

浅谈“公式化”声乐教学

张小涛

(波兰华沙肖邦音乐大学 2020 级声乐博士研究生 波兰华沙 00—368)

摘要:声乐教育在我国使用感性教学的教师比较多,感性教学比较抽象,比如教师在告诉学生“要把气息吸到脚后跟”让学生自己体会之后做一遍,但是每个学生的理解是不同的,这个时候会容易让学生产生主观意识,从而使这个“把气息吸到脚后跟”的办法变异出很多种结果呈现给教师。

关键词:声乐;教学;公式化

所以在这个时候每个学生做到的最终效果就会有偏差。因此使用“公式化”教学效果会比感性教学会精准许多。那什么是“公式化”声乐教学呢,即是把每一个技术要点的细节都按照要求步骤列举出来,让学生一个一个的去实践并达到要求。每一项的要求就像舞蹈动作和体育训练动作那样,具有标准化,细节化,程序化的特点。如解答一道数学题会有解答公式,第一步,第二步,第三步。又如一个芭蕾基本训练舞蹈动作 90 度踢旁腿,它的动作要领是动作腿向旁踢出的过程中,脚掌保持勾绷脚,勾脚时腿伸直,膝盖不能弯曲。主力腿要保持稳固,膝盖不能弯曲。接着舞蹈老师会把动作步骤 123 告诉大家,并在做动作的同时,告诉大家每一个动作的细节要领是什么,脚背肌肉,腿部肌肉是否需要控制等。从而达到动作的正确性和规范性。

返回来看声乐训练,其实是一样的道理。比如,气息的训练,我们都知道吸气呼气是人类的本能表现。所以在声乐中的气息技巧无非也就是吸进来和呼出去两个动作!但在做“吸进来,呼出去”两个动作的时候,具体过程细节是怎么样的?吸气吸到哪里去?我们身体的各个部位这个时候是一个什么样的状态?这就是我们要把它“公式化”的内容。声乐气息技巧主要分为两种,一种是意大利式,肚子往里收。另一种是俄罗斯式,肚子往外扩张。后者也是中国早期乃至今天声乐教学中常用的一种。

我更加推崇意大利式气息技巧,它的使用可以使歌者能够更加放松而不僵硬。尤其对于身材娇小的亚洲人来说,是比较适合的。意大利式气息技巧目前在国际上使用较为广泛,包括很多活跃在国际一线歌剧舞台上的著名歌唱家都在使用。就以这个气息技巧为例,设计一个练习公式。

第一步:把气息吸到两肋并使两边肋骨扩张开来(注意肩膀和胸的位置不要紧张,保持放松);

第二步:找到一个中心点,大约在肚脐上方 1.5 厘米的位置,围绕这个中心点往里收同时输送气流(往里收的动作是为了往上输送气流);

第三步:气息输送的过程中两肋扩展张开后保持,不要泄掉内缩。并且保持其气流的均匀输送。

这样的训练就像我们的舞蹈动作或者是去健身房做训练一样。有一、二、三、四的步骤,学生按照步骤和要求做好就能达到比较理想的效果。

在声音训练方面我们要如何做到“公式化”教学?因为声乐是一门抽象的学科。声音也不能具象化,只能用很多的形容词来形容想要的声音效果,而不会像舞蹈动作那样,有具象要求,比如把手抬高至 90 度之类的,能够看得见,摸得着。在声乐中的声音训练,首先要给学生建立起正确科学的声音观念。有了这一个观念之后,我们的训练将会变得容易得多。

关于声音的第一种“公式化”教学,声带的认识。让学生知道自己的发声器官长什么样,在哪里,它的作用是什么,在歌唱的时候这个器官呈什么状态。因为在舞蹈和体育的学习中,我们都是用身体去诠释,但学习声乐,要用的是身体内部器官去演奏。所以声带乃至身体器官的认识和作用,对于学习者来说非常重要。

第一步,让学生学会分辨自己发出来的声音是否有漏气或者声

带关闭过多导致的“挤”。也就是说,引导学生去感受声带闭合的程度。从而让学生去认识在对的声音状态时,自己的声带和气流是一个什么样的程度。

第二步,最科学自然的发声就是声带在平时说话状态的关闭程度。但由于歌唱中的气流比平时稍大一些,所以我们需要去控制声带的闭合程度要恰到好处。怎么样才是恰到好处,我们要做一个“排除法”。先把漏气的声带状态和过于挤的声带状态排除掉,得出的就是择中的状态。也就是恰到好处的声带闭合状态了。

第三步,由于每个人的感受和领悟能力都不大相同,所以在完成第一二步的过程中,我们还需要像一台精密的机器那样,去进行极细微的调整。最后才能达到我们想要的最终效果。

关于声音第二种“公式化”教学,关于面罩唱法。面罩唱法一词源于意大利,乍听起来非常梦幻,让人不知道是什么意思。并且每个人的理解也不相同。我的理解是在声音位置够高够统一的基础上,再加入语言的位置方向统一。特别是在唱意大利语作品时,五个元音的每一个音节把它们咬在上牙齿的位置,并且腔体尽量保持统一性,这个时候声音的走向就是在同一个点上往前传送的了。那么声音要达到“面罩”的效果:

第一步,声音的高位置训练,但不能提喉,声音自然,气息要到位;

第二步,元音的位置训练,咬字放松而不能垮,五个元音的每一个音节把它们咬在上牙齿的位置,并且腔体尽量保持统一,下巴不要紧张,气息要到位。

第三步,先找到质的变化,再进行量的变化。

声乐的学习就像做拼图,一幅图被掰分开很多片,要一片一片的拼凑起来,最后才能呈现出完整的图画。美国作家安德斯·艾利克森(Anders Ericsson)的《刻意练习》一书中提到:无论是学习小的生活技能,如打球、开车、弹琴、烹饪,还是提升关键的工作能力,如写作、销售、编程、设计,都离不开大量的练习。但是,我们通常对练习有很多误解——练习就是不断重复吗?不是。不断重复只是“天真的练习”,无法带来进步。“正确的练习”需要好导师、有目标、有反馈……无论你是孩子还是成年人,无论你是否“天赋”,只要掌握正确的方法,你的梦想都可以实现。

结语:声乐在技术上要尽可能“公式化”,但在音乐处理上还是要感性的。平时除了工作学习之外还需要多听多看多感受。给自己提供一些文化氛围,有机会就去歌剧院感受歌剧现场,或者到其他类型的音乐会现场去感受音乐。多接触除了音乐以外的艺术,如色彩丰富的油画、多姿多态的设计、各式各样的舞蹈、各种中西乐器……尽可能丰富自己内心的感情色彩和艺术认知。在中国的未来,声乐这门学科将会发展得更加专业和国际化,因此歌剧的学习必不可少,想演好歌剧角色,除了要有很好的声乐技巧之外,还要有很好的肢体表达,情感表达,角色诠释等知识。在此由衷希望我国声乐发展得越来越好。

参考文献:

[1]李睿,浅谈声乐教学中如何提高学生歌唱的情感表现力,萍乡学院学报,2015.8