

刍议气息在歌唱中的运用

樊苗苗

(泾川县职教中心,甘肃 泾川 744300)

[摘要]气息是声音的动力,气息的控制与运用在声乐演唱中起着至关重要的作用。只有很好地控制和运用气息,才能把歌曲完整、从容地演绎出来。本文在总结气息在歌唱中重要作用的基础上,概括出气息在控制音域、拓宽音域、改变音色等方面的运用,并指出了如何更好的运用气息,以期声乐爱好者提供一些参考。

[关键词]气息;歌唱;发声技巧

[中图分类号]J617.13 [文献标识码]A [文章编号]1005-3115(2011)010-0092-02

一、气息在歌唱中的重要性

呼吸是发声的基础。有气才有声,有声必有气。悦耳动听的声音必须建立在良好气息运用的基础上,没有良好的气息运用,就难以学好声乐。众所周知,气息是声音的动力,气息的控制与运用在声乐演唱中起着至关重要的作用。只有很好地控制和运用气息,才能将歌曲完整、从容地演绎出来。一首歌曲的处理如强、弱、快、慢、抑、扬、顿、挫、悲伤、快乐等都与气息有着直接的关系。

对一个歌唱者的评价,首先是看他对气息掌握的程度和对气息控制的能力。气息把握自然、控制得当,自然能唱出美妙的歌声。否则,将妨碍声音的发挥和音乐的表现。气息是歌唱发声的动力,没有气息就难以发声,没有正确控制气息的方法就不能很好地歌唱。因而,许多声乐专家都把控制好气息作为唱歌成功的秘诀。在我国传统民族声乐中,更有“唱一辈子戏,练一辈子气”,“善歌者都必先调其气”的精辟论断。这些教诲虽不够全面,但都阐明了气息在歌唱中的重要性。总之,歌唱艺术也是气息艺术,正确地调节和控制好气息,歌唱就会获得良好的艺术效果。

(一)控制强弱音

气息的强与弱也是相对而言的。一般来说,好的强音,听者会感到歌唱者的整个身体都在发声,这时气息的感觉不是从口腔流出,而是从整个腰腹部流出,用力的地方是腿和臀部。此外,气息不易过浅,否则会使声音发干、发硬,毫无弹性,且容易挤住喉咙,将声带拉伤。能唱好一个较好的弱音,是声音成熟的标志之一。这就要歌唱者有较强的控制气息的能力。在实践中笔者总结了这样的方法:要充分打开歌唱的腔体,气息不是下坠,而是稍稍往上提一下,声音越高,提气的位置越高,但最高不超过颈椎,这时气息由下而上运行,在较弱气息的控制下,引起歌唱腔体的共振,从而产生优美、丰满的弱音。当然,就同一首歌而言,在气息的运用上也要根据曲调的起、承、转、

合、高、低、抑、扬而进行周密有致的安排,做到强弱有别,前后呼应,游刃有余,流畅贯通。

(二)吐字咬字

气息与歌唱咬字、吐字之间有着重要的关系,咬字与吐字同时都需要气息给予支持。所有的字都需要在气息的轨道上走动和过渡转换,用气把字贯串起来。歌曲中并不是每个音符都是有字的,常有一个字占用两至三个音符,有的占用更多。歌唱以生动、深刻地表现思想感情为目的。例如一首优美抒情的歌曲,如果字咬得过狠,气息过猛就会失去平衡,使声音冲散走形,失去它应有的优美和抒情色彩。气息不但支持每个字,而且直接影响着字的力度感,如轻重、断连等语气都与气息紧密相关。

(三)改变音色

气息的深、浅、粗、细、顺、逆各自表达不同的情感。气息沿着喉壁向上运行进入鼻腔呼出,上行时不能脱离横膈膜的支持。气息的运行感觉从腰腹运出体外,再收回口腔,这种明显带有激动情绪的气息,发出的声音宽厚、宏亮,可表达辽阔的景色和高昂激动的情绪。气息的运行从横膈膜到胸口,在体内上下垂直运行,基本的动作是收腹挺胸,同时需要气息支点的有力控制,可用于弱声处理和表达内心的激动,而又不能直述衷肠。气息在发音过程中,胸腹内随着运气而蓄气,稍有憋气的感觉,气息的支持点较深,这种运气的方法发出的声音壮观而挺拔,适用于高音的延长音,表达的情绪激动、明亮。

改变音色可以表现歌曲中的各种情绪的变化。气息的深、浅、粗、细、顺、逆的不同运用,会使发出的声音效果和音色发生变化,这对表现作品具有很重要的作用,但这种气息的运用必须仔细、有分寸地把握。

(四)拓宽高、中、低音域

唱高音时,运气的方法是:气息要深、稳,支持点要低,略微加上呼气压力,呼和吸两组肌肉群同时积极工作,腰部肌肉有力、韧性地向外扩张,音向上走,气往下

流,声高气低,距离拉开。这样气息才能集中,声音才能圆润、有穿透力。低音发声时,声音较松弛,不紧贴,声门闭得不紧,会漏掉一部分气,这时应将气息支点略微提起,增加胸腔共鸣的比例,近似说话时的用气。如果音低气也低,就会来不及输送,声音就不响,空而无力。各声部的中音区是最好唱的声音,从发音的效果来看,它没有低音的压抑感,也没有高音的紧张感,从发音方法来看,唱中音时发音器官的肌肉不紧张,弹性力度比较强,气息也较容易控制。

二、气息在歌唱中的运用

(一)在静止气息的感觉上歌唱

劳·威尔曾说过,“在静止气息的感觉上歌唱”,而不是“在静止的气息上歌唱”。怎样做到吸入的气息既能保持又不僵化?最好的办法就是放松和叹气。这里所说的放松是对过分僵持而言的。叹气是指用叹气的感觉,而不是把体内的气全部呼出去。叹气动作是生活中的习惯动作,人人都会做,而且比较容易找到放松的感觉。在积极兴奋的气息保持中,不可忽略运用叹气的感觉来歌唱,这样,气息不仅有深度,也自然、放松、流畅。在使用叹气状态进行歌唱时,要注意声音不要脱离呼吸,否则就会气声脱节、难以保持。也就是说演唱中的叹气状态是和保持吸气状态需同时存在,哪一方面都不能缺。它们使气息的呼出既能保持但又不僵,既放松但又不是呼吸肌肉群的完全松懈。保持叹气状态歌唱时,应该感觉腰腹部膨胀而不僵,胸部扩展而不憋,气息有控制地流出。

(二)支点的运用

支点指的是要在正确的基础上建立“呼吸上的歌唱”,因为歌唱发声的内部感觉不只是产生于喉部,它需要伸展扩张到身体内部的其他部位,如腹部肌肉群、横膈膜等,只有当腹部肌肉群、横膈膜、声带三部分处于相互支持和配合时,才会产生歌唱支点。真正建立支点的是在收小腹基础上的鼓上腹,由此产生的气息发出基音,通过舌头放平、适当打开喉咙,经过上咽管道,在头腔处,使其产生混合共鸣,就能获得音质纯净、音色圆润的声音。这种有气息支持的声音具有穿透力,有激情,有魅力,富于表现力,能表达歌曲的感情。这样的歌唱也是最安全、能持久的歌唱。所以,气息的流出必须与声带的闭合和使用配合恰当,才能产生“支持点”的感觉。支持点的建立对克服气息的不稳定、用嗓太多、声音苍白等歌唱毛病能起到关键作用。

当支点做到位后,需要的就是将声音利用腔体共鸣传送出去。腔体共鸣的产生涉及“三腔”——胸腔、口腔及头腔,其中,头腔是最富有魅力且最难掌握的,头腔共鸣是利用面部若干个鼻窦体在气流的冲击下振动,然后传导到头骨上最后产生共鸣。因为气息从横膈膜向上时

经过鼻腔到达头腔产生了共鸣,即是将嗓音集中在以鼻窦和眉心构成的面罩中,这样做,可以提高声音的发声位置,使得声音像直接从头腔中发出来一样,从而使声音更富质感和亮度,同时还能获得高频泛音的共振,声音听起来具有金属感,因此,声乐学习中学好头腔共鸣是非常重要的。

(三)保持气息的通畅

所谓气息的通畅,就是要求把歌唱的每个音都要唱在支持点上,好像一根无形的管道把声音和气息相连接,能自主地控制“管道”的粗细或控制支持点的大小。要做到真正的气息通畅,下巴始终保持放松状态,喉咙不要过于用力,舌根要自然放松,所谓气出自丹田,全身的参与运动,才会形成对声音的支持。

(四)气息的正确练习方法

歌唱的气息运用还必须在正确歌唱姿势的引导下进行,所谓正确的歌唱姿势概括为以下六点:身体要直;重心要稳;上胸要开;双肩要松;面部自然;精神饱满。整个身体肌肉运用和用力的感觉是:上松下紧,前松后紧,外松内紧。有了正确的歌唱姿势,气息才能畅通无阻的运行,切忌身体松垮,重心不稳,颈部僵硬,上胸紧张或耸肩、夹肩、塌胸、挺肚以及仰头、缩脖、翘下巴等等不正确的姿势。如果说“气息是歌唱的源泉”,那么“姿势就是歌唱呼吸的源泉”。同时,在歌唱与气息的关系上,还要弄清以下几个概念:唱在气上,而不是用气去唱;气息通过喉咙发声,而不是在喉咙里发声;声音坐在气息上,而不是坐在声带上。

气息的正确使用在歌唱的表达中有着突出的意义,不仅有利于歌唱表达,也有利于嗓音的保护与持久,良好的气息控制与使用能力需要在平常的实践中不断体会并逐渐掌握。歌唱基本功的训练首先要从气息的训练做起,下面介绍几种练习气息的方法:

第一,腹式深呼吸。全身放松自然式呼吸,吸气时,气吸到腰的周围,停片刻,然后呼气,用舌尖小声的说“丝”,或“无”。开始练习时一般只能达到20秒左右,以后可以达到40秒以上。此练习的目的,是让歌唱学习者体会什么叫“把气吸到腰的周围”。

第二,胸腹式呼吸。用“闻花香”、“打哈欠”等动作去体会深吸气时,两肋和腰腹部随之扩张的感觉。用“狗喘气”、“惊讶”、“抽泣”等动作可以体会急吸气时腰腹部的感觉。呼气时与吸气后腰腹部气息保持状态相一致,可以用搬东西、蹲下去捡东西等动作体会腰腹部不松动、肌肉向外扩张的感觉。

正确的呼吸是在训练中逐步培养起来的,除了注重气息呼吸能力的培养外,平时还要进行体育锻炼,因为强壮的身体是好的呼吸的能源。