

扉页

题目：邹文琴声乐教学艺术探究

Research on Zou Wenqin's Teaching Art of Vocal Music

作者：刘丹丹

Author: LiuDanDan

学科专业：音乐学

Subject: musicology

级别：2011 级

Grade: 2011

学位类别：全日制硕士

Degree Type : Full time master degree

学位授予单位：浙江师范大学

Degree Award Unit: Zhejiang Normal University

指导教师：张建国

Supervisor: ZhangJiangGuo

论文提交时间：2014 年 5 月 16 日

Time of Submitting the paper March : May 16, 2014

邹文琴声乐教学艺术探究

摘 要

邹文琴是我国著名声乐教育家,于1942年出生在山东青岛的一个工商家庭,现为中国音乐学院声歌系教授、中国声乐家协会副主席、中国国际声乐艺术研究会副主席、中国民族声乐学会理事。从事声乐事业六十余载,她“学而不厌,诲人不倦”(孔子)。自二十世纪五十年代末考入中央音乐学院附中开始专业音乐教育学习,通过自己多年学习和舞台演唱实践经验的积累与总结,在历经五十多年声乐艺术事业的研究中,邹文琴形成了自己独特的教学理念和教学风格;在教学实践与人才培养方面,她倾注了全部心血,为我国培养了吴碧霞、韩红、龚琳娜、严当当、雷佳、吴静和吕宏伟等一大批优秀的歌唱家,为我国声乐教学理论及其表演艺术的发展做出了重要的贡献。然而,对于这样一位具有杰出贡献的声乐教育家,当下声乐界对其还缺乏系统的认识与研究,因此,本文以“邹文琴声乐教学艺术探究”为题,对其声乐教学理念和实践展开系统的研究。

本文主要由以下几个部分构成:绪论部分为选题缘由、研究综述、主要研究内容、研究方法思路。第一部分是邹文琴的生平足迹与声乐之路。本部分考察了她的成长环境与教育背景,她从小在父母的教育和影响下,对京剧、戏曲等中国的传统民族文化有了较为深刻的感性认识和体会,也激发了音乐的热爱,后来在老师系统、专业的指导下,为她后来走上音乐教育之路并探索、创新声乐教学理论和方法打下了深厚的基础。第二部分是邹文琴的声乐艺术教学理念。本部分深入研究邹文琴歌唱教学所注重的内容,包括自然歌唱、音乐表现、音乐风格等方面的追求,这也是她几十年来教学实践中遵循的指导思想。第三部分考察邹文琴的声乐艺术教学实践。本部分从声音技巧的描述到形体表演的内容、以及声乐表演的审美诉求等方面对其声乐教学实践进行详细研究。第四部分是邹文琴教授的声乐艺术教学成就,这一部分研究邹文琴根据不同唱法(美声、民族及通俗)

采取共性和特性、针对性相结合的教学方法所培养出来的歌唱家。最后是结论部分，总结了邹文琴教学理念及实践对后世的影响和意义，并予以评价。

关键词：邹文琴；声乐艺术；教学理念；艺术实践

Research on Zou Wenqin's Teaching Art of Vocal Music

Abstract

Zou Wenqin was born in Qingdao, Shandong Province in 1942. She is a famous singer and an vocal educator in China, and now the professor of Acoustic Song Department of China Conservatory of Music, vice chairman of Chinese Vocal Music Association, vice chairman of Chinese International Vocal Music Art Research Association, director of China National Vocal Music Society. During her vocal music career for more than 60 years, she "has an insatiable desire to learn, and is tireless in teaching others" (Confucius). Zou Wenqin started her professional music education in Middle School Attached to Central Conservatory of Music late 1950s. With more than 50 years of learning and stage singing practice accumulated and summarized, she has put forward her own teaching philosophy and teaching style. She has poured all efforts in teaching, and has trained a large number of outstanding singers, such as: Wu Bixia, Han Hong, Gong Linna, Yan Dangdang, Lei Jia, Wu Jing, Lv Hongwei and so on, she has made an important contribution to improve vocal music teaching theory and performing arts in China. However, her teaching methods and theories of vocal music have not been researched systematically, therefore, this paper tries to make a systematic research on her teaching art of vocal music with the topic "Research on Zou Wenqin's teaching art of vocal music".

This paper mainly consists of the following parts: The introduction part is about the background, review, main contents, research methods and ideas of this paper. The first part is about Zou Wenqin's biography and her vocal music road, her growth environment and educational background which has made great influence on her character and career is narrated in this part. The second part is about Zou Wenqin's

teaching philosophy of vocal music, contents of singing teaching such as natural singing, music performance, music style are discussed in this chapter, which are the contents during her decades's teaching life. The third part is about Zou Wenqin's vocal music teaching practice, her teaching practice such as vocal skill, body performance and aesthetic appeal for vocal music performance and so on are researched detailedly in this chapter. The fourth part is about Zou Wenqin's achievements of teaching. The last part is the conclusion of this paper, Zou Wenqin's main influence on teaching of vocal music in China is discussed and an evaluation on her value is given.

KEY WORDS: Zou Wenqin; the art of vocal music; teaching philosophy; art practice

目录

摘 要.....	I
Abstract.....	III
目录.....	V
绪 论.....	1
(一) 选题缘由.....	1
(二) 研究综述.....	1
(三) 研究方法.....	3
1.文献研究法.....	3
2.音像分析法.....	4
3.访谈法.....	4
(四) 研究价值.....	4
一、生平足迹与声乐艺术之路.....	6
(一) 生平足迹.....	6
1.成长环境.....	6
2.教育背景.....	7
3.承师恩惠.....	8
(二) 声乐艺术之路.....	9
1.初涉舞台.....	9
2.步入教学.....	9
3.潜心育人.....	10
二、声乐教学艺术理念.....	13
(一) 百花齐放的自然歌唱.....	13
1.百花齐放.....	13
2.自然歌唱.....	14
(二) 技术过硬的音乐表现.....	16

1.声乐技术.....	16
2.声乐心理.....	18
3.音乐表现.....	20
(三) 开放包容的音乐风格.....	21
1.继承传统.....	21
2.兼收并蓄.....	22
三、声乐教学艺术实践.....	24
(一) 声乐技巧训练.....	25
1.呼吸方法.....	25
2.发声方法.....	26
3.练声方法.....	27
4 上课示例.....	29
(二) 形体表演训练.....	32
1.课堂训练.....	32
2.舞台实践.....	33
(三) 表演审美诉求.....	34
1.于情于理的风格诠释.....	34
2.用心呈现的二度创作.....	36
四、声乐教学艺术成就.....	38
(一) 新音乐代表——龚琳娜.....	38
(二) 通俗歌手——韩红.....	40
(三) 中西夜莺——吴碧霞.....	41
(四) 新国风代表——雷佳.....	42
结语：在声乐教学艺术中享受愉悦.....	44
参考文献.....	46
附录.....	49
致 谢.....	51
攻读学位期间取得的研究成果.....	53

绪 论

（一）选题缘由

中国音乐学院声歌系教授邹文琴是我国著名教育家，1942 年出生于山东青岛的一个工商家庭，现为中国声乐家协会副主席、中国国际声乐艺术研究会副主席、中国民族声乐学会理事。从事声乐事业六十余年，她“学而不厌，诲人不倦”（孔子），不仅为我国民族声乐理论的研究与发展做出了较大贡献，也为我国培养了吴碧霞、韩红、龚琳娜、严当当、雷佳、吴静和吕宏伟等大批优秀的歌唱家，她们以其独具特色的演唱风格和艺术魅力，深受业界同行的广泛关注和赞誉。上世纪五十年代末，邹文琴以优异的成绩考入中央音乐学院附中，开始了她的音乐学习之路，通过自己多年的学习和舞台演唱实践，总结并积累了丰富的歌唱经验；同时，在历经五十多年对声乐艺术教学的实践及研究中，提出了自己的教学理念“自然歌唱”；在教学实践与人才培养方面，她倾注了全部心血，为我国声乐教学的发展和表演艺术的提高做出了重要的贡献。然而，对于这样一位具有杰出贡献的声乐教育家，其声乐教学体系在当下声乐界乃至音乐界都还缺乏系统的研究，因此，本文以“邹文琴声乐教学艺术探究”为题，对其声乐教学理念及实践展开深入研究，这对于丰富我国声乐教学理论及促进我国声乐表演艺术实践都具有重要意义。

（二）研究综述

目前，邹文琴本人还没有出版声乐相关教材或著述，只在《中国艺术报》、《音乐周报》等报刊发表了几篇文章，以及几部声乐现场教学光碟。他人对邹文琴的研究，也仅见于石惟正、张国琴等少量人的研究文章。以下是相关研究文章：

《邹文琴声乐教学随想——祝贺邹文琴教授从艺五十周年》（载于《人民音

乐》，作者：石惟正¹。石惟正教授是我国音乐教育家，曾任天津音乐学院院长，2009年，邹文琴教学五十周年音乐会在保利剧院举行，该文是他在音乐会次日听完邹文琴声乐讲座后对其教学及做人的一个评价和肯定，里面列举了邹文琴所教学生的典型代表的唱法和特点。

《技艺精湛德艺双馨——论邹文琴教授民族声乐教学》（载于《沧州师范专科学校学报》，作者：张国琴）²。文中对邹文琴的教学理念和她对各种曲目的不同把握和看法作了介绍，高度肯定了邹文琴淡泊名利的高贵品德，详细列举了邹文琴所获得的成绩。

《开拓求索勤耕耘桃李芬芳硕果丰——祝贺邹文琴教授从事声乐事业五十年》（载于《中国音乐》，作者：阮春黎）³。文中罗列了邹文琴五十年来主要教学成就，总结了其对于我国各个剧种的传统精髓的借鉴和学习，对美声洋为中用、借鉴融合的态度；同时，此文也列举了其因材施教的教学成果，并介绍了其富于正气、批判不公、对学生言传身教的高贵品格。

邹文琴《追求自然歌唱的最高境界》（载于《中国艺术报》）⁴。邹文琴在该文中提出：声乐教学理念应该是追求“自然的歌唱”，也就是说要掌握正确而扎实的基本功，并从技术的束缚中解脱出来，摆脱随意的、本能的、毫无修饰的“本嗓”、“白声”，给人一种与歌唱者自身融为一体的感觉，达到没有技巧、没有痕迹、自如的、轻松的、随心的歌唱状态。

《由邹文琴声乐教学引起的歌手“跨界”思考》（载于《黄河之声》，作者：尹美庆）⁵，此文以邹文琴学生中比较典型的代表：吴碧霞、雷佳、龚琳娜、韩红为例，展现了其因材施教的教学成果，这几位学生的演唱风格涵盖了传统划分的美声、民族和通俗几种唱法，甚至跨越了三种唱法的鸿沟，由此看出邹文琴学生的多元化，包括演唱风格的多元、歌唱方法的多元、作品风格的多元、学生个性的多元等。

¹石惟正.邹文琴教学随想[J].人民音乐, 2010 (01)

²张国琴.技艺精湛 德艺双馨——论邹文琴教授民族声乐教学[J].沧州师范专科学校学报 2007 (12)

³阮春黎.开拓求索勤耕耘 桃李芬芳硕果丰——祝贺邹文琴教授从事声乐事业五十年[J].中国音乐刊 2010 (1期)

⁴邹文琴.追求自然歌唱的最高境界[N].中国艺术报 2005(01): T00

⁵尹美庆.由邹文琴声乐教学引起的歌手“跨界”思考[J]（黄河之声） 2013(01)

邹文琴《从教学中看歌唱心理的作用》(音乐周报)⁶指出歌唱是受大脑支配的、在心理调节下进行的生理运动,是通过大脑的意识而服从生理自然规律,要提倡用脑、用心灵歌唱,明确强调歌唱的整体协调要求,同时要有周密的授课计划和循序渐进的步骤。

其他文章还有:孙艳红《用心教唱教用心唱——谈邹文琴教授的教学》(载《音乐生活报》)⁷、《人格的力量——近看著名声乐教育家邹文琴教授》(载《黄河之声》)⁸、《烛光颂——谈邹文琴老师的教书育人》(载《中国音乐》)⁹、《邹文琴声乐教学研究——“自然的歌唱”》,林寅之、孙艳红《歌者的“福星”——贺邹文琴教授声乐事业五十年》(载《人民音乐》¹⁰),伦彬《“桃”是桃,“李”是李》(中国文化报)¹¹,刁艳《恩师邹文琴从讲台走到演唱会》(音乐周报)¹²,以及在我论文写作过程结束时出现的《论邹文琴民族声乐教学特点及其贡献》(作者:朱薇)¹³等。

上述研究对邹文琴这位声乐教育家做出了充分肯定,也从不同角度对其进行考察、总结,但对其声乐教学艺术尚缺乏系统性、整体性的研究,古人语:“凡学不考其源流,莫能通古今之变;不别其得失,无以获从人之途”(清·皮锡瑞),因此,本文在参考上述文章等相关材料的基础上,结合本人对邹文琴现场采访、教学观摩和听课学习搜集的材料,拟系统性地对其声乐教学艺术的理念及实践进行探讨,这也是本文写作的动因及创新之处。

(三) 研究方法

1. 文献研究法

通过阅读相关书籍和刊物,整理相关资料,运用归纳和比较研究的方法进行研究。在研究过程中,充分利用浙师大书馆、浙师大音乐学院资料室、中国知网

⁶邹文琴.从教学中看歌唱心理的作用[N].音乐周报 2000(09)

⁷孙艳红.用心教唱教用心唱——谈邹文琴教授的教学[N].音乐生活报

⁸孙艳红.人格的力量——近看著名声乐教育家邹文琴教授[J].黄河之声 2004(02)

⁹孙艳红.烛光颂——谈邹文琴老师的教书育人中国音乐[J].2004(4期)

¹⁰孙艳红.歌者的“福星”——贺邹文琴教授声乐事业五十年[J].人民音乐 2009(07)

¹¹伦彬.“桃”是桃,“李”是李[N].中国文化报 2010(06)

¹²刁艳.恩师邹文琴从讲台走到演唱会[N].音乐周报 2009(09) 006版

¹³朱薇.论邹文琴民族声乐教学特点及其贡献[D].山东师范大学 2013(06)

及各大网站查阅有关文献资料，并对搜集资料进行归纳和总结。

2. 音像分析法

从 1999 年到 2005 年邹文琴相继出版了声乐教学音像视频，录制了民族声乐教学 VCD《歌曲教学》与《练声教学》两套六张，现场教学 DVD12 张。虽然这些资料不是很多，但都是一手的研究资料，通过对它们进行反复的学习、研究，可以发现邹文琴对声乐教学的众多观点，从多个角度进行分析，进而得出相应的结论。

3. 访谈法

根据研究需要访谈有关专家和邹文琴本人，通过与邹文琴接触交谈、听课学习，并与其学生、朋友以及她的亲人访谈，得到很多关于她的非常有价值的材料。在此基础上，结合自己多年的歌唱实践学习和理论知识积累，依据理论联系实际的方法，对邹文琴声乐教学艺术进行探索性研究。

（四）研究价值

20 世纪初，西洋声乐唱法传入我国，使得我国专业声乐演唱技法产生了巨大变化。随后，在短短几十年之中，从对开始仅限于模仿、接受西洋唱法，到后来将其学习借鉴和吸收来发展、丰富中国民族声乐艺术，在经历了几代声乐艺术教育工作者坚持不懈的努力下，民族声乐终于从田间地头以及师徒口传心授的初级模式中走了出来，逐渐发展为系统化、规范化、专业化的培养方式，取得了丰富的成果。发展到现在，民族唱法不断完善，但音乐学院专业化的声乐教育也使其走入了“众人一腔”、“批量生产”的误区，因此，要使我国的民族声乐教育更上一个层次，必须改变、创新现在的教学方式，以便更好地继承中国传统歌唱艺术精髓，更好地发展、完善中国民族声乐教育体系，这也是中国专业声乐教育工作者积极研究探索的课题。

邹文琴在继承中国传统音乐文化戏曲、曲艺、民歌唱法特点的基础上，深入研究同行的研究成果，参考并借鉴国外的声乐教育理念，坚持不违背生理乐器特

征的原则，创立了具有科学性、独特性、系统性的声乐教学方法。她提出的“自然歌唱”，以及演唱技术要为演唱作品思想内容服务的声乐教学理念表现出了对声乐器官生理结构科学性的遵循和对声乐艺术高境界的要求，体现了声乐表演艺术的共性与艺术个性的高度统一。

本文以“邹文琴声乐教学艺术探究”为题，通过课堂自身学习、声乐教学观摩、现场采访、声乐教学光碟研究学习，以及对相关文献资料的参考、研究，系统性地探讨她的声乐艺术教学理念和方法体系，对其百花齐放的“自然歌唱”以及声乐技术外的声乐心理做出详细的总结，在音乐表现上归纳了开放包容、兼收并蓄的音乐风格，又从声乐教学实践中阐述了她的声音技巧训练、形体表演训练和审美诉求的方式方法，并以她所培养的杰出音乐人才为例分析她的教学理念和方法所产生的实际意义。

一、生平足迹与声乐艺术之路

邹文琴，中国音乐学院声歌系教授，青岛人，1942年12月出生，现为中国声乐家协会副主席、中国国际声乐艺术研究会副主席、中国民族声乐学会理事、文化部文艺团体应聘资格技术考评评委、中央电视台全国青年歌手电视大奖赛评委、中国音协金钟奖和文化部文华奖声乐比赛评委。1983年、1986年分别获学院教学成绩奖及奖金，1992年获黄立教学奖学金及奖状，2000年荣获文化部“第二届区永熙优秀音乐教育奖”及奖金¹⁴，享有国务院特殊津贴。她为中国民族声乐界培养出了一批优秀人才。

（一）生平足迹

1. 成长环境

1942年12月，邹文琴出生在青岛一个幸福的家庭。父亲邹隆三生前是山东青岛工商界的领军人物，是一位极具正义感、极富崇高民族气节的爱国人士，在青岛有着很高的社会威望和影响力，解放后曾任中国人民救济总会青岛分会会长、中苏友好协会会长、中国人民保卫世界和平委员会委员等职，是青岛市知名的爱国民主人士；母亲端庄秀美、勤劳贤淑、温婉善良。在良好家庭氛围潜移默化的熏陶和影响下，邹文琴慢慢长大，家里发生的事情她都看在眼里，记在心里，尤其是当年迈的父亲把自己毕生积蓄都奉献给了教育，因为邹老先生一直坚信教育会给更多的人带来机会，教育的好与坏直接关系到中国的前途和命运。

她的父母生前都是戏剧爱好者，尤其是在与著名京剧表演艺术家程砚秋先生相识后，由于两家的频繁往来，父母自然而然地成为地道的京剧票友，在这种环境下，孩子们也得到耳濡目染的熏陶，父亲又经常把每个剧中的故事讲给孩子们听，孩子们逐渐对京剧产生了浓厚兴趣。逢年过节，家里好不热闹：哥哥拉京胡，

¹⁴<http://baike.baidu.com/link?url=8sv03wUCa9UpYdMYyhpx1Cf7cMBcboQWYLJnNEneVq2K9sWtU83J-MA9tp6Ewzn3Vh3IZaVpLUVDpo53IT6ia>

大姐唱青衣，一家人其乐融融，越是快乐的事物越能对孩子有更深的记忆，京剧这一小小的艺术种子，为以后她对艺术的爱好及奉献，打下了很好的底子。

邹文琴的耳朵好（指音乐中的听音、摩唱）是大家公认的，这不仅体现在教学上，也表现在学习工作上，她对音乐艺术的良好感觉一方面源自与生俱来的天赋，一方面来自从小的音乐熏陶。在她还是小孩子的时候，就知道几个能发出声音的电转和两台上弦的手摇留声机，当然还有很多哥哥和姐姐从北京辅仁大学读书时带回家的唱片，唱片有中国的，但更多是国外的。起初，当哥哥姐姐放转机或留声机时，邹文琴是跟着自己的哥哥姐姐，成为他们的“小尾巴”，当他们听音乐的时候，她凑热闹也跟着听，渐渐地，那些好听的音乐就把她给捉住了。喜欢上这些乐曲后，她就不再喜欢玩别的，像小大人一样痴迷地聆听这些美妙的音符和旋律，小小的她还会唱白光的《我等你回来》、周璇的《花好月圆》《拷红》，以及仲伟的《新疆好》、喻宜萱的《红灯颂》等，当然更多时候是自己坐屋子里听那些说不上名字、听不懂的由钢琴、提琴、手风琴、吉它等所演奏出来的乐曲，还有那些交响乐、舞曲。当唱机的弦断掉了被家人放置到阁楼上后，小小的邹文琴还是会偷偷的跑到阁楼上，坐在那里把一个个唱片用手去转着来听这些音乐，经常能在那里呆上一整天，弄得家人通常找不到人吃饭。虽然听不懂，但小小年纪的她却记住了不少动听的旋律，在玩耍时还不自觉的哼出其中的乐曲片段。当记住的旋律多了，邹文琴还能即兴来上一段自编的音乐，看见蝴蝶了，就能编出关于蝴蝶的调调，虽然很快就忘掉了，但这样的创作欲望和情感已经开始表现出来，所以在上幼儿园的时候，因为音乐感觉非常好，模样又漂亮可爱，就顺利地当上了园里的小演员。在演儿童歌舞剧《小蜜蜂和小蝴蝶》时，当自己所扮演的小蝴蝶被风雪冻死的时候，在缓缓的音乐声中她哭得泣不成声，老师和家人想尽办法都不能哄她开心，久久不能从悲伤的情绪中走出来。

邹文琴从小就对音乐很敏感，听到音乐就很激动，被音乐的快乐、悲伤感染，而她少年时代最好的“伙伴”也就是这些唱片了。

2. 教育背景

1950 年代，邹文琴的大姐和大姐夫都在北京工作，大姐任国家交通部编辑和翻译，大姐夫是全国著名的建筑工程师。1956 年，邹文琴小学毕业后，大姐

和大姐夫把她接到北京读初中，在大姐的悉心照顾下，邹文琴学习非常刻苦，各门功课都是优秀，并获得“北京市优良学生”的殊荣，是学校里一名全面发展的优秀学生。不仅如此，她还是学校里最多才多艺的学生，老师们喜欢让这个可爱的学生表演节目，每到有活动的时候，都会让她表演上一首歌曲，像曲有《玛依拉》、《晴蝶姑娘》等等。有些事情像是上天安排，那时，大姐所住的地方离中央乐团很近，这样邹文琴就会经常跑去看，有了更多聆听乐团排练、演出的开心日子，自然有了更多接近音乐的机会。当邹文琴 17 岁从初中毕业的时候，正好赶上了中央音乐学院附中以中央乐团合唱班的名义招生，她演唱了一首外国曲子贝多芬第九交响曲中的《欢乐颂》和一首中国地方民歌新疆民歌《玛依拉》，成绩出众，顺利被录取。当时，她还同时被一个部队录取，这既是对她能力的肯定，也是她今后道路选择的另一个机会，在认真考虑后，邹文琴还是选择了中央音乐学院，走上她的音乐理想之路。

3. 承师恩惠

进入中央音乐学院附中后，她先是随声乐学科主任程竞子先生学习一年的西洋唱法，之后转入汤雪耕先生门下。汤雪耕是我国民族声乐界的前辈，为我国民族声乐教育事业做出了很大的贡献，培养了王秉锐、吴雁泽、德德玛、邹文琴等优秀人才，是我国民族声乐专业和民族声乐学派的创始人之一。1946 年，汤雪耕从重庆青模国立音专毕业，1949 年进入中央音乐学院，开始他的教学生涯，当时还没有民族声乐。七年后，率先设立民间演唱专业的东北音乐专科学校（1958 年更名为沈阳音乐学院）开始学习欧洲传统唱法的声乐，两年后，中央音乐学院和上海音乐学院也创立了民族声乐室，在继承和发扬了我国传统民族声乐艺术的同时，也借鉴西方美声唱法的方法来培养专门的民族声乐人才。汤雪耕作为中央音乐学院民族声乐系的主要负责人，先后发表了多篇声乐教学相关文章（见后），他以别于他人的特别眼光和先见之明，为我国的民族声乐专业的建设和发展起到了重要的作用。

1964 年起，汤雪耕成为中国音乐学院第一任民族声乐系主任，致力于我国民族声乐艺术的发展和提高，为培养中国民族声乐人才作为很大贡献。

当时，邹文琴在附中上学，不仅专业好，戏曲也好，在班上各科成绩也都名

列前茅，深得老师们尤其是汤雪耕先生的喜爱，她声乐上的天赋与潜力深为汤雪耕先生赞赏。毕业后，邹文琴被保送至中央音乐学院声歌系跟随汤雪耕继续学习，进行了系统的声乐训练，并对中国的传统艺术进行了认真学习。那时，中央音乐学院响应国家音乐“三化”（即“革命化、民族化、群众化”）号召，这对于在学习民族声乐的邹文琴来说，恰逢其时，对中国传统艺术更是加紧学习，由于邹文琴本身有戏曲底子，再加上认真学习，她在京剧、河北梆子、昆曲、汉剧等方面的成绩更加出色，她唱的京剧《白毛女》、河北梆子《野火春风斗古城》选段还被专门来学院听课的四川音乐学院老师当作范唱，这些戏曲的学习为她后来在舞台上演样板戏《沙家浜》以及从事声乐教学工作奠定了坚实的基础。

（二）声乐艺术之路

1. 初涉舞台

在邹文琴结束学院学习面临毕业分配之际，正处于“文革”中期。因为家庭成分原因，她无法留在北京，因此被分配到河北省歌舞剧院。七十年代初，歌舞剧院准备排练交响乐《沙家浜》，由于邹文琴专业能力强，长的又好看，阿庆嫂这个重要任务的角色饰演就落在了她身上了。当时这是很紧急的政治任务，给的时间很短暂，这时邹文琴在学校时积累的好底子就充分体现出来了，她记性好，识谱记谱能力强，音乐感觉又好，在学校学习的戏曲底子，很快帮助她找到阿庆嫂的特点及音乐表现方式，加上比别人更多的努力和认真，这一很难完成的任务她竟然完成的非常好，出乎所有人的意料，大家担心的忘词、跑调、唱错、音乐表现力等都没有问题，整体感完成的非常好。之后，只要有难啃的活、急的活都会交给她，每次她都能出色的完成。在十一年的表演生涯中，她在台上从来没有出现过忘词、唱错词、表演不到位的情况，更没有唱跑调的事情，所以自然而然的成为河北省歌舞剧院首屈一指的“台柱子”。这些年的舞台音乐表演实践经验的积累，为她创新发展中国民族声乐教学方法打下了很好的基础。

2. 步入教学

1964年，根据周恩来总理的亲自提议，我国成立了以学习中国民族音乐为

主的、汇聚当时各民族专业专家的中国音乐学院，旨在培养从事民族音乐理论研究、创作、表演和教育的一系列专业民族音乐人才，但随后开始的文革中断了这一进程。文革结束后，国家经济、文化和艺术开始慢慢复苏，民族音乐也越来越受到重视，迫切需要建立、发展本土的专业民族声乐院校，身为河北歌舞剧院台柱子邹文琴就被选中，从热爱的舞台转身投入到中国音乐学院的恢复筹建中来，而邹文琴对教师这个职业也是充满着崇敬之情，这不仅来自父亲一直以来对教育事业捐助的影响，也是恩师汤雪耕对自己的影响，她希望能像恩师一样为中国的教育事业做出自己的贡献，因此，她打心底里热爱这份天底下最光辉的职业——教师。所以在河北歌舞剧院工作之余，他利用自己的业余时间，尝试把自己在学校学到的知识和舞台实践经验积累运用到自己所带的学生当中，这样很快竟能看到学生的进步，学生们开心她更开心，这种帮助学生成长的幸福感和使命感让她更加坚定自己的选择，她克服了一个舞台经验丰富的成熟演员到初入讲台任教的角色转换的心理压力。担心自己教学经验的不足，她就多观摩，多看教学书籍，多请教，多总结，加上在学习期间曾接受到汤雪耕系统的教学方法，以及自己多年的学习工作心得和丰富的舞台经验，使她很快有了足够的信心，成为声乐系的第一位青年教师。

3. 潜心育人

邹文琴在教学岗位上的三十多年中，对教育始终事业忠于职守，不断学习创新，对学生言传身教，对自己严格要求，淡泊名利，潜心教学，为人低调。多年来，她总是全院工作量最多的老师之一。现在，71岁的邹文琴仍带有十余个硕士研究生，还有本科生，而每周每个学生都有两节课，这么多的课她也都接下，每堂课她都一丝不苟，因为在她看来，把学生培养成才是自己的责任。邹文琴的学生也都知道，邹文琴有一个不成文的规定，就是在给学生上课的时间，不管是谁都不能打扰这一堂课，她认为给学生上课就要投入、要用心，这是对学生的负责，也是自己工作时必须的态度，所以不管是学生还是老师，在她给学生上课的时候，不到结束时是不允许敲门打扰的。但学生生病了就不同了，一次在听她上课的时候，有个学生唱歌声音不对，询问得知该学生患了感冒，扁桃体有些发炎，她就停下来，让学生张嘴，认真查看，由于口腔光线不好，她就借着手机光照再

仔细看，发现扁桃体异样后，督促该学生赶紧就医，并给她介绍专业医生和乘车路线，随后几天，从检查结果到吃药到复查，邹文琴比对自己都要上心。

邹文琴对自身要求非常严格，对于学生缺课迟到这样的小事也非常严格，她认为，学生能进入大学学习很难得，学生的时间也是非常宝贵，所以她几乎不去参加让自己扬名的节目录制和采访，因为这样就会影响对学生的教学。除非真的是推不掉的外出讲学及担任专业的声乐赛事评委，她才会为学生布置完歌曲作业后出门，但回来后就总会找时间把课补上。在本文写作的前一年，邹文琴的爱人梁先生生病住院，在医院陪护期间，她还在想着什么时候给学生补课，后来在接下来的课时，她都要上课到晚上，有时中午连饭都来不及吃，学生们都劝她要吃饭，好好休息，但她却说：“做饭要耽误时间，赶紧把你们的课上了”。在学生雷佳准备参加青年歌手电视大奖赛的那段时间里，正值她患动脉血管炎，那是一种严重的病，她每天强忍着病痛一条腿放在凳子上侧身弹琴给她上课。事后她说，“这是学生关键的时候”。现在成为青年歌唱家的雷佳每当说起邹文琴，感激之情溢于言表，她说：邹文琴就是自己的母亲，教会的是她一生都用之不尽的做人做事的能力。

十七岁就知道想尽办法跟着邹文琴学习的韩红，在 2009 年邹文琴多名学生为其举办的《邹文琴从艺五十周年学生音乐会》记者会上，激动地说：“老师一再告诉我们要先做人后学艺，她严谨治学的态度和干干净净做人的品行是我们学习的榜样，那时她并没有想把我培养成什么样子，但由于有邹文琴为我打下的扎实功底，才成就了的今天”¹⁵。

跟随邹文琴老师学习七年的龚琳娜说：师从邹文琴老师我最大的收获是高贵的人格和高超的技艺。邹文琴人正、路子正、气强、品格高：

腊梅伫立寒冬，
凭借傲骨抗风；
一枝独秀园中，
梅香胜于芳琼。¹⁶

这是邹文琴一手带出的学生龚琳娜在走出学校后的时间里，为其写的一首

¹⁵ 2009 年 9 月在中国音乐学院国音堂召开的《邹文琴艺术生涯五十周年理学生音乐会》新闻发布会上韩红的讲话内容。

¹⁶ http://blog.sina.com.cn/s/blog_6616fd0f0100upqq.html

诗，以此表达对老师高尚品格的赞扬及倾佩。在所有的学生的心里，邹文琴是一位具有真正魅力的师长，她教的不仅是专业，也是一个具有榜样力量的人生指导者。

邹文琴温文尔雅，朴素节俭，富有涵养，她在自己的教学和生活中，始终严格要求自己，为人师表，以身作则，无论从哪个方面她都是学生们佩服学习的榜样。她是一位善良的、有社会责任感的老师，始终将做人放在首位，清清白白，精神高贵。由于邹文琴的知名度，电视台栏目的记者来找她采访，来自全国各地的出版商约她写文章，她都因为怕耽误教学时间而拒绝。

从小就喜欢音乐的我，第一次知道邹文琴是在她出的教学碟上，那时看到碟片里的邹文琴就感觉要是有一天能跟着这样的老师学习那是多么幸福的一件事，我相信这也是所有学习音乐的人的一个愿望，当时感觉这样的老师得多有架子。第一次见到邹文琴是在自己刚进入音乐学院的时候，学校里有一些流浪猫，一次傍晚我在饭堂旁边拿着馒头喂小猫的时候，听到一个很温柔的声音：“要把馒头掰的小一点才好”，当我抬头时，看到的竟是邹文琴老师那温柔的笑脸，没有一点架子，和想象当中的完全不同。之后邹文琴老师笑着和身后她的学生说：“咱们学校的孩子都是这么有爱心，真好！”后来才知道，喂这些流浪猫邹文琴老师是多年来的习惯。

她淡薄名利，为人正直。当从中国音乐学院附中即将退休的王校长推荐邹文琴任校长之职时，邹文琴拒绝了。她爱护学生，对学生一视同仁，有很多学生因为声音条件，或外在条件别人不收，但跟着邹文琴学习一两年名列前茅后被别人拿走，社会的不公，邹文琴都淡然处之，这些丝毫不能影响邹文琴对教育的热爱。71岁的邹文琴说自己对教学一直充满的兴趣，自己现在也有精力去继续学习、研究声乐教学，而且没研究够，很多东西也需要自己去学习，去探讨，这也是邹文琴迟迟没有写书的原因，老是感觉没研究完，每一年每一天都感觉自己有新的理解。“我也在学习，也在往前走，不能固步自封，很多书还在看，包括外国的、中国的都在看，随时都在学习，甚至学生的一句话或一个问题我都会思考，只要自己身体允许，我都会这样学习”¹⁷。这样一位人格高贵、大气磅礴的老师，是中国教育界的珍宝。

¹⁷ 2013年5月8号下午中国音乐学院采访录音整理

二、声乐教学艺术理念

（一）百花齐放的自然歌唱

1. 百花齐放

百花齐放是形容百花盛开、丰富多彩，比喻各种不同形式和风格的艺术自由发展，也形容艺术界的繁荣景象。自西洋声乐唱法 20 世纪初传入中国和中国专业声乐教育建立以来，在短短几十年，从开始的接受西洋唱法，到之后学习借鉴和吸收西洋唱法来发展、丰富中国民族声乐艺术，在经历了几代声乐艺术教育工作者坚持不懈的努力下，民族声乐终于从田间地头以及师徒口传心授的初级模式中走了出来，逐渐发展为系统化、规范化、专业化的培养模式，取得了丰富的成果。发展到现在，民族唱法不断完善，但音乐学院专业化的声乐教育也使其走入了“众人一腔”、“批量生产”的误区，而邹文琴教授始终保持百花齐放来作为教学目标。

百花齐放也是追求学生“桃是桃、李是李”、各色自我，但怎样才能做到这些呢？那就是遵循每个人的生理自然规律，以科学的方法，找到其特色声音。每个人是一个个体，大到出生地域、出生环境、生活方式、教育特点，小到声带、口腔、舌头、扁桃体等先天条件，甚至高矮胖瘦性格等等都不一样。

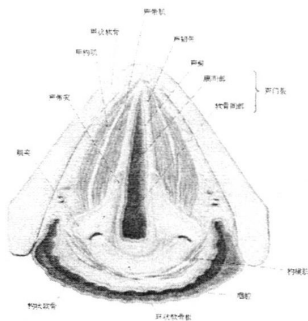


图 2.1 声带部位结构人体解剖彩色图片（来自青年人医学教育网 <http://www.qnr.cn>）

声带是人类发声的主要器官，声带位于喉腔假声带（室带）下方，左右各一，由声韧带、肌肉和黏膜组成，前起甲状软骨板交角内面，后端止于勺状软骨底部前端的声带突，声带张开时，出现一个等腰三角形的裂隙，称为声门裂，空气由此进出，亦为喉部最窄处。发声时，两侧声带拉紧、声门裂变窄、甚至几乎关闭，从气管和肺冲出的气流不断冲击声带，引起振动而发声，在喉内肌肉协调作用的支配下，使声门裂受到有规律性的控制，故声带的长短、松紧和声门裂的大小，均能影响声调高低。成年男子声带长而宽，一般在 18mm~24mm，女子声带短而狭，一般在 14mm~18mm，所以女子比男子声调高。每个人又不一样，声带的长短、宽厚是声音的关键，声带发出的声音为基音，受咽、口、鼻、鼻窦、气管和肺（共称下共鸣腔）等器官的共鸣作用而增强和使之发生变化，这些决定了一个人的声音条件。从大的地域环境来说，每个地方都有自己的音乐风格，这些地方音乐风格不一样，这些环境下出来每个人音乐感觉不一样，根据遵循生理条件的训练，不能去为了追求哪一种音色，去挤压或者是捏出来的声音，这样出来的给人的感觉是不舒服的，个人的音乐状态也是不舒服的，那是违背生理条件的情况下出来的，声乐的寿命也不会长久的，所以在遵循生理条件、科学的训练下，才能出来最舒服、最好听、最科学的音色。以上条件再加上每个人不同的音乐感觉、不同的教育背景、不同的生活经历，所出的音乐表现力也不一样，再根据各人的情况扬长避短，找出个性、优势，这样培养出来的学生也就会各具特色、百花齐放。

2. 自然歌唱

“我所追求的教学理念是自然的歌唱，但人们往往会把歌唱中提到的自然当成贬义，这里所指的自然并非随意的、本能的、毫无修饰的本嗓、白声”¹⁸。邹文琴要求的就是“自然的歌唱”，而这种歌唱不是随意的、苍白的、原始的或毫无章法的白嗓子，而是经过系统的、完善的、遵循生理自然规律训练后的最后阶

¹⁸邹文琴 追求自然歌唱的最高境界[N].中国艺术报 2005(01): T00

段，是把技巧完全融入到音乐中并和音乐成为一体，给人以舒服、悦耳的声音，摆脱技术后技艺合一的高境界状态，更要区别于有些民族声乐的学习者，他们为练高音或自认为好听的音色，在不科学的训练下，挤嗓子、捏嗓子、给人以卡住脖子的感觉，出来细的、尖的刺耳声，或者全身肌肉紧张发出，或者高音唱不上去了，就把自己归结为中音，某些美声歌者，为追求美声范，追求宽厚的音色或者低音，就撑喉、压喉以及舌根音，为追求泛音就出现了“羊”音，这是人为做出来的不科学的、不美的、不真实的声音，是损害声带的声音。那么，如何做真正的自然阶段呢？这需要经历三个过程：

第一过程：本能随意的歌唱。这一过程是凭兴趣和自然条件在喜欢的状态下随意歌唱，由于不了解歌唱的方法、原理、规律，歌者通常是靠自己的先天条件在无心理负担、心理压力 的情况下歌唱，或者是模仿自己喜爱的某个歌星、明星，跟着自己的爱好决定自己所唱的歌曲，也可能唱的像某位歌星，但对这种歌者的歌唱只能评论其本身的条件如何，能够通过模仿唱出像的声音，但这时仍属于没入门的、本能的自然摸索状态，他没有形成一个属于自然的、自己的音色，而音色是不能与自然嗓音条件画等号的，音色指经过严格训练后的嗓音，它是舒服，科学的，属于自己特色的。因此这类歌者属于声乐爱好者，他们在技术上，歌唱理解上，情感表达上都存在缺陷。这些都是指没接受过正规系统的专业训练的歌者。

第二过程：进入系统的训练，在各器官整体重新建立协调性。这一阶段是一个痛苦的阶段，也是一个重塑阶段。是新的状态还未建立起来，又把原有的状态打乱，失去平衡，出现旧的被破坏、新的还未建立的混乱状态。就像很多歌者正规学习一段后会说：我现在不会唱歌了，我不知道该怎么唱了。就像我身边和多学习者抱怨自己越唱越不会唱了，很笨，是不是不适合学习声乐，你看别人唱的多好等，一切的负面情绪导致自己失去学习的信心，自卑害怕上课，不想练习，感觉一张嘴都是错误的。其实这个过程每个人都会有，而且这也是最关键的时刻。所以所对应的就是要建立起正确的歌唱理念，在这个理念下严格要求自己每一次的练声学习，多动脑子，多思考，也就是邹文琴所说的脑子要走在声乐的前面。要注意不要一切刻意做出来的声音，不能追求尖的、亮的、挤的声音，因为这样会出现卡喉、撑喉、压喉的现象，出来的声音也会没有质量，空、虚、散等“做”声音的现象。因此，要看看这一阶段的主要任务：一是不要看学的深浅问题，而

是观念是否正确，方向是否对，方法是不是和自己的自身条件与基础项符合；二是是否学会了理论和实际相结合的实际操作，不能模糊其音乐概念，这就关乎到要下大力气去研究音乐表现和技术训练这两个十分重要的基本功；三是学习需要和老师配合，学生和老师的配合是否愉快，个人的综合歌唱潜质是不是能把它找出来；最后就是这之中最关键的，即是否认真练习，而且做到了各器官好的协调能力建立，并且把它运用到了歌唱当中。这个过程非常重要，是属于关键的决定阶段第三个过程。

第三个过程：已经到了随心所欲的，摆脱技术，只为音乐内容服务的全新自在境界，当然这个阶段是很难得到的，它是把技术从有意识转变到无意识的领域当中，就像吴碧霞、雷佳、龚琳娜一样，她给人一种没有技术的、轻松的自然感觉，已经跳出了技术圈子，这当然就需要系统的、科学的、有方法的很多年的声乐技巧训练，才能掌握扎实的基本功，成为技艺合一的高手，这是自然歌唱状态才是真正的自然状态。

“自然的歌唱”给人的听觉感觉就是在演唱大小不一、风格迥异的声乐作品时，声音线条无一不是优美、流畅、自如的，高音区、中音区、低音区三个音区感觉是完全统一、没有音区之分，使听众觉得高音不感觉高、低音不知道低的音区统一感觉，无论从声音的大小、音量、强弱、力度变化还是音色都是完美的，给人一种有技术、没有什么方法之感，只有自由自在的音乐之感。

（二）技术过硬的音乐表现

1. 声乐技术

邹文琴对声乐教学的要求就是要打好两个基本功：一个基本功是掌握正确的歌唱方法和发声技巧，另一个基本功则是音乐表现能力。这就包含了对音乐作品全方位诠释能力、音乐各方面基础、音乐先天感觉及后天修养还有审美带来的灵感触动的创作欲望、还有其他音乐元素的影响，而歌唱方法和发声技巧是学习声乐的基础，当然技术是为音乐服务的，然而没有技术，也谈不上如何表现音乐，没有音乐光有技术也不行，那样就变成了如同发音的机器，自然也谈不上人们常说的技艺结合，两者相依相存才能在艺术的道路上走得更远。

邹文琴要求用技术唱歌，她强调只有技术好，才能在表现音乐的过程中无负担的歌唱，才能把音乐唱的更好。她所说的“技术”就是歌唱呼吸、歌唱语言、歌唱共鸣、歌唱位置（即气息要深），声乐教师要加强对学生呼吸控制能力的训练，歌唱的动力和基础就是科学的呼吸，而正确的呼吸就是保证音质和音色的主要方式。字要正，腔要圆，共鸣要集中，要透，位置要对，这些都有各自功能和特点，既相互独立，又相互依存，谁也离不开谁，只有互相配合、互相帮助，才能使歌唱状态正确。她在中国传统音乐的基础上，结合西方声乐的先进理论和发声技术，形成了适合中国民族声乐演唱的科学方法。通过吸取美声的训练方式，对音域的拓宽、声音的训练有很好的帮助。讲究脑子要走在声音的前面，在练习之前要在脑子里想好，再去唱，保证每一次的联系都是对的，这样才能更快去掌握到好的技巧。在咬字过程中，字头、字腹和字尾的重要点，以及每个字的韵母都要归到位，把韵母唱响，这样才能在长久的练习中最终达到字正腔圆的表现要求。这样也就要求在学生开始学习声乐的时候，老师就要首先把正确的理念介绍给学生，并在逐渐的训练中让学生掌握正确的歌唱方法和技巧，以及离开老师后也能清楚的知道哪些是必须坚持的，哪些是需要加强的，这些在脑海里是要有想法的，一定要在平时的学习中就要在训练科学的歌唱方法和技巧，进入百花齐放、自如轻松的自然歌唱。

在教学中邹文琴一直强调重视“技术”和“音乐”这两个基本功，技术与艺术就像声与情一样，是相辅相成、缺一不可的，是辩证统一的关系，具有各自的特性和功能，但又不能孤立存在，只有相互依存、互相配合，共同协调，步伐一致，才能完成歌唱过程。歌唱技术的学习，简单地说，就是在演唱作品时对声音所需求的各种技术环节，通过系统的、规律的、有步骤的发声练习，在逐步提高歌唱发声的生理机制下，调节各歌唱器官的协作运动，养成良好的歌唱状态，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服务。声乐教学中，邹文琴明确提出技术不是目的，是表现音乐的重要手段，是为音乐服务的，是为音乐做准备的，但技术又是声情并茂的基础和前提，有了良好的声音才能在表达感情时没有声音的负担而完完全全用心、用情去歌唱，“工欲善其事，必先利其器”，有良好声音技术做铺垫，才能更好地表达我们心中所要表达的情感，从而与听众产生共鸣。有些歌唱者情感表达夸张却没有过硬的技术功底，这会导致声音线条不连贯甚至在激动时出现破音、跑调或者唱不上去等让人感觉自己的

嗓子也不舒服的问题，让观众大跌眼镜，只有好的音乐、好的技术才能将作品的音乐风格、情感和内涵正确地反映出来。

所以，在平常的声乐教学中，邹文琴始终坚持技术与音乐不能分开的理念，技术是为音乐服务的，是音乐表现的手段，不能在训练中只强调声音和技术的重要性，而等技术成熟了以后再要求其音乐，或者只管教技术。其实有些歌者就能感觉到，有时在唱到高音部分或低音部分时，要是只想着声音、位置，反而唱的不好，要是在音乐中去唱，把技巧的东西暂时放下不要想，想着音乐，想着意境，反而会唱得不错，所以，在一开始学习声乐就要注意这些，真正做到技艺结合、声情并茂。

2. 声乐心理

声乐既是一门艺术，也是一门科学，声乐演唱既属于生理运动，又可以纳入物理运动范畴，同时它还包含了一定的心理学因素。歌唱水平的高低不仅取决于表演者声乐技巧掌握的好坏，还需要表演者有健康的心理，如很多学生就会发现在下面练好的歌曲，各方面感觉都已经成熟，但一到舞台上就发现有些点做不好，声音发抖，脸色苍白，明明下面处理好的情绪也会出现问题，很熟悉的歌词也会忽然忘掉，或者跟不上伴奏，甚至会跑调，无法发挥出正常水平；相反，平时台下表现一般的学生，反而在台上可能表现不错，这样的情况是很普遍的，这就出现了技巧和情感外的另一个影响综合效果的因素：歌唱心理。这些平时都不会犯的，或者很少犯的毛病这时都会放大了跑出来，这就跟自己在舞台上紧张的情绪有关，这些紧张情绪是自己的心理变化所造成的，因为心理活动可以影响歌唱的声音，心理活动也可以影响歌曲中所表达的情感，在一首作品中，甚至一场音乐会中，歌唱心理对其影响贯穿始终，它影响着歌唱肌体的发声和情感变化，歌唱心理是影响歌唱者表演好坏的重要因素。

邹文琴是一个非常宽容、和蔼的老师，在教学当中从没对学生发过脾气，这是她每个学生共同的感觉，也从来没有说过一句过火的话。她的课堂上都是认真活泼的，她让学生自己体会，在唱对的情况下是什么感觉，让学生自己说出来，并给予肯定和表扬。在唱不到位的时候她总是用各种方法去带动学生往正确的方向走，没有表现过一次的不耐烦。她总是强调：“歌唱时必须要有舒畅的心情和

从内心歌唱的欲望,只有保持舒畅的心情,你的心理暗示也会是积极的,你整个状态也是积极的,培养学生具备健康的歌唱心理状态是很重要的,在课堂中还要随时调整学生的歌唱心理,当学生因为一下做不到老师要求时,可以停顿一下,让她喝口水,或者给她讲一个比喻,这时是不能着急的,我相信学生此时会很急,甚至很沮丧,这时要让她缓解一个钻牛角尖的状态,这样才能更快调整好。我能够理解学生并不是不想好好学,而是有些事做不到,作为教师这时不能批评她,不然更会使学生心理紧张,无法由衷地歌唱,要学会换位思考,要学会宽容。”当碰到不认真上课的学生时,邹文琴就会使用其他方法把学生“制伏”,如学生雷佳在一次考试时由于马虎粗心,成绩不好,邹文琴就给她讲“千里马”的故事,最后雷佳泪流满面,从心里认识到错误,在之后的工作学习中雷佳再也没有犯过马虎粗心的错误。邹文琴知道培养学生具备健康的歌唱心理状态很需要在日常学习中积累,对了的时候就给学生肯定,错误的时候就给学生缓解调整的时间,这样让学生感觉自己可以,自己能行,自信心培养起来对歌唱道路很有必要。

音乐是一门高度综合性的课程,在声乐教学过程中,教师不仅要教导学生的声乐歌唱技巧,同时也要注意培养学生健康的歌唱心理。因为在一些实际的操作中,因为心理出现的一些现象,让越来越多的声乐教育者在教学过程中关注和重视心理素质的培养。

对于声乐演唱心理在教学和演唱中的作用和影响,在歌唱中反应和出现的复杂问题和现象,也应从心理学的角度去认识和对待,比如感觉和性格问题,不能单纯看做先天的,而不顾后天影响所起的重要作用,因为歌唱的心理活动是非常复杂的:

(1) 歌唱是受大脑支配、在心理调节下进行的生理运动。歌唱器官是由呼吸器官、喉头声带、共鸣器官、咬字器官和听觉感受等各部分器官共同参与下的组合整体,它们相互制约,相互平衡,歌唱时只有各器官的整体协调、配合得当,才能正确的发声。但歌唱时首先要有心理上和思想上的准备,精神要集中,要有积极状态和良好的歌唱欲望,这是第一步。吸气时准备好共鸣腔体,使相对稳定状态的肌肉和喉头声带协同活动。在长期的训练中,要以整体协调为中心,去解决具体问题,不能采用揪这、放那这种治标不治本的办法,因此要根据歌唱器官在生理上的内在联系进行调整,达到铸造一个完美的歌唱乐器的目的。

(2) 歌唱通过大脑的意识而服从生理自然规律。歌唱需要根据自己的生理条

件，铸造自身乐器，但它是一种很抽象的乐器，是抽象和模糊的，是需要日积月累的不违背自然生理现象的正确训练来铸造。她强调说要了解自身乐器，对歌唱器官的生理解剖及发声原理要了解，免得闹了把胃和肝脏归到胸腔的大笑话；又如，歌唱的呼吸不同于人的生理性的自然呼吸，而是经过科学训练后做到的有意识的呼吸控制，并转为潜意识自然操作，才能使呼吸器官自如地参与歌唱的整体协调之中。

(3) 提倡用脑、用心灵歌唱，明确强调歌唱的整体协调要求。邹文琴常说：学习歌唱思路要对，宁可用脑唱一遍，也不要用嘴瞎唱十遍，要有意识去组织歌唱乐器的活动，充分发挥其功能，做到有计划、有要求、循序渐进的学习步骤，不怕程度浅、声音不完美、不成熟，只要思路对，抓住感觉练下去，必然会产生质的飞跃。无准备的、即兴的、勉强的练习会破坏了整体协调的作用，对于训练开始出现的顾此失彼的现象，是一种协调过程，要把这些问题放到整体的调解上，不能下巴紧或者喉头提就用外力去帮忙，这样不在整体上协调，就会出现一练习就会把注意力集中到某一个点，造成心理上的负担，但若把思想集中到整体协调上，在脑子里体会，这样效果会更好一些。对于每个学生的不同进度，给予具体的，针对性的练习，有所侧重，根据不同程度安排曲目，明确曲目的目的和要求。要用脑、用心灵歌唱。

3. 音乐表现

音乐表现是一种复杂的审美心理过程，以具有一定审美价值的乐曲作为表现对象，由注意、兴趣、动机、心理共同作用的结果，是对音乐美的体现、感悟和内化。音乐表现能力在歌唱中十分重要的，对音乐作品的全方位全释能力、音乐的各方面基础、音乐先天感觉及后天修养，还有审美带来的灵感触动的创作欲望。音乐表现能力和音乐歌唱技巧一样，不仅要有天赋，也要在学习注意多方面的艺术修养，多读书，不断拓宽自己的知识面，这需要长期的不断积累，在日常生活中去培养，多听各种音乐作品，对日常生活中的情感体验进行总结、感悟。其实在最初，音乐就是表达内心情感的一种方式途径，一个人会因为心情愉快而情不自禁地哼起小曲儿，在心情悲伤的时候听到某首曲子，就会泪流满面，声乐就是让大家唱出自己的情绪，唱出自己的心声。邹文琴认为，“音乐”就是作品

的演唱风格，作品不同，演唱的风格、色彩、艺术手段也应不同。在多次的讲学过程中，发现学生的提问，大多数都是跟技术方面有关，她体会到现在有很多学生会把技术看到最重要的部分，针对这种情况，每逢讲学，她都会强调如何注意处理和分析作品，强调音乐的重要性，在平时的训练中，建立把技术与音乐绝对不能分开的理念，首先要清楚技术的目标性，技术是为音乐服务的，是音乐表现的手段；而音乐要是没有技术，那也谈不上好的音乐，不要在训练中只强调声音和技术的重要性，等技术成熟了以后再要求其音乐，或者只管教技术，不讲音乐，这样教学就容易出现缺乏情感表现，失去音乐的根本性质。因为情感是歌唱的灵魂，只有声音而没有情感的演唱就像一湾没有生命力的死水。

邹文琴的学生都在唱音乐，先不管他们学习的程度深浅，时间长短，大家都很认真的在唱其中的内涵，也就是音乐，而且每一个学生都有这种意识和习惯，因为邹文琴始终要求做好两个基本功，只有做好两个基本功，摆正音乐与技术两者的关系，才能更好的为作品及音乐服务，做到声情并茂，做到好听，更要动听。

（三）开放包容的音乐风格

1. 继承传统

邹文琴的恩师汤雪耕在《愿声乐表演艺术的花朵开的更加灿烂芬芳》一文中写到：“我国的民族传统声乐艺术，是经过我国人民几千年的艺术创造所形成的，它已积累了极为丰富的艺术经验，我们要很好地整理、研究其中的优秀成果，并把它继承学习下来，推陈出新，发扬光大。”¹⁹作为汤雪耕的爱徒，邹文琴在教学理念上深受其影响，她在给学生上课时不止一次提到对传统音乐的重视和尊重，她说：“中国声乐艺术的基础在哪里，基础来自哪里，它的根在哪里，那就是中国的传统音乐，中国传统音乐包括：戏曲、说唱、民歌和古曲，中国有 34 个省市，56 个民族，每个地域每个民族都有不同的东西和精华，我们要学习。”²⁰

温家宝 2004 年在中国音乐学院校庆时指出：“人民需要反映生活、鼓舞人

¹⁹ 汤雪耕.愿声乐表演艺术的花朵开得史加灿烂芬芳[J].人民音乐,1962(8): 19.

²⁰ 2013 年 5 月 8 号下午中国音乐学院采访笔记整理

心、健康向上的音乐；民族音乐需要在继承传统的基础上发扬光大，走向世界”。²¹这也指明了中国民族声乐的发展方向，在传统音乐的基础上，才能有更好的进步。而邹文琴一直追求的中国的民族声乐，用她的话说：“现在提出发展中国音乐，但没有传统音乐这个根，中国民族声乐就没法发展，中国的民族声音让人一听就是中国的特点，也必须是这样。”²²

在中国传统声乐中，对吐字、咬字有着严格的要求，戏曲和曲艺训练中就有传统的“吐字归韵”之说，讲究咬字时需要字头、字腹、字尾清晰，曲艺老艺人说：“字头要咬的狠，字腹吐的要圆，字尾收的要巧”，强调“依字行腔”、“字正腔圆，一字出三腔”。明代研究戏曲《曲律》的音乐家魏良辅指出：“曲有三绝：字清为一绝，腔纯为二绝，板正为三绝，”²³这里将“字清”放在了第一位，可见其对咬字的要求有多么重视。作为邹文琴的恩师，汤雪耕也在研究咬字吐字的问题中强调“字正腔圆”作为民族传统声乐方法的简要概括，戏曲家傅雪漪先生也有相应见解，受他们的影响，邹文琴在如何继承传统音乐文化上形成了独特的见解：要继承与借鉴好的传统精髓，为当前民族声乐所用。

2. 兼收并蓄

二十一世纪是一个多元的世纪，随着社会的发展，人们的审美要求也在不断改变，这就需要人们不断学习，不断进步，声乐学习者也概莫能外，如此才能跟上社会的步伐。邹文琴从小受家庭父母的影响，喜爱京剧，在中央音乐学院和中国音乐学院学习期间，又学了大量的戏曲、曲艺和民歌，传统音乐在她心里扎下了根，她坚信只有全面、深入掌握传统音乐文化，才能创造性地发展新的中国民族声乐。因此，在声乐教学中，她始终重视继承中国传统音乐文化的精华，并指出：“中国传统音乐文化艺术历史悠久、形式多样、个性鲜明，具有深厚的历史文化积淀和广泛的群众基础，我们必须立足传统，因为这是中国声乐艺术发展道路上，无论过去、现在还是未来，永久不衰的灵魂和依据，也是声乐演唱者对艺

²¹ 2004年中国音乐学院四十年院庆之际，温家宝致原中国音乐学院金铁林院长贺信内容，庆祝大会上金铁林院长发表讲话时，宣读了贺信内容。

²² 2013年5月8号下午中国音乐学院采访笔记整理

²³ 管林.中国民族声乐史[M]北京:中国文联出版公司,1998:575.

术作品进行二度创作的源泉与根基”²⁴。

但是，中国民族声乐要发展，只有继承是不够的，还要借鉴美声唱法的科学训练方法，比如呼吸、位置和声音共鸣的穿透力等，从而形成一种不同于美声唱法民族唱法，它以中国民族语言为基础、讲究语言的咬字规律，也就是既自然又亲切、清晰，让人听的得清楚明白，以独特的行腔韵味为特点、声音更圆润、明亮，风格更浓郁，以演唱和形体相结合的一种声情并茂地的、综合性的演唱形式。这种唱法必须符合中国人审美习惯，听的懂，听的美，要让中国人喜欢。在方法上借鉴西洋的胸腹式联合呼吸，拓宽自己的音域，使歌唱生命力更长，这样在演绎一些大的歌曲，难得歌曲上，使声音更有可塑的能力，音色更加丰富。

邹文琴声乐教学理论不断丰富、发展、完善的重要原因之一就是她不断接受新的思想、新的观念、新的方法。她主张学生放宽眼界，广泛地、大胆地吸取一切有益于我国声乐的其它艺术形式和外来艺术形式的宝贵经验。一个教育家的博大胸怀和崇高精神的体现就是开放思想和开放的教学理念，邹文琴在声乐教学中，虽然主张让学生树立正确的声乐观念，但是从不会将自己的思想强加于学生，束缚学生的思维，给学生留有较大的思考与发展空间，发挥学生的主动创造性。坚持创造性地教学，培养具有新意和个性人才，“借鉴”与“继承”并用，这其中尤以我国新艺术代表的龚琳娜、将创作及演唱于一身的实力派流行歌手韩红、“中西合璧的夜莺”吴碧霞最为典型。

²⁴孙艳红“自然的歌唱”邹文琴声乐教育观念及教学方法探究

三、声乐教学艺术实践

对于声乐演唱，邹文琴认为学生的条件不一样，天赋不一样，接受能力不同，各种因素都会改变教学目标，也就是一个人的天赋很重要。这种天赋就是音乐的素养和感觉，比如歌唱的情感，老师也只能通过引导去激发其本身的潜质，并不能给予其内在的东西，所以歌唱中音乐的感觉最为重要，嗓音可以去调、去教，接受能力、理解能力的不同，也只是时间长短的事情，但音乐的感觉那是无法给予的。所以天赋很重要，学习声乐不能光是喜欢，环境、机遇、从小的学习等都很重要。

谈到方法，邹文琴认为，方法没有新旧之分，只有正确与不正确之别，正确的必是科学的，不正确的必有不科学之处，不能全否定，国外的也并不一定都是对的。每个个体都存在身体差异性，要吸收他们的科学的地方，那就是遵循人体的自然规律、人体的生理规律，唱歌时人作为一个乐器，必须遵循乐器的规律，那就是人体生理规律，每个人生理规律是不一样的（这包括人的高矮、胖瘦、声带长短与薄厚以及口腔内的一切），所以发出的声音、音色是不一样的。邹文琴认为，每个人都有自己的音色，根据每个学生不同的生理特点，从身体乐器上做细致细微的调整，发出符合作品风格要求的音色，所以一场音乐会的风格是不同的，音色有变化，大体（所谓的大体就是指技巧之处）不变，但什么样的作品，就有什么样的音色，首先要有个整体感，歌唱的整体感，在基本状态，基本条件下做出微调，不同的作品不同的音色，符合这个作品的要求，如共鸣也不是一首歌当中所有的都是一个共鸣，不需要共鸣从上到下都是通的，如有些作品只要头声多一点，有的胸声多一点，有的口腔声多一点，这样一场音乐会的作品才更丰富多彩，唱什么像什么。

大家都这么教，唱什么都一样，但邹文琴就是把学生的潜力往深了挖，她追求声音色彩的变化，风格的不同展现，桃是桃李是李，基本功越好，音乐手法变化的越多，越丰富，对作品研究越多越深，变化的东西也就越多，也就更加吸引人，内涵也更加丰富。

（一）声乐技巧训练

35 个韵母都要在一个位置上，它们的着力点都在哼鸣的点上吸通挂位置起保持吸气位置。位置、气息、语言和共鸣是每个学生都要面对的技术关，他们各自有自己的任务、功能和特点，这几个条件不能分割，他们相互联系，互相作用相依相存、缺一不可，只有这四个都做好，才能形成歌唱的整体感和歌唱训练的完整性。

1. 呼吸方法

呼吸是艺术表现的重要方式，它是歌唱的基础、歌唱的动力，可以说歌唱的艺术就是呼吸的艺术。有人说在歌唱中解决呼吸等于完成歌唱的百分之六十，不会呼吸就不会歌唱，这也是强调呼吸的重要性。歌唱的呼吸方式按常规理论被认定为三种：一是胸式呼吸法，来自民族民间戏曲的透气和换气，属于相对较浅的呼吸方法，主要依靠胸廓围径大小的改变来控制气息的运动；二是腹式呼吸法，是一种依靠软肋扩张、小腹鼓起和收缩的呼吸方法，其吸气位置比胸式呼吸法要深；三是美声唱法的胸腔联合呼吸法，这种声音丰满持久，合乎生理机能规律，胸腔呼吸，肺的扩张，使横隔膜下降，腹部对抗、微收，歌唱时吸气使胸腔打开，脊椎两侧肋骨扩张，用气息控制声音，找到气息的对抗力。

在声乐学习中，邹文琴教授提出要“眉头开、喉开、肩膀开”，即她所归纳的“三开呼吸法”：

（1）眉头开。在声乐课堂上，邹文琴多次强调歌唱时脸要张开，让脸部的器官做出一个积极的态度，使之处于兴奋中，这样就能帮助学生找到点的共鸣，声音的集中点。

（2）喉开。在往肺里吸气时，一定要注意把喉头打开，在吸凉的情况下，感觉喉头在移动，而这个方向就是下沉、左右打开，同时肩膀自然向下，此种状态下能帮助学生清楚认识到出现提喉的现象，从而导致会出现声音挤、卡。“喉开”有助于在自己练声时寻找到正确的声音，比如听自己声音，很多时候容易找自己亮的音，听起来还沾沾自喜，感觉声音有穿透力、响亮，其实可能就是错觉，要客观的听自己声音，自己感觉大的声音，在别人听起来可能是很小的，点不集

中、压喉等错误的发声，才出现这样的现象。练声时本人感觉在开喉吸凉的地方直接唱，也就是气通了才能发动身体的协调性，而这个气息就像邹文琴所比喻的发动汽车时的钥匙，当身体发声器官协调好，这样发出的声音才是好听的声音，而且永远不要把声音放到嘴里，听自己的亮音，要把声音录下来再去听，就会很明显的感觉到自己的错误点在哪个地方。

(3) 肩膀开。肩膀开是在打开肩膀的时候，歌唱者能体会到脊椎挺立的感觉，有学生在学习声乐的时候可能会听到老师这样说，把背直起来，身体贴到墙上感受脊背支点的力量，其实这和很多老师在教学时说的脊背立住的目的是一样的，就是为了更好明确脊椎的支点，更好的为下一个步骤服务。

“三开”的吸气，会使唱歌发声状态更清晰、更有准备、更积极，能帮助学生更加放松的进入到歌唱状态中，让学生对声乐学习过程中的呼吸技巧具有更深的理解。

2. 发声方法

这里所说的发声方法，也就是邹文琴指出的声音的高位置，而这高位置的发声方法也是吸收了中国传统戏曲的特点，比如京剧和豫剧，它们有独特的行腔和韵味，这些行腔和韵味的表现就是在高位置的头声，也是很多老师所提及的唱到眉心那里，眉心集中那里发出的头声，也就是高位置声音。在戏曲中，对于头腔的焦点是非常重视，也是很科学的，所以在声乐学习借鉴了戏曲的高位置发声方法练习，在练习当中首先要有明确的歌唱位置感觉，这样就会有意识的去感受高位置，也使发声点更加明确、集中；反之，如果模糊了发声方法的观念，就容易使声乐学习者混淆，把喉、口腔或鼻腔里的声音当成正确的声音。因为在喉、口腔或鼻腔里发出的声音在自己听的时候会感觉声音更大、更响亮，容易误导自己，这样也容易导致喉肌和舌骨上下肌群紧张，出现高音上不去、低音下不来的现象，保持松弛的状态，声音才能圆润、高亢，有爆发力，有艺术性。

发声方法对每一个学习声乐的学生都深有体会，发声的好坏直接关系着之后的学习进程是否走的远。

3. 练声方法

练声是学习声乐的必要手段,也是提高歌唱基本功的重要过程。邹文琴认为,练声时首先明确概念是否清晰,要有正确的概念作为指导,是否有一个正常的符合自己声音条件的歌唱状态,以及明确的练声目的和针对性。她强调一个学生从练声开始,就要把练声曲作为歌曲来唱,要有情感的去练声,要保持积极情绪,兴奋起来。把练声当成歌唱去练习,也就是要求学生树立歌唱的重要思想是唱情,而不可把声音训练放在学习声乐的第一位。无论声乐学习者学习的时间长短,技术深浅,都要在歌唱中体现出音乐来,首先要知道为什么练声。发声练习是实践正确的声音观念,也清楚什么样的发声是科学的,只有掌握正确的发声方法,才能在歌唱上表现的更加自信,增强自己的能力。提高歌唱能力,只有天天学习、训练,才能巩固歌唱状态,就像老人说的:“台下十年功,台上一分钟”。

邹文琴认为,练声中哼鸣练习是十分重要的。通过哼鸣练习,有助于打开喉咙,能更好的使喉部肌肉放松,促进发音歌唱基本功训练的前提就是“打开喉咙,稳定喉头”,这是关系到歌唱者声乐技巧能否顺利发展的关键之一,也直接影响到声音的好坏。哼鸣还有助于找到声音的共鸣,只有掌握了良好的共鸣,才能使原本单薄的声音获得将其明显改善与解决的有效手段。哼鸣时,无论开口哼或闭口哼,都要感到嘴里没有声音,哼的音量不大、音色柔和、流畅,双唇的开合毫不影响哼鸣的连贯性及音色的统一,若双唇开与合发出不同的音色、不同的音量或不流畅的声音,就是不对的,因为这意味着位置低、气息不通。教师要把这两种感觉演示给学生听,通过对比,学生不仅能听到,还能看到,这样才会加深学生的记忆,从而真正的理解教师的意图²⁵。

她认为,练声是解决歌唱呼吸、歌唱位置、扩展音域、加强声音能力的基础,不能把练声仅仅看作是为了开嗓子,或者不练声照样可以唱歌。本人身边有些同学或朋友,感觉练声就是为了开嗓,跟唱歌没有关系,一出声就不管不顾,但是时间一久就发现,他们会把练声的一些坏毛病自然的带到歌唱当中,这些都是现实的例子。对此,邹文琴就讲到,要意识到练声的重要性,练声时要动脑子,要想好后再去练,不要在脑海里毫无准备的状态下,下意识喊叫,要把意识走在状

²⁵邹文琴 从教学中看歌唱心理的作用音乐周报[N] 2000(09月)

态的前面，状态走在声音的前面，时时刻刻用脑子去引导歌唱的状态，要记住练声不在于练的时间有多少，而是动的大脑有多少；若状态不正确，开口就唱高音，这样对声带的耗损是很大的，特别是经常如此的练习，不仅不会有进步，反而会让声带受伤，甚至病变。只有在正确的状态下，有恒心、有耐心，不能三天打鱼两天晒网，当生病（如感冒）的时候，可用很小的声音练上一小会，只要找到感觉就好，长期的锻炼和巩固，再把练声的状态运用到歌唱中去，才能唱好作品。

她强调，练声时要注意以下要点：

（1）一定要养成脑子走在前面，养成先想后唱的习惯，认真唱好每一个音，不要像走过场似的欺骗自己；

（2）最好在舞台的站势去练声，这样也是最符合生理规律的姿势；

（3）从哼鸣开始，在哼鸣的位置开始从低到高，从易到难，逐渐扩展音域；

（4）a、i 等单韵母作为一般练声，随着音乐训练的加大，可以连一些由慢到跳的复杂的母音，也可以把意大利的 a、e、i、o、u 拿来练声。应该根据学生的具体情况决定采取哪些母音练习，除此以外还可以在单韵母和母音前加子音，如 ma、na、le 等(也是声乐教学中经常采用的)²⁶；

（5）练声时，不要去听自己所谓亮音而自我欣赏，更不能为追求亮音，不顾方法不顾科学地使劲唱，大声吼叫就会加重喉肌的力量，喉音及其舌根音的毛病就会出来；

（6）练声是要像唱声乐作品一样去练习，加强练声的歌唱性。

²⁶孙艳红. “自然的歌唱” 邹文琴声乐教育观念及教学方法探究[D]. 华中师范大学, 2012(10)

4 上课示例

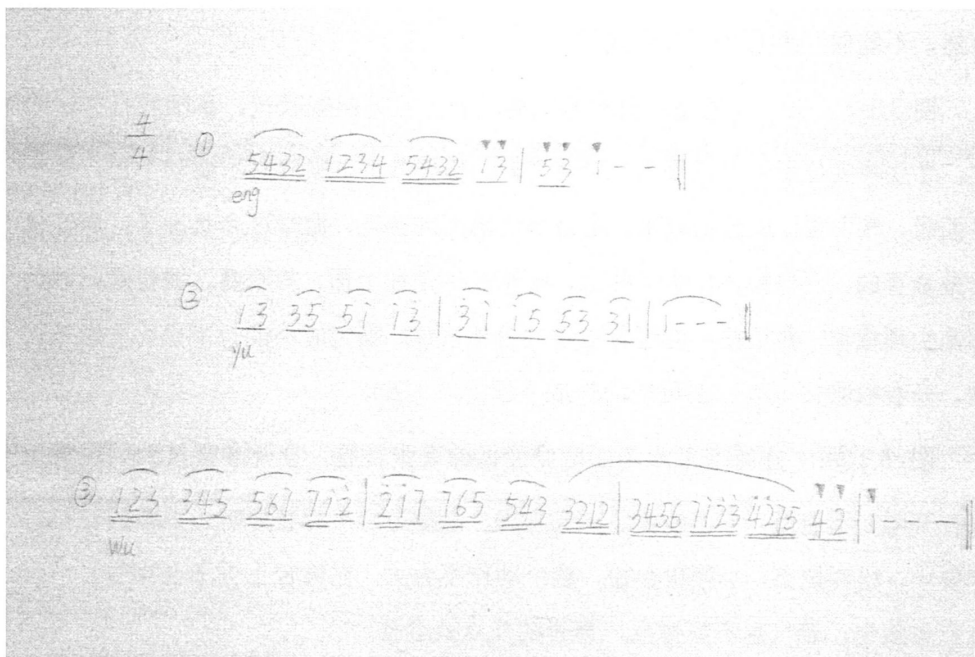


图 3.1 上课示例

这是一位进修学生，有一定的声乐技巧，但她的气息和声音的连贯性不是很好，所以在练声的曲子中会出现比较多的连续性的声乐练习曲。

图 3.1①：在邹文琴的教学中，哼鸣是每个学生上课时必须要练习的，只是复杂程度不一样，这是要看具体对象的情况而定。哼鸣是很重要的，通过哼鸣练习有助于打开喉咙，能较好的使喉部肌肉放松，促进发音歌唱基本功训练的前提就是“打开喉咙，稳定喉头”，是关系到歌唱者声乐技巧能否顺利发展的关键之一，也直接影响到声音的好坏；哼鸣还有助于找到声音的共鸣，只有掌握了良好的共鸣，才能使原本单薄的声音获得能将这一毛病能得到明显改善与解决的有效手段，所以这也是邹文琴学生共有的一个练习。在这位学生的哼鸣中，邹文琴强调要保持唇齿之间自然的状态，不可做出来的微笑，要感觉声音是垂直的，不能横，把嘴唇竖起来，吹着走，每一句结束都要把气息最后吐掉，重新吸气，口盖要高要抬起，嘴放松，米吗要藏着走，声音垂直起来，竖起来。有些老师认为民族声乐就要有民族声乐的音色，这样就导致了有些学生为找那种音色，舌头拱起来，把嘴形肌肉的力量也加进来找到所谓的音色，但这些都是做出来的不自然的

声音，一定要爱护自己的声音，爱护自己的音色，在自身条件的基础上再去唱作品，不能违背自然生理的规律，所以不能一上来就把嘴巴做一个微笑状，一切要自然，不能假，声音要松开垂直

图 3.1②：要求垂直走，五个共鸣腔打开，打开喉咙吸气，鼻咽腔打开，哼住，寻找哼鸣位置，气挂丹田，口盖打开，想好共鸣，吸气时不要动下巴，要在里面吸，气下去，口盖抬起来。这是一个垂直的感觉，做好这个状态了，声音也会是垂直的。下巴松，打哈欠往上，吃东西也是往上面，打喷嚏，哭也是，这些都是生理规律，要记住不能违背生理的自然规律，吸气时不能拉下巴，下巴是松的，开着喉咙往下吸，不可把动作放下巴上。

图 3.1③：在练习基本功的时候要做的夸张一些，在开喉吸气的同时把口盖打开唱，不能僵，下巴解脱了，气息深、位置高后声音就好听，小腹的对抗力点要小，松对抗点，小腹也会松，整个动作不会大，在舞台上也不会难看，声音焦点也集中。若气息不好撑喉，声音的焦点就会摇。

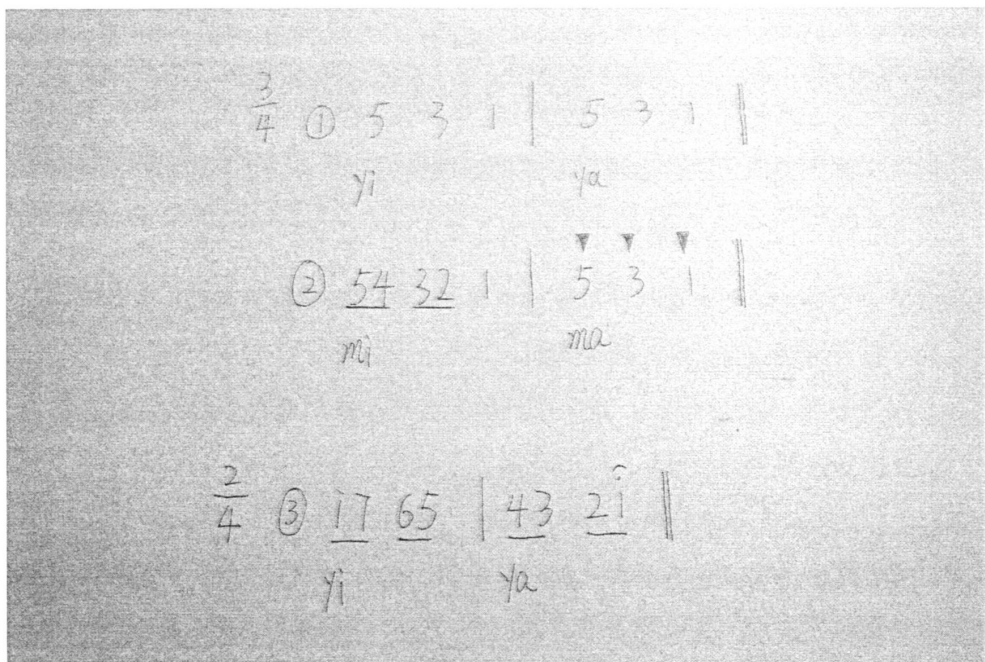


图 3.2 上课示例

这是邹文琴的本科学生，由于学生还在打基础的阶段，练习曲相对简单。邹文琴首先还是强调气息位置的感觉，怕学生在吸气过程中吸的浅，唱着唱着

容易堵住，所以邹文琴要求：

在图 3.2①：让他们每次唱完都要在吸气吸凉的地方去发声，在唱 yi 的时候想着哼鸣的位置，然后带出 ya，唱的时候强调吸开想好丹田，注意对抗的气垫，脚底站稳，吸开，小腹要跳起来。

图 3.2②：这里 ma 要跳起来挂好位置，要在里面吸凉吸开，就像跑步回来大口吸气，是里面吸，气道打开唱，嘴放松，开口吸气，吸开吸通，越到高音越要注意气息，要通，声音灌下去，落到丹田，要时时吸凉，在吸凉的地方唱，声音在一个点上，牙以上的声音，哼在哼鸣的点上。

图 3.2③：注意小腹，脚底踩住，注意丹田，挂上位置，唱完每句要松掉，重新吸气，声带不能松，要闭合起来，不然出来的声音就虚，没有穿透力。

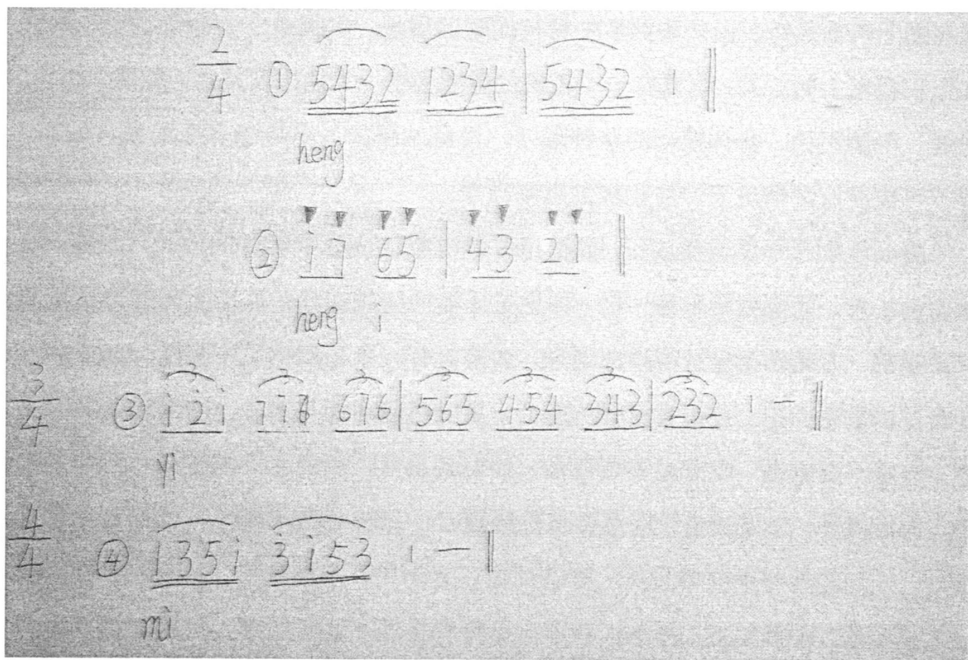


图 3.3 上课示例

这是邹文琴研究生学生，她要求这位学生头腔的点要更为集中一些，所以在练声当中邹文琴让她练习哼鸣。

图 3.3①: 在唱之前邹文琴要求哼鸣的连贯性, 以及哼鸣位置不动, 找到头腔的共鸣点。

图 3.3②: 用哼鸣带出 i 音, 口盖要在演唱时调整, 胸腔要开, 小腹要收,

口盖要抬，这三点要同时做，高位置挂住，丹田要注意，声音要永远挂在哼鸣位置，想好哼鸣的感觉再唱。

图 3.3③：在找不准感觉的时候 heng 一下，注意小腹的对抗点，想好哼鸣。

图 3.3④：还是要找到哼鸣的位置，这样啃住，哼住，要注意是牙齿以上的声音，不能掉嘴里，这种连贯的练声能更好的帮助学生拓宽音域。

（二）形体表演训练

1. 课堂训练

邹文琴对她的每一个学生都要求在课堂上都养成一个良好的歌唱姿势，这不仅有助于声乐训练，也关系到学生精神面貌的展现。歌唱是一个全身运动，要有一个积极向上的心理，也要有一个正确的歌唱姿势，不能出现挺胸、驼背、低头、伸脖、两脚不稳、身体摆动的这种陋习，没有站相的人不可能有好的精神状态，更不可能在这种情况下产生积极的歌唱欲望。

提到她歌唱中要保持放松，放松指在歌唱整体协调中相对的放松，不是不在状态的松垮，就像钢琴乐器一样，如果把乐器的弦轴拧松，那样出来的声乐是没有质感的。人体乐器也是同样的道理，如果没有一个正确的歌唱姿势，就很难达到良好的歌唱状态。要重视身体的重心，重心应放在两只脚上，因为这是歌唱的根；双腿不要紧绷，膝盖也不要弯曲，要站的自然，肌肉也不能紧张，双肩要向下、向后展开，双臂放松，双手要自然跟随音乐做出相应的姿态，根据音乐感觉走动，一切的手势动作要自然，姿态都要在音乐中，不能做作、盲目，否则只会让人感觉假，没有美感。每个人对于自己的脊椎还不是很了解，只是知道要用力量的时候由腰椎向上、向下延伸的感觉，这也是在声乐学习当中起作用的部位，就像有很多老师讲到唱歌的时候用抬钢琴的感觉去唱歌，当然这个抬钢琴就是需要脊椎包括颈脊、胸脊、腰脊、尾脊，而这个腰椎上的力量，就是在唱高音的时候需要的爆发点，从审美上来讲，腰椎直起来会给人们一种挺拔、充满活力激情的阳光感。

整个脸上应该是积极的，像在看远方的爱人，内心是激动的，眼睛里就像看到了那个你在看的人，感觉面前就是自己要唱的画面，要有这样的情景出现；微

笑是不仅是为了有好的唱相，还能让自己放松以找到歌唱状态，但微笑不能是做出来的笑，一切都要自然，自然的微笑同时也为了抬起笑肌，保持高位置。所以一个好的歌唱家在演唱的时候，她的面容是自然的，舞台形象是美的，给人一种积极、乐观的感觉。歌者面对观众时，她的感觉也是开的，笑得开，唱的开，站姿时肩膀开，以及挺胸的胸开，全身保持兴奋，这样，不管是形象还是声音都是美的。要杜绝歌唱者站相、唱相的难看，如果一个人拉着脸，又摆动着身体，不仅让人看着不美，还会让人感觉难受，在声音上那就肯定难以达到全身协调，难以有效调动发声器官，发不出纯正的声音。所以在课堂上就要注意自己的形体习惯，只有调好自己的呼吸，整个状态是放松的，才能有效调整并察觉到自身身体上的不自在和音色音质的缺失。只有保持良好的形体习惯，并用于表演中，这样，不仅从声音上获得美感，也能从整体上体会到音乐的完整性。有一个学生在唱《小曲好唱口难开》时，邹文琴鼓励学生拿一双筷子和一个小碟子加入歌唱音乐表演中，在唱时加入形体动作的表演，在演出时效果很好，这样不仅从声音、音乐情感中得到想要的美，更是从整体上丰富了音乐。肢体语言在音乐中的应用是必不可少的，邹文琴在课堂上是按照舞台的标准要求，她认为好的歌唱姿态，不仅可以帮助解决声音的问题，也符合中国人的审美要求。

2. 舞台实践

声乐艺术不仅是听觉艺术，也是视觉艺术，对演唱者来说两者是都很重要，这直接影响大众对歌者的整体评价。邹文琴对于舞台要求也是注重的，在河北省歌舞剧院十多年的演唱经验，使她明白如何将听觉和视觉完美统一，从而带给人们对于美的完整享受，将听觉艺术和视觉艺术运用于舞台，实现声、情、表、味、韵与音乐的完美统一。

这里，听觉艺术就是指演唱技巧，包括声音、音色、歌曲处理、强弱、速度、力度、音准、语言以及和伴奏的合作等；视觉艺术包括舞台场景布置，歌者的仪态、表情、步伐、服装等。歌者出场时要身板挺直，不可僵硬，从侧面看要柔和，头要稍稍抬起，表现出自信。这样就让人一眼看到自己的精、气、神，给人以积极的感觉；站姿是头要正，双肩放松，面部要自然，有喜怒哀乐之分，什么样的歌曲，就给以什么样的合适表情。身体挺直，收腹，脚要稳，男性双脚分开不能

超过肩宽，女性丁字步，但是演唱歌剧时身体的一切动作都要根据剧情需要来改变；舞台上会有麦克风，要调整好麦克风和嘴巴的距离，太近容易出现喷麦、炸麦现象，而远了则音量小，特别是在比赛过程中，会很吃亏；离场时要鞠躬，什么方式都好，但要表现的很真诚。

眼睛：俗话说眼睛是心灵的窗户，人的情感反应都是能通过眼睛表达出来的，不同的心态反映出来的眼神也是不一样的。京剧大师侯喜瑞对舞台表演中眼神的要求是：“眼是心中苗”，而梅兰芳也把眼神练习的灵活传神。这些都是强调眼睛要有神，要为整体艺术完美工作。在舞台上要懂得“眼法”的表现力，在眼光里可以看到高低远近、喜怒哀乐以及春夏秋冬，眼法的表演把歌唱活了，唱出了内涵内容，这样才能更好的抓住歌曲意境及观众的心。

手势：手势动作是丰富的，应该根据歌曲的内容需要自如的做一些手势表演。手势大体可分为以下几种：引、定、开、合、托、错。要把手势动作作为表现感情的一部分，形成歌唱无声的语言，使歌声、手势和情感完全融入到一起，但这些手势不能太多，要自然，做到随情而动，做到无意之间，不能为了做动作而做动作，那样只会感觉假，也就失去了手势辅助表演的意义。动作应松而不懈，能刚能柔，表演自如，在歌唱艺术的表演中，应该以唱为主，动作辅助，不可喧宾夺主。

（三）表演审美诉求

1. 于情于理的风格诠释

我国民族声乐的基础和根在于我国的传统音乐，包括：戏曲、说唱、民歌、民间舞蹈、民间器乐。我国行政区划繁多，又有 56 个民族，每个地域每个民族都有不同的东西和精华，如果新疆维族到了汉族生活的地方，受到当地地方环境的影响，那他唱的就不是纯粹的本地音乐了，挪开本地，离开了自己文化环境的氛围，他的东西就变了。我们学习原生态，只能了解某个地区、某个民族的东西，但不能照搬，你搬的再像，那也是学过来的，只是像，而不是原生态的；但这些学习和了解，会在不自觉当中丰富自己的演唱风格。对 56 个民族的音乐特色有了解、有学习，这样才能更好的为我们的民族声乐所用。原生态一样，每个时期

的环境不一样，每个人的心态不一样，爷爷唱的原生态和儿子孙、子那也不一样，所处的社会环境、生活条件以及氛围不同唱出来的东西都不一样，在声音条件上、在理解上包括音符、节奏都不一样。因为原生态的东西就是口传心授的，如赶牲灵，在当时时候那是一种苦难生活的写照，那是盼望和亲人的团聚，而现在的生活环境了，有了便利的交通、通讯，感受不到当时的情况，更多的时候就把赶牲灵就变成了一种调情，所以不同的时代，不同的一代人，所唱出的赶牲灵的曲调、风格、心境也都是不一样的。同时，每个地方的整体歌曲风格也都是不一样的，如陕北这些地方，由于地理环境原因，这沟到那沟看着很近，但沟却很深，走到跟前那是很远的，所以很多曲调都是长音。邹文琴去陕北秦岭采过风，她说，当地的音乐风格和当地的地理环境有关系，有鲜明的空间感，因其山岭纵横，交通不便，有时对着远方喊话便是常有的事情，所以，当一个孩子跑到沟边拖长声音的喊叫“大（爸爸的意思）”，这一声拖到足够长，才会引起岭那边的父亲注意，“回家吃饭了”每个字都会叫的相对其他地方的要慢、要长，喊出空谷回响的效果，才能让岭那边的人听清楚。

这些原生态的东西就是民族声音的源泉，很多民族歌曲都吸收了它们的精华，它们的好多东西给了创作者灵感，创作者在经过自己的理解后，创作出新的作品。这些原生态艺术是民族声乐的根，对它们要尊重。

邹文琴不太赞成原生态的比赛，如云南的汉高、高腔，里面表达的都有自言自语的艺术风格，不需要音量，只是唱给自己，如《高原女人歌》，那是唱给自己听的，女人从早到晚要做活，要带孩子，干家务，而男人却在抽大烟，月亮出来了，该歇歇了，但不能歇，还要做活，这是唱自己的悲哀，小声的，自言自语的，拿出来比赛，那就不公平了。现在的歌唱比赛是音量的要求占第一，再加上灯光、服装、伴奏，那就不是原生态。原生态的特点还有一个就是可以随意改变音色音区，今天高兴可以把它唱的欢快，不高兴可以把它唱的忧伤，这完全是反映了他们的劳动生活和情感状态，反映老百姓真实生活。

邹文琴尊重传统音乐，认为它是民族音乐的根。在网上看到很多人认为邹文琴是以戏曲、美声为基础，但她认为这不全对，她认为自己是以传统音乐为根。她的教学完全尊重传统音乐，尊重中国五千年文化，在教学中她很重视古曲。古曲、民歌、原生态和戏曲都是邹文琴的研究范围，她有很多少数民族的学生，她要求他们把自己本民族的歌曲都找到，每一首都要唱会，弄清出处和来历，要采

访老艺人及老年人、年轻人无意识的演唱是什么状态,专业和非专业的风格特点,所以每一次假期她的学生都有任务,都不轻松,待学生返校后,邹文琴都要求他们把自己民族的歌曲唱到风格特点十足才能算通过。在学生的音乐会中,她要求必须有这些传统音乐,她认为这是尊重传统音乐的做法,现在提出发展中国音乐,但若没有传统音乐这个根,中国民族声乐就没法发展,中国的民族声乐让人一听就是中国的特点,也必须是这样。

2. 用心呈现的二度创作

亨利·伍德在《论指挥》一书中说:“音乐是写下来的没有生命的音符,需要通过表演来给与它生命。”²⁷每个学生对作品处理的感觉是不一样的,好的创作可以让作曲家自己都感叹。C.P.E 巴赫曾经谈到,作曲家写下的音乐作品,如果让“一个洞察力灵敏的、知道什么是成功演奏的人演奏这些作品,作曲者就会惊讶的发现,他的音乐中竟会有以前他不知道的、不敢相信的东西。”²⁸当歌者在演唱声乐作品的时候,不论怎样都已经成为了二度创作的作者了,就如邹文琴在演唱古诗词时讲到:“我不是古代人,我去研究古代音乐,分析琴曲,查阅记录当时的书,但这些研究肯定也不能完全达到当时对作品的要求,我只能用自己研究后的理解去唱出现在古曲的感觉”,这里面就自然的涉及到了这种无意识的二度创作。二度创作是有一定的规定和范围的,不可天马行空的随意乱改,一定要忠实地再现原作,更要通过再现对原作进行丰富和补充。

作曲家作品情感的真实和演唱者音乐情感的创新,是其主要的原则和要求。二度创作要注意两点:一是要认真分析作品,熟悉谱子,要知道创作者的创作背景,要探索作品原意,要尊重原作;二是要真情投入,声乐演唱既然作为二度创作,不仅应表现作曲家开始的创作原意,也要在作曲家创作的出发点上,表达出自己对音乐的创造性。对于同一个作品,每个歌者由于自己的生活环境、家庭背景和教育经历的不同,演唱的会有不同的感觉,但投入与否听众会明确的感觉到。认真用心的作品,才能感动自己,也才能感动别人。邹文琴要求首先要把作品唱规范后,再去做二度创作,把作品唱规范、唱对是她的最基本的要求,这是检验

²⁷闫妍.浅议钢琴教学中音乐表演能力的培养[J]《宿州师专学报》,2002(06月)

²⁸张晓阳.个性与共性在音乐表演中的地位和作用[J].大众文艺,2013(22).

一个人的音乐素养如何，如何使自己的二度创作更为丰富，邹文琴做出下面几条建议：（1）提高文化修养，学会辩证的看问题；（2）注意艺术积累，广泛吸收姐妹艺术的长处，扩展视野；（3）较好的音乐基础，灵敏的耳朵和善于分析解决问题的思维能力。调动积极因素，去领会作品的意境和提高音乐的审美能力，运用自己的音乐思维展开内心的音乐想象，才能更好的进行二度创作。

二度创作是技巧性与表现性的高度融合，声乐演唱才能展现丰富多彩的艺术特色，一部声乐作品由词曲作者完成之后，只有演唱者对声乐作品进行艺术加工，即经过二度创作的修饰后，变为有内在、有灵魂的歌唱，才能体会声乐演唱的魅力。

四、声乐教学艺术成就

邹文琴从事声乐事业六十余载，她“学而不厌，诲人不倦”（孔子）。自二十世纪五十年代末考入中央音乐学院附中开始专业音乐教育学习，通过自己多年学习和舞台演唱实践经验的积累与总结，在历经五十多年声乐艺术事业的研究中，邹文琴形成了自己独特的教学理念和教学风格；在教学实践与人才培养方面，她倾注了全部心血，为我国培养了吴碧霞、韩红、龚琳娜、严当当、雷佳、吴静和吕宏伟等一大批优秀的歌唱家。

（一）新音乐代表——龚琳娜

邹文琴的教学思想博采众长，广学深究，教学方法灵活，支持学生的探寻与追求，而且对学生自身条件的优势给予更好的发扬，在主张创造教学的理念下探寻每个学生的潜在能力。在这方面，最典型的是从附中就跟随邹文琴学习的龚琳娜，她是中国新艺术音乐的创始人和奠基人，被誉为“灵魂歌者”和“真正的歌唱家”，活跃在当代世界音乐舞台上。

龚琳娜 1975 年出生于贵州省贵阳市，从 1992 年考入中国音乐学院附中，到 1999 年从中国音乐学院毕业，这七年时间一直跟随邹文琴系统的学习声乐。在当时附中的学生当中，龚琳娜自身嗓音条件一般，很多老师并不看好，认为其形象和嗓音均一般，没有培养前途，但邹文琴在听其汇报后却发现了她的舞台表现力很强，在舞台上她有很强的歌唱欲望，其乐感及丰富热烈的感情表现一流；而且形体的协调性很好，这就是她很大的优势。于是，邹文琴老师决然收下了这位普通的学生，她认为这是一个值得培养的好苗子，只要因材施教，好好训练，必会取得优秀的成绩。从后来龚琳娜取得的优异成绩，足见邹文琴发现人才独特的眼光。

在具体的培养方法上，邹文琴针对龚琳娜的特点，除了通过训练强化其基本

功外，允许龚琳娜保持真声，尤其在声音大幅连贯的基础上，增加了演唱表现力以及情感丰富的歌曲，让其大量学习歌剧，演唱各地戏曲，以充分发挥其特长和潜质。在一次音乐汇报上，龚琳娜演唱的一首《天下黄河几十几道弯》，这本是一首男生作品，极具地方特色的陕北民歌，在演唱的时候龚琳娜在舞台上穿的很随意，却贴切这首歌，演唱时她加入了秦腔的艺术形式，来表现男人的边爽，在舞台表现上她在唱到第二段的时候，边表现摇船的动作，边晃着脑袋，唱到开心之处把外服推掉直接扔到舞台上，不做作，一切都是合情合曲，把那种豪迈的北方汉子形象表现的淋漓尽致，让人随着她的歌声，随着她创作出来的情景感受黄河船夫的心情，她所演唱的歌曲风格表现得极其到位，艺术技巧自然到无所顾忌，是一位真正的歌者。

龚琳娜获得了一系列非常有分量的荣誉。1999 年，鉴于其优秀的民歌演唱水平，她获得文化部“民歌状元”称号；2000 年，在第九届全国青年歌手大赛中，她因演唱《斑竹泪》荣获民族唱法专业组银奖；2002 年，她演唱的《孔雀飞来》在全国广播新歌评比中获得金奖，并在中华民歌广播大擂台中荣获十大金曲、全国民歌排行第一名。

2004 年电视连续剧《血色浪漫》在中国热播，其中，由龚琳娜演唱的《走西口》、《满天的花满天的云》、《绣荷包》等陕北民歌，感动了无数的观众，成为陕北民歌演唱的经典。从她的演唱中可以看出她对各个地方的民歌风格把握得非常精准，她运用真假声混合的演唱方式，既表现了陕北的真，也表现了陕北的悲凉。

在取得这些好成绩后，龚琳娜并不满足，她毅然放弃了鲜花和掌声，跟随 2002 年在北京结识的、对中国音乐颇有兴趣的德国籍作曲家老锣（Robert Zollitsch），去追寻她艺术创新的理想，老锣相信这十多年扎实的基本功可以帮助龚琳娜在未来的艺术道路上取得更好的成绩。邹文琴也一直对龚琳娜的探索给予支持，这么多年的学习经验，她以大胆的创新游离于民族、流行、还夹着各种音乐元素的声乐之间，被誉为中国新艺术音乐的奠基人。

在 2013 年江苏卫视《全能星战》的舞台上，龚琳娜从民歌到戏曲到流行音乐以及爵士进行了全方位的展现，她那扎实的演唱技巧和丰富热情的舞台表现力让她在任何的音乐风格中都如虎添翼。

（二）通俗歌手——韩红

韩红，1971 年出生，西藏昌都人，中国通俗界非常有实力的一位创作型唱将。韩红 17 岁开始跟随邹文琴学习声乐，对于通俗歌手韩红的训练，她指出：对流行歌手的培养虽不像学习民族声乐或学习欧洲传统的学生那样要求声音、那么强调其声音的位置和低的喉位，但是在唱某一首作品上的用声感觉还是要统一的，主要强调要用流动的气息去唱音乐的感觉，强调音乐感觉和音乐表现²⁹。韩红在当时还是很瘦小的小姑娘，气息是弱的，所以，邹文琴注重加强对韩红气息的训练，她认为气息对于任何唱法都是必需的，气息的好坏决定以后的发展，所以作为声乐演唱形式之一的通俗唱法，同样离不开气息的支持。对于气息的训练要唱一些加强声音张力的歌曲，扩展音域，以便之后有更多的可塑性，于是，邹文琴让她唱歌剧、咏叹调，还有意大利歌曲，这些涉及全面的音乐歌唱训练使韩红受益匪浅。除此之外，邹文琴还强调其自身艺术修养的提高，她曾经说一个人走多远，到最后就是要看他的艺术修养，要看平时的积累，从书本上、美术中以及各种形式的艺术中，从地方特色到世界音乐，民族的、美声的，流行的、非流行的各种音乐现象，这些都是培养艺术修养的源泉，能为音乐道路添砖加瓦。韩红在这上面就很关注，也有悟性，所以在流行歌手里面很难找出像她这样全面的歌手，作为中国实力唱将的她不仅声音美，文章也是很有水平，不仅会弹琴还会创作，是一个全方面发展的歌者。

由于邹文琴给她打下了扎实的基本功，所以她能够演唱不同难度的歌曲，让这些技巧完全为自己的音乐服务，即使在很忙很累的情况下，她的音色依然那么好听。她也很清楚的认识到，自己这样的好状态是跟扎实的基本功分不开的，所以她对于夸奖她的听众、朋友，她都骄傲的讲：“你应该听听邹文琴的教学课，看她是如何把一个流行歌手‘修理’成这个样子的”³⁰。

²⁹孙艳红. “自然的歌唱” 邹文琴声乐教育观念及教学方法探究[D].华中师范大学,2012(10)

³⁰孙艳红. “自然的歌唱” 邹文琴声乐教育观念及教学方法探究[D].华中师范大学,2012(10)

（三）中西夜莺——吴碧霞

吴碧霞，湖南常德人，歌唱家，中国音乐学院教授，国务院政府特殊津贴专家，第十一届、第十二届全国人大代表，中国音乐家协会理事，第十一届中国妇女代表大会代表，全国青联委员，她是将民族唱法和美声唱法中西合璧集于一身的高水平歌唱家。

吴碧霞于1990年考入中国音乐学院附中，到1998年大学毕业，期间一直师从邹文琴教授。在打基础阶段，邹文琴根据吴碧霞的先天条件，在练声上加强了他的跳跃训练，很多练声曲都是用连声和跳音的结合，而且都是难度比较大的练声曲，结合美声的练声方法的既拓宽了音域，又增强了声音的跳跃性，这些平时的练习对吴碧霞在歌唱技巧的道路上铺好了道路，练就了扎实的基本功，如她演唱的《包楞调》咬字清晰灵活，位置又高又轻，把歌曲活泼、短促、跳跃的感觉唱的淋漓尽致，语言也采用当地的特点，所以就能把这首歌曲唱的音乐十足，整体把握非常好。而《苗岭的早晨》本来是一首器乐曲，后经白成仁老师作词编曲，改为了一首难度很大的歌曲，最高音到 HighD，这里邹文琴就要求她加更多的头声，借鉴美声唱法的一些呼吸方法和共鸣，喉头要比唱《包楞调》的感觉更开，喉位要低一点，口盖的位置要高，气息的支持和保持要运用好，保持住高位置，要身临其境，这样什么样的歌就把它唱成什么样的感觉。吴碧霞说：“我演唱的风格类型很多，但表现要贴切，我必须靠自己的实践去实现。我的目标就是唱什么像什么”³¹。

吴碧霞说：“我走到哪里都会说，邹文琴是我永远的老师，因为没有她对我从附中到大学的教育，我就没有今天，也就没有我能够吸收借鉴美声唱法的能力。”³²每次参加比赛前，或者感觉有疑惑的时候她就来找邹文琴给她唱一下，无论什么时候邹文琴都把这样刻苦爱学的学生，当成自己的孩子一样关、心爱护、支持。

³¹ 胡莎莎.《吴碧霞现象-声乐教学理念探究》.[D].内蒙古师范大学硕士论文,2009 年.

³² <http://culture.people.com.cn/GB/40462/40464/10069722.html>

（四）新国风代表——雷佳

雷佳，湖南益阳人，解放军总政歌舞团青年歌唱家，“新国风音乐”倡导者与传播者。作为中国新生代民歌的领军人物，雷佳曾于2003年荣获第三届中国音乐最高奖“金钟奖”声乐大赛金奖，还有多次获得其它大奖，其演唱风格融民族、美声、戏曲于一身，韵味纯正，被业内专家赞为“最有灵性的歌唱演员”³³。

雷佳从附中就开始跟随邹文琴学习，一直持续到大学，七年的学习为雷佳打下了坚实的基础。2011年10月15日晚，雷佳用无扩音的形式，在国家大剧院音乐厅如期举行“复兴之歌——国家大剧院独唱音乐会”，展现了“最中国的声音”。邹文琴在对雷佳的培养上用到了科学的中国声乐教学，把美声、民族及戏曲的技巧融入到雷佳的学习当中。对雷佳的训练，邹文琴有着明确的想法：雷佳自小练过花鼓戏，有良好的戏曲功底，又善于演唱各种湖南民歌，所以综合素质很好，表现力很强，在韵味、旋律的处理上，也都胜人一筹，能把很多小味道表达的非常细腻。邹文琴在对她的教学上保持漂亮音色和灵活婉转的声腔作为基础，对她的声乐训练就是气息以及哼鸣训练，这样，在稳定的气息支持下，使声音更为集中圆润，更加美化，发挥与众不同的漂亮音色和声音表现力。雷佳在刚进学校时由于在说话上有浓厚的湖南口音，邹文琴就对她在语言上的要求更为强调，对她进行语言训练，在平时说话让她时刻注意，在每唱一首歌时都要先念歌词，把歌词念得语音标准有感情了再开始唱，还特别鼓励雷佳通过比赛来锻炼自己，因为在比赛的时候就能往往很快认识自己的不足，提高自己各方面的能力。后来雷佳考总政歌舞团，第三轮考试，就是对着谱子演唱，考的是刘青的新作《兵》，长期训练打下的良好基础在关键时刻发挥了作用，雷佳顺利地通过考试，进入总政歌舞团。

雷佳演唱沉稳、大气高雅、音色圆润、亮而不炸，极有穿透力，对此，李双江赞不绝口：“雷佳的声音，不虚不散，甘甜纯正，而且可以无扩音演唱，基本功非常扎实。我们经常说洋为中用、古为今用、传统为今用，她融会贯通，一直在这个方向上努力，成绩也很好”³⁴，“能够使自己的歌唱兼有婉转、柔美的叙事和以相当的力度激情咏唱两种功能。现在歌唱家很多，其实以较为全面的能高、

³³ <http://baike.baidu.com/subview/418208/11222038.htm>

³⁴ http://ent.ifeng.com/live/news/yanchanghui/yanchanghui_2011_10/21/10041807_0.shtml

能低、能刚、能柔、能强、能弱的技术能力进行艺术创造的才是真正的歌唱家”

35。

雷佳所演唱的作品风格强，音域宽，又有难度，但听起来却给人一种举重若轻之感，她唱的《芦花》和《水姑娘》，最高音唱到 High D 持续的延长音上，轻松自如。对于她的演唱，在中央电视台青年歌手电视大奖赛上，身为评委的歌唱家李谷一发出了“把 High D 唱得多轻松”³⁶的感慨之言。李双江赞叹过：“雷佳在邹文琴老师的呵护下，她走的路非常好，邹文琴老师在她的教学意念当中，在教学安排，包括她的思路，非常科学，将来邹文琴可以总结一下”，雷佳也说：要是没有邹文琴，也不会有现在的她，这些荣誉就是来源于邹文琴给她扎实的基本功和细腻的音乐风格，演唱上添加了当今艺术新元素，因此她的演唱被冠以“新国风”音乐的称号，成为“新国风音乐”倡导者与传播者。

³⁵石惟正.《邹文琴教学随想》[J].《人民音乐》,2010 年第 1 期.

³⁶孙艳红:《用心教唱教用心唱——谈部文琴教授的教学》[N].《音乐生活报》,2005.

结语：在声乐教学艺术中享受愉悦

本文考察了邹文琴生平足迹与声乐之路，阐述了其声乐艺术教学理念、声乐艺术教学实践及成就，旨在向大家深入浅出地介绍邹文琴教授声乐教学艺术的特色，即讲究自然的歌唱、注重基本功、重视歌唱心理、提倡开放包容的风格以及表演的审美解读等，为声乐学习者提供了学习民族声乐的理论依据。邹文琴主张根据人体生理的自然条件，在科学原理的指导下，打好基础，增强音乐表现，只要经过严格的、系统的、科学的训练，人人的嗓音都可以获得艺术塑造。鉴于上述，总结如下：

在声乐教学理念方面，邹文琴始终坚持“遵循生理规律，自然的歌唱”的理念，几十年如一日扎根于中国民族声乐教学，并借鉴西洋演唱艺术，走出了一条属于自己的声乐之路，也形成了特色独具的教学风格。

在声乐作品的诠释方面，她严格要求学生在尊重和理解声乐作品的基础上，把握不同学生理性调整歌唱状态与感性表达音乐作品思想内涵，主张随不同作品的风格变化、不同情感的需要，进行再创作，将声乐艺术的表现力发挥到炉火纯青的状态。

在教书育人方面，邹文琴以其强烈的责任心、不为名利所累、不随波逐流，潜心教书育人的品格诠释了师者的典范，她诲人不倦，甘于奉献，精益求精，对艺术始终抱有坚定的信念和质朴的心，把热爱的声乐教育事业当作自己毕生的追求。所教学生基本功底扎实，气息畅通，音色纯净，吐字清晰，松弛有度，驾驭作品能力强，且各具特色，培养出像龚琳娜、韩红、吴碧霞、雷佳、阿其木格（蒙古族）、马文娥（撒拉族）、吴静、曲丹、张莉、邢舟、梦鸽、严当当、吕宏伟等一大批优秀声乐人才，受到广大业内人士一致的好评。

总之，邹文琴身体力行努力践行着体验音乐、享受愉悦的艺术精神，树立了潜心育人、德高为范的师者风范，为我国声乐艺术的本体研究与教学领域做出了突出贡献，是我国声乐艺术发展历程中不容忽视的一笔财富，更是我们年轻一代学习的典范和榜样。

由于本人才疏学浅，写作能力有限，对于这样一位有着丰富阅历、深邃思想、满溢成果的教授来说，本人的研究只是冰山一角，但真诚希望本人的初步研究能引起学界对邹文琴以及这类为声乐教育事业做出重要贡献的当代音乐家给予足够的关注，深入挖掘、探讨他们的教学理念，以恩惠于世，共同为音乐文化事业的繁荣和发展贡献力所能及的力量与智慧。

参考文献

- [1] 石惟正.邹文琴教学随想[J].人民音乐, 2010 (01)
- [2] 张国琴.技艺精湛 德艺双馨——论邹文琴教授民族声乐教学[N].沧州师范专科学校学报 2007 (12)
- [3] 阮春黎.开拓求索勤耕耘 桃李芬芳硕果丰——祝贺邹文琴教授从事声乐事业五十年[J].中国音乐刊 2010 (1 期)
- [4] 邹文琴.追求自然歌唱的最高境界[N].中国艺术报 2005(01): T00
- [5] 尹美庆.由邹文琴声乐教学引起的歌手“跨界”思考[J](黄河之声) 2013(01)
- [6] 邹文琴.从教学中看歌唱心理的作用[N].音乐周报 2000 (09)
- [7] 孙艳红.用心教唱教用心唱——谈邹文琴教授的教学[N].音乐生活报 2005
- [8] 孙艳红的.人格的力量——近看著名声乐教育家邹文琴教授[J]黄河之声 2004 (02)
- [9] 孙艳红.烛光颂——谈邹文琴老师的教书育人中国音乐[J].2004(4 期)
- [10] 孙艳红.歌者的“福星”——贺邹文琴教授声乐事业五十年[J]. 人民音乐 2009(07)
- [11] 伦彬.“桃”是桃,“李”是李[N].中国文化报 2010(06)
- [12] 刁艳.恩师邹文琴从讲台走到演唱会[N].音乐周报 2009 (09) 006 版
- [13] 朱薇.论邹文琴民族声乐教学特点及其贡献[D].山东师范大学 2013 (06)
- [14] <http://baike.baidu.com/link?url=8sv03wUCa9UpYdMYyhpx1Cf7cMBcboQWYlJnNEneVq2K9sWtU83J-MA9tp6Ewzn3Vh3IZaVpLUVD>

po53IT6ia

- [15] 2009 年 9 月在中国音乐学院国音堂召开的《邹文琴艺术生涯五十周年
理学生音乐会》新闻发布会上韩红的讲话内容。
- [16] http://blog.sina.com.cn/s/blog_6616fd0f0100upqq.html
- [17] 2013 年 5 月 8 号下午中国音乐学院采访录音整理
- [18] 邹文琴 追求自然歌唱的最高境界[N].中国艺术报 2005(01): T00
- [19] 汤雪耕.愿声乐表演艺术的花朵开得史加灿烂芬芳[J].人民音乐, 1962(8):
19.
- [20] 2013 年 5 月 8 号下午中国音乐学院 306 琴房采访笔记整理
- [21] 2004 年中国音乐学院四十年院庆之际,温家宝致原中国音乐学院金铁林
院长贺信内容。
- [22] 管林.中国民族声乐史[M]。北京:中国文联出版公司, 1998.
- [23] 孙艳红. “自然的歌唱” 邹文琴声乐教育观念及教学方法探究[D].华中师
范大学, 2012(10)
- [24] 邹文琴.从教学中看歌唱心理的作用[N].音乐周报 2 0 0 0(0 9) :0 0 7 版/
社会音乐
- [25] 闫妍.浅议钢琴教学中音乐表演能力的培养[N].宿州师专学报, 2002(06)
- [26] 张晓阳.个性与共性在音乐表演中的地位和作用[J].大众文艺, 2013(22).
- [27] 胡莎莎.吴碧霞现象-声乐教学理念探究.[D].内蒙古师范大学, 2009 .
- [28] <http://culture.people.com.cn/GB/40462/40464/10069722.html>
- [29] <http://baike.baidu.com/subview/418208/11222038.htm>
- [30] http://ent.ifeng.com/live/news/yanchanghui/yanchanghui_2011_10/21/10041807_0.shtml

- [31] 孙艳红.用心教唱教用心唱——谈邹文琴教授的教学[N].音乐生活报, 2005.

附录

本人有幸在 2013 年 4 月到 5 月对邹文琴教授进行当面采访，并在 2013 年 5 月 7 号到 5 月 17 号跟随她在中国音乐学院 306 琴房连续的听课及学习，文中关于邹文琴生平及教学理念及其他内容多来自 2013 年 5 月 7 号到 5 月 17 号采访及听课上课的录音整理，如需要，可与邹文琴教授联系交流或与本人联系。



图 1 邹文琴民族声乐教学光盘（图片来自搜狐网）



图2 邹文琴民族声乐练声教学光盘（图片来自搜狐网）



图3 邹文琴现场声乐教学光盘（图片来自搜狐网）

汤雪耕文章（邹文琴恩师）：《声乐教学改革中的几个问题》、《坚决走“民族化”道路》、《为了发展社会主义声乐事业》、《民族声乐的发展和提高》、《民族歌唱得继承、借鉴和创新中的几个问题》、《对民族声乐教学的初步呼吸探索和几点体会》、《谈歌唱的咬字吐字和处理语言的方法》、《愿声乐表演艺术的花朵开得更加灿烂芬芳》、《谈施鸿鄂的演唱及其学习、方法》、《社会主义声乐表演艺术的时代精神》、《充满革命豪情的社会主义新文艺观摩战士业余演出队随感》、《苏联声乐专家梅德维捷夫声乐教学中的几个重要的教学原则》、《苏联声乐专家梅德维捷夫声乐教学中的几个重要的教学原则（续完）》、《苏联声乐专家梅德维捷夫对于发声技巧训练的基本方法和要求》，翻译的德国女高音歌唱家莉莉·雷曼著述《怎样歌唱》。

致 谢

三年的研究生学习就要过去了，这三年里我学到了很多，这里的人、这里的事、这里的一草一木都凝聚着我浓浓的感情，但纵有很多的不舍，我还是即将离开母校的怀抱。首先，我要感谢我的导师张建国教授，还有我的师母李老师，在这三年学习生活中，他们给予我太多的关心和照顾。张建国教授不仅在专业上有独到的见解，而且对学生非常关心和平易近人，在他的悉心指导下，我在声乐理论和专业技巧水平上不断进步和提升。在我硕士毕业论文写作的过程中，他也给了我很多鼓励，也包含了他很多的辛劳。张建国教授对艺术的追求、做人的高尚品德都让我受益匪浅，每每想到他的话语，我都禁不住会心的微笑。感谢我的恩师，将是我一生的良师益友，您的教导，我将终生铭记。

其次，我很感谢音乐学院的领导郭克俭院长、彭丹雄副院长长期以来对我学习生活上的支持和帮助。感谢谢枝文老师、赖朝师老师、谢小波老师、对我学习上的鼓励和支持，特别感谢辛苦教授我们的杨和平老师，感谢您在理论知识的积累和论文写作的规范上都给予我们很大帮助。感谢冯志平老师、潘祖君老师对我在学位课程学习上的悉心教导。同时，我还要感谢王涛老师、张艺老师、杨加力老师、申莉娜老师、郑园园老师、舒群英老师、杨秋老师及所有帮助过我的老师。

特别感谢邹文琴老师在百忙之中接受我的采访，没有邹文琴的恩惠，我的论文也无法完成。感谢那些在我文中引用过的、未曾谋面的专家学者们，是你们为我提供了资料基础。还要衷心地感谢各位评审专家及答辩会的主席和委员们为审阅本文所付出的辛劳，感谢您们对我的论文提出的宝贵意见和建议。

此外，感谢 2011 级研究生这个团结友爱的班集体，亲人一样的同班同学，他们给我留下了太多美好的回忆。感谢我的师弟师妹们，就像我的亲人一样，总在我遇到困难或繁忙的时候出现在我的身旁，给予我鼓励和支持衷心祝愿我的同学们，在未来的人生道路上开拓出一片广阔的天地，衷心祝愿我的师弟师妹们学业有成，百尺竿头再进步。

最后，感谢我的家人，这些年来，在我身后一直默默地支持和关心着我，无

论风雨和寒暑，也无论艰辛和曲折，都有你们坚强的臂膀支撑着我，让我能够在自己选择的人生道路上勇往直前，无所畏惧，去追求自己的梦想。

短短的致谢难免疏漏，对于所有在研究生阶段帮助过我的老师、同学和朋友，再次表示深深的感谢。鉴于本人在理论和写作方面水平有限，在论文中可能还有一些不足之处，诚恳期望各位专家和同行批评指正。

刘丹丹

2014年3月31号

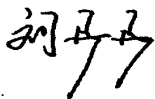
攻读学位期间取得的科研成果

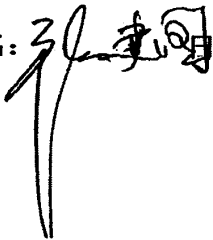
1. 面对音乐音响的感性体验——以歌剧选段《万里春色满家园》为例，音乐大观，2013 年第 03 期

浙江师范大学学位论文诚信承诺书

我承诺自觉遵守《浙江师范大学研究生学术道德规范管理条例》。我的学位论文中凡引用他人已经发表或未发表的成果、数据、观点等，均已明确注明并详细列出有关文献的名称、作者、年份、刊物名称和出版文献的出版机构、出版地和版次等内容。论文中未注明的内容为本人的研究成果。

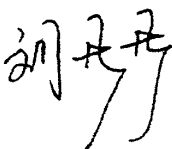
如有违反，本人接受处罚并承担一切责任。

承诺人（研究生）：

指 导 教 师：

浙江师范大学学位论文独创性声明

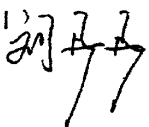
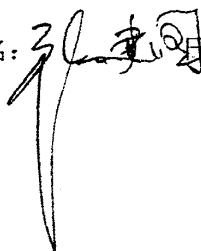
本人声明所呈交的学位论文是我个人在导师指导下进行的研究工作及取得的研究成果。论文中除了特别加以标注和致谢的地方外，不包含其他人或其他机构已经发表或撰写过的研究成果。其他同志对本研究的启发和所做的贡献均已在论文中作了明确的声明并表示了谢意。本人完全意识到本声明的法律结果由本人承担。

作者签名:  日期: 2014 年 5 月 28 日

学位论文使用授权声明

本人完全了解浙江师范大学有关保留、使用学位论文的规定，即：学校有权保留并向国家有关机关或机构送交论文的复印件和电子文档，允许论文被查阅和借阅，可以采用影印、缩印或扫描等手段保存、汇编学位论文。同意浙江师范大学可以用不同方式在不同媒体上发表、传播论文的全部或部分内容。

保密的学位论文在解密后遵守此协议。

作者签名:  导师签名:  日期: 2014 年 5 月 28 日