

一 | 学 | 就 | 会 演唱系列

美 声 演唱技巧

李 嘉◎编著



基本知识
乐理
演唱技巧训练
经典曲目及演唱提示

— | 学 | 就 | 会 演唱系列

美 声 演唱技巧

李 嘉◎编著



图书在版编目 (CIP) 数据

美声演唱技巧 / 李嘉编著. -- 北京 : 现代出版社,
2015. 4

(一学就会演唱)

ISBN 978-7-5143-3298-8

I. ①美… II. ①李… III. ①美声唱法 IV. ①J616.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 056569 号

系列策划: 霍长和

责任编辑: 江骅谕

出版发行: 现代出版社

地 址: 北京市安定门外安华里 504 号

邮 编: 100011

电 话: 010-64267325 64245264 (传真)

网 址: www.1980xd.com

电子邮箱: xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷: 三河市南阳印刷有限公司

开 本: 210×285mm 1/16

印 张: 10.75

版 次: 2015 年 4 月第 1 版 2015 年 4 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5143-3298-8

定 价: 38.00 元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载

目 录

第一单元 美声学前知识	(1)
一、“美声唱法”源流与详解	(1)
二、传入我国及发展现状	(1)
三、美声唱法的歌唱原理	(2)
(一) 调整发声的最佳状态	(3)
1. 人声“乐器”的生理状态	(3)
2. 调整发声的最佳状态	(4)
(二) 调动呼吸的最大能量	(5)
1. 歌唱呼吸的原理及方法	(5)
2. 调动呼吸的最大能量	(6)
(三) 共鸣腔体的运用	(6)
四、唱法特点及作品体裁	(7)
(一) 美声唱法的特点	(7)
1. 声音	(7)
2. 技巧	(8)
3. 综合表现力	(8)
(二) 美声作品的体裁	(8)
1. 独唱曲	(9)
2. 重唱曲	(11)
3. 合唱曲	(11)
五、中外美声名家简介	(12)
(一) 中国女高音名家	(12)
(二) 外国女高音名家	(13)
(三) 中国女中音名家	(14)
(四) 外国女中音名家	(16)
(五) 中国男高音名家	(17)

(六) 外国男高音名家	(18)
(七) 中国男中音名家	(19)
(八) 外国男中音名家	(20)

第二单元 基本乐理与视唱

一、常见音符节拍与记号

(一) 常见基本音符及休止符

1. 单纯音符
2. 附点音符
3. 休止符与附点休止符

(二) 音阶、调号、拍子与拍号

1. 音级
2. 调号
3. 拍子
4. 拍号

(三) 切分音、三连音、装饰音与变化音

1. 切分音
2. 三连音
3. 装饰音
4. 变化音

二、常用音乐术语介绍

- (一) 速度记号及应用
- (二) 力度记号及应用
- (三) 表情术语
- (四) 其他记号

三、实用视唱方法与练习

- (一) 实用视唱方法
- (二) 实用视唱练习
1. 音阶练习
2. 音程练习
3. 附点音符练习
4. 休止符练习

5. 切分音练习	(36)
(三) 综合视唱练习	(36)
1. $\frac{3}{8}$ 拍子与三连音的练习	(36)
2. 复拍子的练习	(38)
3. 混合拍子的练习	(39)

第三单元 演唱训练篇

一、正确择师与声种的确定

(一) 正确择师的重要及要领	(40)
1. 为何强调正确择师	(40)
2. 正确择师要领	(40)
(二) 确定声种的重要及要领	(41)
1. 声种确定的重要性	(41)
2. 声种介绍及确定要领	(42)

二、声音的训练及气息运用

(一) 声音的训练	(44)
1. 发声练习的目的	(44)
2. 练声的要领及方法	(45)
(二) 气息的运用	(46)
1. 结合练声来训练气息	(46)
2. 气息运用要领及方法	(46)

三、共鸣的运用与技巧的训练

(一) 共鸣的运用	(48)
1. 共鸣原理与共鸣腔体的功能	(48)
2. 运用共鸣的要领及方法	(49)
(二) 技巧的训练	(50)
1. 技巧的应用及要领	(50)
2. 常用技巧的训练方法	(51)

四、实用发声练习及要点

(一) 发声练习的要点	(53)
(二) 几种实用的发声练习	(53)
1. 单元音的发声练习	(53)
2. 带辅音的发声练习	(54)

3. 带词句的发声练习	(55)
4. 哼鸣练习及扩展音域	(55)
5. 实用练声介绍	(55)

第四单元 演唱提高篇

(59)

一、歌唱的咬字与吐字

(59)

(一) 歌唱中咬字吐字的规则

(59)

1. 咬准字头

(59)

2. 延长字腹

(59)

3. 收清字尾

(60)

(二) 咬字吐字的其他要领

(60)

二、歌唱的情感表现

(60)

(一) 以情带声表现情感

(61)

(二) 以技巧丰富情感表现

(61)

三、歌唱的舞台表演

(62)

(一) 调适表演心态

(63)

(二) 舞台歌唱表演的要领

(63)

第五单元 演唱方法与自我评测

(65)

一、常用美声术语详解

(65)

(一) 关于喉头稳定

(65)

(二) 关于声音的高位置

(65)

(三) 关于声音的“圆”、“扁”、“竖”、“横”

(65)

(四) 关于声音的靠“前”、靠“后”

(66)

(五) 关于混声

(66)

二、不良声音的产生与纠正

(66)

(一) 大脖子音与纠正办法

(66)

(二) 耸肩、抬胸与纠正办法

(67)

(三) 错误的共鸣与纠正办法

(67)

(四) 声音的大抖、小抖与纠正办法

(67)

(五) 不良练声现象与纠正办法

(68)

三、合理用声及嗓音的保健	(68)
(一) 关于合理用声	(68)
(二) 关于嗓音的保健	(69)
四、给初学者的几点建议	(70)
(一) 结合程度选择曲目	(70)
(二) 师生之间需要配合	(71)
(三) 稳固进度不要突击	(71)
(四) 认知及保留自己的音色	(71)
(五) 注重良好歌唱心态的培养	(71)
五、优劣歌者的测评标准	(72)
(一) 声音表现方面	(72)
(二) 歌唱技巧方面	(72)
(三) 舞台演唱表现方面	(73)
六、自我测评标准及打分	(73)
(一) 参考测评知晓学习进度	(73)
(二) 自我测评打分参考图表	(73)
 第六单元 中外演唱曲目推荐	 (75)
一、音域八、九度的歌曲	(75)
思乡曲	(75)
大海啊, 故乡	(76)
梅娘曲	(77)
报 答	(78)
曲蔓地	(79)
黑龙江岸边洁白的玫瑰花	(80)
啊! 中国的土地	(81)
渔光曲	(82)
长城谣	(84)
延水谣	(85)
尼 娜	(86)
我亲爱的	(87)
在我的心里	(88)
问	(90)

大森林的早晨	(91)
二、音域十度的歌曲	(92)
嘎达梅林	(92)
伏尔加船夫曲	(93)
梧桐树	(94)
月之故乡	(95)
可爱的一朵玫瑰花	(96)
祖国之爱	(97)
扑进母亲的怀抱	(97)
想亲娘	(99)
思乡曲	(100)
牧羊姑娘	(101)
一个黑人姑娘在歌唱	(101)
我爱你塞北的雪	(103)
吐鲁番的葡萄熟了	(104)
七月的草原	(106)
山 中	(107)
美丽的楼兰姑娘	(108)
三、音域十一度的歌曲	(110)
阿瓦日古丽	(110)
花非花	(111)
踏雪寻梅	(111)
夕阳红	(112)
茶山新歌	(112)
打起手鼓唱起歌	(113)
祖国，慈祥的母亲	(115)
红梅赞	(116)
生死相依我苦恋着你	(117)
祖国万岁	(118)
春风吹遍黎明的家乡	(119)
桥	(120)
岁月悠悠	(121)
在银色的月光下	(122)
跟你走	(123)

四、音域十二度的歌曲	(124)
雁南飞	(124)
天下黄河十八湾	(125)
鼓浪屿之波	(126)
我的祖国妈妈	(127)
把一切献给党	(128)
清晰的记忆	(129)
大江东去	(130)
嘉陵江上	(131)
满江红	(132)
我和我的祖国	(133)
怀念战友	(134)
红豆词	(135)
我爱你中国	(136)
古老的歌	(137)
帕米尔，我的家乡多么美	(139)
我像雪花天上来	(140)
乡音乡情	(142)
江河万古流	(143)
五、音域十三、十四度的歌曲	(144)
玫瑰三愿	(144)
一抹夕阳	(145)
秋 收	(146)
北京颂歌	(147)
我爱你，中华	(148)
太阳的儿子	(149)
这就是我的祖国	(150)
黄水谣	(151)
草原夜色美	(152)
今夜无眠	(154)
望乡词	(155)
多情的土地	(156)
归来的星光	(158)
教我如何不想他	(159)
思 恋	(160)

第一单元 美声学前知识

一、“美声唱法”源流与详解

“美声唱法”这个观念词是由意大利文的“Bel Canto”翻译而来，通常也被简称为“美声”。原文字面之意是指美好的、美妙的歌声以及歌唱。

有人认为将其作为声乐术语的意义是用来形容一种能够产生美丽动听歌声的歌唱方法，即指世界上最早使歌唱及其教学逐渐形成比较系统的科学理论的意大利美声学派所创建的优美歌唱方法；也就是被世人称谓的“美声唱法”。

其实，从其历经几个世纪在全世界音乐艺术领域范围内形成的巨大影响来看，美声唱法不仅是指一种歌唱的方法，它同时还特指能够用美好的声音来歌唱的一种唱法的风格和流派。这种歌唱方法以非常注重声音音质的美感著称，同时它强调对声音的灵活性及连贯性的掌控能力，以及不费劲地轻松演唱高音的能力。

据一些西方声乐史等资料记载，美声唱法最早起源于17世纪意大利的佛罗伦萨。那些生活在美声唱法家乡的先人们，是在人类运用“人声”作为歌唱表现艺术形式之后，不断实践、不断演进与经验加以总结而建立形成的。具体来说，也是为了适应当时歌剧发展的需要而产生的。所以，我们同意美声唱法还代表着自那时起在歌剧发展中展现出来的华丽优美的演唱风格。随着日后在世界各国广泛传播，美声唱法又更加完善，作为一种歌唱方法之升华以及声乐艺术成熟的标志，它誉满全球，经久不衰。美声唱法在新世纪的当下，仍被公认为全世界最为普及最科学的歌唱艺术方法之一。

美声唱法还被称为是“学院派”唱法。既然被公认为“学院派”，也就是指美声唱法是具有自身学科的专业性、及具有自身专业理论的系统性的声乐演唱艺术的代表学派。此唱法尤其注重声音运用的艺术性和歌唱的科学性，同时，它遵循和运用一系列科学原理和科学训练方法实施教学，使众多爱好者及学习者在经过系统科学的教育培养和专业训练之后，能够展示出美妙和极富感染力的歌声。

总之，可以这样理解在我国被广泛称之为“美声唱法”的整体意思：演唱者用具有良好控制的、精巧而优美的歌声所唱出一个又一个乐音，这种唱法不仅给观众带来音响听觉上的美妙享受，还能够使听者随着演唱者情感丰富的演唱带来精神上的陶冶与升华。

二、传入我国及发展现状

美声唱法是作为一门西方的歌唱艺术传入我国的。对于传入我国的时间，有资料称：随着1923年《国际歌》的正式传入，美声唱法就已经开始影响和走入中国。之后，随着1927年我国开办第一所音乐专科学校（即上海音乐学院的前身），美声唱法就在中国当时尚还贫瘠的音乐土壤中播下了种子。还有资料介绍说，美声唱法是由五四时期一批留学欧洲的音乐家及教育家们如周淑安、应尚能、

黄友葵等回国后,才将其正式引进我国的歌唱艺术舞台。这些声乐艺术前辈们,通过广泛地介绍欧洲古典歌曲、艺术歌曲及歌剧等西方艺术形式,加之亲身运用美声唱法来演唱那些至今仍为美声经典曲目的《问》《天伦之歌》《五月的鲜花》《玫瑰三愿》等爱国声乐作品,给我国当时的音乐舞台注入了新鲜的活力。同时,还通过将西方声乐艺术的先进性和科学性实施在我国当时的专业声乐教育中,为我国培养出大批优秀歌唱家和教育家们。他们所做的一切都为美声唱法在我国的传播、以及在今天的声乐专业教育领域中美声唱法的教学与普及奠定了良好的基础。

随着解放后曾在东北老鲁艺等地的一些美声教学基地的建立,使美声唱法的演唱技巧及其系统理论在新中国的音乐教育和艺术舞台上得到很好地传播、继承和总结。发展到今天,美声教学已经成为高等艺术教育领域中艺术教学的主要学科之首,近年来,更多的普通综合高校纷纷成立二级音乐分院或艺术系,同时,一些专科艺术学校都将声乐艺术设为主要学科。

美声唱法用它那高亢和饱满的充满号召力的声音,以其激扬振奋和充满正气的感染力,唤醒过中华民族争取解放的热血和斗志,那些优秀的抗战和救国歌曲如《玫瑰三愿》《思乡》《嘉陵江上》及《毕业歌》《黄河大合唱》等,至今仍为美声经典的演唱曲目。从那时起,美声唱法就已经作为一种传统的唱法在全中国人民劳苦大众中建立了坚实的基础。美声唱法曾伴随着中国人民从高歌抗战歌曲到高歌新中国,从歌颂党和人民的新生活到讴歌改革开放,又从歌唱科学的春天到跨入新世纪,至今又高唱着凯歌伴随我们走向复兴的阳光道。在中国社会成长壮大和发展飞跃的每一个关键时刻,美声唱法都以它特有的声乐艺术演唱优势咏唱着时代的最强音,成为中国的音乐艺术舞台上不可缺少的一个主要声乐表演流派。

现今,更有许多优秀的美声歌唱家在国际声乐歌唱艺术舞台上不断地绽放着让全世界瞩目的耀眼光彩。同时,他们在中国新世纪舞台上同样异彩璀璨。近年来,美声唱法已经深入普通人民的生活,成为亿万人民喜闻乐见、乐于学习的歌唱艺术形式。从群众歌咏活动和惠民工程中涌现出很多相当有水准的美声歌手,更有从《星光大道》中走出的像“刘大成”、“董春兰”等深受大众喜爱的优秀美声演唱者。

显而易见,这不仅意味着美声唱法在大众生活和大众艺术中枝繁叶茂,今后还将会有更广大的美声爱好者们加入到美声唱法的学习中来。只要对美声唱法进行正确的学习和掌握,就会有更多的美声爱好者成为优秀的美声歌者。本书的宗旨就是:给学习美声的初学者们介绍一些学习美声应该了解的相关知识,以帮助初学者正确地、一步步地展开学习,从而对大家的学习给予一些辅助性的指导。

三、美声唱法的歌唱原理

美声唱法当之无愧地被全世界公认为是一种讲究发声、注重用声合理性的科学的唱法。这是源于它在其几个世纪的发展史中,通过不断探索科学发声及歌唱在生理、物理、心理等领域的规律及长期研究过程,以及根据其广泛而丰富的艺术实践,形成了较为完善的发声理论体系,即被全世界公认为符合歌唱内在规律的科学体系。在此理论体系中,积累着用来培养和训练美声学习者的一整套较为完整的发声及歌唱的原理、原则和方法。

这个原理,以注重发声状态的合理性,在气息运用上,要求气息的最大能动力,以及注重歌唱

的技巧性，来要求学习者和歌唱者们综合运用身体各器官，使整个歌唱状态达到充分发挥的最佳状态，来获得个人最美声音、最大音量和最佳音色变化。

为了便于在学习前对美声艺术的歌唱原理有比较明确的了解与理解，我将从自然嗓音的发声到获得艺术嗓音的过程中，对发声状态的调整、呼吸动力的调动、以及共鸣腔体的运用几个方面分别进行详细介绍。

(一) 调整发声的最佳状态

1. 人声“乐器”的生理状态

歌唱是人类以人的声音作为艺术表现形式所使用的最早“乐器”。美声唱法与人声所有歌唱的原理有个共同的特性，就是它同属以人声作为乐器的艺术表演形式。有人说，从感情表现的范围来看，任何乐器都不过是在尽力模仿着人声这个表现力最丰富的乐器。

人声乐器与簧管类乐器是相似的。从结构上，可以将人声这个乐器分为三部分：发声来源（以喉头为主的声源系统）；策动力（以肺、腹部为主的呼吸系统）；共鸣腔体（以口、鼻腔为主的各共鸣腔）。参见下图：

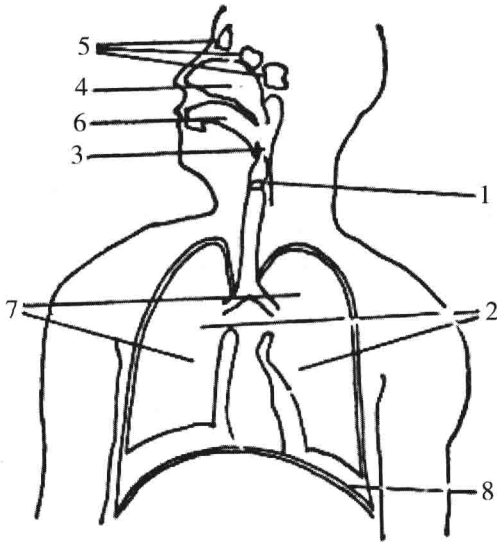


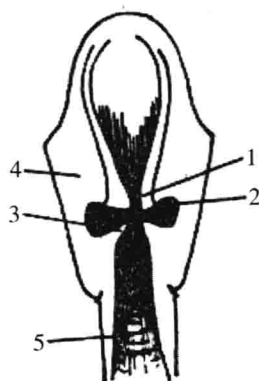
图 5 - 60 人声乐器示意图

1. 喉头 2. 肺、呼吸系统 3. 咽共鸣腔 4. 鼻共鸣腔 5. 头共鸣腔
6. 口腔 7. 胸共鸣腔 8. 横膈膜

人声乐器用来发出声音的声源系统，主要是指以喉头、喉腔、喉室、声带及假声带为主的发声器官。喉头位于我们能够看到的颈前正中的突出部位（男士明显可以看到），它由甲状软骨及相关肌肉、韧带、粘膜等组成。整个喉头是由会厌、假声部、声带等组成。喉头内部中间有两条由前向后、左右并列、薄薄地由肌肉薄膜形成的韧带，这就是我们产生声音的振动体——声带。下图是从喉镜看我们声带的一个详图：



声带（从喉镜看）



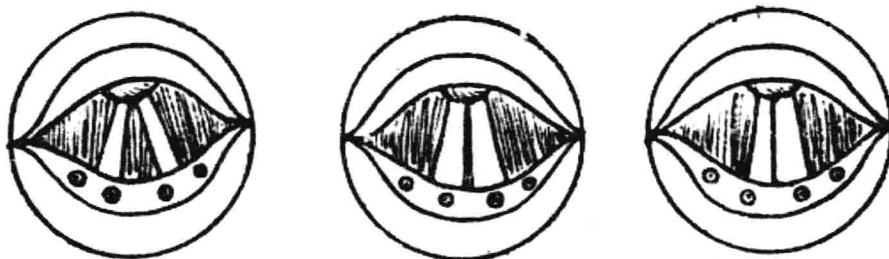
喉头（冠状切面）

图 5-61 声带与喉头

1. 会厌 2. 假声带
3. 声门

1. 假声带 2. 喉室 3. 声带
4. 杓会厌皱壁 5. 气管腔

两片声带之间呈现三角形的空隙叫做声门，不发声时（包括说话和歌唱），喉头处于休息状态，如下图所示，声门是打开的，呼吸的空气可以自由地上下流通；发声时（包括说话和歌唱），喉肌接到神经的指令而收缩，声门开始闭合，对称的两片声带被拉紧而靠拢，这时，当气流（即气息）冲击声带并从声带通过时，就会激发声带的振动而发出声音。



随着声音的高低变化，声带会改变其长短与厚薄，如同我们可以看到的琴弦相同：越高的音，琴弦越细薄，越低的音，琴弦越粗厚。歌唱发低音时，声带是拉长地靠拢着，但是并不是贴得特别紧，比较起唱高音来，呈现比较松弛的状态，这时的声带张力不大，振动现象是整个地振动，振幅比较大，对呼出气息的挡气作用并不是很大。随着音高的不断上升，声带会相对地缩短并靠拢贴近得更紧一些，声带变为部分振动和边缘振动，振幅也相对唱低音时小多了。有研究说，它只有靠近甲状软骨的三分之一部分时才有振动。

2. 调整发声的最佳状态

美声唱法的发声状态，是符合人体发声的自然生理机能状况的。但只用自然的声音来歌唱，显然很难拥有歌唱家们唱出的那种高大雄伟而壮丽、声音的质感柔韧圆润及富有弹性和自如地伸张力等特色的声音。换句话说，也就是美声唱法毕竟是对人声的先天发声生理机能的技术性应用，它如同其他体育类竞技技术一样，是对人体发声器官生理机能的能量进行更充分调整、利用的结果。

怎样才能使美声学习者能够尽可能地达到自己最宽广的歌唱音域，使学习后的美声演唱者能够唱出他们自身潜在的最美好的音质，并且能够像那些优秀的美声大师一样年过七旬依然宝刀不老，不仅能引吭高歌与光彩照人，还能开个人独唱音乐会？要取得以上令人满意的结果，需要在美声学

习中对发声状态进行系统科学地调整,将学习者自然的声音,通过训练,达到让歌者满意的歌唱发声状态。

其实,声乐的学习与声乐的教学都是很抽象的,是不能够也不容易用语言来全部诠释到位的。更由于美声学习者每个人的生理都是有差异的,发声诸器官的生理构造以及每个人的声音也都是不尽相同的。所以,为了更好地帮助学生理解调整发声状态的意义和作用,我曾在声乐教学中将这种调整解释成:是一种如我们在收听音乐时对音频效果(声音的高低、音量的大小、音色的亮暗等)的“微调”。声乐教学,就是教师针对学习者共性中的个性所显现的不良状态,进行具体细致的“微调”的过程。这种“微调”的效果,体现在学习者的声音状态的表现中,它不是可以完全用文字、数字以及度数来描述和统计的。

发声状态中的声带,位于我们摸不着和看不见的部位,并且其本身没有感觉,我们所提倡的不是对如声带这样某一器官的单独调整,而是要通过调整,来调动整体发声状态。比如:我们在高兴得大笑时,声音会比平时响亮得多,声音也会比平时好听得更多,并且不会出现因为笑而使声音笑哑了的现象。相反,我们在哭泣时,声音则会比平时暗淡得多,声音也没有平时好听,因为哭而把声音哭哑了的现象则时有发生。

所以说,每个人的声音都具有在不同的心情、不同的状态等客观情况下进行“微调”的可调性。声乐学习中,几乎所有的老师都会引导学生进行发声状态的调整,为此会经常提到像“打哈气”之类的调整发声状态的用语(详见本书第三单元声音训练篇)。初学者们只有在自己的学习过程中配合老师的教学手法,通过调整来确立发声时最舒服和最合理的发声状态,进而使用其歌唱发声的最佳状态与其他呼吸及共鸣器官进行联合整体性的协调与运用,亲身体会美声唱法在声音运用中的合理性,才能将其合成为最动听和最美化的声音,并把它带入歌曲的演唱中。

(二) 调动呼吸的最大能量

1. 歌唱呼吸原理及方法

歌唱的呼吸,主要是指以肺部和腹部等器官的联合运动产生气息的一系列活动,有人将歌者用鼻、口、咽、喉、气管、支气管、肺、两肋、横膈膜及腹肌各器官统称为呼吸系统的动力器官。所有歌唱的呼吸,都是建立在我们平时呼吸的生理器官的自然运用基础之上的,是依靠横膈膜与腹肌的对抗而产生的。

歌唱的呼吸,是传播歌唱声音的动力源,是有意识地依靠横膈膜、腹肌等肌肉群的相互协调作用来进行的。我们在发声与歌唱时,要想使气息更加自如及得心应手,从而把声音传得很远,以胜任歌曲中对音量、情感、力度等变化的要求,就必须调动自身呼吸器官的最大能量,使自然的呼吸能量转化为支持必要的音高及音量的能量。这使得呼吸在我们整个发声与歌唱的全过程中占有极为重要的地位。

这里,介绍三种不同的呼吸方法。

(1) 胸式呼吸法:呼吸时主要靠在胸腔上部来运行,也就是说,仅用肋间部位的肌肉来控制肺的收缩,有点像我们跑步后很累很急促的那种呼吸。用这种呼吸方法得到的气息量比较小,故而不容易得到胸部共鸣腔的最大容积,也就很难保持很均匀的气压,当然也就不能够给声音以足够的动

力和最大的支持。

(2) 腹式呼吸法：呼吸时主要是依靠下降横膈膜部位，也就是说是用腹部的下部运行来控制肺的收缩，有些像我们下蹲时的那种呼吸。用这种呼吸方法得到的气息，由于吸得太深，两肋的肌肉群没有起到足够的作用，同时因为胸腔肋骨受到压缩，胸部共鸣腔的最大容积也没能获得，也不容易让歌者保持很均匀的气息能量，所给予歌者声音的动力和支持也有局限性。

(3) 胸腹式呼吸法：这是一种能够充分运用胸腔、横隔膜和腹肌、包括背肌来联合控制气息的方法，它的主要优点是能够充分调动人体整个呼吸系统的各个器官的联合并用，使胸腔得到较全面的扩充，得到的气息容量相对来说比上面两种呼吸法大得多，能够帮助歌者保持胸部共鸣腔的最佳状态。

2. 调动呼吸的最大能量

尽管上面介绍的三种呼吸方法都被很多人所倡导和使用，但是比较起来，胸腹式呼吸方法一直被我国、外国声乐研究学者们、以及广大声乐教育和歌唱家们公认为是一种相对更科学的呼吸方法，因为它不仅符合及尊重人身呼吸器官生理运作的自然规律，并对人体呼吸能量及歌唱所需的气息动力进行了最合理的调动、开发和运用。

运用这种呼吸方法产生的动力，会更好地帮助歌者的气息保持更均匀的压力，通过一阶段有目的地训练后，歌者就会比较自如地根据歌唱之需要来支撑气息的流出量，以协助歌者能够胜任和完成所演唱歌曲的不同需要，并保证歌者能够唱出令自己及观众满意的音高以及过人的音量。美声的歌唱，时常要求歌者发出比平时更圆润和饱满的声音，有时又由于更高的音和更长乐句的需要，所以美声歌者需要通过学习和训练，来掌握一种能够满足歌唱需要的呼吸能力，这就涉及到美声唱法所强调和强化的“气息支点”的掌握和使用。相关知识将在第三单元气息的运用中详细介绍。

(三) 共鸣腔体的运用

像我们平时感冒时一样，如果鼻子堵了，声音就缺少了鼻腔的共鸣而显得发闷；如果发声或歌唱时不张嘴，声音就没有引起口腔等器官的足够振动而传不出去，还会使听者听不清楚说或唱的是什么。可见，共鸣腔用得越多，声音得到的振动就越多，声音也就越清楚，音量也会越大。

美声唱法最神奇之处（也可以说是最吸引人之处），应该是它的声音比起其他歌唱方法的声音传得更远，即声音更有穿透力。对那些外国歌唱家们的具有穿透力的声音，我们如果把它理解为是因为他们的“坨儿大”（也可以更确切地说是共鸣腔体比我们大），那么，我们中国有很多优秀的美声歌唱家（如梁宁、袁晨野等）并没有那么大的体魄，却也能站在国际声乐舞台上与他们肩并肩地扬名世界、声震四海。应该说，他们的优秀，是因为掌握了美声唱法的歌唱原理，具体地说，是他们不仅运用了上面所述对发声和呼吸状态的最好调动和调整，同时还充分地运用了演唱者自身的共鸣腔体的作用。

美声对共鸣的运用，首先是结合发声状态的最佳调整、结合呼吸能量的最大调动，来帮助学习者改善不够动听的自然声音。美声对共鸣的运用，还体现在通过对声音的要求和训练，使声音有很“高”的位置，这个“高”不是用数字或者尺度能够量出来，它是一个听觉上的感觉，我觉得可以把它比喻成是带有一定高频振动频率的立体声音的良好听觉效果。这种高位置的要求，不仅是对声音

振动协调的要求，其中还包括对元音、辅音等所有演唱歌词中每一个字的特定音位的要求。

美声唱法的歌唱原理，提倡的是开发人体诸共鸣腔体所能使用的最大空间，在这个原理指导下，有着很具体的原则和训练方法，这些将在第三单元声音训练篇中关于共鸣的运用与技巧的训练中详细介绍。

四、美声唱法特点与作品体裁

（一）美声唱法的特点

美声唱法所展示的声音，通常是指需要经过正规学习或受过一段时期严格训练后的声音。美声唱法的优越之处，在于它既注重和讲究声音的规范性及严谨性，还能更大程度地调动并充分开发人声的潜能，并运用了人身及人声诸多器官之协同并用的最大能量，这就使它能够呈现人声之美的特点变得最为突出和显赫。之所以被冠之以“美声”，也充分显示其唱法对声音美的注重、追求和讲究。

美声唱法最突出的特点，曾被称为是“真假声混合”的唱法。所谓真假声的混合，是指通过合理的训练，来塑造歌者从真声到假声的合理过渡和转换，使声音不管是从高声区向低声区级进或滑行，还是从低声区向高声部过渡或跳行，都不留下明显的或是不好听的摩擦音或者破音，或不留下明显的不同的音色明亮对比差等现象，从而充分地显示出其歌唱方法的技术性及合理性。

有人曾用“优美”和“规范”等词汇来概括和代表美声唱法的声音特点，可以说这些还不够全面，我认为美声唱法还有“既统一共性又尊重个性”这样一个特点。也就是说，美声唱法在训练具有规范的声音的同时，还能够充分注重训练带有个性化的声音，这个突出的特征不能被忽略。

美声唱法对声音统一规范性的要求和严谨训练，展示出声音以下共性：声音圆润（不单薄、不直白）、纯正（杂音少），声音优美（音波振动频率均匀），声音通畅（指声区过渡时平稳没有破痕、声区转换时自如没有壳儿），声音位置统一（包括八度及超过八度以上的音阶上行或下行的跳音等），声音持久（高音的延长持续、声音演唱寿命的延长）等共性。

但是，经过上述这些共性的规则训练后，并没有使声音变得千篇一律。那是因为美声唱法还具有尊重和注重声音个性化，并能够通过合理的训练来充分展现其声音多样化的特点。这首先表现在它对声音条件的不同个性特点的认定，在此基础上，美声唱法用其最有经验的训练原则及最丰富的训练手段，不仅展示对不同声部的分类训练，还有对每个声部不同声音类型的分别训练及展示：如将女声和男声分为各高、中两个声部，每个声部又分别有抒情性、戏剧性等不同类型（具体各声部介绍，及同声部的不同声音类型介绍，请见第三单元声音训练篇正确择师与声种的确定），对声音个性的尊重，以及针对声音不同类型之个性的正确训练原则及实用训练手段，使美声唱法避免了可能由于注重严谨的训练使声音的展示过于单调。

美声唱法“以声为主”的特点，是靠歌唱声音的音响效果具体体现的。下面试将美声唱法的特点，归纳为声音、技巧和综合表现力三个方面加以介绍。

1. 声音

在声音上的展示是注重并讲究声音的优美。这个优美涵盖了很多方面，它包含声音的音质有纯正、华丽、通畅、圆润、丰满、深远之美的音色，具有宽厚不失明亮、深情不失灵活的神秘的光彩之