石般将人们聚拢在一起的娱乐形式，到底新奇在哪里？翻遍了辞海和辞源，竟找不出丝毫的答案。然而，当卡拉OK终于以它那特殊的魅力争服人们并迅速走向家庭时，人们才渐渐领悟它的含义和价值。

卡拉OK复合伴唱系统问世至今，其发展之势已无法遏止，它的发明地日本，8万家歌厅、餐馆、酒廊中，就有7万家设有“卡拉OK”。台北市已突破了5千家，受西洋文化影响较深的香港也几乎在一夜之内竖起了3千余家卡拉OK的招牌。而中国大陆，卡拉OK浪潮象热带蔓草一样从沿海城市向内地都市迅速蔓延，到目前为止，已有万余家卡拉OK厅向大众开放。这个数字也许不十分精确，但有一个事实毋庸置疑，卡拉OK遍及整个中国。因此，有人断言：卡拉OK的兴起，必将使人类出现“歌星世界”的奇迹。

当一些行家预测城市卡拉OK厅已经度过高峰，开始走向低谷时，一般卡拉OK热潮正向着更加广阔的领域席卷开来，各种名目的卡拉OK比赛，在城市、乡村、部队、学校、工厂、机关频频举行，它的作用和影响是无法用价值规律去估量的。平日聚集在公园和广场的戏迷，再也不必依赖于那古老的“三大件”和“板鼓”，回到家里随着戏曲卡拉OK自娱一番，却也其乐融融。老战士们也自动组织起来，举办各种形式的历史歌曲卡拉OK演唱会。多彩新奇的画面，勾起了他们对战争年代的回忆和美好生活的向往，给他们的晚年生活增添了无尽的乐趣。目前，非专业使用的卡拉OK机已普及到了普通家庭，新婚夫妇在小家庭电器购置单上，把卡拉OK机

放在了突出的位置。馈赠亲友的礼品,也以卡拉OK最为讲究,最为时髦。在中宣部倡导下,国内十几家音像出版单位联合制作出版了“中华大家唱卡拉OK曲库”,它把中国大陆近半个世纪的优秀歌曲囊括其中,使老中青三代歌迷能够各取所需,各得其乐。这无疑会使卡拉OK更健康,更深入地向前发展。

面对席卷而来的卡拉OK大潮,我们每一个人都无法抵挡它的诱惑。但是,当我们来到这个音像相融,不歌不快的娱乐世界遨游时,才发觉我们的心理和技巧,似乎不能使自己在亲友和同仁面前占尽风流,那小小的遗憾常常在演唱过程中,特别是演唱之后隐隐作痛。无论我们自我责备,还是责备别人,都无法回避一个事实,那就是缺乏必要的学习和训练。为了使广大卡拉OK爱好者能够更快地掌握演唱规律,更准确地通过演唱传情达意,更有效地挖掘自身的潜能,提高自己的综合能力,本节目将从心理和技巧两个方面,通过具体辅导歌曲,介绍卡拉OK的有关常识和演唱方法。

但是,目前市场上已经出版和正在出版的卡拉OK曲目,集美声、民族、通俗唱法和戏曲唱段之大成,洋洋大观,风格迥异,使人们很难找到一种统一的方法来帮助初学者提高演唱水平。我想,这个电视节目,如果能让一个普通卡拉OK爱好者从中提高一点技巧,增加一点修养,为您的演唱增添几分信心,增添几分光彩,那就是我和全体摄制人员最大的欣慰了。

朋友,当您荡起心理和技巧的双桨轻松地驶进群星闪烁的卡拉OK世界时,您的人生将更富诗意,事业的成功就离您不远了。

在这篇序言就要结束的时候,我有幸将《卡拉OK跟我唱》的导演尹力介绍给大家,他是中央电视台教育节目部的著名编导,在近半年艰苦的拍摄过程中,他给了我很多的帮助,也为这部片子花费了极大的心血,如果说这部系列片能够使广大歌唱爱好者从中受益的话,与他的努力是分不开的。尤其是在拍摄过程中,出于经费和其它方面的原因,他不得不扛起几十斤重的摄像机,下兵营、

上机场，披星戴月，摸爬滚打，完成了近二十首名曲卡拉OK的画面拍摄，给我们全组人员留下了难忘的印象，他对事业、对艺术那种顽强执着，契而不舍的精神，究竟是源于什么呢？下面听一听本片导演尹力的内心独白吧。

导演的内心独白：

打小我就喜欢唱唱跳跳，九岁那年突然对手风琴产生了兴趣，斗着胆子向大人们提出了买一架手风琴的请求，兴许是知儿莫过于父母的缘故，得到的却是一支小小的竹笛。虽然心中略感不快，可还是在那支有着八个孔的小棍棍上下了一番功夫，一来二去竟然吹成了调调，童年的欢乐与遐想都融进了那稚嫩的乐曲中了。

上中学时，对所有的文艺表演形式都有着浓厚的兴趣，为考文艺团体，什么踢腿、倒立，弯腰，劈叉样样都练过，可折腾了半天，哪个专业团体的大门也没能向我打开。直到自己成为一名电视编导之后，才明白由于自己学的太杂，没能精通某一种表演形式，才遭如此之冷落，唉？搞文艺工作，太难了。

你还别说，杂家有杂家的好处，在后来生活的二十几年中，这十八般武艺还真派上了用场，组织宣传队为农民、工人演出，成立大学生合唱队，话剧队参加全国高校比赛，这么说吧，凡是业余文化活动都少不了我这个没有圆了演员梦的人。就是当了电视台教育节目部的编导后，节目中也不时会显现出儿时那梦幻般的印象、唉！这样执着究竟为什么？

忽然有一天，卡拉OK这种演唱形式闯入了国门，人们在不知不觉中被这种自娱自乐的形式所吸引，建卡拉OK厅。买卡拉OK机，举办卡拉OK比赛，一时间，中华大地掀起了一股卡拉又OK的热潮。在这热潮中，梦想当歌唱家而又未能实现的我是首当其冲，只要是一拿起话筒，宏亮的声音也常常会博得阵阵掌声，但唱起来总觉得缺少些什么。坐下来听听别人的歌喉，虽然大都陶醉在自娱自乐中，但总有一种唱者尽心尽意，听者偶受刺激之感，这时

作为电视编导的我，忽然萌生一念头，何不利用电视这个大众传播媒介，来提高一下象我一样热爱歌唱，而投师无门的哥们、姐们的水平呢？

为把这个节目搞好，我决心选一位即能写，又能讲，既能唱，又能采访的主持人与我合作。可四处寻访后的反馈信息却实难让我满意，请音乐学院的先生来讲，怕讲得太专，观众听着费劲。请基层文化馆的声乐老师谈吧，又怕知名度不够，观众难以接受。正当我抓耳挠腮准备搞一个登报招贤的小举动时，突然接到一个电话，清亮的声音里略带几分自信。他说，搞这个节目非他莫属。说实在的，平生我还是第一次碰到这么自信的人。马上约见，我到要看看你是何许人也？

一见面，我就觉得眼熟。噢，想起来了，这个小伙子是第四届全国青年歌手电视大奖赛三等奖获得者，在那摩摩无几的男演员中，他给我留下了很深的印象。想起来了，他主讲的《通俗歌曲演唱技法》电视讲座、在第二届全国教育节目评比中获得了一等奖。一番长谈，两人的思路竟是那样接近，真是不谋而合。十天之后，这个叫李罡的小伙子把他写的四十万字的书稿和一整套完整的节目方案拿了出来。这时的我长吁一口气，就是他了！我的合作者。

现在，这个系列节目就要和观众见面了，是非优劣自有大家去评说了，我只有一句话，不求轰轰烈烈，但求实实在在。

1993年1月2日

目 录

第一集

卡拉 OK 演唱中的节奏和节拍	(1)
节拍规律练习:	(7)
爱是你, 爱是我	(7)
我热恋的故乡	(8)
读你	(9)
一剪梅	(9)
卡拉 OK 演唱的速度掌握	(11)
速度掌握练习:	(15)
月亮走, 我也走	(15)
一帘幽梦	(16)
哭沙	(18)
故园之恋	(20)
卡拉 OK 一点通——卡拉 OK 寻源	(23)
名人访谈: 李双江谈歌唱中的生活体验	(24)
名曲试唱: 垄上行	(27)

第二集

卡拉 OK 演唱的起唱规律	(31)
起唱练习:	(39)
最真的梦	(40)
幸福不会从天降	(41)

爱在深秋	(42)
几度夕阳红	(44)
再回到从前	(45)
潇洒地走	(46)
月亮代表我的心	(47)
请跟我来	(48)
你的样子	(49)
我要的不多	(50)
三百六十五里路	(52)
玻璃心	(52)
美好的祝福	(53)
潮	(54)
忘不了	(55)
少林, 少林	(57)
千言万语	(58)
我的未来不是梦	(59)
昨夜星辰	(60)
心痛的感觉	(61)
心灵之约	(62)
梦开始的地方	(64)
卡拉 OK 一点通——卡拉 OK 的软件	(68)
名人访谈: 李玲玉谈偶像派歌星	(69)
名曲试唱: 特别的爱给特别的你	(72)

第三集

卡拉 OK 演唱中的呼吸	(75)
--------------------	------

呼吸方法练习:	(75)
好人一生平安	(83)
一年中的第一	(84)
跟我来	(86)
我终于失去了你	(88)
我多想唱	(90)
对你爱不完	(92)
卡拉 OK 一点通	
——卡拉 OK 设备的选购与配置(一)	(94)
名人访谈:宋祖英谈歌唱中的韵味	(96)
名曲试唱:北国之春	(98)

第四集

卡拉 OK 演唱中的气与声	(104)
声伴气练习:	(109)
妹妹找哥泪花流	(109)
浪子归	(111)
像我这样的人	(114)
呼吸的公开性练习:	(115)
安妮	(115)
让我再看你一眼	(117)
走西口	(118)
会有那么一天	(119)

卡拉 OK 一点通

——卡拉 OK 设备的选购与配置(二)	(122)
名人访谈:李谷一谈气声处理	(124)

名曲试唱:奉献	(127)
---------------	-------

第五集

卡拉 OK 演唱中的呼吸运用	(130)
----------------------	-------

气息逼紧和放松练习:	(134)
------------------	-------

女儿歌	(134)
-----------	-------

等你在老地方	(135)
--------------	-------

红萝卜	(136)
-----------	-------

卡拉 OK 一点通

——卡拉 OK 设备的选购与配置(三)	(138)
---------------------------	-------

名人访谈:胡松华谈歌唱的两个翅膀	(139)
------------------------	-------

名曲试唱:渴望	(141)
---------------	-------

第六集

卡拉 OK 演唱中的声音美学	(145)
----------------------	-------

声音类型的练习:	(150)
----------------	-------

长江之歌	(153)
------------	-------

敖包相会	(154)
------------	-------

盼红军	(156)
-----------	-------

毛主席的话儿记在我们心坎里	(157)
---------------------	-------

爱的奉献	(159)
------------	-------

卡拉 OK 一点通

——卡拉 OK 设备的选购与配置(四)	(161)
---------------------------	-------

名人访谈:董文华谈歌唱手段的兼收并蓄	(163)
--------------------------	-------

名曲试唱:今天是你的生日	(165)
--------------------	-------

第七集

卡拉 OK 演唱中的吐字归音	(168)
----------------------	-------

声母发音的练习:.....	(176)
为了寻求美	(177)
你的灵魂	(178)
思君	(179)
大约在冬季	(180)
不能这样活	(182)
韵母的发音练习:.....	(184)
踏浪	(185)
太阳雨	(187)

卡拉 OK 一点通

——卡拉 OK 设备的选购与配置(五).....	(189)
--------------------------	-------

名人访谈:王昆谈歌唱中的咬字	(189)
----------------------	-------

名曲试唱:前门情思—大碗茶	(192)
---------------------	-------

第八集

卡拉 OK 演唱中的以字行腔	(196)
----------------------	-------

出声、归韵、收音、声调练习:	(201)
----------------------	-------

重整河山待后生	(201)
---------------	-------

今夜你会不会来	(202)
---------------	-------

摇篮曲	(204)
-----------	-------

知道不知道	(205)
-------------	-------

辙韵规律的练习:.....	(206)
---------------	-------

十九岁的最后一天	(207)
----------------	-------

爱	(208)
---------	-------

卡拉 OK 一点通

——卡拉 OK 设备的选购与配置(六).....	(211)
--------------------------	-------

名人访谈:士心谈作品、演员和观众 (211)

名曲试唱:说句心里话 (214)

第九集

卡拉 OK 演唱中的装饰音运用 (217)

装饰音练习:

溜溜的她 (219)

采槟榔 (221)

故乡的女孩 (223)

嫂子颂 (224)

南泥湾 (226)

秋蝉 (227)

一样的天空 (228)

绿岛小夜曲 (230)

卡拉 OK 一点通

——卡拉 OK 设备的选购与配置(七)..... (233)

名人访谈:郁钧剑谈乐感的培养 (234)

名曲试唱:高天上流云 (237)

第十集

卡拉 OK 演唱中的哭腔运用 (240)

哭腔练习:..... (243)

苦篱笆 (243)

不是我不小心 (244)

哭音练习:..... (245)

我只在乎你 (245)

夜色阑珊 (246)

哭字练习:.....	(248)
爱上一个不回家的人	(249)
我是不是你最疼爱的人	(250)
是雨还是你	(252)

卡拉 OK 一点通

——卡拉 OK 的组织形式	(254)
名人访谈:范琳琳谈个性的表现	(255)
名曲试唱:情义无价	(257)

第十一集

卡拉 OK 演唱中的叹音运用	(259)
叹音练习:.....	(265)
错觉	(265)
写不完的爱	(266)
含羞草	(267)
爱情的故事	(269)
上大路	(270)
你是我的唯一	(272)
山不转水转	(273)
我用自己的方式爱你	(274)
梦不到你	(275)
卡拉 OK 一点通——营业性卡拉 OK 厅	(277)
名人访谈:李娜谈影视歌曲的演唱	(278)
名曲试唱:弹起我心爱的土琵琶	(281)

第十二集

卡拉 OK 演唱中的颤音运用	(283)
----------------------	-------

颤音练习:	(289)
小城故事	(290)
月朦胧 鸟朦胧	(291)
我曾用心爱着你	(292)
明天你是否依然爱我	(293)
在水一方	(295)
无言的结局	(296)
北京的桥	(297)
一个美丽的传说	(299)
三百六十五里路	(301)
星星知我心	(301)
听妈妈讲那过去的事情	(303)
放心去飞	(304)
不曾在你面前掉过泪	(305)
卡拉 OK 一点通	
——营业性卡拉 OK 厅的服务	(307)
名人访谈: 雷蕾谈作曲的甘苦	(308)
名曲试唱: 我不想说	(311)

第十三集

卡拉 OK 演唱的话筒使用	(314)
音量控制及话筒前的吐字控制练习:	(318)
是否	(319)
你知道我在等你吗	(320)
阿拉木汗	(322)
最远的你是我最近的爱	(323)

其实你不懂我的心	(324)
你的心还能住多久	(325)
卡拉 OK 一点通——变调器的使用	(327)
名人访谈:杭天琪谈歌唱风格的走向	(328)
名曲试唱:只要你过得比我好	(331)

第十四集

卡拉 OK 演唱中的作品理解	(334)
作品分析:	
鲁冰花	(339)
海角天涯	(341)
卡拉 OK 一点通——混响器的调节	(344)
名人访谈:张黎谈理解作品	(345)
名曲试唱:篱笆墙的影子	(347)

第十五集

卡拉 OK 演唱中的艺术处理(一)	(351)
情感色彩的递进和对比练习	(356)
松花江上	(356)
来生缘	(357)
梅	(359)
卡拉 OK 一点通	
——卡拉 OK 伴奏带的选购	(362)
名人访谈:马玉涛谈“气”的重要性	(363)
名曲试唱:生死相依我苦恋着你	(365)

第十六集

卡拉 OK 演唱的艺术处理(二)	(367)
------------------------	-------

声音的虚实、张弛、连断练习:.....	(371)
今夜你会不会来	(372)
驼铃	(373)
少年壮志不言愁	(374)
相信那一天	(376)
跟往事干杯	(377)
世上只有妈妈好	(379)
心中的玫瑰	(379)
在雨中	(381)
卡拉 OK 一点通	
——卡拉 OK 的歌唱卫生	(383)
名人访谈:刘欢谈歌唱中的修养	(384)
名曲试唱:弯弯的月亮	(387)

第十七集

卡拉 OK 演唱中的重音处理	(391)
重音练习:.....	(396)
我热恋的故乡	(396)
绿叶对根的情意	(398)
烛光里的妈妈	(400)
春光美	(402)
掌声响起	(403)
奉献	(405)
卡拉 OK 一点通	
——卡拉 OK 比赛的准备(一)	(409)
名人访谈:谷建芬谈创作中的音乐形象	(409)