

总主编 余丹红

MUSIC
EDUCATION

全国高等院校音乐教育专业系列教材
专业技能课程

经典练声曲——

声音的技巧训练

中音 I

CLASSIC
VOCALISE
FOR
TECHNICAL
TRAINING

周玲珍 编著



上海音乐学院出版社
SHANGHAI CONSERVATORY OF MUSIC PRESS

总主编 余丹红



全国高等院校音乐教育专业系列教材
专业技能课程

本书由上海音乐学院“立德树人”人文学科基地建设（115405）资助出版

经典练声曲——

声音的技巧训练

中音 I

CLASSIC
VOCALISE
FOR
TECHNICAL
TRAINING



周玲珍 编著



上海音乐学院出版社
SHANGHAI CONSERVATORY OF MUSIC PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

经典练声曲 : 声音的技巧训练. 中音. I / 周玲珍编著.

-- 上海 : 上海音乐学院出版社, 2017.3

全国高等院校音乐教育专业系列教材

ISBN 978-7-5566-0184-4

I. ①经… II. ①周… III. ①中音—练声曲—高等学校—教材 IV. ①J613.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第048944号

从 书 名 全国高等院校音乐教育专业系列教材

总 主 编 余丹红

策 划 洛 秦

书 名 经典练声曲——声音的技巧训练 (中音 I)

编 著 周玲珍

责任编辑 鲍 晟

封面设计 孙洁涵

出版发行 上海音乐学院出版社

地 址 上海市汾阳路20号

印 刷 上海师范大学印刷厂

开 本 787 × 1092 1/16

印 张 12

版 次 2017年5月第1版 2017年5月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5566-0184-4/J.1157

定 价 50.00元

本社图书可通过中国音乐学网站<http://musicology.cn>购买



全国高等院校音乐教育专业系列教材

编 委 会

总主编

余丹红

顾 问

江明惇 林 华 倪瑞霖

刘靖之 洛 秦 孙维权

本教材系上海市教委第四期本科教育高地项目

总 序

20 世纪 80 年代以来,我国音乐教育领域产生了一系列深刻的改变:以德国奥尔夫教学法传入为契机,我国音乐教育领域开始了放眼世界的旅程,从最初对西方教学法直指人心的震撼,慢慢扩展到对音乐教育学整个学科领域的探究,音乐教育学领域宽广博大的研究范畴开始呈现:音乐教育史、音乐教育心理、脑科学与音乐教育、音乐教育管理、音乐教育比较研究、音乐课程论、音乐教育评估、音乐教育社会学与人类学、音乐教育哲学、音乐治疗等——学科意识由此觉醒,音乐教育学领域开始进入空前发展阶段。以往音乐教育学科的专业归属问题曾经长期地困扰着从业者,至此,已基本形成共识,实现了学科的自我认定。以上海音乐学院音乐教育系为代表的音乐教育专业构筑了课程体系的重建过程,提倡在学生拥有扎实过硬的音乐技能,全面、深入地掌握音乐理论的前提下,以音乐教育学理论与实践系列主干课程统筹全局,使学生明晰本学科的目标与任务、手段与方法,从而完成高质量的教师教育工作。

本教材系列的出版是若干年学科构建思考之后的集体探索与积累,表明了音乐教育领域开始进入实质性的内涵建设阶段。本套教材主要由三大部分构成:一是“专业主干课程”,内容涉及学科框架的基本理论与实践,是围绕本科教学大纲而进行编撰的教材,如《音乐教育学教程》《音乐教学法教程》《音乐教育史教程》《音乐教学设计教程》《音乐教育心理学教程》等。二是“专业技能课程”,下分音乐技能类及音乐基础技术理论与实践类。音乐技能如《钢琴》(包括法国卷、德奥卷、中国卷、美国卷、俄罗斯卷、西班牙卷、拉丁美洲卷、中欧四国卷、双钢琴卷、四手联弹卷等)、《声乐》(包括法国卷、德奥卷、中国卷、英美卷、俄罗斯卷、意大利卷、重唱卷等);音乐基础技术理论与实践主要围绕上海音乐学院音乐教育系的特色课程,如《作曲技术理论综合教程》《节奏与打击乐教程》《上海音乐学院女声合唱团合唱曲集》(Ⅰ,Ⅱ,Ⅲ)、《西方合唱发展史》等。三是“音乐教育理论研究论丛”,如《中国学校音乐课程发展》《音乐教育研究论文集》《德国音乐教育》等。我们始终认为,音乐技能是教师教育的重要基石,没有过硬的技术与对音乐作品的透彻理解,就很难成为真正意义上的合格音乐教育者!这套教材在编撰过程中力求贴近课堂教学,尤其在音乐技能教材上能

够体现教师教育专业特征,在编撰思路与方式上与表演专业教材有所区别。同时,加大各类知识信息量,开拓读者自主学习的途径。

本套教材的撰写者主要是上海音乐学院音乐教育系在职教师。上海音乐学院是我国最早设立高等音乐教育学科专业的高校之一,早在1927年即已成立师范科。1997年,上海音乐学院以音乐教育系的名称重建音乐教育专业。该专业依托上海市深厚的城市文化底蕴与上海音乐学院坚实的音乐基础,组建了一支具有强大凝聚力的教师队伍,他们不仅有着扎实的专业背景,也有着孜孜不倦的钻研精神,在音乐教育学学科发展的道路上铺筑进阶之石。同时,本套教材的编撰者还包括音乐教育系外籍教师,他们分别是来自德国的 Wolfgang Mastnak 教授,中国香港的刘靖之教授,美国的马淑慧教授,意大利的 Aurelio Porfiri 教授等,他们本着共同推动音乐教育学学科发展的意愿,长期在上海从事音乐教育工作,从未计较个人得失,在此表示由衷的感谢与敬意!

本套教材的顾问为我国音乐教育领域内的资深教授:江明惇先生任上海音乐学院院长期间,兼任音乐教育系第一任系主任,对上海音乐学院音乐教育专业的重建与发展起到关键作用;林华教授不仅执导音乐教育专业硕士研究生,还为音乐教育系女声合唱团走向世界给予具体指导;倪瑞霖先生、孙维权先生长期为音乐教育专业学生授课,担任研究生指导委员会委员,对学科的发展起到了十分积极的推动作用;音乐学家、出版家洛秦先生对音乐教育专业的学科发展给予无私支持,使得本套教材的出版得以顺利进行。同时,感谢上海市教委高教处、上海音乐学院教务处对学科建设的大力支持,才使得本套教材的编撰计划得以顺利启动。

音乐教育事业是一项需要全社会关注与支持、同时对和谐社会的构建有着重大作用的事业。它所承载的不仅是音乐学科知识的传授,还承载着人格培养的重大责任。成功的音乐教育可给予多元情感体验,从而使人拥有更为丰富的人生。虽然它不能一鸣惊人,也不能创造直接的物质财富,然而正是这种“润物细无声”的潜移默化功用,才真正体现出“百年树人”的意蕴。

这,也就是本套教材最终指向的理想与目标。

上海音乐学院音乐教育系主任

刘靖之 教授

2010年12月28日

序 一

欧洲的美声时期,直至 19 世纪,产生了大量以美声教学为目的声乐创作——练声曲及练习曲。这些作品贯穿了教学进程中最基础的练习到完整的运用练习,逐步教导声乐学生结合嗓音条件与音乐性的发展技巧。

因此,本系列著作的作者所强调的纯美声的练声曲及技巧的用意,实为难能可贵。不带歌词的练声曲也能为初学的东方学生提供西方美声技巧中所要求的音准、节奏、音线及声音整合的专注练习。

本套书中综合了音阶、琶音及其他各种类型的技巧训练,有经验及品味的教师将视学生的程度及需要从中选择合适的练声曲教学。“练习曲”“Solfeggio”并非都像视唱练习曲一样,以每个音符的唱名练唱,因为,加上钢琴伴奏的视唱练习曲及练声曲并没有太大的差别。所以,从单纯的使用第一个音符唱名的元音字母的练习,直到进阶到加上音符元音字母前的辅音练唱,务必都要求学生以意大利式的语音位置练习,这样才能达到不影响旋律音线及声音质量的发声练习的要求。

直到 20 世纪初的相关文献证实:历史上的著名美声学派都以三四个月至一年甚至超过一年的时间,专门针对学生作发声技巧的基础训练,然后才开始简单的小歌曲的学习训练。并且,一旦开始使用歌词作音乐艺术技巧的训练甚至于进入之后曲目的规划阶段,都应不间断发声曲及练声曲的练习。因此想成为一位成功的演唱家,在职业演唱的生涯中也应该持续地坚持针对演唱需求的发声练习。诚如歌剧女神卡拉斯(Callas),从不间断地以孔空(Concone)及瓦卡伊(Vaccaj)作为每天的发声练习。

在这套书里,作者从一般曲目中精心挑选的音乐范例,将技巧练习与演唱学习的实际应用结合,并提供了不同类型的技巧艺术及演唱风格的实践与运用。

罗马音乐学院声乐系前系主任
华列里奥·帕柏礼(Valerio Paperi)
2015 年于罗马

Prefazione

In Europa un materiale abbondante di composizioni a scopo didattico lo ha fornito l'epoca del Bel Canto fino a tutto l'800, col nome di "Vocalizzi" e "Solfeggi". Dai più semplici ai più complessi essi offrono tecnicamente il mezzo di sviluppare gradatamente nell'allievo le doti musicali in perfetto accordo con le doti vocali.

Trovo quindi utile che l'autore di questo testo consideri indispensabili i vocalizzi per lo studio della purezza della vocalità. L'assenza della parola dovrebbe, anche per lo studente orientale, far concentrare di più, da principio, la sua attenzione sulla precisione delle note, del ritmo, della linea e dell'armoniosità della voce di tipo occidentale.

Nel volume ci sono diverse combinazioni di scale, arpeggi ed altri dettagli tecnici, più spesso consonanti. Il maestro, guidato da proprio buon gusto ed esperienza, saprà individuare fra questi vocalizzi quelli che meglio possano servire in quel momento all'educazione vocale di ogni singolo allievo. Quando sono uniti al pianoforte, vocalizzi e solfeggi non hanno molta differenza; il termine "Solfeggio" può far pensare ad un vocalizzo dove si canta ogni nota col proprio nome, ma non è sempre così. Quindi dopo lo studio progressivo con l'uso di vocali, occorre sviluppare l'utilizzo delle tante consonanti con una sillabazione di tipo italiano, senza trascurare la linea melodica e la qualità del suono: si partirà dalla pronuncia delle note.

I testi fino ai primi anni del '900 precisano il periodo di tempo in cui mantenere lo studente nella pratica del solo vocalizzo: tre o quattro mesi fino ad un anno, secondo le doti dell'allievo, a volte anche per un periodo superiore ad un anno. Questa era la prassi della buona scuola di una volta. Poi c'erano le prime esperienze di semplici arie. Però l'iniziare la pratica tecnico – artistica della musica con le parole e successivamente del vero repertorio, non deve significare cessare la pratica di vocalizzi e solfeggi. Chi vuole essere un buon cantante, deve

continuamente praticare anche durante la professione lo studio di questi vocalizzi; lo farà mirando alle esigenze del momento, come del resto faceva la Callas, per esempio con il Concone e il Vaccaj .

nei criteri generali di questa edizione il voler giustamente accostare a regole ed esercizi alcuni esempi musicali tratti dal repertorio ; questo per uno collegato uso artigianale della vocalità, a servizio poi della musica con le tante e diverse attenzioni per tecnica artistica e stile.

Già Docente di Canto presso Conservatorio Santa Cecilia

Valerio Paperi

2015 a Roma

序 二

练声曲是贯穿在美声教学过程中,从最基础的发声训练到完整的练声曲,逐步教学生结合自身嗓音条件与音乐性的发展技巧。

这本书的编者花了大量的时间,亲自赴意大利翻阅许多有关资料,深思熟虑后,以各种技巧分类编写而成的。其中,编者根据自己理解提示了练习的方法,并选择了大量的谱例。我翻看后,认为此书对声乐教师以及专业歌唱者将是一本值得参考和借鉴的教材。

著名声乐教育家

陈敏庄

2015年9月20日

前 言

现今,愈来愈多的歌者开始逐步接受科学、系统的声乐训练方法,帮助广大求学之士,进入更为高深的绮丽殿堂。如何迈入歌唱艺术的高超境界,拥有丰满、明亮、圆润又富有质感的声音成为许多声乐歌唱者为之奋斗不息,穷其毕生技艺的不懈目标。

但是在声乐技巧探寻之路的前行途中,我们很难在国内这一领域见到一套真正完整的声乐教程,以更好地、更切实际地辅助其歌唱技能的有效提高。正是这种忽视,每年有很多美好的嗓音被毁坏。本书编著之初便是基于当前国内声乐歌唱教学的诸多不足与薄弱之处,集百家之长、融汇古今,予国内声乐歌者提供一本从易渐难,由浅及深的演唱技术提高性教材。

练声曲应该被认为是声乐演唱中的一个重要组成部分,每位声乐教师和学生都应该十分重视,对于训练之后的演唱有着重要意义。但是,在练声曲的认同层面上,很多人的认识还不全面。不少歌者认为在进行歌唱之前,只需要进行发声练习就可以了,其实不然,如果说发声练习就像运动员在赛前的热身活动一样,是为了让之后的歌唱机能从自然的发声状态进入歌唱状态。而练声曲是为了让不同程度和声音条件的习歌者,通过训练,有效地达到歌唱技巧的要求,能够针对性地选择各个技术点,进行规范化的技巧训练,具有稳定嗓音、练习分句、培养演唱习惯、加强艺术修养等作用。它们具有“音乐作品”的属性,也是专业声乐教学中的重要一环,之于歌者技术的逐步提升将大有裨益。

然而,当前国内声乐教学中存在着许多空缺与误区。比如初学者如何进行技巧性训练;中高级歌唱者如何在掌握一定技巧的情况下提升技艺,并且在作品中将其准确、完美地运用,追求更高的艺术造诣;对不同时代的、不同风格声乐曲目,如何通过科学的、细致的训练,找到熟能生巧的歌唱方式,更为精湛地把握与运用等。这些演唱者求知若渴的问题和困惑,都是本书所希冀给予读者的指引与解答。

那么,曼妙动听的声线是如何获得的呢?仅仅是靠自身的本钱吗?——其实并不完全。人体本身即是世界上最复杂、最精密的乐器,而一副好的嗓音必然要经过严格规范的千锤百炼才能将更为自如动人地诠释作品。练声曲的目

的,简要地说,就是将歌曲演唱中对声音所需求的各种技术环节,通过有规律、有步骤的发声练习,逐步提高歌唱发声的生理机能,调节各歌唱器官的协作运动,养成良好的歌唱习惯,使歌唱发声的技术成为歌唱表现的有力手段,为达到声情并茂的演唱。我们练声的目的是要调整和巩固歌唱技术,把良好的歌唱状态保持到声乐作品中去。所以必须明确我们学习练声曲的目的,而不是简单的将其替代开声练习、亦或是忽视它的重大作用。这些声乐练声曲通常是具有极强技术针对性与歌唱性的声乐作品,可谓歌唱艺术精华的浓缩,不仅对歌唱者歌唱技能的提高有着很大的益处,而且之于音乐内涵与艺术修养的提升有着重要的作用。因此,为了演唱技巧和艺术素质的全面提高,更应该选唱大量练声曲以规范学习。

但是初学者往往忽视了单纯追求技术而持续练习的问题,以致耽误了发展声音的最佳时机,阻碍美好嗓音的养成,所以在学习上升阶段选择合适的练声曲便显得尤为重要。也就是说,在学习声乐作品之前,歌唱者应从单一的技术点开始训练,再将其运用到曲目之中,可能就会掌握得更加游刃有余了。这正是编者所要强调的,声乐技术的提高并不以参照声乐曲目进行技艺上的反复操练为主,还应进行更为针对性的训练来“对症下药”,这对于一副还未成熟定性的、亦或是条件优良的嗓音来说,是利大于弊的。

在经过一定时间的系统的技术训练后,歌唱者已具备了一定演绎较为复杂和有难度曲目的能力。盲目拔高音、炫技巧、甚至追求大型曲目的快感成为这时期中高级歌唱者的练习误区。久而久之,这种“就曲而曲”就会愈发有粗糙与吃力之感,而想要获得新的突破和提高亦难上加难,甚至其完整表达总是差强人意。在这个阶段,演唱者在练声曲选择上则更需要用心与耐心,要更加侧重于在曲目技术细微的把控上,要花上更多心思和钻研,持续地进行训练,来获得更为稳定、成熟的演唱技艺。

这本声乐教程目的之一,就是不仅能够提供给初学者适合个体的练声曲目,夯实演唱技巧的基础;也能为中高级歌唱者分阶段、分步骤、科学有效地掌握高层次技巧的进阶提供辅助作用,并且有机地渗入不同风格和类型的作品帮助学生掌握作品、理解音乐内涵,使技巧与艺术修为同步提升、螺旋并进。

歌唱风格是人们对于某种歌唱形式在思想内容、歌唱艺术手法上表现出显著特点的较固定和习惯性的共同认识。其形成是由它所处的地域环境、人文历史、风俗习惯、文化心态、审美观念、民族语言等诸多因素决定的,准确把握歌唱风格是歌唱家历来推崇的最高艺术境界,也是声乐教学的重点和难点。如何更好地演绎古典、浪漫主义和近现代风格的曲目,使歌唱者与歌曲本身形神合一,则需要长久的艺术训练,以及对音乐各时代曲目的充分训练与理解。这对歌唱

者自身的声乐艺术要求是十分高的,本书针对声乐历史演变选取了各时代名家代表性曲目做了案例分析,写下练习时应注意的事项,指导声乐歌唱者训练与提高不同风格声乐曲目的演唱。

本书旨在为广大声乐工作者和声乐爱好者选编一套融技术性、音乐性于一体的,对歌唱技能、音乐修养的提高有着较大益处的声乐教材,亦是本人歌唱和教学的经验之谈,愿通过本书的练习使广大习歌者都能获得良好的歌唱训练效果。

周玲珍
2015年6月

编者的话

大概在十年以前,本人就开始对练声曲这一领域产生兴趣并开始研究,但当时国内资料有限,并不想拼凑一本教材。近几年,我几次出国学习,获取了很多国外的教学经验与资料,在大师的帮助下,我才真正了解罗马、米兰音乐学院一直延续的美声训练脉络和传统,与国内的教学现状相比,确实更具系统与科学性。由此我开始反思,国内有着非常多的具有良好歌唱条件的人群,仅凭着天赋与不错的乐感随便一开口就唱,所演唱的,也是具有相当难度的声乐作品,但是日复一日,这些本钱也随着时间而逐渐用光了,这是非常可惜的。纵观国外著名的声乐演唱大师,他们的成就并不是一蹴而就的,他们的成功需要时间的沉淀,通过技艺的刻苦钻研与不断提高,才能攀顶艺术高峰。

练声曲是意大利声乐教学中的重要组成部分。在罗马音乐学院声乐系传统课程教学体系中,就很强调练声曲的训练。在教程中,他们十分注重所需达到的技术要求,并在本科学习的教学大纲中就明文规定,按照不同年级的技术要求选取不同难度的作品,以循序渐进的方式提高学生的歌唱技能。可见这种传统的训练对于演唱技术的重要性,而相较之下,不得不承认中国声乐教学的教学体系与之还是有差距的。

同时,对于演唱非母音的歌曲的习歌者来说,语言无疑是一个很大的挑战,而意大利语的语言优势是每一位歌唱艺术家有目共睹的,它是最适合歌唱艺术的语言,也是每一位有志于学好声乐的歌者应当最先掌握的一门语言。本系列将在无歌词的练声曲之后选入七首适合该声部及程度的 Vaccaj 练声曲^①,以让歌者的声音与发声结合得更为完美,给演唱打下良好的基础。编者在这七首歌曲之后都写下了对于技术点与发音吐字的点滴提示,相信对习歌者有很大的借鉴意义。

2013年恰巧我系主任与我约稿,我认为这是一个让国人了解并获取传统美声唱法的训练方法的非常好的契机。这些曲目都是经过本人一首首的歌唱,厘清思路再选出的。所编选曲目的难易程度与要求也是就学生技术的不断

^① 通常的练声曲都是无歌词的,但Vaccaj的练声曲是特别的,是带歌词的,这些作品能够将技术点与语言充分地结合。著名歌唱家卡拉斯每天都要进行练习。

提高所安排的。本系列分为高、中、低三声部,每个声部各三册,共九本。

该套教材是本人借鉴国外成熟的教学经验,并针对当前国内声乐教学中存在的不足,在尊重欧洲声乐发展、声乐科学理论教学的同时,努力通过由浅入深、深入浅出的讲解,既能培养声乐演唱者学习声乐作品时的兴趣,更能循序渐进,稳步培训学生音乐艺术之造诣,希冀为声乐教学起到前瞻作用,成为国内系统科学的声乐教学之先导。

目 录

CONTENTS

总 序 / 余丹红	1
序 一 / 华列里奥·帕柏礼	3
序 二 / 陈敏庄	6
前 言	7
编者的话	10

一、起音(Attacco)、滑音(Portamento)、连音(Legato)、渐强与渐弱(Messa di voce)

1	M.C. 马凯西(M.C.Marchesi) / 4
2	A. 潘赛隆(A.Panserron) / 6
3	F.P. 托斯蒂(F.P.Tosti) / 9
4	G. 罗西尼(G.Rossini) / 11
5	M.C. 马凯西(M.C.Marchesi) / 13
6	H. 帕诺夫卡(H.Panofka) / 15
7	H. 帕诺夫卡(H.Panofka) / 17
8	S.C. 马凯西(S.C.Sieber) / 19
9	M.C. 马凯西(M.C.Marchesi) / 21
10	G. 孔空(G.Concone) / 24

二、音阶(Scala)

11	M.C. 马凯西(M.C.Marchesi) / 29
12	M.C. 马凯西(M.C.Marchesi) / 32

13	S.C. 马凯西(S.Marchesi) /35
14	M.C. 马凯西(M.C.Marchesi) /37
三、附点音符(Note Puntate) 40	
15	M.C. 马凯西(M.C.Marchesi) /41
16	H. 帕诺夫卡(H.Panofka) /44
17	M. 博尔多尼(M.Rordogni) /46
四、切分音(Sincopé) 48	
18	M.C. 马凯西(M.C.Marchesi) /49
19	S.C. 马凯西(S.C.Marchesi) /52
20	G. 纳伐(G.Nava) /55
五、重复音(Note Ripetute) 57	
21	M.C. 马凯西(M.C.Marchesi) /59
22	M.C. 马凯西(M.C.Marchesi) /61
23	M.C. 马凯西(M.C.Marchesi) /63
六、三连音(Terzine) 65	
24	F.P. 托斯蒂(F.P.Tosti) /67
25	B. 吕特根(B.Lütgen) /69
26	H. 帕诺夫卡(H.Panofka) /71
七、琶音(Arpeggi) 74	
27	S.C. 马凯西(S.C.Marchesi) /76
28	F. 西贝尔(F.Sieber) /78
29	M.C. 马凯西(M.C.Marchesi) /80