

老年大学声乐教育研究

唐冰莉 著



延边大学出版社

老年大学声乐教育研究

唐冰莉 著

贵州师范学院内部使用

图书在版编目(CIP)数据

老年大学声乐教育研究 / 唐冰莉著. — 延吉 : 延边大学出版社, 2018. 7

ISBN 978-7-5688-5152-7

I. ①老… II. ①唐… III. ①声乐艺术-音乐教育-教学研究-老年大学 IV. ①J616

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 161116 号

老年大学声乐教育研究

著 者 唐冰莉 著

责任编辑 于衍来

装帧设计 中图时代

出版发行 延边大学出版社

地 址 吉林省延吉市公园路 977 号, 133002

网 址 <http://www.ydcbs.com>

电子邮箱 ydcbs@ydcbs.com

电 话 0433-2732435 0433-2732434(传真)

印 刷 廊坊市海涛印刷有限公司

开 本 710 mm×1000 mm 1/16

印 张 11

字 数 210 千字

版 次 2018 年 7 月第 1 版

印 次 2018 年 11 月第 1 次

书 号 ISBN 978-7-5688-5152-7

定 价 45.00 元

目 录

第一章 声乐知识	1
第一节 歌唱的姿势	1
第二节 歌唱的呼吸	2
第三节 歌唱的共鸣	4
第四节 歌唱的发声	6
第五节 歌唱的语言	10
第六节 歌唱的情感表现	13
第七节 声部分类	18
第八节 美声唱法	20
第九节 民族唱法	21
第十节 流行唱法	22
第十一节 歌 剧	23
第十二节 合 唱	25
第二章 声乐曲目	29
第一节 初 级	29
第二节 中 级	82
第三节 高 级	145

第一章 声乐知识

第一节 歌唱的姿势

歌唱是一门表演艺术,演唱者只有掌握正确的歌唱姿势,才能使呼吸、发声、共鸣等器官互相配合、协调动作,从而获得正确的歌唱发声。正确的歌唱姿势是演唱者建立良好的歌唱技巧,塑造形体美和优雅歌唱气质的基础。

一般来说,演唱的姿势分为站姿和坐姿两种。如果是站着演唱,双脚要分开,平行或前后分开左右脚都可以。如果是前后分开站立,重心可放在前、后任一脚掌上,以感觉舒服为宜。腿要伸直,膝盖不要弯曲,臀部微微翘起,腰椎要支撑住,会有些压力感,脊椎上下两头会有拉长延伸的感觉。小腹及腰部两侧微缩,形成支架,既不松软,又要挺住。胸部要挺起,肩膀向外扩展,双手垂直放于身体两侧,身体挺拔,很有精神。头部要摆正,下巴微收,两眼平视前方,嘴角微微上扬,面带微笑。如果是坐着演唱,要坐在椅子的前二分之一或三分之一处,上半身与站立歌唱时的要求一样,身体不要靠在椅背上,双手放在大腿上,上身挺直,双脚平行分开,与肩同宽。

这里要特别注意的是:无论站着演唱还是坐着演唱,都不要用脚打拍子,也不要点着头唱歌,整个人要处于自然、兴奋的歌唱状态当中。

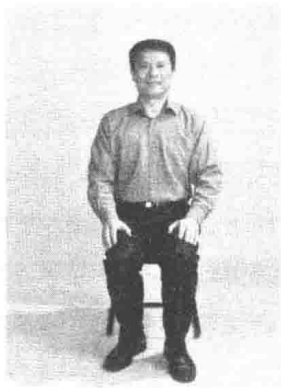


图 1-1 演唱时正确的站姿 图 1-2 演唱时正确的坐姿(正面) 图 1-3 演唱时正确的坐姿(侧面)

第二节 歌唱的呼吸

歌唱的呼吸是歌唱的动力和基础,也是音准、语言、共鸣的基础。歌唱的呼吸不同于我们正常生活中的呼吸:生活中的呼吸是下意识的,空气的吸入量少而浅,呼气与吸气相对均匀而平稳;歌唱时的呼吸靠主观意识控制,吸气快而深,呼气慢而稳。

要想了解歌唱呼吸的过程,首先让我们了解一下歌唱的呼吸器官的组成。

歌唱的呼吸器官包括口、鼻、咽、喉、气管、支气管、肺、胸腔、横膈膜、腹肌等,呼吸的过程是依靠全部呼吸器官的联合运动来进行的。吸气时,气息从口腔和鼻腔吸入,经过咽、喉、气管、支气管,分布到左、右肺叶中的肺气泡中;呼气时,经过相反的过程,最后从口腔、鼻腔呼出。歌唱时声带受呼出的气流而振动发出声音,然后再通过人体的共鸣腔体产生共振现象而扩大声音。气息的流动决定着音乐的高低、长短、强弱及抑扬顿挫的变化,并由歌唱者有意识地支配呼吸肌来控制完成。所以说,呼吸是歌唱的动力和基础。

歌唱的呼吸是通过鼻腔和口腔同时进行的,用鼻子吸气的同时,口腔内部要稍稍打开,硬软腭提起,面部舒展,并做抬高两颊、提眉配合,这样就会吸得满而深。思想上不要想是在呼吸,而是打开口腔内部,两肋及腹部向外扩张,气息就会自然吸入。如果意识中想到是在呼吸,其结果往往吸气浅而不易下沉。

所谓呼气时的控制,是指在歌唱时必须保持吸气的感觉和状态。腰部与横膈膜周围肌肉群相互对抗产生的力量,是歌唱呼吸的动力。横膈膜周围肌肉群上、下的控制力,起到保持气息力量和控制气息流量的作用。歌唱时,用这种运动来支持声音。当对这种支持声音的呼吸掌握灵活时,呼吸便成为歌唱时声音的支持。歌唱时,发声器官会自觉地通过感情的要求与呼吸配合起来表现作品,这样,便产生了富有感情的纯净而明亮的歌声。

在高音区演唱的时候,气息的支持点应尽量低,也就是感觉上“向下走”,两肋扩展,稳住气息,使得呼气压力增大,感觉声音和气息的支持点呈反方向拉长,并保持这种状态。如果气息随着音高而上浮,那么就推动了支持的力量,喉部的发声器官就会加重负担,出现挤压和喊叫的现象。

要注意的是,吸气不可太深,否则会影响发声的灵活。吸气过多会使有关呼吸器官变得僵硬,同时也影响音高的准确。另外,在换气时,不可将两肋完全松弛后再吸气,而应在前一乐句完结时、两肋尚未完全收缩的状态下再进行扩张,因此,始

终保持吸气的感觉是歌唱者始终不可忘记的守则。

关于歌唱呼吸的方法,一般认为有三种,即胸式呼吸法、腹式呼吸法、胸腹式联合呼吸法。因前两种呼吸方法在运用时有一定的局限性,如呼吸量小、控制能力差以及缺乏灵活性等,所以一般不采用。用得最多、最科学的是胸腹式联合呼吸法,它是以胸肌、腹肌、两肋、后腰和横膈膜相互配合来控制气息的。吸气时,横膈膜下降,肋骨张开,胸腔全面舒展,吸气量增大,容量也随之放大;而呼气时胸腹部控制气息的能力也很强,能够为歌唱发声提供动力,所以成为歌唱时最有力的呼吸方法。

胸腹式联合呼吸法有两种方式,即“缓吸缓呼”和“急吸缓呼”。

缓吸缓呼:吸气时胸部自然挺起,两肋肌肉向外扩张,口、鼻吸气,如同闻花香时的感觉一样,自然放松、平稳柔和、均匀连贯地把气息吸入到胸腹部。吸气要深,但不宜过满,也不要太用力,只要胸部和上腹部能够自然挺住,达到舒服的饱和状态就可以了。接下去的呼气过程是气息控制的开始,胸腹部不要一下子塌陷下去,尽量保持横膈膜周围扩张的状态,从中体会肌肉群的控制作用,让气息平稳、均匀、连续不断地呼出。在练习时,这种呼吸方式可以多加采用,特别是对于初学声乐的爱好者,这种方式可以帮助你体会呼吸与发声的良好协作关系。如呼气时发“Si”的音,音尽量拖得长些,可以检验呼出的气息是否平稳、流畅。

急吸缓呼:急吸缓呼是在很短的时间里,通过口、鼻迅速把气息吸入到胸腔和腹腔内,同时将气息保持住,接着根据歌唱的需要,按照缓呼的要求和要领徐徐地呼出气息。这种方法在歌唱中经常用到。

我们在实际练习和演唱中,要始终保持精神集中、积极、向上、兴奋的“吸气状态”。要养成在不知不觉中进行换气的习惯,吸进的气息要适当、适度。

一首歌曲通常由长乐句和短乐句构成。长乐句的练习是为了训练和加强气息控制,确保气息均匀送出,以获得平衡、饱满的声音。短乐句的练习目的是训练气息的灵活性,横膈膜与腹部的对抗既能快速形成,也能迅速消失。总而言之,长乐句在“保持”上,短乐句在“灵活”上。长乐句和短乐句是训练气息控制能力的两个方面,应结合起来训练,不可忽略其中任何一个方面,因为这是歌唱发声最基本的技能要求。

歌唱中,音量强弱的变化与气息控制也有密切的关系。一般来说,唱强音时,气息量大,力度强;唱弱音时,气息量小,力度相对弱一些。如遇渐强渐弱的变化,唱渐强的方法是在发声过程中逐渐增强气息量的输送和逐渐加强气息的控制力度,唱渐弱的方法与唱渐强的方法相反。强和弱是相对的,没有弱就没有强,不能

盲目地追求声音的“响”“强”。强弱是歌唱艺术的艺术表现需要,是歌唱训练的一项基本功。

不同的歌唱对气息也有不同的要求。快速时,气息的吸入和呼出动作都需要十分敏锐,既要保持呼气肌群与吸气肌群快速形成对抗,又要在瞬间获得放松以使空气被吸入,气息的控制要在积极、灵活、有弹性的状态下完成;慢速时,气息控制要求平衡,气息呼出量要均匀、舒缓,吸入空气要充分、量足。



图 1-4 吸气时肩部放平(正确)



图 1-5 吸气时提肩(错误)

第三节 歌唱的共鸣

人体内的共鸣腔体是声音的放大器,它可以使声带发出的微小声音得到美化、丰富。人体的口咽腔、鼻腔、胸腔、头腔以及头腔里的各个窦腔,都起着共鸣作用。

正确的发音是建立在最大限度地运用共鸣基础之上的,绝不只凭喉头的力量,也不是用气息压迫它,而必须是有弹性地、柔和地运送气息,引导出具有共鸣的美好声音。

人的声带是极其短小的振动体,只有 13~17 毫米长,所发出的声音的音量是极其微小的。人体的胸腔、口咽腔、头腔、鼻腔等腔体能把微小的声音扩大,并通过这些共鸣腔体来调节声音的大小、明暗、前后位置、音色变化和刚柔对比,调整其高度。

共鸣腔体不但可以控制和调节,并且还可以根据音高进行不同比例的结合。在调节共鸣过程中,除了器官的控制和调节外,还可利用舌根、软腭和舌头的动作来进行调节。舌根过分后退会产生喉音,过分向前又会失去共鸣,使声音直白。软

腭过低,舌头挺起,又将造成严重的鼻音。

在演唱时,低音应偏重于下部共鸣,高音应偏重于上部共鸣(软腭以上为上部共鸣,软腭以下为下部共鸣),但低音不能疏忽上部共鸣,而高音也不能疏忽下部共鸣,上、下部共鸣的比例是否适当,是依照所产生的音质是否优美为标准的。

讲到这里,必须要提到“头腔共鸣”“口腔共鸣”和“胸腔共鸣”这三个共鸣区。共鸣的方法运用得是否正确、得体,主要体现在能否灵活自如地运用这三种共鸣腔体,并且使它们之间的衔接自如而且比例适中,这样高低音过渡才不会出现换声现象,而且一首歌曲演唱下来,声音的位置和风格也是统一的。可以说,学好共鸣的方法,其实就是学会灵活掌握和运用这三种共鸣腔体的方法。

1. 头腔共鸣

头腔共鸣主要作用于鼻腔、鼻咽腔以及头腔里的各个窦腔,它是各声部高音区的共鸣主体,对于扩展高音区 and 美化音色具有至关重要的作用。头腔共鸣能使声音变得集中明亮,很有金属色彩。要想获得头腔共鸣,可以先通过鼻孔出气的方式找到鼻腔通畅的感觉,这种感觉与打哈欠或打喷嚏前的预备动作相似,然后练习高位置的哼鸣,使鼻道与鼻咽腔感到振动,使声音集中在鼻道上面,并感受整体共鸣。头腔共鸣的效果清脆、明亮、丰满,富有光彩和金属声,唱高音区的音时用得较多。

2. 口腔共鸣

声带所产生的声波随着气息的流动推送离开咽喉向口腔运动,并在口腔的前上方即硬腭前部形成反射而引起振动,这就是“口腔共鸣”。口腔和咽部相连,所以口腔还包含口咽腔、后咽腔、鼻咽腔、喉腔,统称为口咽腔。口腔是声音的出口,而咽部是否能打开以及舌面是否放松则决定着口腔空间的大小,更决定着声音质量的优劣。后咽腔打开扩大了空间,声音就很容易进入其他腔体,反之,则缩小了该腔体的空间,声音会出现扁而不立的状态,更无法和其他共鸣腔体相通。口腔共鸣效果明亮、靠前,很容易和头腔共鸣联系起来,同时,可以减少咽喉和声带的负担,对声带起到保护的作用,唱中音区的音时用得较多。

3. 胸腔共鸣

胸腔共鸣主要作用于声带以下胸、肋的内部,如气管、支气管、整个肺部和胸廓。歌唱时,喉头下降,并适当打开喉咙,从而扩大咽喉共鸣腔体的空间,以形成胸腔共鸣。为使泛音增多,喉肌、颈肌应适当放松,气息的控制力度也相应减弱,吸气不宜过满,有助于气息的调节,丰富共鸣的效果。胸腔共鸣的音色丰满、浑厚,是各个声部低音区的共鸣主体。

共鸣方法的重点之处在于三个共鸣腔体的联合运用。如:低音区以胸腔共鸣为主,口腔共鸣次之,头腔共鸣则最少;中音区以口腔共鸣为主,其他共鸣腔体起辅助作用;高音区以头腔共鸣为主,口腔共鸣次之,胸腔共鸣最少。任何一个共鸣区都不能单独使用,经过三个联合共鸣腔体发出的声音听起来是立体、统一的,而且音区的过渡也会顺利、自然。

刚开始的共鸣练习,可以结合前面讲到的有关呼吸和发声的要求,用声母“m”哼鸣练习。因为哼“m”时舌的位置很平,随着音的高低变化舌头也会根据自然的需要以不同的位置去适应,而这些不同的位置也正是在不同音高上产生合理共鸣所需要的位置。

开始练习时音量不宜过大,舌头放平,舌尖抵住下齿龈,牙齿微微张开,唇轻轻合拢而放松。这时一方面声音直向鼻腔,一方面口腔与咽腔开始进行调节,以求得最大共鸣效果。要自觉地体会和调节,找出最有利于共鸣的位置。

建议进行开口哼鸣练习,这样一方面利用舌根的降低和咽腔两侧的放宽来调节共鸣的效果,一方面不让声音完全由口中出来,自然保留一部分在鼻腔之中,以形成“半哼半唱”的状态。练习哼“m”时,面部、颈部、喉部的肌肉要尽量放松,不能有任何紧张,下巴也要注意松弛。哼“m”时,切忌发出“n”的音响;也不能只利用口腔和咽腔来产生“m”,而要很好地结合头腔共鸣。

共鸣练习可依照发声练习的音高来进行,在开始阶段采用的音高最好稍低一些,以便共鸣体更容易放松一些,随着发展,可逐步提高音域。在练习共鸣时,不要忽略对姿势、呼吸、发声的所有要求,而是在以往所有要求的基础上再加上对共鸣的要求。不要只注意共鸣而忽略了以往任何一种进行过的训练要求,要把各项要求结合在同一练习之中。

第四节 歌唱的发声

我们在歌唱时发出的声音与共鸣是同时存在的。气息通过声带时,声带闭合产生阻气的压力,在声门处振动,再通过各个共鸣腔体的扩大,形成歌唱所需要的声音。歌唱时的发声不能像日常生活中的常态发声,而要依靠一切参加发声的有关器官的正确而灵活的动作配合,产生出有一定音质、音高和音量的符合歌唱要求的声音。

发声时,首先需要注意歌唱时的表情和身体姿态,这与歌唱质量有着紧密的联系。因为作为歌唱乐器的人体本身,其形态变化首先会影响所发出的声音的质量。

如歌唱时表情紧张、脖子僵硬、双肩耸起、下巴前伸、含胸或后仰、膝盖弯曲等,这些都是常见的不正确的歌唱姿势,这些姿势不仅无法获得好的歌唱,还会影响歌唱的发声。从发声训练开始,要求运用之前所讲到的姿势、呼吸、共鸣等所有知识点,并声情并茂地演唱。

发声时,两眼平视,面部表情要亲切自然,要根据旋律的走向、强弱融入感情,不要因为简单的发声曲而唱得直白。紧张或面无表情会使嘴唇周围的肌肉僵硬,使口腔无法自然、松弛地开合,发声会缺乏弹性,音色就会直白、难听。身体可以根据旋律的走向而动起来,不仅可以帮助身体带动歌唱,还可以避免身体因为紧张、僵硬给发声带来不良影响。

开始发声时,先将气息吸入到歌唱时所需的正常呼吸程度,喉位下降,口腔内部打开,横膈膜向外扩张并向下挤压,以适当的气息冲击声带发出声音。刚开始时可先进行开口音练习,如“a、ao”等,时间可由短到长进行。

唱开口音时,口型要保持竖起开口,软腭抬起,气息集中。如唱“a”时,用“ao”的感觉去唱,注意保持声音往头腔部位走的趋势,这样声音听起来是圆润的;唱闭口音时,口腔内部要保持打开的状态,软腭充分抬起,气息集中,用唱开口音的感觉唱闭口音。如唱“yi”时,用“yu”的感觉唱,咬字尽量靠近大牙,这样当演唱歌曲时,开口音和闭口音之间的转换会很容易,而且声音位置不会变,字音听起来也圆润,音色也很统一。

对于刚刚接触声乐学习的人来说,中音区的练习是非常重要的。因为中音区是歌唱时高、低音区的中枢,是人声在演唱中最富表现力的基本声区。由于它是人声在语言发声时的自然音域,故在训练的时候比较易于掌握,不仅易于实现对呼吸和共鸣的基本要求,也便于声音向高、低音区的过渡和发展。因此,中音区的声音训练也可以说是整个发声训练的基础。

1. 发声练习

发声练习也称为练声,是使人体自然的嗓音经过训练以符合歌唱艺术要求的基本功。通过发声的基本功训练,学习歌唱的方法,培养歌唱的能力,提高嗓音的质量,掌握歌唱所需的各种技能与技巧,为圆满地进行歌唱提供条件。

2. 发声练习曲

$$\textcircled{1} \begin{array}{ccccccc} 1 & 2 & 3 & 2 & 1 & & \parallel \\ \text{a} & & & & & & \\ \text{i} & & & & & & \end{array}$$

$$\textcircled{2} \begin{array}{ccccccccccc} \overbrace{1\ 2\ 3\ 4\ 5\ 4\ 3\ 2} & 1 & - & & \parallel \\ \text{i} & & \text{a} & & & & & & & & \end{array}$$

$$\textcircled{3} \begin{array}{ccccccc} 5\ 4 & 3\ 2 & 1 & & \parallel \\ \text{a} & & & & \\ \text{i} & & & & \end{array}$$

$$\textcircled{4} \begin{array}{ccccccc} 1\ 3 & 5\ 6 & 5\ 3 & 1 & & \parallel \\ \text{a} & & & & & \\ \text{i} & & & & & \end{array}$$

$$\textcircled{5} \begin{array}{ccccccccccc} 5\ 3 & 4\ 2 & 3\ 1 & 2\ 7 & 1 & - & \parallel \\ \text{i} & \text{a} & \text{i} & \text{a} & \text{i} & & \end{array}$$

$$\textcircled{6} \begin{array}{ccccccccccc} 1\ 2 & 3\ 4 & 5 & - & 5\ 4 & 3\ 2 & 1 & - & \parallel \\ \text{i} & & \text{a} & & \text{i} & & \text{a} & & \end{array}$$

$$\textcircled{7} \begin{array}{ccccccccccccccc} 1\ 2 & 3\ 4 & 5 & 5\ 4 & 3\ 2 & 1 & 1\ 2 & 3\ 4 & 5\ 4 & 3\ 2 & 1 & - & \parallel \\ \text{i} & & \text{a} & \text{i} & & \text{a} & \text{i} & & \text{a} & & \text{i} & & \end{array}$$

$$\textcircled{8} \begin{array}{ccccccccccc} 1 & 3 & 5 & \hat{1} & - & 7\ 6 & 5\ 4 & 3\ 2 & 1 & - & \parallel \\ \text{i} & & & \text{a} & & & & & & & \end{array}$$

$$\textcircled{9} \begin{array}{ccccccccccc} 1 & \hat{1} & \underline{7\ 1\ 2\ 1} & \underline{7\ 6\ 5\ 4} & \underline{3\ 2\ 1} & 1 & & \parallel \\ \text{a} & \text{i} & & & & & & \end{array}$$

$$\textcircled{10} \begin{array}{ccccccccccc} \underline{3\ 2} & 1 & \hat{1} & \underline{7\ 6} & \underline{5\ 4} & \underline{3\ 2} & 1 & - & \parallel \\ \text{a} & & \text{i} & & & & & & \end{array}$$

当“i”和“a”这两个音练习稳定之后,可练习其他元音,如:“u”“o”“e”,或在元音前加音,如“me”“ma”“mi”等。

3. 跳音练习

$$\textcircled{1} \quad \begin{array}{ccccc} \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla \\ \underline{1\ 3} & \underline{5\ 3} & \underline{1\ 3} & \underline{5\ 3} & \underline{1\ 0} \\ \text{mi} & & \text{ma} & & \end{array} \parallel$$

$$\textcircled{2} \quad \begin{array}{ccccc} \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla \\ \underline{5\ 6} & \underline{5\ 6} & \underline{5\ 4} & \underline{3\ 2} & \underline{1\ 0} \\ \text{ma} & & \text{mi} & & \end{array} \parallel$$

$$\textcircled{3} \quad \begin{array}{ccccc} \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla \\ \underline{1\ 2} & \underline{1\ 3} & \underline{1\ 4} & \underline{1\ 5} & \underline{5\ 0} \\ \text{mi} & \text{ma} & \text{mi} & \text{ma} & \end{array} \parallel$$

$$\textcircled{4} \quad \begin{array}{ccccc} \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla \\ \underline{5\ 3} & \underline{4\ 2} & \underline{3\ 1} & \underline{2\ 7} & \underline{1\ 0} \\ \text{ma} & \text{me} & \text{mi} & \text{mo} & \text{mu} \end{array} \parallel$$

$$\textcircled{5} \quad \begin{array}{ccccc} \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla \\ \underline{5\ 6} & \underline{5\ 6} & \underline{5\ 4} & \underline{3\ 2} & \underline{1\ 0} \\ \text{ma} & \text{me} & \text{ma} & \text{me} & \text{ma} \end{array} \parallel$$

$$\textcircled{6} \quad \begin{array}{ccccccc} \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla \\ \underline{1\ 2} & \underline{3\ 0} & \underline{3\ 4} & \underline{5\ 0} & \underline{5\ 6} & \underline{5\ 4} & \underline{3\ 2} & \underline{1\ 0} \\ \text{ma} & \text{me} & \text{ma} & \text{me} & \text{ma} & \text{me} & \text{ma} & \text{me} \end{array} \parallel$$

$$\textcircled{7} \quad \begin{array}{ccccccc} \nabla & \nabla & \nabla & \nabla & \nabla & \nabla & \nabla \\ \underline{1\ 0} & \underline{3\ 0} & \underline{5\ 0} & \underline{1\ 0} & \underline{5\ 0} & \underline{3\ 0} & \underline{1\ 0} \\ \text{mi} & & & & & & \\ \text{ma} & & & & & & \end{array} \parallel$$

$$\textcircled{8} \quad \begin{array}{ccccc} \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla & \nabla \nabla \\ \underline{1\ 3} & \underline{5\ i} & \underline{3\ i} & \underline{5\ 3} & \underline{1\ 0} \\ \text{mi} & & & & \\ \text{ma} & & & & \end{array} \parallel$$

要求:对于练声音域,开始时可掌握在小字一组的 d^1 至小字二组的 $^b e^2$ 之间,音量要顺其自然。随着程度的提高,可把练声音域扩展到小字组的 a 至小字二组的 a^2 之间,要求音量能强能弱。

第五节 歌唱的语言

歌唱是语言与音乐相结合的艺术,是以其生动的语言、优美的旋律表达人的思想感情与内心感受的艺术。歌唱的语言既能表达丰富多彩的感情世界,又能使歌曲更具感染力。

歌唱语言的咬字、吐字是重要的歌唱技能之一,它直接影响歌曲的情感、内容、风格的表达,因此,需要经过严格的训练。要掌握正确的咬字、吐字的方法,就应当了解歌唱语言知识及咬字、吐字规律。在歌唱中要努力做到咬字清楚、吐字规范、行腔正确、归韵到位,要自然、准确,从而获得松弛、饱满、富有表现力的声音,最终达到字正腔圆、传情达意、声情并茂,从而完美地表达歌曲的情感与风格。

汉语是中华民族的主要语言,其语言的音韵结构独具特点,主要有单音节、多音素、拼切成字和语调的丰富变化,比其他任何语言都丰富多样。作为学习歌唱的初学者,必须了解和掌握汉语语言的基本知识和咬字、吐字、收声、归韵等技巧和方法。

单音节是语言结构的基本单位,任何一个音节都可以由一个或几个音素组成。在汉语里,一个汉字一般就是一个音节,它由一至四个音素构成。如:“啊”字只有一个音素(a),“发”字有两个音素(fa),“翻”字有三个音素(fan),“端”字有四个音素(duan)。

汉字的音节大多是由声母(字头)、韵母(字腹、字尾)组成的。歌唱的咬字通常指字头部分声母的发音,即唱好声母的方法(五音)。

1. 字头

汉字的字头共有 21 个声母,这些声母的发音分别用唇、齿、舌、牙、喉五个部位。

唇音(唇阻音和唇齿音):上唇和下唇合拢阻碍气流形成的发音。如 b、p、m、f、爸爸、批判、买卖、非凡等。

齿音(齿阻音和翘舌音):上齿和下齿阻碍气流形成的发音。如 z、c、s、zh、ch、sh、r、藏族、苍翠、种族、思索、真正、惹人、长城、山火、惆怅等。

舌音(舌阻音或舌尖音):分舌尖前音、舌尖中音、舌尖后音。如 d、t、n、l、得到、梯田、男女、留恋等。

牙音(舌面音):舌面前部和硬腭前部阻碍气流形成的发音。如 j、q、x、季节、奇迹、小溪等。

喉音(舌根音):舌根和软腭阻碍气流形成的发音。如 g、k、h、国歌、开阔、黄河等。

2. 字腹

汉语字腹中共有 10 个单韵母,单韵母即单元音 a、o、e、i、u、ü、è、er、-i(前)、-i(后)等。其中运用较多的是前六个韵母。在美声唱法中,常用的意大利语的五个母音 a、e、i、o、u 与我们汉语中的 a、e、i、o、u 基本相同。

由两个以上母音构成的韵母称为复韵母。根据舌位的高低变化、口腔的开闭程度以及响亮程度,复韵母又分为以下五种:

前响复韵母:ei、ao、ou、带来、配备、曹操、斗殴等。

中响复韵母:iao、iou、uai、uei、吊角、刘秀、怀端、魁伟等。

后响复韵母:ia、ie、ua、uo、ue、加压、姐姐、画瓜、蹉跎、雀跃等。

前鼻韵母:an、ian、uan、en、uen、in、ün、闪电、圆满、畅想、感恩、滚动、林阴等。

后鼻韵母:ang、iang、uang、eng、ueng、ing、ong、iong、厂长、徜徉、装潢、行程、雍容、汹涌、晶莹等。

韵母的发音在歌唱当中即为吐字。根据这些韵母发音的着力位置可分为四类,即开口呼、齐齿呼、撮口呼、合口呼。

开口呼:以“a、o、e”开头的韵母以及复韵母 ai、er、ao、ou、cin、en、ang、eng、ong 等。

齐齿呼:韵母“i”或以“i”开头的韵母以及复韵母 ia、iao、iou、ian、in、iang 等。

合口呼:韵母“u”或以“u”开头的韵母以及复韵母 ua、uo、uai、uei、uan、uen、uang、ueng 等。

撮口呼:韵母“ü”以及以“ü”开头的复韵母 üe 等。

3. 收音

歌唱的收音指音节中韵尾的收音。我国传统唱法根据汉语语言不同的收音特点或规律,把字的收音归纳为十三辙。

发花辙:收 a、ia、ua 韵,如歌曲《爱我中华》。

遥条辙:收 ao、iao 韵,如歌曲《祖国你好》。

人辰辙:收 en、in、un、ün 韵,如歌曲《故乡的云》《祖国,慈祥的母亲》。

由求辙:收 ou、iou 韵,如歌曲《江河万古流》。

乜斜辙:收 e、ie、ue 韵,如歌曲《我爱你,塞北的雪》。

姑苏辙:收 u 韵,如歌曲《月光下的凤尾竹》。

江阳辙:收 ang、iang、uang 韵,如歌曲《我们的祖国歌甜花香》。

怀来辙:收 ai、uai 韵,如歌曲《桂花开放幸福来》。

一七辙:收 i、ü 韵,如歌曲《多情的土地》。

中东辙:收 eng、ing、ueng、ong、iong 韵,如歌曲《三峡情》《我等你到天明》《祖国!永远在我心中》。

言前辙:收 an、ian、uan、üan 韵,如歌曲《山丹丹花开红艳艳》《思恋》《山路十八弯》。

灰堆辙:收 ei、uei 韵,如歌曲《为了谁》《草原夜色美》。

梭波辙:收 o、uo、e 韵,如歌曲《妈妈教我一支歌》《我爱你,中国》。

4. 语调与四声

汉语音节的三大要素,即“声、韵、调”。按照普通话的标准,有四种声调,即阴平、阳平、上声、去声。在歌唱过程中掌握汉语音调的四声规律,对演唱中的行腔、咬字和语气表达起着很重要的作用。

阴平:不升不降,用符号“—”表示。

阳平:从低升到高,用符号“ˊ”表示。

上声:从半低降到最低,再升到半高,用符号“ˇ”表示。

去声:从高降到低,用符号“ˋ”表示。

5. 字与声及唱法的关系

在日常生活中,人们经常把吐字和咬字混为一谈,认为它们是同一个概念,是没有差异的,其实则不然。咬字主要针对字头的发音而言,而吐字主要指字头的声母形成发音部位的准备并开始瞬间向字腹过渡的过程,因而在歌唱中它们是两个不同的过程。在吐字的过程中,声母几乎是不发音的,而起主要作用的是韵母(字腹),因为它是歌唱中声音最响亮、音值最长的一部分,它不仅决定着字音的清晰准确,更与歌唱的共鸣、声音的位置统一以及音色、语气的变化紧密相连,所以,发好韵母就显得尤为重要了。

一般来说,歌唱的吐字由口腔前半部完成,而发声则在后半部来实现,所以标准的口型和发音动作是非常关键的。

从演唱风格上说,中国民族唱法是一种注重咬字、强调以字带声、以字传情的唱法。其中咬字是行腔的骨干和手法,所谓“字领腔行、腔随字走”,“字正腔圆”的理念是歌唱语言的最终要求。

“字正”是腔圆的前提,“腔圆”是“字正”的延续与连接。但“字正”不能代替“腔圆”,字正了,腔不一定就圆。歌唱的字要正,声母要唱得标准,韵母发音也要到位。但过分强调字的准确,把字咬死了,会造成声音离不开口腔、声音白、高音没

有共鸣的结合而上不去的问题,不可能做到“腔圆”。反之,腔圆也不能代替“字正”。腔圆了,字不一定就正,常见情况是只顾声音的打开及共鸣,而忽略了字的清楚,出现了“音包字”,听不清楚歌词,也就失去了歌唱的意义。歌唱的语言不同于生活语言,咬字一定要以共鸣的配合为前提,共鸣用好了,能把声音引导到正确的音响状态上。“字正”有了“腔圆”的依托,才能达到“字正腔圆”的统一。

美声唱法的形成以意大利语为语言基础。意大利语的音素及其发音较汉语简洁得多,特别是音节的组成没有汉语那样复杂的归韵,每个音节的字腹只是a、e、i、o、u五个元音及其二重元音、三重元音的组合。元音单纯、音节响亮利于歌唱共鸣的形成与释放。美声唱法虽然也讲吐字清楚,即“字正”,但这个“字正”的概念较中国民族唱法的“字正”在程度与方法上有较大的差异。它的审美原则是把声音的共鸣及艺术规格放在第一位,讲究旋律线条的连贯、优美、一气呵成,不为歌词的语言韵律及节奏所限制,讲究以声传情,咬字要服从发声和行腔。

从两种唱法的咬字方法及追求的声音共鸣特点看,可以说,中国民族唱法由于中国汉字的发音规律及特点,形成了横咬字、宽咬字、靠前咬字、中咬字的特点,应用口腔前部的动作比较多;其共鸣特征是高泛音多,声音亮度大,相对位置靠前。而美声唱法由于意大利语的发音规律及特点,形成了竖咬字、窄咬字、靠后咬字的特点,口腔前部动作幅度及力度均要小而多,咬字竖而圆;所追求的声音共鸣效果既要高泛音,又要适度比例的低泛音,声音圆润,有厚度,相对位置靠后。

综上所述,美声唱法与民族唱法在语言上的区别在于,前者是“先立腔后立字”,后者是“先立字后立腔”。

无论哪种唱法,咬字、吐字的方法和技巧都是为歌曲的演唱服务的。准确的、恰到好处的咬字、吐字能增强歌曲演唱的表现力,并将这一技能与歌唱中的气息运用、共鸣的调节、声音的统一等各方面完整地结合在一起,形成协调的歌唱整体,使歌唱完整统一,以塑造完美的音乐形象。

第六节 歌唱的情感表现

歌唱的最终目的是表达情感。歌唱是演唱者内在情感和情绪的外部表现,是演唱者通过歌唱,把词曲作家的创作变成活的、流动的、有情感的语言和旋律。这不仅表现在听觉上,更表现在视觉上。演唱者表现喜、怒、哀、乐等情感的真实程度直接感染观众,在充分表达作品的思想感悟中打动着观众的心,唤起观众与演唱者共同的心灵体会。这种体会可以使观众在音乐审美的心灵震荡和洗礼中培养高尚