

法语发音

La phonétique française

(二) 法语发音中的7个克星

Sept grands pièges de la
prononciation française

2

编 著 舒毅宁
(Philippe Chaubet)

翻 译 黄雪霞

 外文出版社



法 语 发 音

(二) 法语发音中的七个克星

La phonétique française

2. Sept grands pièges
de la prononciation française

编著、插图 舒毅宁 (Philippe Chaubet)

翻译 黄雪霞

录音 黄雪霞 (Valentine), Philippe Chaubet (舒毅宁),
Agnès Lautier, Christèle Beaumatin,
Emmanuel Villeminot, Catherine Nambride

外文出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

法语发音 (二) / 舒毅宁 (Chaubet, P.) (法) 编著.

—北京: 外文出版社, 2002. 10

ISBN 7-119-03110-4

I. 法... II. 舒... III. 法语—发音 IV. H321

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 065299 号

外文出版社网址:

<http://www.flp.com.cn>

外文出版社电子信箱

info@flp.com.cn

sales@flp.com.cn

著作权合同登记图字: 01-2002-1349

本书原名《停看听》(二) Sens et sons 2 (Saucisson ?)

中文简体字版权由台湾中央图书出版社授权

法语发音 (二)

作 者 舒毅宁 (Philippe Chaubet) (法)

责任编辑 宫结实 张永昭

封面设计 王博

印刷监制 冯浩

出版发行 外文出版社

社 址 北京市百万庄大街 24 号 邮政编码 100037

电 话 (010) 68320579 (总编室)
(010) 68329514 / 68327211 (推广发行部)

排 版 重庆长山科技有限公司

印 刷 三河市汇鑫印务有限公司

经 销 新华书店 / 外文书店

开 本 16 开 (170×230 毫米) 字 数 100 千字

印 数 0001 — 3000 册 印 张 10

版 次 2003 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

装 别 平装

书 号 ISBN 7-119-03110-4 / H·1378 (外)

定 价 21.00 元

版权所有 侵权必究

REMERCIEMENTS A...

- 黄雪霞, pour les innombrables heures de traduction, vérification, enregistrement ... prévus et imprévus.
- Agnès Lautier,
Christèle Beaumatin,
Emmanuel Villeminot,
Catherine Nambride,
pour leurs magnifiques voix et les interminables retours au(x) studio(s) d'enregistrement.
- Alain Monier, pour sa capacité à répondre « présent ! », pour son stoïcisme à travers les péripéties du départ et pour la révision du français.
- 林子兰 et 江懿娟, pour leur contribution à la saisie du chinois.
- 柳嘉玮, pour la saisie et la révision du chinois.
- 刘菩芸, pour la révision du chinois.
- 舒志芬, pour son doigté au piano.

Ils sont les piliers de cette méthode. Je suis à la fois confus d'avoir dû si souvent les solliciter et fier de les avoir eus pour collaborateurs.

J'adresse des remerciements spéciaux à l'Université Fujen, 辅仁大学, où a eu lieu la majeure partie de mes expérimentations.

Avant-propos

Je dis souvent à mes élèves : “Vous devez parvenir à une prononciation assez claire pour qu’un interlocuteur francophone vous comprenne vite, sans rire, ni vous regarder de travers.”

Mon expérience avec des Taiwanais m’a appris une chose : on peut corriger toutes les erreurs de prononciation avec un peu de temps, un brin de technique et de la patience. Et plus tôt l’apprenant fait des efforts pour parler correctement, le moins il traînera d’erreurs fossiles par la suite. Avouons-le cependant, certains sons (en jargon, on dit “phonèmes”) sont particulièrement rebelles.

Cet ouvrage, avec ses deux cassettes, est conçu pour les apprenants de langue chinoise qui ont déjà fait un peu de français et tiennent à perfectionner leur prononciation avec ou sans professeur. Il veut aider à venir à bout de ce que j’appelle “les trois couples infernaux” et les “quatre fausses jumelles”.

Ces sons ne ressemblent pas du tout à des problèmes. En fait, ils ont l’air innocent. La plupart du temps même, personne ne prête attention à eux. Statistiquement, il y a pourtant de très fortes chances que vous, étudiants de français, les prononciez mal, sans doute sans le savoir. Vous vous en rendez compte le jour où un francophone vous regarde de travers, ou avec un sourire énigmatique, ou avec une expression parfaitement stupide, comme quelqu’un qui, tout simplement, ne comprend pas. Votre langue vous a joué l’un des sept tours qui touchent fréquemment les sinophones...

Voici les signes barbares qui représentent ces 7 “bêtes noires” en Alphabet phonétique international.

- Les trois couples infernaux sont : [b] associé à [p], [d] associé à [t] et [g] associé à [k].
- Les quatre fausses jumelles sont [ǎ], [ǽ], [ĕ], [œ].

Jamais vus sous cette forme? Peu importe, je vous les apprendrai et essaierai de ne pas trop vous torturer ce faisant.

Ce sont eux qui font que quand un Taiwanais veut parler d’un gâteau, un Français comprend *cadeau*, et que quand il parle de cadeau, le Français n’ose pas demander si la “chose” est comestible ou non. Ce sont eux encore qui font s’écrier “*Quel talon !*” quand on voulait dire “*Quel talent !*” (trop tard, votre interlocuteur a souri...). Jeunes, moins jeunes, hommes, femmes, sédentaires, voyageurs, amateurs, professionnels, tout le monde est touché, à divers degrés.

La partie I de cette méthode, la plus longue, est consacrée aux trois couples infernaux [b]/[p], [d]/[t], [g]/[k]. La partie II traite des quatre fausses jumelles [ǎ], [ǽ], [ĕ], [œ].

La démarche de la méthode est simple. Je vous expose brièvement les problèmes et les solutions le plus clairement possible. Puis vient la pratique, sous forme de batteries d’exercices progressifs, entrecoupés de nombreuses récapitulations et de petits tests autoévaluatifs.

Presque tous les exercices, ainsi qu'un résumé des explications, sont enregistrés dans les deux cassettes.

Je vous propose les trois itinéraires suivants, selon le type de vos besoins.

Itinéraire 1 : pour ceux qui veulent affiner leur oreille et améliorer leur prononciation mais... qui ne savent pas par où commencer.

- a. Testez vos capacités auditives avec les exercices des sections intitulées "*Changer de son, c'est changer de sens*" : 2A-1 à 2A-12, ainsi que 2B-19 à 2B-22. Faites-le au crayon pour pouvoir effacer. A l'aide du corrigé, calculez votre score et notez-le quelque part, vous en aurez besoin plus tard.
- b. Faites les exercices du livre, progressivement. Si vous avez des problèmes avec [b]/[p], [d]/[t] et [g]/[k], faites la partie I : *Les trois couples infernaux*. Si vous avez des problèmes avec [ɑ̃], [ɔ̃], [ɛ̃], [œ̃], faites la partie II : *Les quatre fausses jumelles*.
- c. Refaites les tests suivants : 2A-1 à 2A-12, ainsi que 2B-19 à 2B-22. Si vous avez fait consciencieusement les exercices d'entraînement, votre score sera déjà bien meilleur.

Itinéraire 2 : pour ceux qui souhaitent seulement affiner leur oreille.

Qu'il s'agisse de la partie I (*Les trois couples infernaux*), ou de la partie II (*Les quatre fausses jumelles*), faites seulement les sections 1 (Présentation générale), 2 (Exercices à partir de l'oreille) et 4 (Changer de son, c'est changer de sens).

Itinéraire 3 : pour ceux qui souhaitent seulement améliorer leur capacité à déchiffrer du français écrit pour le prononcer ensuite.

Qu'il s'agisse de la partie I (*Les trois couples infernaux*), ou de la partie II (*Les quatre fausses jumelles*), faites seulement les sections 3 (A partir de l'écrit) et 4 (Changer de son, c'est changer de sens).

Ceux qui ont des besoins plus ponctuels pourront se reporter à la table des matières détaillée.

Un dernier mot. N'ayez pas peur. De toute façon, vous pouvez recommencer les exercices de votre choix le nombre de fois que vous désirez. D'autre part, la progression de la méthode est conçue pour améliorer peu à peu vos performances, même si vous n'arrivez jamais à 100% de réussite à chaque exercice. Pas de panique. Prenez un crayon à papier, n'appuyez pas trop pour pouvoir effacer et recommencer plus tard si vous le voulez. Détendez-vous, travaillez à votre rythme. Vous ne pouvez que progresser.

Philippe Chaubet (舒毅宁)

Taipei, mai 2001

前 言

我常对学生们说：「你们必须发音清楚，才能让一位以法语为母语的交谈对象马上明白你说的话，而不是露出莫名其妙的笑容或摆出一头雾水的表情瞪着你看。」

在和台湾学生相处的过程中，我得到了一个经验：只要多花一些时间，加入一点技巧和耐心，我们就可以纠正所有发音上的错误。能愈早跳脱发音上的模糊地带，就愈能避免养成一些积习难改的错误。但是，我们必须承认，有些发音（术语上称「音素」）的确是相当棘手的。

这套配有两盘磁带的教材，是为以汉语为母语，且对法语已有初步概念的学生而设计的。如此一来，无论是否有老师从旁协助，都能让他们的发音技巧更上一层楼。此教材就是为了解决我所谓的「致命三组音」和「鼻音四胞胎」而设计的。

事实上，这些令困扰大家的音，看起来是非常普通的，可能一点都不显眼。大多数情况下，人们并不会特别注意到它们。然而，据统计，大家很容易在这些发音上产生错误而又不察觉，直到有一天，当一位法国人以一头雾水的表情看着你或是对你露出莫名其妙的笑容，仿佛他完全不懂你所说的话时，你才会察觉问题的存在。就以汉语为母语的人来说，无法正确地发出你脑中想的音是学习外语过程中最大的一个盲点。

以下就是在国际音标中，扮演着「七个克星」的音：

- 「致命三组音」：[b] 与 [p]、[d] 与 [t]、[g] 与 [k]
- 「鼻音四胞胎」：[ɑ̃], [ɔ̃], [ɛ̃], [œ̃]

从来没看过这种形态？没关系，在这过程中我将试着以轻松的方法来介绍。

有些音对台湾人而言是很容易产生混淆的。举例来说，当台湾人说到“蛋糕”时法国人会以为是一份“礼物”。当台湾人说到“礼物”时，法国人心中便会揣测这到底是礼物呢还是蛋糕呢？！再者当台湾人原本想要赞美对方“真是有天份啊！”但在对方听来却是“多么棒的脚跟啊！”（为时已晚，对方已经露出莫名其妙的笑容了）。这种情形会发生在各个年龄段的人身上，无论是男女老少或学识多寡。

本书的第一部分篇幅较长，专门针对「致命三组音」[b]/[p], [d]/[t], [g]/[k]。本书的第二部分针对「鼻音四胞胎」[ɑ̃], [ɔ̃], [ɛ̃], [œ̃]。

在本书中，我将尽可能用浅显易懂的方式列出难题及解决方案，配合上一系列由浅到深

的习题（包括综合练习及自我测试）。另外尚有重点解说的部分也都录制在这两盘磁带中了。

依据个人的需求，我提供了三种学习的方法：

方法一：针对想提高听力及改善发音却无从下手的学生

- a. 参阅“改变声音就是改变意思”中的练习来测验自己的听力：2A-1 ~ 2A-12 和 2B-19 ~ 2B-22。建议你用铅笔作答以便日后可以重新自我测验，对照答案，记录下自己的得分，因为日后你将会需要这些分数来肯定自己。
- b. 循序渐进地做书上的练习，如果你在 [b]/[p], [d]/[t], [g]/[k] 上有困难，请做第一部分「致命三组音」的练习。若 [ɑ], [ɔ], [ɛ], [œ] 有困难，请做第二部份「鼻音四胞胎」的练习。
- c. 若你认真地做每个练习后，重新再回到 a 的练习，你一定会有更好的成绩。

方法二：针对只想提高听力的学生

无论第一部分（致命三组音）还是第二部分（鼻音四胞胎），只要练习第一章（一般性介绍）、第二章（听力练习）及第四章（改变声音就是改变意思）即可。

方法三：针对希望看到法文字就能正确发音的学生

无论第一部分（致命三组音）还是第二部分（鼻音四胞胎），只要练习第三章（看字发音练习）及第四章（改变声音就是改变意思）即可。

若有除此以外的需求，请你参考本教材详细的目录。

最后，我想说的是：不要怕，你可以随心所欲地选择想要重新练习的篇章，就算你不可能每个练习都拿到满分，你还是可以渐渐掌握学习法语发音的窍门。不要慌，拿支铅笔以便日后可以反复练习。放轻自己，依自己学习的步调前进，你一定会进步的！！

Philippe Chaubet（舒毅宁）

2001 年 5 月于台北

Signes et abréviations

符号与略语表



Reportez-vous à la cassette 1, côté B, unité 10.

请听第 1 盘磁带 B 面的第 10 单元

API

Alphabet phonétique international

国际音标

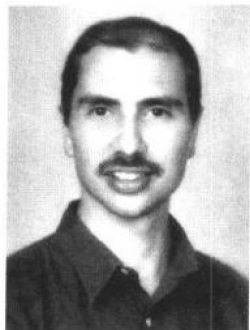
Bouffer

Les exemples en italique sont d'un registre de langue familier ou argotique (à éviter dans des situations formelles).

斜体字为俚语或较通俗的说法(正式场合不宜使用)。

作者简介

- Philippe Chaubet (舒毅宁) (1964-), 法籍法语教师, 巴黎东方语言文化学院 (Institut National Des Langues Et Civilisations Orientales) 中国语言文化学士, 法国弗朗什—孔泰 (Franche-Comté) 大学法语教学硕士, 可说流利的汉语。在台湾教学多年, 教学经验丰富, 对台湾学生学习法语之接受力与趣向深为了解。曾任教于台北 Alliance Française、国立中央警察大学、国立中央大学、私立淡江大学。现任辅仁大学法文系专任讲师。
- 译者: 黄雪霞, 法国里昂 (Lyon) 第二大学法国文学博士。曾任辅仁大学法文系系主任、法文研究所所长, 教学经验已超过十年。目前为辅仁大学法文系专任副教授。



目录

Table des matières

I. 致命的三组音:

[b][p], [d][t], [g][k]

● 一般性介绍

[b][d][g][p][t][k] 六个音

三组「硬/软」音

如何发好 [p][t][k] 三个「硬」音

如何发好 [b][d][g] 三个「软」音

要发好 [b] 的音

要发好 [p] 的音

要发好 [d] 的音

要发好 [t] 的音

要发好 [g] 的音

要发好 [k] 的音

● 听力练习: [b][d][g][p][t][k]

使你的耳朵对 [b][p] 的感觉更敏感

使你的耳朵对 [d][t] 的感觉更敏感

使你的耳朵对 [g][k] 的感觉更敏感

熟记 [b][p] 的国际音标拼法

熟记 [d][t] 的国际音标拼法

熟记 [g][k] 的国际音标拼法

[p][b]: 改变声音, 就是改变意思!

[t][d]: 改变声音, 就是改变意思!

[k][g]: 改变声音, 就是改变意思!

学习很快地辨别 [b] 和 [p]

学习很快地辨别 [d] 和 [t]

学习很快地辨别 [g] 和 [k]

轮到你说话了! [b] 和 [p]

轮到你说话了! [d] 和 [t]

轮到你说话了! [g] 和 [k]

法文词里“软音”的混合

I. Les trois couples infernaux:

[b][p], [d][t], [g][k]

Présentation générale

Les six sons [b][d][g][p][t][k]

Trois couples “dur/doux”

Pour mieux prononcer [p][t][k] (“dures”)

Pour mieux prononcer [b][d][g] (“doux”)

Pour mieux prononcer [b]

Pour mieux prononcer [p]

Pour mieux prononcer [d]

Pour mieux prononcer [t]

Pour mieux prononcer [g]

Pour mieux prononcer [k]

Exercices à partir de l'oreille: [b][d][g][p][t][k]

Sensibilisez votre oreille: [b]/[p]

Sensibilisez votre oreille: [d]/[t]

Sensibilisez votre oreille: [g]/[k]

Mémorisez les graphies en API: [b][p]

Mémorisez les graphies en API: [d][t]

Mémorisez les graphies en API: [g][k]

Changer le son, c'est changer le sens: [p]/[b]

Changer le son, c'est changer le sens: [t]/[d]

Changer le son, c'est changer le sens: [k]/[g]

Apprenez à distinguer rapidement [b]/[p]

Apprenez à distinguer rapidement [d]/[t]

Apprenez à distinguer rapidement [g]/[k]

A vous de parler maintenant! [b] et [p]

A vous de parler maintenant! [d] et [t]

A vous de parler maintenant! [g] et [k]

Mélanges de sons “doux” dans des mots du

français

法文词里“硬音”的混合	Mélanges de sons “durs” dans des mots du français	40
法文词里“硬软音”的混合	Mélanges de sons “durs et doux” dans des mots du français	43
法文字里三个(或以上)“硬音”与“软音”的混合	Mélanges de trois sons (ou plus !) “durs et doux” dans un mot français	48
综合测验: [b] [d] [g] [p] [t] [k]	Tests récapitulatifs : [b] [d] [g] [p] [t] [k]	49
● 看字发音练习	Exercices à partir de l'écrit	51
[b] [d] [g] [p] [t] [k] 的法文拼法	Tableau des graphies de [b] [d] [g] [p] [t] [k]	52
易读词的测验	Test sur quelques mots faciles	53
难读词的测验	Test sur quelques mots difficiles	54
[b] [d] [g] [p] [t] [k] 等音的想象词听写	Dictée imaginaire en [b] [d] [g] [p] [t] [k]	54
现在该你了!	A vous maintenant !	56
练习 [b] 的实用词	Mots utiles en [b]	57
容易读错的实用词: [b] [p]	Mots en [b] [p] utiles mais ... “explosifs”	57
练习 [d] 的实用词	Mots utiles en [d]	59
容易读错的实用词: [d] [t]	Mots en [d] [t] utiles mais ... “explosifs”	59
练习 [g] 的实用词	Mots utiles en [g]	61
容易读错的实用词: [g] [k]	Mots en [g] [k] utiles mais ... “explosifs”	61
● 改变声音, 就是改变意思!	Changer de son, c'est changer de sens !	63
[b] [p]: Agnès 的声音	[b] [p] : voix d'Agnès	63
[b] [p]: Emmanuel 的声音	[b] [p] : voix d'Emmanuel	63
[b] [p]: Catherine 的声音	[b] [p] : voix de Catherine	63
[b] [p]: Philippe 的声音	[b] [p] : voix de Philippe	63
[d] [t]: Agnès 的声音	[d] [t] : voix d'Agnès	70
[d] [t]: Emmanuel 的声音	[d] [t] : voix d'Emmanuel	70
[d] [t]: Catherine 的声音	[d] [t] : voix de Catherine	70
[d] [t]: Philippe 的声音	[d] [t] : voix de Philippe	70
[g] [k]: Agnès 的声音	[g] [k] : voix d'Agnès	77
[g] [k]: Emmanuel 的声音	[g] [k] : voix d'Emmanuel	77
[g] [k]: Catherine 的声音	[g] [k] : voix de Catherine	77
[g] [k]: Philippe 的声音	[g] [k] : voix de Philippe	77
[b] 和 [p] 音误义非	Erreur de son, erreur de sens ... [b] et [p]	85
[d] 和 [t] 音误义非	Erreur de son, erreur de sens ... [d] et [t]	88
[g] 和 [k] 音误义非	Erreur de son, erreur de sens ... [g] et [k]	90

为最棒的人准备的[b] / [p] 练习
 为最棒的人准备的[d] / [t] 练习
 为最棒的人准备的[g] / [k] 练习

Casse-tête pour les plus forts, avec [b] et [p] 92
 Casse-tête pour les plus forts, avec [d] et [t] 93
 Casse-tête pour les plus forts, avec [g] et [k] 94

II. 「鼻音」四胞胎: [ã] [ɔ̃] [ɛ̃] [œ̃]

II. Les 4 fausses jumelles qu'on appelle 'nasales': [ã] [ɔ̃] [ɛ̃] [œ̃] 95

● 一般性介绍

Présentation générale 97

要发好 [ã] 的音

Pour mieux prononcer [ã] 98

要发好 [ɔ̃] 的音

Pour mieux prononcer [ɔ̃] 99

重点摘要

Récapitulons 99

要发好 [ɛ̃] 的音

Pour mieux prononcer [ɛ̃] 100

重点摘要

Récapitulons 101

要发好 [œ̃] 的音

Pour mieux prononcer [œ̃] 102

● 听力练习: [ã] [ɔ̃] [ɛ̃]

Exercices à partir de l'oreille: [ã] [ɔ̃] [ɛ̃] 103

提高耳朵的灵敏度

Sensibilisez votre oreille 104

一边听磁带, 一边看国际音标

Ecoutez [ã] [ɔ̃] [ɛ̃] en observant l'API 105

改变声音, 就是改变意思!

Changer le son, c'est changer le sens 106

借助于国际音标, 快速地学习分辨

Apprenez à distinguer rapidement [ã] [ɔ̃] [ɛ̃]

[ã] [ɔ̃] [ɛ̃]

à l'aide de l'API 107

现在轮到你说说看!

A vous de parler maintenant ! 110

综合测验

Tests récapitulatifs 111

● 看字发音练习

Exercices à partir de l'écrit 113

[ã] 的同音异义词

Homonymes en [ã] 114

[ɔ̃] 的同音异义词

Homonymes en [ɔ̃] 115

[ɛ̃] 的同音异义词

Homonymes en [ɛ̃] 116

法文中有哪些拼法要念 [ã] 的音

Combien de graphies du français peuvent se prononcer [ã] 117

法文中有哪些拼法要念 [ɔ̃] 的音

Combien de graphies du français peuvent se prononcer [ɔ̃] 118

法文中有哪些拼法要念 [ɛ̃] 的音

Combien de graphies du français peuvent se prononcer [ɛ̃] 118

法文中有哪些拼法要念 [œ] 的音	Combien de graphies du français peuvent se prononcer [œ]	120
摘要图表: [ɛ̃] [ɑ̃] [ɔ̃] [œ̃]	Tableau récapitulatif des graphies des 4 nasales	121
四个鼻音最常用的拼法测验	Test sur les graphies les plus courantes des 4 nasales	123
四个鼻音比较少用的拼法测验	Test sur les graphies les moins courantes des 4 nasales	124
几个易读词的测验	Test sur quelques mots faciles	124
几个难读词的测验	Test sur quelques mots difficiles	125
四个鼻音的想象词听写	Dictée imaginaire sur les 4 nasales	125
快速认出四个鼻音的拼法	Apprenez à distinguer les graphies des nasales	126
现在该你了!	A vous maintenant !	128
容易读错的实用词	Mots utiles mais "explosifs" en [ɑ̃], [ɔ̃], [ɛ̃]	129
● 改变声音, 就是改变意思! [ɛ̃][ɑ̃][ɔ̃]	Changer de son, c'est changer de sens: [ɛ̃][ɑ̃][ɔ̃]	130
[ɛ̃] [ɑ̃] [ɔ̃]: Agnès 的声音	[ɛ̃] [ɑ̃] [ɔ̃] Voix d'Agnès	130
[ɛ̃] [ɑ̃] [ɔ̃]: Emmanuel 的声音	[ɛ̃] [ɑ̃] [ɔ̃] Voix d'Emmanuel	130
[ɛ̃] [ɑ̃] [ɔ̃]: Catherine 的声音	[ɛ̃] [ɑ̃] [ɔ̃] Voix de Catherine	130
[ɛ̃] [ɑ̃] [ɔ̃]: Philippe 的声音	[ɛ̃] [ɑ̃] [ɔ̃] Voix de Philippe	130
[ɑ̃] [ɔ̃] [ɛ̃]: 音误义非	Erreur de son, erreur de sens, avec [ɑ̃] [ɔ̃] [ɛ̃]	138
解答篇	Corrigé	140

I

Cadeau ? Gâteau ? Bière ? Pierre ?

Les trois couples infernaux

致命的三组音

[b] / [p]

[d] / [t]

[g] / [k]

PRESENTATION GENERALE

一般性介绍

1A-1 ▶

Les six sons [b] [d] [g] [p] [t] [k] 六个音

Ces trois paires, soit six sons au total, apparaissent fréquemment en français. Elles ont les mêmes caractéristiques et posent donc des problèmes similaires aux apprenants chinois. Pour ces raisons, nous les traiterons ensemble. On peut dire qu'en fait ces six sons se résument en trois, dont chacun a une variante "dure" et une variante "douce".

这三组六个音在法语中常常出现。其特色相同，所以对中国学生所造成的问题也雷同。因此我们在此一并讨论。事实上，我们可以将这六个音归纳为三组，每组包括一个「硬」音和一个「软」音。

La variante "douce": [b], [d], [g] 「软」音

Dans la variante douce — [b], [d], [g] — la bouche doit se détendre complètement. Ni la langue, ni les lèvres, ni aucun muscle du visage ne doivent être tendus. Les mouvements à l'intérieur de la bouche sont relativement lents. Si nous devons comparer avec une pratique sportive, votre bouche fait du Taijiquan ou du yoga.

发 [b], [d], [g] 三个软音时，嘴巴必须完全放松。舌头、嘴唇及脸上的任何肌肉都不要紧绷。嘴巴内部的动作比较慢。如果以运动来比喻，你的嘴巴在做太极拳或瑜珈术。

