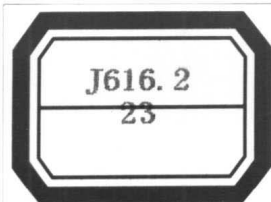


王士魁 ●

中国民族声乐演唱 实用教材



王士魁 ●

中国民族声乐演唱 实用教材



图书在版编目(CIP)数据

中国民族声乐演唱实用教材/王士魁编著.

—北京:文化艺术出版社,2004.7

ISBN 7-5039-2557-4

I. 中... II. 王... III. 民族声乐-歌唱法-中国-教材 IV. J616.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 051853 号

中国民族声乐演唱实用教材

编 著 王士魁

责任编辑 艾 伦

封面设计  michelle263.net

出版发行 文化艺术出版社

地 址 北京市朝阳区惠新北里甲 1 号 100029

电子邮件 whysbooks@263.net

电 话 (010)64813345 64813346(总编室)
(010)64813384 64813385(发行部)

经 销 新华书店

印 刷 北京振兴华印刷有限公司

版 次 2004 年 7 月第 1 版
2004 年 7 月第 1 次印刷

开 本 880 × 1230 毫米 1/16

印 张 23.875

字 数 30 千字 66 首

书 号 ISBN 7-5039-2557-4/G·413

定 价 68.00 元

版权所有,侵权必究。印装错误,随时调换。

序

在我教过的学生中，王士魁是德才兼备的优秀人才之一。他研究生毕业后留院任教，十多年来，兢兢业业、呕心沥血，在声乐教育领域里做出了显著的业绩。

王士魁现任中国音乐学院声歌系民族声乐教研室主任、副教授。他从小喜爱音乐，七岁开始学习手风琴，十岁开始学习钢琴，十八岁开始声乐专业学习，二十六岁从中国音乐学院本科毕业考入研究生。他1990年在第四届全国青年歌手大奖赛上获奖，1992年在北京成功地举办了个人独唱音乐会。他懂作曲和配器，弹得一手好钢琴，伴奏能力很强。作为一名高等音乐学府的教师，他不仅有好的嗓音和乐感，而且具有较高的音乐素质、全面的艺术修养和扎实的文化功底，在国家核心期刊上曾发表学术论文多篇。这些年来，经他培养的一批声乐人才脱颖而出，在全国各类声乐比赛中屡屡获奖。他多次担任全国、首都文艺团体和一些省市声乐比赛的评委，曾被评为北京市高等院校优秀青年骨干教师和学术带头人。

这部教材是王士魁多年声乐知识的积累、训练演唱的感悟和教学实践的结晶。全书共分科学的歌唱通道、调整出最佳音色、做到字正腔圆、歌唱能力的培养、艺术修养的加强和心理素质的锻炼六讲，构建了一个比较系统、完整的演唱训练方法。每一讲后都附有参考曲目及演唱提示，便于学生和声乐爱好者结合声乐理论知识进行实际的演唱训练。

我在教学中，历来主张运用唯物辩证法的教学思想，采取启发式的感觉教学方法，因材施教，因人而异。我多次听过王士魁的课，他实践启发式的感觉教学方法是出色的。他善于具体分析每个学生在发声中所存在的问题，并能提出切实

有效的解决办法。他对每个学生歌唱风格的要求十分严格，力求做到民族风格与歌唱特色的有机结合和科学统一，以发掘出每个学生歌唱的鲜明个性。对初学声乐的学生，在他们尚未建立起稳固的歌唱方法之前，王士魁从不过分强调歌唱中每个字的个性，而是注重整体和统一的歌唱训练，让学生先把整首歌中的字统一起来，放入一个科学的歌唱方法之中反复训练；当学生经过训练掌握了比较稳固的科学的歌唱方法后，他才要求学生突出声音的色彩，夸张每个字的个性，从而使学生在歌唱时真正做到字正腔圆、音色清纯、上下统一、声音通畅。与此同时，他还十分重视对学生进行品德教育、文化教育和综合素质教育，致力于培养德、智、体、美全面发展的声乐人才。他在对自己多年的教学实践和明确的教育理念进行总结的基础上，编写出了这部民族声乐教材。

中国民族声乐，是声乐艺术领域的一朵绚丽多彩的奇葩。具有科学性、民族性、艺术性和时代性的中国民族声乐，唱响了新时代的主旋律，并在与世界各国音乐文化的交流中不断创新和发展，得到了各国人民的广泛关注和喜爱。全国性的各类声乐比赛的举行，群众性的歌咏活动的开展，这些浓烈的音乐文化氛围极大地激发了人民群众对民族声乐学习的渴望。《中国民族声乐演唱实用教材》的出版，将给学习民族声乐的朋友们提供一个很好的教材。王士魁为中国民族声乐教育事业做了一件很有意义的事。



2004年5月

目 录

第一讲 歌唱通道的理念(1)

参考曲目

阳关三叠(5)

二月里见罢到如今(11)

心上人像达玛花(17)

塔里木(20)

飞出这苦难的牢笼(24)

流过身边的小溪(30)

梅花引(33)

五星红旗(36)

桃花红杏花白(40)

火把节的欢乐(47)

军营飞来一只百灵(52)

第二讲 歌唱色彩的调整(57)

参考曲目

红叶颂(60)

遍插茱萸少一人(64)

北大荒人的歌(67)

母亲河(70)

又唱“浏阳河”.....(74)

水巷弯弯(77)

送给妈妈的茉莉花(80)

纳西篝火啊哩哩(83)

我属于中国(88)

在中国大地上(92)

牛郎织女(98)

第三讲 歌唱的语言与风格	(107)
参考曲目	
三十里铺	(110)
包楞调	(114)
今年梅花开	(117)
绣荷包	(122)
故乡是北京	(126)
山丹丹开花红艳艳	(132)
没有强大的祖国,哪有幸福的家	(140)
你会爱上它	(144)
长鼓敲起来	(148)
看见你们格外亲	(151)
江河水	(158)
第四讲 歌唱能力的培养	(165)
参考曲目	
枫桥夜泊	(168)
小白菜	(171)
眷恋	(176)
鸟儿在风中歌唱	(180)
祝福妈妈	(185)
走进春天	(190)
晨雾中牛铃在响	(194)
七月的草原	(198)
故乡雨	(202)
中华颂	(207)
兰花花	(210)
第五讲 歌唱者的艺术修养	(217)
参考曲目	
啊,我的虎子哥	(220)
飞天	(223)
不幸的人生	(230)
那就是我	(237)
火把节的火把	(242)
海风阵阵愁煞人	(246)

五洲人民齐欢笑	(252)
情歌	(261)
昭君出塞	(266)
我心永爱	(272)
夜空中银河低垂	(282)
第六讲 歌唱者心理素质的培养	(291)
参考曲目	
乌苏里江	(294)
铺平大道通长安	(300)
清粼粼的水来蓝莹莹的天	(309)
山里人	(314)
寻找楼兰	(319)
报答	(326)
木兰从军	(330)
春风圆舞曲	(342)
恨似高山仇似海	(348)
孟姜女	(355)
万里春色满家园	(364)
后 记	王士魁(375)

第一讲 歌唱通道的理念

怎样才能让听众感受到你演唱时那独具个性和自如流畅的声音，这是每个热爱歌唱事业人的不懈追求。用美好的声音来打动倾听者的心灵，是演唱者在音乐世界里所寻觅的理想化的音源。要达到此目的，我们就必须进入发声世界，即建立歌唱通道。要想唱好一首歌曲，首先是要有一条科学的歌唱通道。声乐教学和演唱者水平的关键，是从概念、感觉、音响、记忆、熟练，最后到演唱能力。只有这样，才能充分发挥演唱者的声音潜力，表现出民族声乐的个性和特色。

一、怎样建立歌唱通道

歌唱的通道，是指演唱者本人的歌唱腔体组合，包括头腔、鼻腔、口腔和胸腔。很好的声带闭合即音源，加上气息的对抗，形成混合声的全通道共鸣，经气压周边辐射，再形成全身共鸣（即全身歌唱）。在教学和演唱过程中，我采用“吸气状态”的提法来解决这个问题。也就是告诉学生，“吸气”时的喉咙状态，就是歌唱时的喉咙状态。吸进的气流要形成上有“哼”、下有“叹”、中间“开”的状态，并且建立在统一的垂直线上。

“吸气状态”的提法，可以保持气息的深度和均匀，同时也能解决字的统一问题。在向外出唱的同时又向里吸，这就形成了气息的对抗。吸气状态保持的本身也就打开了腔体，它与横向阻力形成了对抗。正如著名声乐教育家金铁霖教授所言：“叹到哪儿从哪儿吸，吸到哪儿从哪儿唱，保持吸气状态来歌唱。”这里，最关键的就是“保持”二字。只有上下、左右、里外、纵横对抗的有机结合，形成对立统一的一个协调的歌唱整体，才能使声音畅通无阻而均匀，字与声完全统一，各大腔体的共鸣统一就建立在这条柱状的垂直线上。一般说来，在建立此通道时，通常会用“u”母音进行练习。因为“u”母音最容易获得高位置、深呼吸和较好的喉头位置，同时可以获得良好的混合声，把头腔、鼻腔、口腔和胸腔用一条垂直线把它们从上至下串起来，形成歌唱腔体（又称之为“垂直u通道”）。有了这条科学的歌唱通道，歌唱状态的基本框架就算搭起来了。而歌唱框架构成的好坏，直接影响到演唱者的音色、语言和整个声乐作品的完成水准。因此，掌握正确的歌唱通道，才能为民族声乐演唱打下坚实的基础。

呼吸是歌唱的动力，支点是歌唱的支持力。在生活中人人都会呼吸，但歌唱的呼吸与生活中的呼吸不同，它比生活的呼吸变化要多。歌唱是吸气肌肉群与呼气肌肉群合作，将吸进来的气保持住，即在呼吸肌肉工作的同时，吸气肌肉继续工作，使呼与吸相互配合形成对抗，在腰部周围产生压力，上有哼鸣下有叹气地进行歌唱。从呼吸的角度看，歌唱是呼吸的

对抗，不能理解为歌唱只是用嗓子，应该说呼吸的对抗是为了得到声带和共鸣的回应。呼吸的对抗强，则声音的力度强，共鸣大；反之，则弱。最重要的是，呼吸带动腔体的震动，产生带有动听音色的共鸣；要把力量用于呼吸上，而不是把劲儿使在嗓子上；歌唱是唱共鸣，而不是擂嗓子。从声带机能来说，唱低音的压力小，越到高音，用嗓子的规律是从真声逐渐变假声，以假为主，越高越假，这是最省力的唱法；从共鸣上说，声音越高，头腔的感觉越多；从用嗓子来说，是逐渐地过渡。民族声乐演唱中的理想共鸣，一般是建立以真声为主的混合声，但同时也要注意因人而异，适度把握通道中的色彩。

二、如何解决通道中出现的毛病

在歌唱中，不管哪个环节出现问题，都会影响通道的畅通，影响声音的共鸣和循环，同时会造成不平衡，从而影响作品的表现力。通道中存在的问题有：

1. 位置低——指哼鸣的位置低。如软腭抬得不够高，假声获取的成分少，混合声效果会差。而且，哼鸣不好，哼不住，还会造成嘴紧、气浅。总之，哼鸣位置不够，就等于失去头腔。而失去了头腔，就等于失去了歌唱的灵魂。

2. 喉音——即喉部有力量存在。喉音常有提、挤、卡和保护等几种毛病，这些都会影响声音的通畅，形成不好的音色。解决这类毛病一般采用吸、笑、叹、哼、松等手段。在曲目选择上，通常选用开口音较多的，特别是那些与 u 母音能有利结合的曲目来训练，如《阳关三叠》、《燕子》和《黄水谣》等。

3. 提气——指气息没有完全叹下来。歌唱中，气息是最重要的。再好的声音通道，只要一提气，将一事无成。道理很简单，因为一提气，就等于砍掉了部分共鸣腔体，特别是失去了胸腔共鸣，气会越提越高，声音也会越唱越紧，如此恶性循环，就唱不动了。解决此类问题的最好办法，就是在保持高位置的前提下，加强叹气。通常选择一些节奏缓慢、下行多的、字少的曲目来练习。

要想合理地解决通道中存在的具体问题，一般采用“上哼、中开、下叹”的方法：

上哼——指哼鸣，鼻腔打开，哼在假声的位置上，有大、中、小之区分。

中开——指吸气状态，这里吸进的方向有上有下：“上”指软腭抬起，直达哼的位置；“下”指吸到哪儿停到哪儿，保持吸气状态，即喉咙打开。

下叹——即气息叹得越深越好，一般最佳位置在脚后跟（感觉叹到脚后跟）。保持吸气状态，喉咙打开叹着唱，这是歌唱的永恒规律。

练习时通常采用的母音有“u、nu、hu、mu、o、a、e、i”，具体采用哪种母音要因人而异。

练习曲如下：



为配合“u”通道的建立，我在这里引用了《阳关三叠》、《二月里见罢到如今》、《心上人像达玛花》、《塔里木》、《飞出这苦难的牢笼》、《流过身边的小溪》、《梅花引》、《五星红旗》、《桃花红杏花白》、《火把节的欢乐》、《军营飞来一只百灵》这十一首歌曲作为参考曲目。之所以引用这些曲目是因为：首先，这些曲目节奏平稳、简单，旋律沉稳、内在，没有大的起伏、跳进，有利于“u”通道的稳定，同时容易获得声音垂直线、真假声混合、高位置以及深呼吸；其次，在语言方面，这些歌曲中大部分字为开口音，与平时练声的“u”通道较易结合，同时又可以获得高位置，给“u”通道的畅通提供了有利的条件；再次，在风格表现方面，虽然这些曲目的音乐性较强，但是并不要求太多的个性化表演。对于刚刚接触“u”通道训练的学生来说，对声音技巧的把握还不够熟练，因此在演唱中个性的表现不宜太多。

参考曲目

阳 关 三 叠

〔唐〕王 维等词

夏一峰传谱

王震亚编配

Andante 充满表情地

mf

渭城朝雨浥轻尘，客舍青青

柳色新。劝君更尽一杯酒，西出阳关无故人。

mf

遥行，遥行，长途越度关津。

mp

mp cresc.

历 苦 辛, 历 苦 辛, 历 历

mp cresc.

dim. p mf

苦 辛 宜 自 珍。 渭 城 朝 雨

dim. p mf

泥 轻 尘, 客 舍 青 青 柳 色 新。

First system of the musical score. The vocal line is in G major (one flat) and 4/4 time. The lyrics are: 劝君更尽一杯酒，西出阳关。 The piano accompaniment features a steady eighth-note bass line in the left hand and a more melodic line in the right hand.

Second system of the musical score. The vocal line continues with the lyrics: 无故人。依依顾恋不忍离，泪滴沾巾。 The piano accompaniment includes a section with a 3/4 time signature change, marked with a piano (*p*) dynamic.

Third system of the musical score. The vocal line concludes with the lyrics: 感怀，感怀，思君十二时辰。 The piano accompaniment features a section with a 2/4 time signature change, marked with a mezzo-forte (*mf*) dynamic, and ends with a mezzo-piano (*mp*) section.

mf 谁 相 因, 谁 相 因, 谁 可 相 因 日 驰 *dim.*

神。 渭 城 朝 雨 浥 轻 尘, 客 舍 青 青

柳 色 新。 劝 君 更 尽 一 杯 酒, 西 出 阳 关

无 故 人。 旨 酒， 旨 酒， 未 饮 心 已 先

rubato

mf

Moderato

醉。 载 驰 驱， 载 驰 驱， 何 日 言 旋 轩 辚， 能 酌 几 多

f

mp *f* *ff* *rit.* *dim.*

巡？ 千 巡 有 尽， 寸 衷 难 泯 无 穷 的 伤

f *ff* *rit.* *dim.*

p *Andante* *mf* *cresc.*

感！ 尺 素

p *mf* *mf* *cresc.*