

萨克斯练习中基本功的重要性

宋亚平

西安培华学院, 中国·陕西 西安 710199

【摘要】当今社会越来越多的人开始发现对于现代社会里的每个人综合素质培养的重要性, 不论是对于小朋友、年轻人、成年人及老人。那么提高综合素质的方法很多, 比如说通过学习音乐来提升自己, 所以音乐的学习是提高人们综合素质一个很重要的方面。其中萨克斯又是一个携带方便, 音色动听, 初级阶段容易上手的乐器, 所以得到非常多人的喜爱。无论现在的中小学管乐团里的学生, 课外培训班的成年人, 街心花园里的老人, 在其萨克斯表演过程中发现在基本功与练习方法方面均存在各种问题。如果在这些问题没有解决的前提下形成了习惯, 那么不仅对演奏音乐有所形象甚至对我们身体机能会带来伤害以至于影响到演奏者的演奏生涯。基于此, 本文首先论述了萨克斯具体演奏与练习实践过程中主要的呼吸与换气方式, 然后阐述了萨克斯具体演奏与练习实践过程中运用丹田进行呼吸换气的重要性。

【关键词】萨克斯; 基本功; 综合素质; 重要性

The Importance of Basic Skills in Saxophone Practice

Song Yaping

Xi'an Peihua College, Shaanxi, China, Xi'an 710199

[Abstract] In today's society, more and more people are beginning to discover the importance of cultivating the comprehensive quality of everyone in modern society, whether it is for children, young people, adults and the elderly. Then there are many ways to improve the comprehensive quality, such as learning music to improve oneself, so the learning of music is a very important aspect to improve people's comprehensive quality. Among them, the saxophone is an easy-to-carry, pleasant-sounding musical instrument that is easy to use in the primary stage, so it is loved by many people. No matter the students in the wind ensembles of primary and secondary schools, the adults in the extracurricular training classes, and the old people in the garden in the middle of the street, they have found various problems in the basic skills and practice methods during their saxophone performances. If a habit is formed under the premise that these problems are not solved, it will not only have an image of playing music, but even harm our body functions and even affect the player's playing career. Based on this, this paper first discusses the main breathing and ventilation methods in the process of saxophone performance and practice, and then expounds the importance of using Dantian for breathing and ventilation in the process of saxophone performance and practice.

[Key words] Saxophone; Basic skills; Comprehensive quality; Importance

引言

改革开放以来, 我国经济、社会、文化等各方面发展迅速, 国际之间在经济、文化、艺术等方面的沟通与交流越来越频繁。随着国外的一些演奏家、乐团经常到我国演出, 萨克斯这种乐器也越来越受中国人民的喜爱。学习和演奏萨克斯的人也越来越多。我国教育部门也大力推广各类社会教学形式, 以至我国大部分地区的小学生都已经开始学习萨克斯。1990年, 中国音乐家协会音乐考级委员会成立, 还把萨克斯这一乐器列为考级的乐器之一。由此可见萨克斯这种乐器在现阶段社会发展过程中对人们综合素质的影响日益受到关注, 所以有必要进一步注重通过加强萨克斯演奏与练习的基本功。

在萨克斯的具体叫徐教学实践过程中, 学生所咨询的问题, 真正有难度的问题并不多, 反而是很基础的东西较多, 比如音色总是不好听, 练习过程中容易累, 练习稍长会感觉到身体的不适等等, 事实上这些都是不注重基础练习的表现, 甚至在生活中有很多爱好萨克斯这种乐器的老年朋友也会向萨克斯音乐老师请教呼吸、换气、嘴型、音色等最基础的问题, 而之所以存在上述问题, 主要是因为没有经过专业和系统的学习, 出于爱好却又缺乏系统性学习。基于此, 笔者从萨克斯初学基本练习与方法的角度的来论述与强调基本功练习方法的重要性。

1 呼吸与换气方式

首先笔者在查阅相关文献资料时发现, 国内、国外众多研究学者将萨克斯演奏与练习中所运用呼吸法分为很多种, 比如说胸式呼吸法、腹式呼吸法、胸腹式呼吸法等等。但是在与德国国立斯图加特音乐与演绎大学的爵士萨克斯演奏家Konrad Bernd

教授的学习与交流中发现, 萨克斯演奏与练习实践过程中, 不必那么纠结于到底运用何种呼吸法, 演奏者与练习者需要做的是充分利用好自身经验来判断如何让自己的演奏方式与音色达到最大程度的放松。因为相对放松的演奏与音色才是让人听上去舒服与自然的音乐表现形式, 并且只有在相对放松的前提下, 演奏者与练习者才能够把注意力更多的放在对于音乐的理解与技巧的表现上, 也就是说呼吸、换气在音乐中的存在感越少越好, 但呼吸与换气又是提升萨克斯演奏与练习效果的根本。最终总结出最好的呼气与换气方式就前面所提到的所谓“胸腹式呼吸”, 也就是中国人所说的利用个人丹田来呼吸与换气, 简单好用^[1]。

虽然说“胸腹式呼吸法”简单好用, 但是在与学生的交流或者与观摩萨克斯演奏者与练习者的吹奏时发现, 很多人的呼吸与换气的方式都是存在一定问题的, 需要在实践过程中逐步去改善呼吸与换气的方式。德国国立斯图加特音乐与演绎大学的爵士萨克斯演奏家Konrad Bernd教授在其萨克斯教育教学实践中, 一直教导学生就用一种方式, 即运用丹田去改善呼吸与换气, 但是丹田这个部位我们很难去用感觉找到它, 所以Konrad Bernd教授通常会采用如下方法让学生去感知, 具体而言, 首先要求学生平躺在地上, 并且在小腹处垫上两本书; 然后老师一个膝盖跪在书上, 学生要在尽量不刻意用肌肉去顶起的前提下进行呼吸, 以至小腹处与书之间有更加明显地挤压感。在这个过程中, 学生需要按照老师的具体要求来操作, 不需要害怕老师将一支膝盖跪在你的小腹处而造成其他方面的影响。如果说学生的呼吸方式正确的, 那么学生是可以轻而易举地顶起他的膝盖。综合实践来看, 虽然说“胸腹式呼吸法”这种办法简单, 但是效果显著^[2]。

2 运用丹田进行呼吸换气的重要性

作为萨克斯练习过程中应当具备的基本功,运用丹田进行呼吸换气具备一定的重要性。首先,需要明确在萨克斯练习中运用丹田进行呼吸换气以及在细分的多种呼吸法中“胸肺呼吸法”成为一种最有效的呼吸唤起方式的具体原因。为了能够更好地进行阐述,采用实际案例来加以说明。(1)在音乐长期渐渐的演奏与练习的过程中,如果当萨克斯演奏者与练习者察觉到身体上的不适就一定会对其演奏与练习产生影响,酣畅淋漓、游刃有余、自然流露的音乐一定是在演奏者放松与舒展的前提下,那么当人们最舒适的时候莫过于躺下,最放松的时候莫过于睡觉时,那么两者相结合使人最舒适放松的时候就是躺着睡觉,以此类推,躺着睡觉时的呼吸就是最放松的呼吸换气法。一个形体普通的人不明显,如果个人身体偏胖、肚子比较饱满,那么具体观察其睡觉时的呼吸会发现,一定是肚子连带小腹起伏均匀而有规律,那么这就是最放松最舒适最科学的呼吸法了。我们可以尝试在躺着看手机、看书、闭目养神时我们呼吸的状态和气息的流向,一定是通过我们胸部的肺流向小腹,当腹部的气息充满后在充满肺部。上述现象可以形象的理解成我们的整个身体就像一个水壶,当水被倒进去的时候,先流到了水壶的最低处,然后液面会一点点的增高上来。在我们只有很短的时间来让我们换气时,专业名词称之为“抢气”,利用胸腹同时用力抢气也会比单一部位的呼吸换气方法来的快,同样时间内吸入的气量也会更大。另外,当我们站立演奏时,胸腹式呼吸法会让我们演奏萨克斯的低音区更容易发声,音色更加低沉、饱满、圆润。(2)萨克斯具体演奏以及练习实践过程中,如果呼吸换气的方式出现有问题,通常情况下,短时期内可能看不出对我们演奏以及练习的影响。但是如果长时间的错误呼吸换气的演奏以及练习,那么就会给演奏者以及练习者带来身体上的不适,例如说演奏过程中产生的胸闷、气短、头晕等等现象,上述现象就是典型的呼吸换气出现问题的表现形式。具体而言,出现上述现象主要是由于以下原因导致:仅仅用肺部进行呼吸换气,不仅使得存储的气息量少,而且还会使得演奏者与练习者在演奏与练习过程中容易感觉到憋闷,进而导致演奏者或者练习者身体内没有更多空间来调节气息。(3)在笔者演奏以及留学期间同学间的交流中发现,演奏中出现的短促而强劲的音符是最难以表现和演奏的,又要短暂、又要声音的强度很强,这样的难度就会很大,我们称之为有重音符号的音符“V”在遇上连续有重音记号的一连串好几个音时,演奏就会更加困难,另外要保证每个音分明的同时力度一样、时值一样、演奏效果一样那么就更加困难。一方面如果仅仅用肺部的气息,那么演奏力度达不到;另一方面如果仅仅用腹部的气息演奏,那么演奏的速度和急促感达不到。只有当我们胸部与腹部处同时吸气、同时用于演奏时,才能达到最好的效果,例如说我们用一个塑料的可乐瓶装满水,让瓶中的水能够在挤压瓶身时射的尽量的远的同时,还想要把瓶子中的水以最快的速度挤出瓶口时,在相同的力度下我们用手挤压瓶子时瓶身的受力面积越大,同一时间内挤压处的水越多,那也就是证明同时利用身体内所有呼吸、换气的器官同时工作的效果最佳,那么由此可见胸腹式呼吸带来的演奏方法是最科学好用的^[3]。

综上所述,通过在萨克斯具体演奏以及练习实践过程中积极应用“胸腹式呼吸法”可以很好的帮助萨克斯演奏者与练习者处理好呼吸与换气。因为胸腹式呼吸利用到了胸部的肺和小腹的丹田处,那么在气息过多或者过少时,胸部的肺和小腹的丹田这两个部位就可以适当地进行调整。有人认为在气息过多的情况下,可以运用边演奏边用嘴漏气的方式来放掉吸进体内过多而感到不适的气,但是在笔者走访很多老师的过程中发现,有些老师都很介意在演奏的过程中用嘴放气的方式,他们认为音乐是越干净越好,除了该演奏的音乐外,没有任何多余的杂音才是最好的音乐,而萨克斯的演奏过程中,如果演奏者用嘴放掉多余的气,那

么就会有明显的“杂音”^[4]。

3 萨克斯表演或练习中嘴型的规范性

虽然说每个人的先天条件不同,使得嘴型都会有点不同。当教师教学生嘴型时有的做示范,有的甚至撕着自己的嘴唇让学生看,摁着学生的嘴差点把手指头都塞进学生嘴里,就差把医院的X光机拿来透视给你看他是如何用嘴型咬着笛头给学生做示范。教育教学实践中,有些学生在学习嘴型的时候会存在一些特殊情况,比如说刚好戴着牙套、舌头上火有点肿等等这样或那样的暂时性的问题。在这种时刻即使教给学生正确的口型,当学生摘掉牙套或者舌头消肿后,学生很有可能就找不回那个正确的嘴型了,再看嘴型的变化又感觉差不多,说不上来那里有点问题,得过且过的也就过去了,学生也以为自己的在萨克斯表演或者练习时的嘴型是正确的。嘴型不正确这种问题不是老师的过错,也不是学生的问题,主要是因为长时间保持一种错误的嘴型,使得后期校正起来很难,进而影响萨克斯表演或者练习效果。保持正确的嘴型,能够有效改善或者提升萨克斯演奏家的效果,因此掌握嘴上的技巧是十分重要的^[5]。

基于上述论述,为了保持正确的嘴型,最保险起见的就是需要有一套简单易懂形象好理解的“方程式”式的标准来套用。德国维尔兹堡音乐学院Hochschule für Musik Würzburg的Lutz Koptisch教授,他用了一种十分简洁又相当容易理解的方法告诉学生该如何快速又一劳永逸的掌握口型的方法。首先,张开嘴巴夸张的发出i(yi)这个音,这样我们的下颚肌肉拉紧嘴角上扬;然后,保持这个口型不变的基础上,同时发u(yu)这个音,这样能够帮助我们收拢嘴巴只留一条气孔通向笛头。在大多数自己亲身的试验后发现该方法通俗易懂,不用拿着书本上的口腔的透视图进行纯理论式的教育教学,通常情况下,这样的教育教学效果不佳,最后还是有很多学生对相关的知识一知半解。然后Lutz Koptisch教授的简单的方既方便学生提升学习的积极性,也方便带动学生学习的主动性^[6]。

4 结束语

乐器是音乐众多表现形式中的一种,是不可或缺的部分。古今中外的乐器种类繁多、各有千秋,如琵琶、钢琴、古筝、吉他、笛子、萨克斯管、架子鼓等都是现在比较常见的乐器。在众多乐器中,萨克斯管具备了铜管和木管的乐器属性,在外型、音质以及音色上都具有独特性,不仅能过渡和衔接木管和铜管乐器之间的音色,还能够模仿出入声歌唱的感觉。萨克斯管是一件可以将木管乐器的色彩性、弦乐器的抒情性以及铜管乐器的力量感等进行完美融合的乐器,这样的特点使萨克斯在音乐领域中有不可替代的地位。那么,想要学好萨克斯管这件乐器就一定要做好基本功的练习。基本功的练习包括呼气、换气发音、连音、吐音、音程、音阶等,其中,呼吸与换气练习对于萨克斯管学习者来说十分重要。

参考文献:

- [1]梅松. 音阶练习在萨克斯管学习中的重要性——评《萨克斯管基本功实用练习》[J]. 中国教育旬刊, 2021(03): 141.
- [2]孙德胜. 萨克斯音色在演奏中的重要性[J]. 艺术研究, 2019(04): 162-164.
- [3]邓元双. 萨克斯管长音训练的重要性[J]. 大众文艺, 2013(24): 164.
- [4]吴元会. 萨克斯管初学阶段应该注意的几个问题[J]. 新西部(下半月), 2009(11): 142+139.
- [5]郎逸峰. 萨克斯管在演奏过程中如何做好音色控制[J]. 北方音乐, 2019, 39(22): 44-45.
- [6]陈荷蝶. 浅谈我国萨克斯教育的现状与发展[J]. 民族音乐, 2016(04): 103-104.

作者简介:

宋亚平(1985.09-),男,汉族,河北石家庄人,助教,西安培华学院,研究方向:音乐表演。