

男中音声部歌唱技术探索

王珠峰

四川音乐学院声乐歌剧院, 四川 成都 610021

摘要: 本文旨在深入探索男中音声部的歌唱技术。首先, 文章详细阐述了男中音声部的独特特点, 提出了歌唱中的“说”的重要性, 指出通过善用“说”来引导“唱”, 文章还强调了以“说”代“唱”的方法在解决咬字不清问题上的独特作用, 最后, 文章对共鸣腔体在男中音歌唱中的运用进行了深入思考, 探讨了如何根据男中音声部的特点, 合理、高效地利用共鸣腔体, 以达到最佳的演唱效果。通过本文的探索, 读者将对男中音声部的歌唱技术有更全面、深入的理解。

关键词: 男中音声部; 歌唱技术; 说与唱; 共鸣腔体

Exploration of baritone voice singing technology

Wang Zhufeng

The Vocal Music and Opera College of Sichuan Conservatory of Music, Chengdu, Sichuan 610021

Abstract: This paper aims to explore the singing technology of baritone parts. First of all, the article elaborated the unique characteristics of the chitonone part, put forward the importance of "said" in singing, points out that by using "say" to guide "sing", "said" also emphasized the method in solving the problem of unclear, finally, the article on the resonance cavity in the use of baritone singing has carried on the deep thinking, discusses how to according to the characteristics of the bariton voice, reasonable and efficient use of resonance cavity, in order to achieve the best singing effect. Through the exploration of this article, readers will sing about the baritone voice technique Have a more comprehensive and in-depth understanding.

Keywords: baritone voice; singing skills; speaking and singing; resonance cavity

男中音声部, 作为声乐艺术殿堂中的瑰宝, 以其特有的温润、庄重、浑厚且富有磁性的音质, 占据了举足轻重的地位。在声部分类的广阔图景中, 男中音歌唱者群体相对庞大, 优质嗓音资源亦较为丰富。然而, 在声乐艺术的当代发展中, 男中音声部却遭遇了多重挑战。首要难题在于声部定位的模糊性。其次, 声音训练策略的缺失与方法的单一化问题凸显。再者, 社会认知度偏低成为另一大障碍。最后, 作品选择的局限性同样不容忽视。许多男中音歌唱者局限于古典音乐和歌剧领域, 这不仅限制了他们的艺术探索空间, 也影响了个人职业生涯的全面发展。

尽管上述问题从不同维度揭示了男中音声部发展的困境, 但归根结底, 其根源在于歌唱训练策略的不足与缺失。因此, 探索并优化男中音声部的歌唱训练策略, 成为推动该声部持续发展的关键所在。

一、男中音声部的特点

在男性声音类型的分类中, 男中音声部通常被视为一种标准的、广泛存在的嗓音类型, 绝大多数男性在未经专业训练的情况下, 其自然嗓音状态往往归属于这一声部。相较于男高音那需要攀登至极高音域的嘹亮之声, 以及男低音那深沉至极低音域的浑厚之音, 男中音的音域范围显得更为适中, 这无疑为多数男性在演唱时提供了极大的便利与舒适。然而, 相较于男高音和男低音的声部, 男中音的作品往往要求歌者不仅要具备出色的发声技巧, 还需深刻理解并传达角色复杂多变的情感与内心世界。这种复杂性不仅体现在音乐旋律的起伏跌宕上, 更深刻地反映在歌词的深刻含义与情感表达之中。

以经典歌剧作品为例, 罗西尼的《塞维利亚的理发师》中费

加罗的咏叹调《快给大忙人让路》便是男中音声部的一首标志性曲目。这首咏叹调以其欢快的节奏、幽默的歌词和充满戏剧性的旋律线条, 展现了费加罗机智幽默、机智勇敢的性格特点。同样, 威尔第的《弄臣》中里格来托的咏叹调《你们这些狗强盗》也是男中音声部不可多得的佳作, 它深刻揭示了里格来托内心的愤怒、绝望与复仇的渴望, 旋律与歌词的完美结合, 使得这首作品成为歌剧史上不朽的经典。

男中音声部的歌者, 其声带长度与厚度恰到好处, 喉室亦相对宽敞, 赋予了他们音色上相较于男高音而言的温和与深厚。在演绎小组一组的音域时, 他们展现出极高的舒适度, 即便在向下延伸至小三度的 a (la) 音时, 仍能发出坚实且富有成效的音响。然而, 当尝试攀升至小字二组的 d (re) 和 e (mi) 音域时, 部分歌者可能会感受到一定的挑战, 但即便如此, 多数男中音依然能

项目信息: 四川音乐学院院级一般项目: 男中音声部不同声区歌唱技术解析, 项目编号: CYXS2022054。

作者简介: 王珠峰 (1986.01-), 男, 河南商丘人, 博士, 四川音乐学院声乐歌剧院讲师, 从事音乐表演 (声乐) 方面的研究。

够准确达至这些音高。经过专业训练的男中音歌手，甚至能够出色地演绎小字二组的 a (la)，这一音高频繁地出现在众多男中音作品中，展现出他们的卓越技巧。

值得注意的是，尽管有少数男中音可能具备能力触及小字二组 a (la) 以上的音域并发出有效音响，但这往往不仅依赖于天赋嗓音和技术水平，还可能意味着他们更接近男高音的范畴。对于这类跨界能力的歌者，本文暂不纳入研究视野之内。

男中音声部通常涵盖四种嗓音类型：抒情男中音、戏剧男中音、男中低音及男中高音，其中前两者更为普遍。值得注意的是，抒情男中音的音域相较于戏剧男中音的音域整体高小二度，具体覆盖从小字组的 a(la) 至高音小字二组的 a2(la) 的所有音。戏剧男中音则更低一些，其音域自小字组降 a (la) 延伸至小字二组降 a2(la)。

男中音的整个音域大致分为三个区域：低音区、中音区及高音区，其中中音区向高音区的过渡点称为换声点。抒情男中音首次换声出现在小字一组的 b (si)，第二次则在小字二组的 e (mi)。相比之下，戏剧男中音的换声点各低半音，分别位于小字一组的降 b (si) 与小字二组的降 e(mi)。至于男中低音，其音域比抒情男中音再低小三度；而男中高音，或称第二男高音，其音域则比抒情男中音高出小二度。

二、歌唱中的“说”

1. 善用“说”来引导“唱”可以改掉“提喉”的问题

“说”在歌唱中的作用至关重要，“说”不仅是歌唱活动的重要组成部分，也是歌唱技术训练中的一个关键环节。它就像一系列数字中的“1”，是歌唱技术训练中不可或缺的起点和基础。“说”的功能和内涵十分丰富，涵盖了语言习惯、信息传递、语言组织以及交际技巧等多个方面。本文所探讨的“说”，是从“说”这种语言活动本身出发，研究其发声技术在歌唱活动中可借鉴的方法和训练手段。

在男中音声部的音域中，第一个换声点之前的所有音高被称为低音区。男中音的低音区几乎囊括了他们在正常说话状态下能自然发出的所有音高，因此，也有人将低音区称为“说话声区”。

在众多男中音声部的歌者群体中，有不少人面临着“提喉”的困扰，尤其在初学者中，这一问题更为普遍。仔细观察那些杰出的男中音演唱者的表现，不难发现，他们在整个发声过程中，喉部器官始终保持高度稳定，喉结位置相对较低且清晰可见。相比之下，“提喉”现象则呈现出截然相反的状态。一旦男中音歌者出现“提喉”，他们的喉结会迅速隐匿，位置几乎贴近舌根，导致喉部空间受到严重挤压，进而使得位于喉部的声带难以维持理想的振动状态，容易出现真声向假声转换时的破音情况。值得注意的是，男中音歌者在低声区演唱时，几乎不会遭遇“提喉”的问题。在日常的说话语调中，他们的喉部位置也相对稳固。然而，当需要提高音量，超出正常说话语调时，许多人便会出现“提喉”的困扰。具体的训练方法和手段有很多，在此用两首练声曲并附带讲解供大家参考。

谱例 1

1	2	3	4		5	4	3	2		1	-
{	Do	re	mi	fa	sol	fa	mi	re	do	{	e(额)
	e(额)										

谱例 1 是男中音声部歌者在练声时最常使用的音阶练习曲，该练习曲可以拆分为两部分进行针对性训练。

在进行第一部分练习时，歌者只需吟唱出唱名即可。起始于低音区，以夸张的方式，近乎日常说话的音量和状态大声唱出唱名，此时的感觉更像是带着旋律音高地说话，而非正式歌唱。在此过程中，无需过多考虑腔体运用、发声位置及气息控制等要素，而应专注于咬字的清晰度以及声带闭合的充分性。随着音高逐渐进入中音区，咬字和声带闭合的状态应维持低音区的稳定，同时音量应适度增大。若在此过程中出现“提喉”现象，可通过进一步增大音量来强化声带闭合，音量的提升往往意味着声带闭合更为完善，进而反映出声带处于理想的振动状态。解决“提喉”问题需持之以恒，歌唱本质上是一种歌唱器官形成肌肉记忆的过程，一旦形成错误的肌肉记忆，改正时切忌急功近利，而应循序渐进，分阶段逐个或批量解决特定音高的问题，并逐步向上拓展。

第二部分练习则以“e(额)”音为主，技术关键在于：吸气后保持声门闭合，同时确保肩膀、颈部和下巴放松。随后，声门进行快速的开闭动作，每次打开时发出短促的“e(额)”音。在此过程中，歌者会发现，除了声带振动外，颈部周围并无其他力量参与，从而达到稳定喉头的效果。若单独练习效果不佳，建议将上述两种训练方法结合，持续练习一段时间，相信歌者定能有所进步。

2. 以“说”代“唱”解决咬字不清的问题

每位男中音声部的歌者在舞台上都渴望自己的演绎能赢得观众的认可与高度赞誉。其中，歌唱时咬字的清晰度是衡量歌者演唱水平的一个重要标尺。杰出的歌唱家能够在演唱中展现出极为清晰且精准的咬字，使得观众能够轻松捕捉歌词，进而深刻领会歌词所蕴含的深意，这是构建观众与歌者之间情感共鸣不可或缺的一环。在我国的戏曲艺术中，常穿插着长段落的对话，旨在确保观众能够准确无误地把握剧情脉络。相较于戏曲，歌唱演员在这方面所面临的挑战更为严峻，因为大多数声乐作品中并不包含如日常对话般的唱段。西洋歌剧中的宣叙调，通常伴随着特定的旋律走向，而我国早期的民族歌剧在宣叙调上则汲取了戏曲对话的形式。然而，随着时代的演进，民族歌剧中的宣叙调大多也融入了固定的旋律元素。

为了在歌唱中实现咬字清晰、吐字有力，歌者可以通过富有情感的“诵读”歌词来进行专项训练。这一训练过程可细化为两个关键步骤。它要求歌者严格按照吐字归音的原则，精准无误地处理每个字的字头、字腹和字尾。具体而言，字头需清晰有力，字腹应饱满圆润，而字尾则需精准收尾。对于男中音声部的歌者而言，这一步骤尤为重要，因为许多男中音的唱段，无论是咏叹调还是艺术歌曲，歌词密集，对歌者的唇齿功夫提出了更高要求，部分唱段甚至堪比我国曲艺相声中的贯口，要求歌者具备深厚的语言功底。

在首个步骤熟练掌握且清晰呈现的基础上，第二个步骤则是将这一技巧与歌唱发声方法相结合，进行更为深入的练习。这一步骤的训练将涉及呼吸与共鸣两大歌唱核心技术。简而言之，就

是“呼吸需有支点，共鸣需有焦点”。

所谓“呼吸有支点”，是指男中音声部的歌者在诵读歌词的全过程中，气息需始终托住字头、字腹和字尾，形成字在前、气在后的发声状态，所有字的发音都建立在坚实的气息基础之上，仿佛被气息推动着离开歌者的身体。这一支点的位置位于胸部与腹部之间的横膈膜处，即肋巴骨最下方边缘附近。吸气时，肋巴骨应充分扩张，腹部则微微内收。此时，男中音声部的歌者应能感受到胸腔如同充满气息的气球，既有向外扩张的趋势，又有向里收缩的倾向，这种内外对抗的力量正是歌者在演唱过程中所需的气息支持。而气息支持所受力的位置，正是气息的支点——横膈膜。

“共鸣需有焦点”这一理念，旨在阐述男中音声部歌者在“朗诵”歌词时，那些在所有被动参与共振的腔体中起关键引领作用的特点。在训练“朗诵”歌词的过程中，歌者应确保所用腔体与歌唱时保持一致，力求使良好的“朗诵”状态无限接近歌唱状态，最终达到“朗诵”如“唱”“唱”似“朗诵”的完美融合，展现最佳歌唱风貌。无数声乐工作者毕生致力于歌唱技术的精进，以期嗓音始终保持最佳状态。

在歌唱技术中，“高位置歌唱”技巧尤为关键，亦有人称之为“面罩共鸣”或“面罩唱法”。这一技巧最初由法籍波兰著名男高音歌唱家 Jean De Reszke（让·德雷斯克）在日常大量实践中总结得出，他描述道：“歌唱时，前额与鼻梁一带会有明显的振动感。”^[1]此后，这一歌唱技巧在声乐教学中得到广泛应用，并取得了显著成效。男中音在练习“朗诵”歌词时，同样可借鉴“面罩唱法”。意大利著名男中音歌唱家基诺·贝基对于“面罩共鸣”在发声中的作用也给予了高度肯定。^[2]

在笔者日常的“朗诵”训练中，特别注重鼻腔共鸣的运用，引导声音向上牙龈（人中）方向行进，并最终汇聚在上牙龈后方、接近上颚顶部的位置。同时，保持较小的口型，以哼唱的方式“朗诵”。当声音进入鼻腔时，会产生明显的振动感，此时可清晰感受到声音正朝面部方向运动。在这种感受的指引下，笔者的“朗诵”既清晰又准确^[3]。

需要强调的是，任何理论均需实践检验，尤其是歌唱技术理论。因个体差异，同一技术应用于不同人身上可能产生不同效果。本文所述“面罩唱法”感受，仅为笔者实践所得，仅供参考，望读者结合自身实际，灵活运用^[4]。

三、关于共鸣腔体的思考

男中音声部那标志性的浑厚嗓音，实则源自其卓越的共鸣腔体构造，这一特质诚然构成了其声音魅力的重要维度，却绝非其全部精髓所在。在演绎歌曲时，男中音歌者需凭借精湛的技艺，巧妙地调动共鸣腔体，依据音乐作品的风格、角色的情感需求以及自身嗓音的独特性，做出恰如其分的调整，而非盲目地沉溺于追求嗓音的极致浑厚与音量之宏大。

相较于男高音声部，男中音在歌唱时共鸣腔体的运用比例更为显著，这一生理结构上的差异往往使得男中音的颈部相对较长，恰如长号与短号、长笛与短笛之比，共鸣腔体的延伸为声音

的深沉与饱满提供了天然的舞台^[5]。

歌唱的艺术，其核心在于共鸣的精妙运用。男中音歌者在发声之际，声带振动所激发的共鸣腔体越多，声音的质感便愈发醇厚。值得注意的是，男中音的浑厚嗓音是相较于男高音而言的一种相对概念，即便在男中音领域内，不同歌者的嗓音浑厚程度亦各有千秋，如男中高音的嗓音便不如戏剧男中音那般雄浑磅礴^[6]。

真正的男中音艺术大师，他们深知如何善待自己的嗓音，以高度的智慧与敏锐的洞察力，在共鸣腔体的运用上展现出非凡的技艺与独到的见解，让每一次歌唱都成为一次心灵的触动与艺术的升华。

歌唱艺术中，共鸣腔体的运用至关重要，它们自下而上依次为胸腔、喉腔、咽腔、口腔、鼻咽腔及鼻腔。这些腔体在声带的激发下，共同协作，产生和谐共存，形成美妙的共鸣效果。歌唱共鸣的艺术，在于歌者通过意识引导，巧妙地调节各共鸣腔体的振动比例与幅度，这是一门精湛的技艺。

对于男中音声部而言，理想的共鸣状态是全腔体协同振动，各个腔体依据特定比例，有序参与发声，形成和谐统一的整体。若片面追求某一或某几个共鸣腔体的单一振动，往往源于狭隘的审美观念，实乃舍本逐末之举。优秀的男中音音色，既拥有鲜明的共振峰，又兼具浑厚深沉的音质，既展现力量之美，又不失灵活与变通。

在众多共鸣腔体中，鼻腔与咽腔对于男中音拓展音域尤为关键。随着音高的提升，胸腔共鸣逐渐减弱，而鼻腔与咽腔的共鸣则愈发显著，成为向上延伸音域的重要支撑^[7]。

谈及咽腔，许多男中音歌者往往感到难以捉摸。然而，笔者认为，只要保持喉咙的开放状态，咽腔自然会发挥其应有的作用，无需过分关注。至于鼻腔共鸣技术，尽管在我国歌唱界一度被视为小众且饱受争议，但在我二十多年的学习与实践中，我愈发感受到其重要性。近年来，我对鼻腔共鸣在歌唱中的作用产生了浓厚兴趣，并在实践中屡获佳绩，不断取得新的突破^[8-9]。

鼻腔共鸣的练习，如同为笔者歌唱艺术开启了一扇新窗，让笔者得以窥见更加绚烂的风景。因此，我坚信，鼻腔共鸣是歌唱发声技术中不可或缺且至关重要的一环。笔者衷心希望，广大男中音歌者能够对此给予足够重视，在日常训练与歌唱中，勇于尝试将声音送入鼻腔，为唱出更高位置的面罩共鸣打下坚实基础，从而迈向更高的艺术境界^[10]。

参考文献

- [1] [美] 库尔蒂斯. [M] 发声训练和声音位置. 1896.
- [2] 田玉斌. 美声歌唱艺术新说 [J]. 歌唱世界, 2015, (09): 56.
- [3] 常洁鹤. 声乐教学中呼吸技巧的主被动关系 [J]. 新课程 (下), 2013(01): 115.
- [4] 董珮然. 中外声乐学习过程和特点初探——与中外歌唱家交流心得 [J]. 剧影月报, 2020(06): 104.
- [5] 赵世民. 刚柔相济达美声 形神兼备传真情——访男中音歌唱家刘秉义 [J]. 歌唱艺术, 2018(01): 4-15+3.
- [6] 孙健. 中国民族歌剧中男中音角色的作用探究 [D]. 孙健. 东北师范大学, 2010.
- [7] 肖黎声, 主编. 声乐·理论基础 [M]. 上海音乐出版社. 2009.
- [8] 金铁霖, 主编. 金铁霖声乐教学曲选 [M]. 人民音乐出版社. 2013
- [9] 余笃刚, 主编. 声乐教育学 [M]. 上海音乐出版社. 2009.
- [10] 李一凡. 男中音声部在中国歌剧中的运用 [D]. 西安音乐学院, 2022.