

中国音乐学院

硕士学位论文

武秀之教授三结合唱法与中国音乐学院民族声乐暨谭萍教授民族声乐唱法的比较研究

姓名：刘华

申请学位级别：硕士

专业：音乐学

指导教师：谭萍

20070601

摘要

我国的民族声乐艺术这门古老的艺术,经历了上下几千年的流传和发展,到今天已有了厚实文化积淀、丰富的传授经验,呈现出人才辈出的可喜局面。它融科学性、民族性、艺术性、时代性为一身,有着鲜明的民族风格、民族审美、民族情感和民族气息。

河南大学的武秀之教授于1985年主持完成民族声乐科研项目“假声位置真声唱法”,开始探索着用三结合的办法来进行民族声乐教学。既能唱茶花女(西欧古典艺术歌曲及歌剧选曲),又能唱白毛女(中国艺术歌曲及歌剧选曲),也能唱七仙女(中国戏曲)。

中国音乐学院谭萍教授几十年的教学生涯中,教授过不少的戏曲演员(包括京剧、豫剧、评剧、北京曲剧、云南花灯、湖南花鼓、江西采茶,以及河南坠子、苏州评弹等南北诸多剧种、曲种)。在教学中谭萍教授逐渐摸索出一套对戏曲演员行之有效的教学方法。

本文以两位教授各自的声乐教学方法为案例,通过对以上两位教授的声乐教学比较、对照,围绕两种不同的民族声乐唱法中关于共鸣腔体运用、歌唱喉头的状态、气息的控制与正确使用等方面展开论述,结合自身在跟随两位教授学习的体会进行探讨。从对两种民族声乐唱法比较研究中看中国声乐的多元化发展道路。

关键词: 民族声乐 三结合唱法 憋气 深呼吸

Abstract

Folk-vocality of China is an age-old art which has a long history of thousands years and complex characteristics of science, nationality, art and fashion, which indicates vivid national style, taste, sensibility and virtue. With the development and evolution, there have been an amount of great achievements accomplished in the field of folk-vocality, including accumulation of profound civilization, abundant instructing experience and approving situation in which many talents coming forth in great number.

Wu Xiuzhi, a professor of Henan University, presided and accomplished a science research "*Research On Real Singing on falsetto position*" in 1985, during which Pro. Wu has started to explore an unique teaching approach to combine three categories, which enable singers to perform Western European classical opera, such as *Camellia Woman*, Chinese opera, for example *White Hair woman*, and Chinese traditional opera, for instance *Seven Fairies*.

Pro. Tan Ping of China Musicology University has developed a teaching method on cultivating the opera performers, who has experienced teaching singers with different techniques including Peking Opera, Yu Opera, Ping Drama, Peking QuJu, Yunnan Lamp, Hunan Blossom Drum, Jiangxi Picking Tea and Henan Plummet.

Based on comparison of the respective vocality teaching approaches of the two distinguished professors, the paper has analyzed exercise of resonance cavity, laryngeal position in singing and control of breath. The purpose of the thesis is to study the phonation of folk-vocality, annotation of the succession and development of traditional vocality, realizing physical conformation and movement enginery of vocal organs, use of reference of theories and techniques of vocality all over the world and explore the principle of phonation, method of singing and style of art on the basis of summarizing experience of traditional folk singing, which contributes to make Chinese folk-vocality be provided with modern academic value.

Key word: folk-vocality falsetto position take the breath deep breathing

引 言

笔者从九岁开始学习歌唱,经过几年的训练和学习于1992年考入河南省新乡艺术学校,初步对河南地方戏曲唱法有了接触和学习;后来又考入河南大学艺术学院民族歌剧表演专业五年制本科,跟随武秀之教授学习“三结合”唱法;怀着对我国民族声乐的热爱和对歌唱艺术的执著,2003年,我来到中国音乐学院师从谭萍教授学习民族声乐。多年以来,我接受了三种唱法的训练,通过对周围不同声乐学派和不同声乐教学手段进行细心的学习观察和体验,在这里对武秀之教授和中国音乐学院为代表的民族声乐教学作一对照和比较,借此梳理一下自己多年来对民族声乐教学学习的思路和体会。

第一章 武秀之教授的“三结合”唱法

一、武秀之教授和她的民族声乐研究所

武秀之教授起初是学习美声唱法的。1962年她16岁时以出色的歌唱成绩考上了中南音专。经过三年学习，她留在了不久即更名为湖北艺术学院的音专，从湖北艺术学院毕业后对于音乐界由来已久的土洋唱法之争，虽没有足够的资格和论据去说服别人，但她设想，民族的艺术传统必须继承发展，是不能以外来文化取而代之的。于是她曾先后向豫剧表演大师常香玉和汉剧著名表演艺术家陈伯华潜心学习地方戏曲的演唱方法，从而为她以后从事民族声乐教学奠定了扎实的功底和理论基础。

1976年，武秀之教授到开封师范学院（现河南大学）任教，从此踏上了声乐教育之路。1985年她主持完成民族声乐科研项目“假声位置真声唱法”，《河南日报》在头版头条对学术鉴定会做了报道，标题是《武秀之研究出新唱法——周恩来生前提出的三种唱法结合的课题取得突破》，由此也开始了她开创的“假声位置真声唱法”的教学实践工作。1989年随着她主持的教学改革项目“声乐教学改革与民族歌剧专业的创立”的完成，以“假声位置真声唱法”为教学实验目的、以武秀之教授为带头人的试验基地民族歌剧班在河南大学音乐系成立。

武秀之教授创办的河南大学民族歌剧班于1988年9月演出了大型歌剧《第一百个新娘》首次把她“假声位置真声唱”的教学理论用于歌剧表演实践中，国家教委艺术教育委员会主任赵沅和中央歌剧院院长王世光观看完演出后给予了高度评价。之后，于1990年排演了大型歌剧《叶子》歌唱录音荣获中央广播电台广播节目二等奖。1997年7月由歌剧班学员排演的大型豫剧《走出一线天》在郑州中州影剧院上演，这是依照赵沅同志指示的演“新”的地方戏曲的尝试。几部戏剧的公演并没有让武教授探索的步伐有任何懈怠，1995年4月武秀之教授与中国艺术研究院音乐研究所居其宏教授，缪也副教授联合成立《民族歌剧声乐教学改革与表演艺术研究》课题组，此课题纳入中国艺术研究院音研所“九五”科研规划，武秀之教授担任该课题组组长，同时成立了河南省武秀之歌剧音乐剧研究所。由河南省武秀之歌剧音乐剧研究所和河南大学艺术学院联合制作的音乐剧《中国蝴蝶》，于1999年11月14日在郑州首演。这是一出根据“梁山伯与祝英台”的故事创编的古装音乐剧，也是为实践武秀之教授的“三结合唱法”将之市场化的实验剧目，其演员均为河南大学艺术学院民族歌剧班的学生，此剧为武秀之教授的“三结合唱法”量身定做，意在展示武秀之学生“唱做念打舞”全面的表演素质^①。

1995年她由河南大学音乐系主任改任该校民族声乐研究所所长。把河南大学黄河艺术团当作实验基地进行“声乐教学改革与表演艺术研究”的科研项目，推广和发展“假声位置

^① 居其宏《音乐剧，我为你疯狂》上海教育出版社 2001

真声唱法”的教学实践仍是武秀之教授的主要工作。

二、武秀之教授的发声理论

武秀之教授的“假声位置真声唱法”的创立，缘起于周恩来总理的一段讲话：“现在实践中已经产生了三种唱法：一种是茶花女，一种是白毛女，一种是七仙女，三种可以并存嘛！三种可以互相学习嘛！将来也许这三女合作以后，会产生一个新的什么女”。河南大学武秀之教授据此得到了很大的启发。多年来经过对三种唱法的反复学习实践和研究，一直致力于探索出能适应三种风格的发声方法——终于创造出被称为“假声位置真声唱法”的声乐学派。

其发声理论有着自己独特的提法：

歌唱发声器主要是关于三个方面：共鸣腔体的运用、喉头状态和气息的运用^①，武秀之教授对这三个方面的理论体现为生动的语言。

（一）共鸣腔体的运用

1、“假声位置真声唱法”

这是武秀之教授声乐学派标志性的称谓。

何谓“假声位置真声唱法”呢？“假声位置真声唱法”简言之就是在欲发假声时的状态下以真声来歌唱的唱法。这里的“假声位置”的“假声”不是指假声音响，“位置”也不是指声音位置，而是在深呼吸支持下的一种欲发假声的状态，也就是用欲发假声时的意念，去引起胸、咽、口、鼻等腔体的反应。这个状态酷似在陌生人面前不好意思张大嘴打哈欠而偷偷向下吞咽哈欠，尚未咽下时的“内开”状态。“真声唱”也并不是用自然的真声，而是在欲发假声的状态下发出的真声色彩。

这里指的真声并不是用大本腔那样的真声去唱，而是在作好了欲发假声状态的前提下，所发出的真声色彩。这种色彩酷似嘹亮清脆的婴儿高频率的啼气时的色彩，它是在强有力的深呼吸支持下，声门挡气并获得咽管内共鸣后的声音效果，它是混合共振集中的“芯儿”。也就是说，是一种有效的挡气的动作和能力使声带振动后获得金属般色彩的混合共振音响。

在保持偷咽哈欠的前提下，憋住气，用向里向下轻微的空咳办法，找到心口处发声的力点。这个点，牵引着喉头向下做空咳状，每空咳一次，心口处就有一个集中的点儿向外向下发紧、发沉，这个点儿，就是发出真声的力点。

2、扒鼻子

“扒鼻子”是获得上部共鸣的重要手段。

扒鼻子是欲咽哈欠时，鼻子由于吸入气息而产生的鼻腔内部打开，并向软腭交接处拉

^① 冯葆富，《艺术嗓音医学论文集》中央音乐出版社 1997 年增刊 13 页

紧靠拢的一种感觉。这一感觉可有效地使软硬腭积极抬起使之贴近鼻咽的部分变窄变紧，发声时气流通过鼻咽时的阻力增大，这样就可以获得鼻腔、头腔的充分共鸣。

鼻子的感觉还可有效地形成口、咽腔中可变部分的状态调节，造成口、咽腔中前与后，上与下的对抗，即咽壁向后扩展的作用力同其固有的向前的倾向力的对抗和软腭向上绷紧抬起的力同舌根、喉头向下的力的对抗，并通过这种对抗起到支持口、咽腔保持正确的歌唱状态的作用。

扒鼻子能使发声和歌唱时保持吸的感觉，此感觉就像是鼻子里滴入药水时，为了怕药水从鼻腔向下倒流，又怕从鼻孔向外流出，致使整个鼻腔产生了又不敢吸又不敢呼的对抗平衡感觉。此感觉是假声位置形成和保持的主要标志，这个感觉必须保持在唱歌和练声的始终。

扒鼻子唱，感觉总是向里向下吸着唱，因而可避免口咽腔的变形和挤卡，保持咽腔共鸣和运用。

（二）喉头状态

武秀之教授提出的“假声位置真声唱法”主要是提示共鸣的问题，但也涉及喉头为主的状态。此发声法要求的状态是：

（1）鼻腔因欲咽哈欠的感觉，仿佛鼻子上端（眉心处）向软硬腭交接处拉紧、靠拢而引起的软腭提起，鼻腔打开。

（2）下巴（下颌关节）因欲咽哈欠像掉了下来似的松开。

（3）软腭因欲咽哈欠而绷紧提起。

（4）喉头因欲咽哈欠而稳定地落下。

（5）咽壁因欲咽哈欠而加强张力，向后拓展，向下绷紧。

（6）胸腔因欲咽哈欠而自然挺起。

（7）腰腹因欲咽哈欠呈前后对抗撑开状。

（三）气息的运用

1、憋气

憋气是在做好欲咽哈欠的状态后，不马上收缩胸腔使气呼出，而是靠膈肌的突然下沉，增加对腹腔的压力促使呼气。因而憋气时将气息继续下咽，在后腰部产生阻气的感觉，此感觉可使腰部保持持续的向外扩张和向下的压力，对欲呼出的气流造成更强大的阻力，这样就产生了气息对抗的感觉。这种对抗感觉的保持，可以大大的加强整个吸气肌肉群的力量，与呼气肌肉的收缩，肋骨的下降，膈肌的回升相对衡，而使呼气过程放慢和延长，呼出的气息集中而有力度。在这种对抗的力感支持下发出的声音，会具有铿锵的金属色彩。

憋气时腰部尤其是后腰部有明显的向下的力感，歌唱发声时，在此力点的下面出声出字，

力量向下拽住字的起首，使之保持持续向下牵引之感，以牵制住下沉的横膈膜，造成对腹肌的增压，这样既可利用腰腹部肌肉保持和控制气息，又便于形成对所发音高相适应的气息压力。有了这个基础，就能够支持发声器官轻松自如的工作。

憋气是获得真声色彩的主要手段，憋气功夫的深浅决定着歌唱发声质量的优劣，因此演唱者必须加强憋气能力的训练，必须脚踏实地的练习憋功。

人们在自然发声时，气息和声音容易随着声音的发出和音高的上升而向上移动，这种自然的运动趋势，会造成气息上提，发声器官的肌肉紧张，特别是喉头的束紧和歌唱状态的改变，因而在歌唱时需用与之相反意念，使气、声产生相反运动的感觉。如歌唱发声时气息虽然向外呼出，但歌唱者却应感觉继续在吸。再如唱上行音阶时，应有唱下行音阶的感觉，唱下行音阶应有唱上行音阶的感觉。这种发声时气息运动的自我感觉与实际的自然运动状态是相矛盾的，而保持这种反向的感觉唱，可起到保持气息稳定，喉部肌肉放松、打开、声音统一、流畅的作用。

2、低八度

“低八度”表面看是对声区的提示，实际武秀之教授这里主要是指气息运用的方法。

低八度就是在任何一音发出时，在意念上都必须发该音下面假声低八度的感觉和状态，如唱 C^2 时应想着是发 C^1 。自己要唱的音和实际唱出的音在 D^2 以下是低一个八度的感觉，在 D^2 以上则应该是低两个八度的感觉。

人们在自然发声时总是习惯于浅胸呼吸支持的、支点较高的发声和以口腔为主的声音共鸣。这种习惯性的动作使得发音越高，气息越浅，喉头越紧，声音越挤，使得歌唱状态容易随着音高的不同而变化 and 紧缩。这种下意识的自然运动状态，在歌唱时必须加以改变。

运用低八度的感觉唱，可改变这种自然发声时气息向前向上的运动感。建立起与之相反的向里向下的运动感。使假声位置歌唱状态在气息向里向下的运动中得到稳定和支持。

首先气息因低八度感觉而下沉，使控制呼吸的部位下移，在腰腹部形成对气息的保持。气息的支点放低并开始始终稳在下面，便于在深呼吸的支持下，保持胸至喉的打开和畅通。

喉头因低八度唱而下降和稳定，发声的支点下移，似在腰腹部间有张嘴着的力向下咬字发声，此感觉可使整个声带，从前到后保持紧张，使声带靠拢挡气的能力加强，因而对发出纯净而响亮的具有真声色彩的声音有明显作用。

气息的压力因低八度感觉而加强。低八度唱可对气息形成持续向下的牵动力量，使呼吸压力加大，声音穿透力增强。

以上三个方面的理论统称“假声位置真声唱法”，训练的主要手段既有各自独立的作用，又相互联系，相互制约。咽哈欠、低八度、拔鼻子、憋气四个动作在歌唱时是同时在很短时间内完成的，这几个手段都贯穿着向后向下的吸气动作，都是利用相反的意念，相反的感觉，相反的力量把呼吸的对抗压力调整到足以使声带发出纯净的声音，足以使声音获得各共

鸣腔体的最佳整体共振。

三、学习武秀之教授发声法的体会

经过自己五年的本科向武秀之教授学习、体验和对周围众多“假声位置真声唱法”实践者的观察后，充分认识到通过“三结合”的训练和演唱，能更好的借鉴欧洲传统唱法在发声、共鸣方面科学性，同时也能继承我国民族声乐在用声、运气、润腔及咬字、吐字、收声归韵、声情结合等方面的优秀传统。笔者在此仅对“假声位置”进行分析。不触及此唱法的其他部分。

笔者认为“假声位置”对“假声位置真声唱法”的训练起着决定性的作用。唯有从理论和实践两个方面准确地把握住它们的确切含义和操作机理，才能真正找到打开通往“假声位置真声唱法”的钥匙。

（一）对“假声位置”概念的体会：

“假声位置”是被武秀之教授用在“假声位置真声唱法”中的一种“状态”的称谓。也可以说是为了方便理解，方便掌握起见给这个特定的“状态”起的名字——“假声位置”。这个状态是用欲发假声的意念去引起的胸、咽、口、鼻等腔体状态改变后的产物。

我以为，“欲发”即“尚未发出”的意思。也就是说并没有发出假声，不存在“音响”问题。而仅仅是个“状态”而已，是用欲发假声的意念诱使参加歌唱的腔体提前做一个适应歌唱所需要的架势。所谓意念的诱使，就是说像想到吃杨梅时自己就流口水一样：一想起发“假声”，就赶快作一适应发“假声”的状态。

这个状态和“偷咽哈欠”极其相似，是一种含而不露的“内开”状态，无论是“欲发假声”也好，还是“偷咽哈欠”也好，它们开始前都有个一模一样地准备动作，而这个动作就是“憋气”，该动作的依次顺序是：微张嘴先快速地向下滑一下咽气，紧接着（差不多同时）快速的憋住气，这个憋气即是轻轻地，又是深深地，有韧劲儿的憋住，靠这个憋的力去牵引“状态”的完成，这个“状态”完成时各个腔体的形状是鼻腔打开；下颚松下；软腭抬起；喉头放下；咽壁绷紧；胸腔挺起；后腰撑开。

（二）“假声位置”在“假声位置真声唱法”中的作用

1. 便于唱高音；扩展音域。

歌者用天然声音唱歌，一般都有一个八度左右，稍宽一些的音域也只能是不超过两个八度。这样的音域显然不能满足艺术歌曲的要求，为了扩展音域就要解决高音的问题，就要改变自然音区的发声状态。

首先是“欲发假声”的意念可诱发使声带变形，使得声带缩短或变薄，缩短了声带、

变薄了的声带发出振动后就可以出高音，就象风琴、手风琴的簧片一样，小字二组的簧片就比小字一组簧片短的多、薄的多。林俊卿博士对说话发音时声带振动的情况做过测试：人们平时说话发音时，两声带是整体振动。在歌唱发音时用‘假声’发高音时两声带被吹开的空洞变小、声带缩短、边缘变薄。而在“假声”状态下训练高音时，声带是张紧靠拢的，在呼气的过程中，呼出的气通过声门时由于声带挡住呼气，其边缘变薄的部分会逐渐吹开。空洞发出声音来。呼出的气的力量越强，声带越张紧发的音就越高。由于声带的这种缩短变薄的形状恰恰适合发高音的要求。因此我们采用这种发“假声”的状态来训练高音就较容易扩展音域，音域的扩展就为唱三结合的作品提供了发声上的便利条件。因为，豫剧唱腔（“七仙女”）的基本音域就在（a—c3）之间而且往往是一开口就得唱高音，比如《朝阳沟》中的栓宝的唱段“我坚决在农村干它一百年”及《李双双》中喜旺的唱段“洼洼地里好庄稼”就是这样。这样“假声位置”的训练就为唱三结合的作品在发声上提供了保障。

2、“假声位置”的训练缩短了换声点的训练时间，加快了声区的统一。

在歌唱发声的过程中，当中低声区进入高声区的统一歌唱发声的过程中，由中低声区进入高声区时，歌唱者存在着“坎儿”的感觉，这个歌唱发声的坎儿叫换声点，而声部不同其换声点也不同。一般来讲女高音、男高音的换声点是 F、#F，女中音、男中音的换声点是 B、C，产生换声点的原因是由低音唱到高音时声带要经过“拉长”逐渐变为“缩短”，整体振动变为边缘部分振动，而由高音唱到低音时，声带则要从“缩短”逐渐变为“拉长”，由边缘部分振动改变为整体振动。在由低到高、由高到低的演唱过程中，若采取低中音区用真声（大本腔）、高音区用假声（二本腔）的方法，就必然出现换声点。而我们这种“假声位置”的训练方法实际是高音训练方法。它的优点在于从高音唱到低音时“假声位置”的状态保持始终不变，这样在“假声”状态的保护下使得声带是逐渐的慢慢地过渡变化，换声的感觉就会消失。因此我们在练声过程中基本不提换声点的问题。由于换声点问题的顺利解决就为统一声区加快了步伐。

每个歌唱者的声区，一般都分为三个声区，即高声区（头声区），中声区（混声区）、低声区（胸声区）三个声区故划分一般是由于音色不同及其共鸣腔运用的比例不同而定的。高声区以头腔、鼻腔的共鸣为主，中声区以口腔、咽腔的共鸣为主；低声区是以胸腔共鸣为主。在歌唱过程中只有声音从高到低音色没有出现明显的改变。不出现‘坎儿’时，才能达到三个声区音色统一，我们所使用的假声位置训练方法恰好可以使三个声区中都用上头腔、鼻腔、咽腔、胸腔共鸣的混声效果，始终保持住混合共振，以达到声区统一的目的。

第二章 中国音乐学院为代表的民族声乐

暨谭萍教授民族声乐的唱法

一、民族声乐的定义和中国音乐学院的民族声乐教学

民族唱法的定义是什么呢？广义上讲包括中国的戏曲、说唱、民歌和带有这三类风格的创作歌曲的唱法。狭义上讲，是指演唱民族风格较强的声乐作品时所用的技术方法和规律，或者说由广义基础上发展成的一种演唱风格，这种风格用于演唱民歌及改编民歌，民族风格较强的创作歌曲。从作品到唱法都有别于欧洲传统唱法。^①

中国音乐学院对于中国民族声乐发展有着举足轻重的作用，尤其以金铁霖院长的声乐教学影响着全国的民族声乐发展。金铁霖教授的教学理论和成功实践可以说是由来已久，最早兴起在七十年代，一曲电影《小花》的主题曲犹如一股异域的春风吹进千家万户，李谷一作为金氏唱法的代表演员令全国听众耳目一新；不久，师从于他的彭丽媛演唱的《在希望的田野上》和她在歌剧《党的女儿》中田玉梅的成功塑造，更是给我国的民族声乐舞台增添了无限光彩；2004年，他的学生宋祖英在维也纳金色大厅成功举办了个人音乐会，这是中国民族声乐演员首次登上金色大厅的舞台，为我国的民族声乐的发展树立了一道丰碑。

中国音乐学院从声歌系发展到现在，今天已成为中国培养优秀民族声乐工作者的最高专业学府，中国音乐学院长年以来已形成以金铁霖教授声乐教学理论为基础的教学梯队。马淑明、郭祥义、王士魁、邹文琴、朱以为、沈时松、谭萍等等一大批优秀的声乐教师，在其教学过程中均有不同体现，从而在自己的民族声乐教学园地里不断为社会输送着优秀的歌唱演员。笔者有幸在2003年-2004年师从谭萍教授学习民族声乐，现仅就我亲历的谭萍教授的民族声乐理论和实践为参照和武秀之教授的声乐教学作一比较研究。

二、谭萍教授和她的民族声乐教学成果

谭萍教授在1960年16岁时就在中国音乐学院的前身——北京艺术学院音乐系学习民族声乐专业。1964年毕业于中国音乐学院，留校后潜心研究民族声乐专业。文革结束合并到中央音乐学院。先后担任喻宜萱教授和王福增教授的助教，在他们的悉心指导下，又系统地学习了西洋美声唱法。此后，受中央音乐学院赵沨院长的委派专程到河南向著名豫剧表演艺术家常香玉老师学习豫剧演唱。四十多年来，谭教授在借鉴西洋、继承传统的学习和教学实践当中，逐渐摸索出一套具有鲜明的民族风格的教学方法。培养出甄莹（北京曲剧）、戴月

^① 孟晓师，《民族声乐在其发展中的审美变迁》全国民族声乐教学研讨会资料 2005年

琴（评剧）、常小玉（豫剧）小香玉（豫剧）、何瑞芬（云南花灯）……她们学成后大都为各自剧种（曲种）的发展做出了贡献。

谭萍教授的教学成果可以用“桃李满荧屏，明珠遍中国”来形容。有许多来自外省的声乐学生，声音条件不十分理想，谭教授就在训练强化基本功的基础上拓展其声音表现力，培养他们独特的演唱风格及表演个性，即使那些被别的老师判决为“没嗓子、条件差”的学生，经过谭教授的训练，演唱水平显著提高，不但发声有很大进步，而且极具表现力，学生大都以优异的成绩毕业，还有许多象严嗜嗜、乌云（蒙古族）、霍薇、浦洁这样的学生在全国少数民族歌手大奖赛和全国青年歌手大奖赛中屡次获得大奖。李丹阳、袁晓红、韩延文、宋祖英也先后接受过谭教授的培养和训练。四十多年来对这些优秀的戏曲、曲艺说唱、民族声乐演员的教学实践，证明谭教授的教学方法是科学且行之有效的。

谭萍教授科研方面还发表过多篇论文。例如，《声乐课堂随笔》、《打开喉咙喊嗓子》、《循序渐进 打好基础》、《谈戏曲演员的发声练习》、《继承传统 发展民族声乐》等等。

三、谭萍教授的发声理论和教学实践

谭萍教授虽无专门著书谈及发声理论，但她在民族声乐教学中有着成熟的实践。现试就本人在谭萍教授声乐教学课程中的体会，和她发表的文章中，也从共鸣腔、喉头状态、气息运用等方面作出归纳，以和武秀之教授的歌唱法作一比较。

谭萍教授经常说：“歌唱的基本要素包括共鸣、呼吸、发声和语言四个部分，在歌唱活动中，呼吸、发声和共鸣这三者是同时出现的有机结合的统一体。只有用上歌唱所需要的呼吸，歌唱所需要的共鸣，才能唱出歌唱所需要的声音”。还强调民族声乐教学中特别要注意真假声混合，凡是健康的嗓子都有两种机能。一种是由发真声的，真嗓子的机能为“重技能”；一种是发假声的，假嗓子的机能叫做“轻机能”。北方人特别是工农群众很多人喜欢高亢、激扬真声色彩多的大本腔唱法，经过了几十年的“土洋之争”，谭教授自己的体会。无论是折子戏还是北方各地的民歌，很多的真声色彩都是十分强烈的。因此在演唱时都必须混合头腔共鸣，必须有假声的位置。这个教学工作是十分细致的，有的学生两种声音都会，但“捏”不到一块。这就要求学生把真声放在假声的位置上，虚实结合，真中有假、假中有真，最后做到自然过渡，浑然一体。既有群众喜欢的真声色彩、真声效果，又不失科学的发声方法，延长了演员的艺术生命。

（一）共鸣腔体运用

“打开共鸣腔体”是每一位声乐老师都要提出的共同要求，对这个要求谁都不会提出异

议，然而怎样才能获得共鸣呢？歌唱的共鸣腔体如何使用？

著名的声乐教育家沈湘教授肯定了谭萍教授的打开喉咙喊嗓子的方法，曾说过“打开喉咙喊嗓子是最科学的发声方法”。其实打开喉咙就是把歌唱的共鸣腔体张开。经过多年谭萍教授的教学实践，证明这观点是非常正确的。声乐老师在要求“打开喉咙”的时候，通常让学生通过“闻花”、“打哈欠”来体会。前者的动作首先是鼻翼微微张开，咽、喉随着气息的吸入缓缓有序的打开一条通道直至气管、支气管至肺部。后者“打哈欠”首先是鼻子发酸，鼻翼张开，口腔张大（包括口盖抬起积极收缩成拱形，颌骨向上抬起，下颌骨松松放下）。谭萍教授说：“我以为笼统地讲打开喉咙是不准确、欠严谨的。从鼻翼张开到口腔完全关闭这个过程大约需要六、七秒钟时值完成，假如把这个过程拍成电视录像的话，按每秒钟二十五帧计，那么这六、七秒就能拍 150-175 个画帧，也就是说这六七秒钟‘打哈欠’能够分解成 150-175 个画帧，仔细观察相邻的两个画帧之间都有细微的变化。因此，认真研究 150-175 个画帧对我们声乐老师来说非常有意义的”。究竟哪几幅画帧呈现出来的是歌唱者口腔的最佳状态？谭萍教授总结出来，在“打哈欠”的前一秒中至二秒末，也就是录像上 10 到 50 帧为最佳状态。^①其道理有以下三个方面：

1、在最佳状态之前歌唱，口、鼻、咽、喉均未张开，未能形成整个呼吸器官的通道，势必会造成气息不通，声音逼紧、挤卡、甚至喊叫、嘶哑。

2、在最佳状态之后歌唱，由于口、鼻、咽、喉均张开过头，这些器官周围的肌肉已开始僵硬，因此歌唱时声音会感觉滞重、不流动；各个腔体绷紧僵硬，口腔开得太大，咬字不灵活、不清楚，嘴里像含着个热茄子，声音会出现摇摆、晃动，音色空、虚、糠。

3、在最佳状态之中歌唱，鼻、口、咽、喉均微微张开，舌根、下巴均处在松弛的状态，声音通道形成，气息通畅流动，没有造成各器官周围肌肉僵硬的机会。这时各器官才能协调一致，歌者才能得心应手，游刃有余。（这里指的最佳状态，就是在“打哈欠”的前一秒钟至两秒末）。

（二）喉头状态

对于喉头问题是民族声乐中非常普遍出现的一个问题，谭萍教授一般不单独练放喉结，更不主张用力往下压喉器，那样发出的声音僵硬，搞不好会产生颈部肌肉的僵死。

喉器稳定、放下来是和舒服的深呼吸分不开的，深呼吸喉器才会放下来，腔体拉大，共鸣才会更加丰满，声音才能圆润、柔美、结实。

谭萍教授训练中多采用“u”母音练习，因为“u”母音喉位较低，管道更深，还容易找到舒适通畅的感觉。这样循序渐进慢慢才可以把喉器放下来。稳定喉结，一张口就必须把喉结放置在一个舒适和正确的位置上，正常的喉头位置应该是在前文所叙述的第三种情况（录像上 10 到 50 帧的最佳状态）。只有这样下咽管道拉长，喉咙底部自然打开，软腭一定程度

^① 谭萍，《打开喉咙喊嗓子——谈戏曲、说唱演员的发声训练》中国音乐学报 2002 年 1，65 页

的抬起（放松）。使声带的调节和控制变的更加便利。反之，喉头上提，就会出现颈部肌肉紧张、压迫，影响声带的正常调节变化，同时，下咽管和喉咙缩小，会厌不能充分打开，基音共鸣变得不好，气息变得不畅通，声带负担加重并且容易疲劳。

在发声训练中，训练喉头的相对稳定，保持喉头始终处于最有力的部位和最良好的功能状态，是便于声带变化调节更加舒适和轻便。进而能更好的服务于歌唱。但为了使喉头下来而去压喉头也是不正确的。因为，压喉头会使喉头的软骨和肌肉无法正常自如的调节声带变化，从而会影响发声。喉头稳定，打开喉咙不等于喉头下压。因此，解决喉头上提和下压的问题，最好能用“u”母音练习，在注意呼吸的同时放松颈部肌肉，拉开舌骨与假状骨之间的距离，使吐字、发声、呼吸、共鸣，上下前后拉紧平衡，真正使喉头得到解放，使侯结逐渐稳定。

（三）气息的运用

歌唱的呼吸是歌唱的动力，是歌唱的支持力。人的呼吸有两组肌肉带动，一组是负责吸气的肌肉群，一组是负责呼气的肌肉群。歌唱呼吸的支持力来源于吸进气以后，吸气肌肉群还需要继续工作不能放松。还要继续保持吸气的状态，使呼与吸形成对抗，这个对抗就是“呼吸的支持”。

在教学中，谭萍教授对学生的呼吸、气息的训练，始终遵循自然和松弛的深呼吸，全身（包括口鼻、头、颈、胸、双肩等）都不能有一处僵持。歌唱时吸气肌肉群丝毫不能放松。这样的对抗才能发出平稳、连贯、均匀优美如丝贯通的声音。在具体的实施中，谭教授从一年级的学生就开始严格要求按照既定的乐句换气，开始练一些乐句短、旋律平稳的艺术歌曲，逐渐从初级到中级、高级作品，使学生逐步克服随意呼吸、即兴换气的不良习惯。借此打好深呼吸和气息支持的基本功。

谭萍教授曾引潘乃宪的论述“歌唱是一种劳动，特定的用气方法，可以分担声门的负荷量。要学会用‘利钱’唱，少用‘本钱’唱。”^①只有学会了气息的运用，学会了深呼吸才能使歌唱的整个通道畅通，才能得到头腔、口腔、咽腔、胸腔、腹腔等全身腔体的共鸣。因此，在训练时要注意全通道歌唱，当然在具体的演唱时也要学会灵活运用。因为所演唱的曲目不同、人物性格不同、地域不同、风格不同等，因此，歌唱的管道粗细、气息的深浅、各个共鸣腔体的运用都要随时灵活调整。

四、谭萍教授的教学特点

我国的民族音乐形式在唱法上具备一套自成体系的教学规范。例如戏曲，曲艺中的吊嗓、

^① 潘乃宪《声乐探索之路》上海音乐出版社，2003年第一版 182页

喊噪、念白等等。不仅是戏曲曲艺演员必不可少的基本功，有些还可以借鉴到我们的民族声乐教学之中。而如何能正确有效的借鉴传统声乐艺术，首先就要了解我们的民族传统艺术之精髓。四十多年来，谭教授在借鉴西洋、继承传统的学习和教学实践当中，逐渐摸索出一套具有鲜明的民族风格的教学方法，特别是摸索出一套对戏曲演员行之有效的教学方法。

（一）打开喉咙“喊噪子”

在谭萍教授的理论中，“喊噪子”部分与戏曲练噪有共通之处。我们可以通过戏曲练噪的方法去了解。戏曲曲艺演员素有喊噪（遛噪）和吊噪的传统技法，主要是解决音域和声区统一的问题，经常用“依”、“啊”等音，从低音区做滑音式（拉警报）向高音区发声，这样能使真假声在不知不觉中自然过渡，从而达到扩展音域、声区统一的目的。同时也训练了气息的控制、气与声的结合。

多年来，声乐课教学由于受西洋唱法的影响，在教学中也沿用着一套西洋歌唱技术和声音术语。（例如，横隔膜、关闭、胸腹式呼吸等。）这些词汇描述声音状态准确无误，但用于感性认识极强的声音训练来说不免有些机械、生涩，且易让大多数声乐基础薄弱的学生摸不着头脑，无形中为学习设置了障碍。完全照搬西洋唱法技术，高音是解决了，但却往往是采用母音变形、噪音变暗的适合外国人欣赏习惯的声音技术。这与民族唱法母音不变形的发音原则是不同的。笔者认为，民族唱法应以民族语言为出发点，这是毋庸置疑的，汉语在我国的影响最深，使用范围最广，具有中华民族的代表性语言，把它作为民族唱法语言进行研究，是具有典型意义的。谭萍教授的教学正体现了这一点。

（二）“喊噪子”在歌唱中的运用。

1、打开喉咙喊噪子，是鼻腔张开，口腔中口盖抬起积极收缩成拱形，咽腔中会厌卷起，咽壁直立，喉头放在深呼吸的自然位置上，这样的发声通道才能通畅无阻，在这条管道中喊噪子，才能体会到这个管子不仅仅是一个肌肉组成的管子，它像铜管乐的金属管道一样坚实有力，只有这样才能喊出金属般的穿透力强的铿锵声。

许多演员在喊噪子时未能调整好喉咙的状态，也就是未能形成以上所说的“金属管道”，口、鼻、咽、喉均处在一个消极的瘫痪状态，这样喊只能用嗓子直接从口腔发出挤、卡、紧的声音，得不到各个共鸣体的共振，自然也就发不出优美动听的声音，长此喊下去还会喊出许多噪音疾病。

2、打开喉咙喊噪子，适口、鼻、咽、喉各器官张开，金属般的畅通管道使歌者能获得人体各个腔体（胸腔、喉咽腔、口腔、鼻强、头腔）的共鸣，声音上下无阻，高高低低、强弱弱弱，使真假声混合的不露痕迹，天衣无缝。高声区头腔共鸣自然混着胸腔共鸣，假声中自然混着真声，使假声不虚不空；中低声区胸腔共鸣自然混着高位安放的头腔共鸣，真声区

自然混着假声，使真声不白不横。做到真中有假，假中有真，虚虚实实，浑然一体。

3、打开喉咙喊嗓子，使所谓“没嗓子”的变成好嗓子。其实所谓“没嗓子”并不是真的没嗓子，不过是方法不当导致嗓子的优美音质泯灭罢了。“喊嗓子”所形成的“金属管道”，使演唱者越喊管道越通，音质、音量、音色也就会有明显的改变，这样一来就使原本感觉音质弱的即所谓“没嗓子”的同学逐渐变成了好嗓子。

第三章 武秀之教授声乐教学与谭萍教授声乐教学的比较

一、相同之处

武秀之教授首创“假声位置真声唱法”，本意和目的是在培养学生的科学发声方法和全面歌唱能力上，由于她的学生来源和艺术背景的特殊性（她的学生大多数是戏校毕业或是曾接受过系统戏曲唱腔学习的学员）又把“三女合一”的纯声乐意义扩展到整个歌剧表演艺术上来，并且使它具有了更为广阔的被开发利用的潜在可能性。这与中国音乐学院长年以来所倡导的教学理念无疑是殊途同归，谭萍教授在她的学术报告《声乐课堂随笔》中就提到了类似的观点。当然，两种教学理论在长期的教学实践中的不谋而合还不仅如此，笔者通过学习比较归纳出以下几个方面：

1、都是冲破了“美、民界限”即：教学理念相同

在武秀之教授和谭萍教授为代表的民族声乐教学体系这两种教学实践中，均本着打破传统“三种唱法”的思想禁锢。在教学中要结合学生实际，努力探索科学的训练方法，因材施教，中西结合。教师的任务就是帮助学生修饰自己的声音，培养学生的演唱能力和素质，使学生的演唱自如、流畅、美丽、动听，而不是给学生造“声音”。他们都不同程度的借鉴“西洋唱法”的先进经验。因为人类发音器官的结构和发声原理是相同的，绝对没有哪位歌唱家的发音器官比别人多一个或少一个部件。也就是，不管是中国人还是西方人，在进行声音训练时是有共通性的，这就有相互借鉴的地方和空间。西洋的美声唱法历史悠久，除语言和音乐风格与我们有区别外，在噪音训练方法和声音美学方面有值得我们借鉴的地方，而且美声唱法使声音宏亮、宽广、浑厚，有较强的戏剧性，这是它的优势，但在处理我国民歌（民族特色较强）恰恰就成了它不宜表现中国民族声乐作品的一个弊端。科学有效地处理好这一对矛盾，合理借鉴美声唱法中的先进经验，中西结合，达到完善民族声乐教学的目的正是武秀之教授和谭萍教授一直以来探索的课题。她们做出了长期不懈的探索，也总结出了许多丰富的经验，在声乐教学中，根据学生声音特点，因材施教。比如我国北方一些民族性格粗犷、豪爽、奔放、热情、真挚，恰好就可用美声唱法中一些特有的音质来表达这些音乐；另外，她们还广泛汲取西洋唱法中先进的训练方法，并且将受过系统训练基本成型的噪音运用于风格不同的中国作品演唱中。通过不断的探索和实践，两种教学都打破了以往“美民两道噪”的传统教学方法，在歌唱教学中冲破了中西唱法的界限，使中西方唱法在教学中达到和谐统一。

2、都深入地向民间学习即：来源和基础相同

民族声乐广义上讲，它包含我国传统声乐艺术的全部，如民间歌曲演唱、民间歌舞音乐的

声乐部分、曲艺声乐、戏曲声乐等。50年代在《人民音乐》等刊物上就有这样的提法“民族声乐从广义来说,包括传统的戏曲、曲艺演唱和民间演唱,形式繁多,十分丰富。我们这里所指的民族声乐,实际上是民族歌唱。它是一门独立的声乐艺术形式,它与传统声乐形式有共同之处,也有不同之处,互有联系,又各有特点”。“什么是民族声乐呢?我认为民族声乐就是扎根在民族语言基础之上的、符合民族欣赏习惯的、富有民族风格的歌唱”。“民族唱法,广义地讲可以包括戏曲、曲艺、民歌和带有这三类风格的创作歌曲的唱法。这里所指的民族唱法则是作为狭义地来理解,主要是指演唱民族风格较强的声乐作品时所用的技术方法及一些规律。它们既是从戏曲、曲艺、民歌这些民族传统唱法中提炼和继承下来的,同时又借鉴和吸收了西洋唱法中优秀的结果”。武秀之教授和谭萍教授,这两位为我国的民族声乐教育事业倾注半生精力的耕耘者,在这里又不谋而合了。

武秀之教授在她的教学课题《声乐教学改革与民族歌剧专业的创立》中曾提出“民族的艺术传统必须继承发展,是不能以外来文化取而代之的”。本着这一理念她曾先后向豫剧表演大师常香玉和汉剧著名表演艺术家陈伯华潜心学习地方戏曲的演唱方法,不仅如此,她还曾投师与著名河南坠子表演大师赵铮老师,向她学习河南地方曲艺的发声和运腔方法从而为她以后从事民族声乐教学奠定了扎实的功底和理论基础。

由于武秀之教授的民族歌剧班主要目的是培养能够在舞台上表演歌剧的演员,所以它的学生大多数是地方戏曲学校的毕业生或已经在地方戏曲院团有了丰富舞台经验的成熟戏曲或曲艺演员,因此,她不仅需要摸索总结出训练戏曲演员歌唱的教学方法,还需要把自己多年来向民间戏曲艺术大师那里学习领悟到的心得体会运用于教学训练之中。

同样,谭萍教授曾专程到河南向著名豫剧表演艺术家常香玉老师学习豫剧演唱,而且在谭萍教授几十年的教学生涯中,教授过包括京剧、豫剧、评剧、北京曲剧、云南花灯、湖南花鼓、江西采茶,以及河南坠子、苏州评弹等南北诸多剧种、曲种的戏曲、曲艺演员,中国本土的声乐艺术营养激发了谭萍教授的教学灵感,也让谭教授在中国戏曲曲艺发声中总结出自己的教学理论,在教学中摸索出一套对戏曲演员行之有效和用戏曲发声引导教学的独特教学方法。

我国的传统声乐(戏曲、说唱)的精华,大大丰富了两位教授的民族声乐教学。多年来武秀之教授和谭萍教授扎根在中国民族声乐艺术沃土之上形成的教学理论和方法,为戏曲演员和说唱演员的培养做出了贡献,并把戏曲曲艺的发声方法借鉴于中国声乐演唱训练当中,更是对我国民族声乐演员的训练方法拓宽了思路。

3、都在用自己的教学实践推动中国民族声乐教学事业即:目的相同

当今时代民族声乐的发展,不单单体现在民族声乐的演唱技巧、表演风格方面,也出现与以往很大不同的变化与发展。传统民歌唱法常常出现声音的挤、卡、白等问题,在一定程度上影响了声音的充分发挥和音色的自由变化,无法很好地表现作品,因此,民族声乐发声

的科学性成为所有民族声乐教育工作者共同追求的目标。武秀之教授和谭萍教授在长期对传统唱法的挖掘、整理、综合、提高的教学实践中，共性风格的特征逐渐浮出水面。民族声乐在审美追求上以“字正腔圆”为审美取向，以“声情并茂”为演唱的最高境界。在用声方法上，主要是“甜、亮、水、脆、柔”的声音色彩，表现为真声为主、真声较多的混声和口语化的语言调节等。在民族唱法共性特征的基础上吸收了西洋美声的演唱技法后，新时期的民族声乐形成了今天所谓的现代民族唱法。这种唱法以美声唱法为基础，把具有民族韵味的咬字、吐字建立在良好的气息发声上，发声通畅统一，吐字清晰，音色圆润明亮。声音的高低强弱运用自如且穿透力更强，音域也更为宽广，从而极大地丰富了中国民族声乐的内涵，对中国民族声乐的发展起到了积极的作用。

4、都要求歌唱时的假声状态即：假声位置相同

武秀之教授的“假声位置真声唱法”是在欲发假声时的状态下真声来歌唱的唱法。她所指的“假声位置”的“假声”不是指假声音响，“位置”也不是指声音位置，而是在深呼吸支持下的一种欲发假声的状态，也就是用欲发假声时的意念，去引起胸、咽、口、鼻等腔体的反应。这个状态酷似在陌生人面前不好意思张大嘴打哈欠而偷偷向下吞咽哈欠，尚未咽下时的“内开”状态。“真声唱”也并不是用自然的真声，而是在欲发假声的状态下发出的真声色彩。偷咽哈欠是形成和固定“假声位置”的主要手段。在这种状态下能使歌唱者快速地打开咽腔，为声音打开头腔共鸣的通道，使发出的声音浑厚、通畅。

谭萍教授提出“打开喉咙”。笔者认为其真正意义在于打开喉咙时欲发假声的状态，即：假声位置。谭教授在要求学生“打开喉咙”的时候，通常让学生通过“闻花”、“打哈欠”来体会。第一个动作首先是鼻翼微微张开，咽、喉随着气息的吸入缓缓有序的打开一条通道直至气管、支气管、肺部。“打哈欠”时鼻翼张开，口腔张大（包括口盖抬起积极收缩成拱形，颌骨向上抬起，下颌骨松松放下）。而且谭教授明确指出，民族声乐教学中特别要注意真假声混合，演唱时都必须混合头腔共鸣，必须有假声的位置。要求学生把真声放在假声的位置上，虚实结合，真中有假、假中有真，最后做到自然过渡，浑然一体。总结两位教授以上两种理论不难看出，关于假声位置对于歌唱者来讲，在两种教学理念中都至关重要，其目的都在于使歌唱演员更好地使用头腔共鸣，为声区的统一和高音作充分的准备。概念和目的相同，只是表述方法不一致。

目前社会发展正经历着时代的巨变，给社会的方方面面都带来了新的景象和新的气息，同时也为民族声乐艺术的发展提供了更广阔的空间，现在的民族唱法深深地植根于我们国家民族音乐的沃土之中。在中西方文化碰撞日益激烈的今天，虽然两种文化差异很大，社会制度、民族、生活方式和审美要求都不同，但是令人欣喜的是我国的民族声乐教育行业象武秀之教授和谭萍教授这样的始终都以一种以开放性的姿态、科学的态度，广泛借鉴和吸收一些有利于本民族发展的新观念。实践结果已经证明，这种学习和借鉴之路是成功的，它不

仅丰富、充实我国的民族声乐演唱艺术风格，而且为我国的民族声乐艺术体系的完整性注入了新鲜的血液。她们作为民族声乐教育工作者是始终视发展民族声乐事业为己任，与时俱进、开拓进取，不懈地努力和追求，使民族声乐艺术顺应时代发展的要求，不断发展进步，用自己的独特的教学方式推动着中国民族声乐事业前进的车轮。

二、不同之处

(一) 气息运用方面的提法不同：关于“憋气”和深呼吸

憋气

在武秀之教授的教学理论中提出“憋气”，憋气是在做好欲咽哈欠的状态后，不马上收缩胸腔使气呼出，而是靠膈肌的突然下沉，增加对腹腔的压力促使呼气。因而憋气时有将气息继续下咽，在后腰部产生阻气的感觉，此感觉可使腰部保持持续的向外扩张和向下的压力，对欲呼出的气流造成更强大的阻力，这样就产生了气息对抗的感觉。这种对抗感觉的保持，可大大的加强整个吸气肌肉群的力量，与呼气肌肉的收缩，肋骨的下降，膈肌的回升相对衡，呼气过程放慢和延长，呼出的气息集中而有力。在这种对抗的力感支持下发出的声音，会具有铿锵的金属色彩。她认为，憋气是获得真声色彩的主要手段，憋气功夫的深浅决定着歌唱发声质量的优劣，因此演唱者必须加强憋气能力的训练，必须脚踏实地的练习憋气能力。

当然，武教授主张，人们在自然发声时，气息和声音容易随着声音的发出和音高的上升而向上移动，这种自然的运动趋势，会造成气息上提，发声器官的肌肉紧张，特别是喉头的束紧和歌唱状态的改变，因而在歌唱时需用与之相反的意念，使气、声产生相反运动的感觉。如，歌唱发声时气息虽然向外呼出，但歌唱者却应感觉继续在吸。再如唱上行音阶时，应有唱下行音阶的感觉，唱下行音阶应有唱上行音阶的感觉。这种发声时气息运动的自我感觉与实际的自然运动状态是相矛盾的，而保持这种反向的感觉唱，可起到保持气息稳定，喉部肌肉放松、打开、声音统一、流畅的作用。因此，在运用“憋气”歌唱发声时，声音实际抛出的方向和歌唱者自我感觉用力的方向往往是相反的，声音向上向前出，歌唱者的感觉却是向下向后用力，即声音在上，用力的方向在下，声音在前，用力的方向在后，这种力量相对抗的矛盾运动，在日常生活中是普遍存在的，歌唱也同样道理。因此，武教授始终在强调在力量中获得整个歌唱状态的平衡和协调的概念。

深呼吸

谭萍教授主张“深呼吸”，对于呼吸、气息的训练，始终遵循自然和松弛的深呼吸，全身不能有一处僵持。歌唱时吸气肌肉群丝毫不能放松。这样的对抗才能发出平稳、连贯、均匀优美如丝贯通的声音。

深呼吸其实是一种运用胸腔、横膈膜和小腹相互协调配合进行呼吸与控制气息的一种方

法。唐代《乐府杂录·歌》中有这样记载：“歌者，乐之声也，故丝不同竹，竹不同肉，迥回诸乐之上，古之能者，。即有韩娥、李延年、莫愁。善歌者，必先调其气也，……，至喉乃噫其词，……即得其求，即可致遇云响谷之妙也。”^①我们从中可以看出唐代的演唱中，歌唱者已非常讲究歌唱的技巧，并能运用气息的方法来进行演唱。在古代文献中也有“气动则声发，气沉于底则贯于顶”^②的记载，说明传统民歌的歌唱在气息的运用已经非常讲究，并形成了具有吸气深沉、存气饱满，运气通畅，用气灵活的演唱方法，还具有吐、蓄、沉、存、放、顿、喷等技巧的特点。

歌唱实践证明，深呼吸首先是能够全面调动歌唱各个呼吸器官的能动性，使得胸腔肋间肌、横膈膜、腰肌、腹肌充分扩展、积极配合，共同协作完成呼吸和控制气息的任务。这样的呼吸吸气深、速度快。其次，深呼吸由于吸气时下降横膈膜和张开肋骨，使得胸腔和腹腔的空间全面张大，最大限度的获得歌唱所需的气息量。另外，深呼吸在歌唱时控制呼吸的能力增强，能够始终均匀有节制的进行换气呼吸，并能对呼气时气息的强弱长短进行调节，使声音的高低、强弱、长短变化控制自如，应变能力增强。最后，由于深呼吸在横膈膜处有吸与呼、上与下两股对抗的气流所产生的压力，因此形成了明显的呼吸支点。

（二）接受训练学员的基础不同，训练方法也有不同

武秀之教授创办的河南大学民族歌剧班主要面对三类人员招生：首先是各地方戏校的毕业学员，这些学员一般都是经过了四至七年的系统戏曲学习，对发声、舞台表演、戏曲舞蹈基本功有一定的掌握；其次是各个戏曲团体的在职演员，这样的学员对于舞台表演和戏剧表演已经趋于成熟，而且自己具有一定程度的声乐歌唱能力；第三类是各个艺术团体的歌舞表演人员，这样的学员具有很好的声乐舞蹈基础，能够在舞台上收放自如。这样的三类学员都是符合武秀之教授要培养三结合演员的标准的，对于学员的训练，武秀之教授采用的是先舍弃原来的各种不同的发声方法，统一在一年级训练最初级的三个憋气练习。而且，第一年是不主张歌唱作品的，只是在训练气息的同时掺入一些小的练声作品。在第二年才开始有步骤有计划地加入“假声位置真声唱”中的其他训练手段。

这样的训练手段无疑是为学员的发声方法更加统一规范。能够胜任演出一些大型的民族歌剧剧目。1988年9月演出了大型歌剧《第一百个新娘》首次把她的“假声位置真声唱”教学理论用于歌剧表演实践中，国家教委艺术教育委员会主任赵沅和中央歌剧院院长王世光观看完演出后给予了高度评价。1990年排演了大型歌剧《叶子》歌唱录音荣获中央广播电台广播节目二等奖。1997年7月由歌剧班学员排演的大型豫剧《走出一线天》在郑州中州影剧院上演，1995年4月武秀之教授与中国艺术研究院音乐研究所居其宏教授，缪也副教授联合成立《民族歌剧声乐教学改革与表演艺术研究》课题组，此课题纳入中国艺术研究院音研所“九五”科研规划，武秀之教授担任该课题组组长，同时成立了河南省武秀之歌剧音

^① 《乐府杂录》古籍出版社 1963年 第116页

^② 同上，第168页

乐剧研究所。由河南省武秀之歌剧音乐剧研究所和河南大学艺术学院联合制作的音乐剧《中国蝴蝶》，于1999年11月14日在郑州首演。这是一出根据“梁山伯与祝英台”的故事创编的古装音乐剧，也是为实践武秀之教授的“三结合唱法”将之市场化的实验剧目，其演员均为河南大学艺术学院民族歌剧班的学生，笔者有幸参加了《走出一线天》和《中国蝴蝶》两部剧目。此剧为武秀之教授的“三结合唱法”量身定做，意在展示武秀之学生“唱做念打舞”全面的表演素质。

当下的声乐教学，民族、美声、戏曲三种唱法区别可以说大相径庭，而用武秀之教授“假声位置真声唱法”训练出来的歌者，不但能够一人兼唱美声、民族、戏曲三种不同的风格，每一种唱法、风格都比较规范，感觉也较到位，达到相当的专业水准，而且这种“三女合一”的歌唱演员不是十个八个，而是十余年来培养了如小香玉、孙卫国、陈真、陈淑敏等一届又一届，一批又一批优秀民族歌剧演员。

谭萍教授面对的学员来源基础和武秀之教授学员来源基础显然是不一样的，谭萍教授的大多学员是来自于考入中国音乐学院的正式民族声乐专业学生，这样的学员大多在入校之前都是经过了一定时间的正规民族声乐训练，有着较为科学的发声方法。对于这一类学员谭萍教授是按照学院声歌系严谨的教学大纲来实施声乐训练的，在最初阶段扎实地打好学员的歌唱基本功，稳定他们的气息，强调各个共鸣腔体、拓展学员的音域和声区统一。然后在科学的发声基础前提下突出各自不同的特点和个性。

例如1999级本科毕业生李莉，入学时专业排名全年级倒数第二，经过训练取得长足进步。演唱既蕴涵着浓郁的民族风格，又洋溢着鲜明的个性，深得用人单位领导的青睐和赏识，当即被战友歌舞团抢先拍板录用。附中声乐学科1997级毕业生严嘴嘴是在声音相当困难的情况下来到谭萍老师班上的，当时附中领导和教师普遍认为她没嗓子、条件差。学习一年多状况明显改观，前后判若两人，不单发声有很大进步，表现力也有相应提高，最终以优异的成绩毕业，并在众多考生中名列前茅考进大学。她在1999年及2001年两次获得《全国少数民族歌手大奖赛》三等奖。2000年在《全国青年歌手大奖赛》中获得优秀歌手奖。本科三年级学生乌云（蒙古族），刚入学时由于汉语基础和音乐基础都相当差，学习十分吃力。在师生共同努力下，经过两年训练，演唱水平显著提高，2001年8月在《全国第二届〈草原杯〉长调比赛》中获得专业组一等奖（一等奖只设一名）。2002年2月应邀赴蒙古国和日本参加《俄、日、蒙三国春节电视晚会》的演出。

另一类学员是一些已经有建树的成熟戏曲、曲艺优秀演员。对于这些学员，既要保留他们原有的歌唱特点又要提高他们的歌唱能力，因此，谭萍教授借鉴了一些戏曲、曲艺的发声精髓运用其中，对他们进行了科学的、详尽的教学安排，除了像其他学习民族声乐的学生一样完成以上基本功的训练外，还采用了上述的方法针对性地对他们进行了训练。使他们的声音在短时间内有了很大的提高。在音质、音色以及音量上都有了显著的变化。

例如：刘慧琴是中国音乐学院进修生，中国广播艺术团河南坠子演员。在校学习两年成绩显

著，毕业时不仅坠子唱得更韵味和新意，而且许多中外歌剧咏叹调和艺术歌曲她也演唱得很好，发挥出相当高的水平。1984年在民族宫举办了独唱音乐会，受到与会专家和观众一致的好评，中国音协为此举办了专题研讨会。再如，龙红入学前是江西采茶剧团演员，曾获“百花”、“文华”大奖。学习了两年，演唱技巧有很大提高，举办了《龙红独唱音乐会》，反映很好。黄霞芬是我院【优秀青年演员研究生班】学生，优秀的苏州评弹演员。经过三年的训练，她的演唱基本功更扎实了、音色更美了、音域更宽了、艺术表现力也更增强了。毕业后再一次获得“文华”大奖。

（三）经过训练后声音风格不同

武秀之教授训练出的学员是具有三结合特点的歌剧演员，而谭萍教授是在保持原有风格基础上拓宽声乐能力。因此，两位教授训练出来的学员在歌唱的声音风格上是不一样的。例如，现在总政歌剧团担任主要演员、原曾是河南著名豫剧演员、武教授的学生陈淑敏声音原来是典型的“闺门旦”，音色清秀细腻，极富有豫剧发声特点和戏曲发声要求。经过武教授四年的训练，摒弃掉戏曲中“挤”“白”位置低的毛病，使得她的声音通透圆润，从一个豫剧演员成为一名具有三结合特点的民族歌剧演员。不仅能胜任歌剧《小二黑结婚》中小芹的角色，在歌剧《党的女儿》中，把玉梅这位正直、坚强、临危不惧的英雄形象用歌唱塑造得生动且丰满。武教授培养出包括豫剧、越调、曲剧、道情等河南地方剧种的许多著名演员，他们现在都在自己的艺术岗位上做出自己的贡献。

谭萍教授对于声音风格的把握一向是严谨的，面对来自各自剧种的优秀演员，既要保证他们原有风格的不变化，又要在音域、音色、音质等方面提高。鉴于这种情况，谭萍教授就在训练民族声乐的基础上，借鉴了一些戏曲、曲艺的发声精髓运用其中，对他们进行了科学的、详尽的教学安排，除了像其他学习民族声乐的学生一样完成声音的基本功的训练外，还采用了上述的方法针对性地对他们进行了训练。在师生的共同努力下，他们的声音在短时间内有了很大的提高。在音质、音色以及音量上都有了显著的变化。黄霞芬音乐会上一曲《宫怨》，把杨贵妃委婉、细腻的感情表现得淋漓尽致。声音甜美娇媚，使贵妃娘娘更加华美靓丽；《唱唱扬州三把刀》音色清脆明亮，演唱的轻巧活泼、俏丽洒脱；《凤凰岭上祝红军》气息通畅饱满，声音连贯流畅，吐字清晰有力，以极大的热情唱出了红霞对红军、对革命的无限忠诚。对日寇、对白匪的无比仇恨。最后一首唱的是苏州评弹开篇《江东门祭》。《江东门祭》是一首悼念在南京大屠杀中死难的骨肉同胞的壮丽悲歌。演唱时要求营造一种凝重、肃穆的气氛。在长达十分钟的演唱中，黄霞芬根据内容的需要，充分调动了演唱技巧，将歌曲处理的有张有弛，时重时轻，虚实结合，刚柔相济，恰到好处。前面的旋律音域较低，低音到小字组 f，一般女高音很少演唱这么低的音，而黄霞芬以低沉浑厚的声音唱出“难忘万人坑”，婉转迂回，耐人寻味。“石城处处飘血腥”的“处”字在小字 2 组的#g，音域较高。在这样的音高上不用强音，而采取轻声处理，难度更大，但她唱的不虚不浮。接着徐缓地唱出

“飘血腥”，似让观众亲临其境闻到了大屠杀的血腥，此情此景，催人泪下，增强了对日本侵略者的仇恨。最后一句“警钟要长鸣”，高音唱的坚定饱满，铿锵有力、穿透力极强。这样的演唱使得原本以委婉细腻、抒情优美见长的苏州评弹无形中增添了高亢激昂的色彩，从而拓展了弹评的艺术表现力。

具体列表如下：

武秀之、谭萍教学对照表

	武 秀 之		谭 萍	异 同
目的	开创“三结合”致力于中国民族声乐事业		用自己的教学实践推动中国民族声乐教学事业	相 同
基础	学员大多来自于戏校和演出团体，有较强的舞台经验和表演舞蹈功底		学员大致分为两类：一类是音乐学院一般的声乐学生；另一类是在戏曲、说唱等方面已有建树的学员	不 同
教 学 方 面	概念	使所教授的学员能掌握三种不同类型的唱法。即西洋歌剧、民歌、戏曲。	保留戏曲、说唱学员鲜明个性的同时，在短时间内增强歌唱能力	不 同
	共鸣腔	采用假声位置真声唱	主张在假声位置上歌唱	相 同
	喉头	用独特的“三结合”训练方法，使喉头短时间内放下来	使用“喊嗓子”、深呼吸等手段降低喉头	相 同
	气息	使用“憋气”来控制歌唱的气息	主张使用深呼吸控制歌唱	不 同
借鉴	深入民间向传统艺术学习		跟随戏曲大师学习，借鉴传统艺术精髓	相 同
成果	1、培养了众多的民族声乐工作者。2、排演歌剧《叶子》、豫剧《走出一线天》、音乐剧《中国蝴蝶》		1、培养了众多的民族歌唱演员。2、发表了诸多的声乐理论著作。3 举办了其学生成果音乐会（带光碟）	相 同

结论 从以上比较研究看中国声乐的多元化发展

一、民族声乐理论所走过的道路

自新中国成立以来，中国的民族声乐艺术有了长足的进展，并且涌现出一大批的民族声乐理论研究成果。民族声乐理论研究文献，作为这些成果的主要展示形式，成为构建中国民族声乐的重要基础。它既是每一个历史时期声乐艺术实践的经验总结，也是不同时代声乐艺术工作者不断思考的理论结晶。

民族声乐艺术结合并应用现代科学技术手段，从当代科学角度，诠释传统声乐理论，认识发声器官的生理构造与运动机能，借鉴国内外声乐演唱理论和技术，不断总结传统民族民间演唱经验，从理论上探索中国民族声乐发声原理、演唱方法、艺术风格，逐步从理论上使中国民族声乐艺术更加具备了现代学科意义与价值。

回顾五十多年的民族声乐理论研究，可以相对地大致归纳为四个历史阶段^①：

第一阶段：从新中国成立至五十年代末。以建立“中国新唱法”的学科建设讨论为中心话题；对中国传统声乐理论和外国声乐理论以整理、介绍和初步的研究为主。

第二阶段：大约从六十年代初期到七十年代末。学科建设以反映“时代精神”（民族化、革命化、群众化）为主旋律。对前一阶段的民族声乐艺术实践、理论研究、专业教学和人才培养，进行了初步总结。（“文革”期间，理论研究工作基本停止。）

第三阶段：大约从八十年代初至八六年前后，重视传统声乐理论的专题发掘、研究、重视美声唱法理论的全面理解及其在民族声乐艺术实践中的正确运用，发声技术、演唱技巧等技术理论方面的研究走向深入。

第四阶段：从八七年前后至今。这一阶段的研究文献，涉及到前文所述的所有研究类别及其子项，数量大、内容全面、领域拓宽。尤其是学科建设研究取得突破性进展。建立中国声乐学派以跻身于世界声乐艺术之林。

综观跨越半个世纪的四个阶段，可以说中国民族声乐理论研究，走过了起步、发展、停滞、恢复（继续）、深入和拓宽繁荣的曲折道路。五十年的中国民族声乐理论研究，是一个逐步前进、不断深入的动态发展过程，同时也是一个辨证的认识过程，一个古与今、中与外、理论与实践的有机结合过程。

二、发展中国民族声乐的多元化

21世纪，是全球多元文化并存的世纪。在多元文化视野中，中国民族声乐唱法应在珍惜本民族传统唱法的基础上，用开放、豁达、多元的角度去思考多种不同形态、不同层面和

^① 余惠承，《中国民族声乐理论研究五十年》 中国音乐学院声乐系内部资料

不同趣味以及不同唱法的创新,以丰富民族声乐艺术的内涵,让中国民族声乐与时代和国际接轨,朝着更宽广的道路发展。

中国民族声乐发展之路决不是走“模仿和抄袭”,而是“推陈出新、敢于革新创造”。中国民族声乐不仅应“是西洋唱法民族化”,更要“热爱自己民族声乐艺术的优良传统”,善于“继承、发扬与发展我们民族声乐传统中那些最有生命、有光彩的东西”。^①

通过分析武秀之教授的三结合唱法与谭萍教授的借鉴其他传统艺术的民族声乐唱法,发展中国民族声乐不仅要有民族风格、科学的方法,更要有时代精神、民族气质和群众风格。笔者认为构建民族声乐的多元化发展要具备如下几个因素:重视悠久的历史传统;正确对待相互兼容和相互借鉴;多彩的艺术风格;坚实的民族根基;唱法与社会时代变化相结合。我们试从以上分析五个条件:

1、重视悠久的历史传统

一定的历史时代的政治、经济、文化乃至每个民族特定传统的文化审美、风俗习惯、民族语言、人文精神等对一种艺术的形成与发展起到了至关重要的作用。中国的民族声乐从开始发展到今天亦是受着这些因素的制约和影响。中华民族在五千年光辉灿烂的文化历史中不断衍生出几百种带有演唱的表演艺术形式。积极发掘、继承和发扬传统民族声乐中的戏曲、曲艺、说唱、民歌中的精髓。加强与社会、经济、宗教、民俗等各种条件有密切关联的传统音乐艺术理论与唱法研究。除此之外,还要加强对各个少数民族各种风格迥异的民间歌唱研究。

2、正确对待相互兼容和相互借鉴

由于近现代西方音乐观念的同化,可以说西洋声乐已经形成了科学、系统的训练方法,对于民族声乐者在训练中借鉴是有益的。正确对待相互兼容和相互借鉴的问题。通过这些方法来修正中国声乐演唱中的缺陷。吸收、容纳和消化国内外不同学派、不同风格、不同种类的歌唱艺术,对我国民族声乐的发展是有好处的。端正思想观念,树立民族声乐自信心。使之更加完美和富有中国特色;同时要密切关注,及时吸取有关传统民族声乐(戏曲、曲艺)中的研究成果,突出民族特点,有效地保持、发扬传统声乐发声精华,又能吸收国外美声唱法的长处,使之成为构建民族声乐多元化继续发展的动力和方向。

3、多彩的艺术特点

中国民族声乐风格应该是十分鲜明的,我国拥有56个民族,丰富多彩的民族声乐风格是滋养民族声乐多元发展的基础。56个民族是一个多元一体的大家庭。各个民族有其自己的社会结构、经济结构、自然结构、风俗习惯和文化历史传统。每个民族按照自己的艺术特

^① 李焕之《民族演唱艺术的发展和提高——在独唱独奏音乐座谈会上的发言》1963年 中国论文下载中心

征,在音调、节奏、噪音的运用等方面,都有各自的演唱技巧和风格。同时每一个地域声乐音乐风格又各不相同。这样广义的“独特性”形成了中国民族声乐音乐与其他民族声乐音乐的差别,这种相互之间的差异,不仅没有影响中国声乐风格的整体性,还更加丰富了它。同时,中国声乐艺术的独创性更体现了中国音乐的内在精神与文化底蕴。因此纵向深入研究,在与东西方诸民族的歌唱艺术和中国各民族、各地域之间不同的艺术特点横向比较研究中,探寻中国民族声乐的特性,建构中国民族声乐的理论框架,树立正确的观念,进而探索出新的民族歌唱艺术。

4、坚实的理论基础

坚实的理论基础是中国民族声乐发展的重要基础。从古代传统中的有关唱论的描述中就能窥见到中国传统声乐艺术是很讲究方法的,如《礼记·乐记》、《唱论》等有关唱法的论述,足以说明在中国音乐史上对于演唱实践和理论总结上都达到了相当高的水平。因此在发展多元化民族声乐之路时,是不能忽略这一理论研究基础的,应对这些宝贵的文献深入研究和探讨。从而使民族声乐转向“雅俗共赏”的艺术,形成一个吸收多元、展示多元、竞争多元、互补多元和发展多元的开放体系。缺乏了理论做科学实践的基础,那么这种发展和创新都是不够说服力的。

5、唱法与社会时代变化相结合

随着科学的发展,社会经济的大转型带来了人们生存状态、生活方式、思想观念、文化需求和审美趣味的快速衍变,这种衍变一直处于探索、比较中,没有稳定、规范的价值定位。因此民族声乐的发展还应与其社会和时代的变化、人民需求相结合,要提倡多种不同形态、不同层面和不同趣味、不同唱法的创新。民族声乐的演唱一旦具有了时代性,就好比具有了一对灵敏的触角,就有可能成为具有时代精神而受广大人民群众所欢迎。例如:云南民歌《小河淌水》,在五六十年代由民歌手黄红演唱,甜美、柔和的歌声受到那个时代人们的热烈欢迎;而到九十年代,韦唯用了摇滚味对《小河淌水》进行细腻的处理,她的演唱也令观众们陶醉喜爱;到本世纪,云南的一个小组用布鲁斯加爵士的风格来演唱《小河淌水》,让人们觉得耳目一新。这些例子,为我们思考民族声乐多元唱法无不具有一定的启示。

提倡民族声乐多元化,是民族声乐艺术繁荣的标志之一。在民族声乐多元发展中,要学会宽容、学会反思、学会比较、学会借鉴。无论是“冲突”或是“共存”还是“对话”,^①各种唱法都应拥有自己,同时包容他人。在此基础上,我们才能以开阔的胸襟拓宽民族声乐发展的途径,丰富民族声乐的内涵,与世界多元文化接轨,发展多元民族声乐,让民族声乐艺术迎接一个又一个五彩缤纷的春天!

^① 佚名 《对民族多元化的思考》大学生论坛网站下载

参考书目

- 1、冯葆富 《冯葆富艺术嗓音医学论文集》 中央音乐学院学报 1997年增刊
- 2、居其宏 《音乐剧，我为你疯狂》 上海教育出版社 2001年11月
- 3、金铁霖 《金铁霖声乐教学曲选》（第一集） 人民音乐出版社 2006年7月
- 4、武秀之 《民族声乐教程》 河南大学出版社 1991年5月
- 5、酆子玲 《歌唱语音训练》 人民音乐出版社 1996年
- 6、薛良 《歌唱的方法》 中国文联出版社 1997年
- 7、王季卿 中国古典传统戏场建筑及音质初探（摘要）（第八届全国建筑物理学术年会论文摘要， 2000年10月13-15日于天津大学）
- 8、潘乃宪 《声乐探索之路》 上海音乐出版社 2003年3月
- 9、谭子 《化书》 《中国古典戏曲论著集成》
- 10、李萍 《现代民族声乐论》 湖南师范大学出版社 2006年8月
- 11、威廉·汶纳 《歌唱——机理与技巧》李维渤译 世界图书出版公司 2000年
- 12、赵震民 《声乐理论与教学》 上海音乐出版社 2002年3月
- 13、王福增 《声乐教学笔记》 人民音乐出版社 1986年9月
- 14、邹本初 《歌唱学——沈湘歌唱学体系研究》 人民音乐出版社 2000年11月
- 15、余笃刚 《声乐语言艺术》，湖南大学出版社， 1987年第1版
- 16、据清林 《声乐知识手册》，河南人民出版社， 1993年第1版