

学校的理想装备

电子图书·学校专集

校园网上的最佳资源

中小學生課堂故事博覽

流動的畫卷

— 音樂藝術的故事

 **eBOOK**
內閣資料 電子書

音乐艺术的雏形

在这一部分所要回顾的，至少有 750 年的岁月，也就是从公元 850 年到 1600 年这一段时间音乐发展的情况。它是从最初被认为有和声出现的时间开始，通过这一时期音乐的逐渐成熟，直到它光辉的结束。这个阶段的最后 50 年，在音乐方面成就的比重，远远超过前面的 700 年。因此，为着保留最多的篇幅给最后的 50 年，对较早的年代，只是提纲性地用简单年代排列的方式来说明。如果要想把这提纲扩大，必须得去向历史方面请教。不过也得先提一下，关于那些早期的情况，其考古的成分要比音乐的成分来得大。那是专门的工作者们所探索的事情。然而，对那时代的基本情况和年代的划分的知识，却是一般音乐工作者和爱好者所应该明确了解的。

这提纲即如下面所列，至于年代当然只是个比较接近的数字。

(1) 850 年到 1050 年，声部的进行，除了在静止时以外，都是同方向或斜方向进行。除了在斜行进行之外，只用同度、八度、四度、五度音程，其他的音程偶尔也出现，但却被认为是不协和音程，没有节奏的长短；伴唱声部一直是尽可能地跟随着主调声部的语言节奏。这方法被称为“老奥加农”(Old Organum)。

(2) 1050 年到 1150 年，节奏方面和以前相同，但反向的进行可以自由使用，声部相互间也准许交错。基本的和声还是同度、八度、四度、五度。不过反向进行形成了要更为扩大使用其他音程的必要(虽然这仍是纯粹出于经验所使)。

这种叫做“新奥加农”(New Organum)。

(3) 1150 年到 1300 年。在这时期发明了对音乐节奏的记录，其方法是借用一般诗韵——抑扬格、长短格等等——按照音乐的需要把它们加以采用。长和短的音节就代表长和短的时值或音符。

要说明的是那时的基础韵律，全部都是三拍子的。二拍子是在 14 世纪时才出现的。因此，在长短短格所代表的音符，实际上是相当于(qo)如抑扬格。

和声方面没有什么大的改变：八度、四度、五度依然很得势，但三度和六度(较晚)开始被认为是协和音的一部分。这时期叫“狄斯康托”(Discant)。

这结束了我们所称欧洲音乐的“帕拉奥里吉克”(Palaeo-lithic)时期。另外大约有 250 年的光景，直到这一阶段的充分成熟时代以前，不得不从略。虽然这些岁月进展是连续着没有停，但没有人能指出究竟在某些方面发现了什么。然而我们应当认清这一阶段是音乐史上一个发展的阶段，在这一阶段中技巧与风格是稳步前进与精益求精，而进入从完满的成就到更完满。当然是受到客观的条件局限着，比起以往的各时期则又不如。

现代有许多文章讨论到这一时期的音乐理论，那些文章大部分都不太正确，因为它们多是极端模糊含混和充满争论。在此处不预备把它们多加批评。建立较完满的理论，要从实际的事务出发，而论者所愿接受的也只属于那些已经确定了的东西，只有这样才能把结论很好的作出来。要完成这样的工作，势必用一巨册把各种实例进行比较，并加以综合研究方有可能。

浅谈调式体系

欧洲音乐的大调和小调是从古老的六种音阶中（一般所称为“调式”），经过淘汰遗留下来的。这六种调式直到 16 世纪末还被人们所使用着。莫尔勒在 1597 年所写的文章里曾谈到“调式”体系，认为那是一些古旧的，属于废弃不用的东西，这是丝毫无可争论的。帕莱斯特里那——他在 1594 年逝世——从他事业开始一直到辞世，都是一位权威的调式体系的使用者。事实上这是因为从调式过渡到音阶，其变化过程是缓慢逐渐的，没有人能指出究竟是在什么时候变迁的。

总之，所有调式都是属于严格的自然音阶，那就是说，它们都是包括五个全音和两个半音。但在不同的调式里，它们的排列次序或半音的位置是不同的。最便于了解它们的方法是想着钢琴的白键，依着次序排列着，形成一组的音列，只是每一列音都是从不同的音起始，而终止于它同名的音。

其他从 F、G、A 和 C 开始的各有名称，叫“里地安”（Lydian）、“米克欧里地安”（Mixolydian）、“阿奥里安”（Aeolian）和“伊欧尼安”（Ionian）。这些名字是借用古希腊的音阶名称，但实际上与希腊的不尽相同。这样的写下来，只是为使读者对它有一个比较完全的概念。此处没有从 B 开始的调式，因为 B—F 是虚伪五度，结果使这一调式不能使用。

读者或者要问，是否变化音一直就被使用呢？这问题的答案是，在最初调式体系被发现被采用的时候，它就有所出现或使用的可能了。不过它们的完全被使用，则是经过若干世纪的时间，它们也不是同时出现的。在 14 世纪末以前 bB 、 $\#F$ 、 $\#C$ 是很少使用的。 bE 和 $\#G$ 则出现更晚。其他如 bA 、 bD 、 $\#D$ 在 16 世纪晚期“牧歌”（madrigals）中都没有用过。

使用它们主要有两个目的——去修正三全音（即虚伪五度 B—F，或它的转位），和升高音阶的第七度音，以使在需要时形成完全静止，不过这种变化半音的使用并非每一次都写出来。只是为着上述两个原因，在演奏时自动的予以改变。当然还有些其他原因，不过这里无需详述。

把这些调式的效果加以考虑，像上面所列的“多里安”（Dorian）音阶。试看每一次当 B 在靠近于 F 时，常把它变为 bB ；每一次 C 要形成静止引入于 D，常把它变为 $\#C$ 。

那么这是什么呢？不是“旋律的”短音阶吗？使用这样变化的方法于其他调式，你便可知道，调式体系之所以在时间上或早或迟的被淘汰，而成为今天两个音阶的体系，乃是不可避免的事情。在它们中间没有矛盾的地方，从一个到另一个仅是一种逐渐的和极细微的变换。

和声的演变

在最初复音音乐时期，和声的基础是非常简单的。要了解这个问题，我们只要集中注意到两个问题，就可以直截了当的领会了。这两个问题大致是这样：——

非协和音的一般看法是怎样的？

他们怎样把音程结合起来成为和弦？

关于非协和音，使用上要比 18 ~ 19 世纪严格得多。在那些世纪里，据我们所知，非协和音必须在它能够得到适当的解决时才可以自由使用。在早期的阶段，非协和音不仅需要解决而且还需要准备，那就是说，非协和的那个音，必定要是前面和弦中的一个主要的音。

这种处理方式在技术方面的说明是：在 (b) 处的 C 音是一个挂留的不协和音，准备于 (a)，而解决于 (c)。这样对于不协和音的方式，——作为需要有准备和解决的方式——一直持续到 16 世纪将近终了时都是如此。至于那些牧歌作曲家们是常时超越到这范围以外，因为他们比帕莱斯特里那、维多利亚和其他著名的教会作曲家，更富于从实际经验中运用和声。但就总的方面说，即使是在严格的作品中，我们也毋须注意去比较它们违反这规律和依从这规律的次数。我们可以这样的总结关于不协和音的历史（此处应当说明在一个阶段的后期和次一个阶段的开始时期中，往往有交错叠置的现象）：

一、在到 1600 年，不协和音需要准备和解决。

二、自 1600 年到 1900 年，不协和音已不需要准备，但依然需要解决。

三、自 1900 年以后，不协和音既不需要准备，也不需要解决。

以上的这些进展的取得是有代价的。我们可以这样承认，每一次的演进在写作的自由和表现力的增强，都得到了一些收获。但同时这种收获的另一面却也损失了一些东西，即失去了音响的纯净性，还有整洁性和风格的精致性。有人认为在 16 世纪音乐创作风格的精确完整，是登峰造极的一个时代，直到如今还没有超越过那样的成就。

现在来谈一谈和弦的构成。有人可以把和弦的构成，就它总的情况做如下的结论。任何数目相互协和的音程，可以结合在一起而构成一个和弦。如果有人它在它的低音上边加上一个四度音，即使是它的完全形式，便不再认为是协和了。这种关系，若是在上方的两个声部，那可以；但在上方任何一个声部和低音间，则不可。直到如今也没有弄清楚过，为什么四度音会使和弦的情形改变？这一定是因为它不能把三度音联合起来，而五度音则可以。可是这也不能切实地解释为什么把它本身看做是不协和。同时也想不出来，当这音程出现在上方声部时，则又可以把它的不协和放在那边不问。这情况是颇为矛盾且不可理解的。不过不管怎么样，事实确是如此。

这些基础和弦的编组和分类是较后来的事情。如果说，普通和弦和它的第一转位造成了帕莱斯特里那的和声基础，那么这说法是不对的，那是没有彻底了解我们所叙述的东西或误认了其间的关系。对于那时代的人们，F、A、C 和弦与 A、C、F 和弦是全然不同的和弦，因为它们包含着不同的音程。对不协和和弦也是如此。虽然想出用挂留音，他们也时常使用，但并没有被公认，被公认乃是后来的事。在 17 世纪的作曲家，找到了他们所需要的所有的和弦。他们给它们命名，予以分类，并在应用时解除了它们的某些束缚。不过虽然他们已经如此做了，但自己却没有感觉出来。由于这种关系，有人就

误解地说 1600 年是和声的革命的时代，因为那是过份强调的说法。实际上有着革命性的改变是在织体、节奏和设计方面。和这些东西比较起来，1600 年以后的一百年左右的时期中，和声方面的变化是不重要的。

节奏的由盛到衰

在 14 世纪的初年，像前面所提到的那些仿诗韵的记录节奏的方式就已经废弃不用了。重新创始了一种比较更准确和更清楚的记录体系。这种记录体系直到今天我们还继续在使用着，只是名称上有了改变，实际上则是完全一样的。我们所称的三拍子和二拍子，他们叫完全和不完全拍子；我们进一步把拍子分成单拍子和复拍子，他们叫“偏短拍”（Leser）和“偏长拍”（Greater）。音符的时值依然是相对性而非绝对性的。全音符是现今一般使用最长的音符，最初是最短的音符。在它之上还有“倍全”（Breve）和“长”（Long）音符，很快长音符被取消了，倍全升为最长的音符。它下面还有全音符和二分音符；较短的音符四分音符、八分音符等后来逐渐在需要中产生了。一般地说，当时的倍全音符、全音符和二分音符可以相当于现今的全音符、二分音符、四分音符、或在较快的速度时，则今天的二分音符、四分音符、八分音符就可以和它们相等。

圆圈表示完全（三拍子），半圆表示不完全（二拍子）。有点的表示“复拍子”，没有点的表示单拍子。记号中有一直线的表示所有的音符时值减半——即以全音符代替倍全音符作为拍节的单位。

当然我们现在使用的许多其他的拍子记号不只这些。不过虽然古老的体系所包含的不像我们今天所有的那样庞杂，但它对于各种实用的目的，却完全足够应付。因为它包括了各种基本的拍子，二拍子和三拍子，单拍子和复拍子，如果我们采用四分音符作为基础拍子，我们可以省略出许多不必要拍子记号，而实际上对音乐的记录并无基本上的影响。譬如九八拍子听起来和九、十六拍是一样的、我们又何必一定要用这两种记号呢？

无论如何，节奏的含义不仅只是拍节，至于我们只是主要去考虑作为一种拍子计算和它的记录体系。这种记录实在只不过是一种骨架。在节奏里面，个别的声音表现中，都有很大程度的增强、自由和独立的音势。特别是在牧歌的作曲家中，他们追求在演奏时，音乐的音势要有重音的自然和音节的生动。和声是用有规律的方式划分出来的，一般的习惯不协和音只出现在强拍；如果是出现在弱拍，作为一种偶然的情况也是许可的，但必须马上在次一拍还没有到临以前给予解决。至于歌声方面则完全不用这种方式记录，它的音势是一种灵活不正规，彼此相互独立的。——这种记录方式所指示的长度，音势意义较重——在这种方式中自然音节的音势是被忠实地记录下来。我们试看白尔德的一个简单例子就可以了解得很清楚了。它是用两种方式记录的：第一是密集谱，有着有规则的小节线，用 C 字表示拍子的记号。第二是开放谱，有着不规则的小节线以指示每一个各别声部的不同音势。

这种不同，在视觉上是很显著的。如果我们用正确的方式去听，在听觉方面也同样有着区别。欣赏牧歌只留心它纵的关系是无用的，必须听它音响的横的关系。这即是说，把它作为对位的東西，那是独立的旋律和节奏同时的结合。只有这样，才能领会它的妙处，那是有着很复杂、很精微的织体，但也是极坦率的思想情感的吐诉。它的最完整的地方也就是它是分散的，这是由于它特定的方式所使然。由于它是为人声歌唱的基本音乐形式，它就需要从精确的词句和音节获得活力与生命。1600 年以后声乐占统治地位的时代过去了；乐器音乐建立了它的王国，这是完全不同类型的节奏、织体、设计的领域。当这变革到临的时候，古老的音乐形式也就逐渐成为过去，而不再

得势了。

现代音乐艺术的转变

1900年以后，在20世纪前期，音乐和其他许多艺术一样，是处在一个转变的、过渡的时代。一方面有一些作曲家继续运用原有的音乐形式来创作，他们所用的音乐语言大部分是沿袭于过去的格调意味。例如：埃尔加（Elgar）、西贝柳斯（Si-belius），他们的写作态度是温和的而不是尖锐的。在他们的作品之中，你或许不可能找出一个简单和弦是在门德尔松或柴可夫斯基的乐曲中不曾同样地使用过的。另一方面，则有许多不同类型、样式、民族风格的人物，他们几乎是把原有音乐的和声方面的语言全然丢开不顾而进行突破。他们所得到的经验也是各有不同的，甚至还有四分音的应用，多调音乐和无调音乐等等。形形色色的东西，一直连续不断地在试验、探索、发展着。在听到这些东西的时候，常引起人们认为形式的空虚，感到怪异的和声语言似乎是这类音乐唯一的特点。在这两种流派中间——保守的和激进的，新派的人物分布得颇为广泛。这种情形虽然不能说是一种明显的革命，但新派的音乐所表现的各种难以确定的方法，确实是与已往的古典时代的音乐，有着很大的差别。

让我们依靠最基本的经验，去看看一般现代新派作曲家们的姿态吧！更具体一点说，让我们试着从和声与设计的问题上，对现代新派音乐试作一些说明，因为这两个问题也许最易于接近问题的实质。当然，织体问题也是同样重要的——不过现代音乐的织体情况过于复杂多样，过于五花八门，对它的分析在这样小型的册子里，是很难把它们包括在内的。换句话说，这种讨论对于一般的读者，是不容易了解的。

第一、关于设计方面。现代音乐整个的倾向常常是向着打破原有的结构形式。这种实际的情形即使有出入，也不过是程度大小的差别。原来所谓“静止”（Cadence）的意思，现在几乎已成为过去的事情；短句、乐句、段落也不再是对偶地相互平衡着。它们变成为不规则的、有伸缩性的，好像在散文里的句法、段落的情况。简而言之，不管怎么样，音乐是冲破了过去的条条框框，本身有着极大的发挥自由。小节当然依然存在，因为指挥依然以一种主要的地位而存在着，不然演奏者们就不能保持彼此间的完好的联系。不过可以这样说，音势和乐句的强音在小节中虽仍然继续存在，但不是像以前那样有固定的“强拍”，它的重要性的程度也相对地减小了。同样，就整个来说曲体方面的情形也是相同的。当我们看见一篇现代新派的作品，名称是“交响乐”或“奏鸣曲”，然而把它打开来看的时候，我们却无法找出它有几个乐章，它的构造又是如何，或者是它内中的连续程序是怎样？“主题”的“发展”也不一定要等待“现示”的完成。所以我们就不能把“现示部分”和“发展部分”作一清楚而明白的区分；它们是溶化于单一继续的整体之内。可能在开始少数小节之后便有“现示的”（Ex-pository）或“转换的”（Transitional）或“发展的”（Developous）情况出现。这是不能在事先加以说明的，必须要看到具体的乐谱才可以判定，而所谓的“重现部分”也是如此，乐曲的分析工作只能是一种参考。

简单地说，曲体不再是一般的而是个别的了，那是主要而又重要地依靠作品的内容来决定，离开了乐曲的内容，很少可以将它们作出完整的分析。本来形式与内容高度的溶化为一是艺术上最高的理想，不过这种创作对听者和作者都有同等程度的要求。只有被称做伟大的大师——像贝多芬最后的四

重奏、西贝柳斯第四、第五交响乐，华格纳《特里斯坦》前奏曲等等——才能如此地完成。若是缺乏这种完整的成就，乐曲的创作则将成为任意的和即兴式的不能完好地连贯。除此之外，有些作曲家则依然在某种程度上沿用着以前的设计方法，而不用轻视的眼光去看待它们。以上的情形，无疑都是在这时期必然产生的现象。

评多调音乐

多调音乐就字义上说是把若干调或调性联合起来。就多调性这词的形成来说，并没有指明多调性必须同时出现。一篇多调的乐曲可能被这样认为：它只是一种很快的从一个调通过到另一个调，在结束时并不完结在开始的调上的音乐。如果在这种意义上，那么极多的现代音乐调的设计都是多调的，这也并没有让人们听起来觉得很舒适。在听众中间对于音响高度有绝对感的人，为数是极少的。大多数听众在一篇作品进行到相当长度或比较复杂的时候，开始的调很快就被忘记了。直到过去的一个世纪，调的一致性在理论上一直是交响乐构造的基础。但关于主题的发展和乐想的伸延，实际上是在形成音乐作品的一致。因此也为一般听众所同意接受。这调性一致事实表现往往是人工的、技术性的。至于乐曲的内在情感则在实际需要上，有倾向于不同调的结果的要求。其实这是一个有着不同意见的问题，每个作曲家可以由他自己决定。

不管怎么样，在今天这名词的意思是指：“同时采用两个或两个以上的调”。从美学的和心理的基础去考虑这种处理方法，一开始便存在着严重的值得怀疑之点。调的本质便是用以造成和保持一致的东西，这就是为什么即使是一首极简单的民间歌调，必定完结在同调上的道理。可是多调音乐是要试着在同时建立两个或者两个以上彼此互相冲突的中心。像这样的方法似乎没有问题必然要失败的。只有当作偶然的使用手段或者还可以，即使是这样，似乎也只对于戏剧性的作品较为合适，因为这对于表达戏剧性情节的某些状态时加以运用是胜过单纯音乐的。

不论情况是怎样，从它所引起的技术问题还是值得我们考察一番。因为这样，可以使我们用最简单的话把它说明了。假设我们讨论的情形是不多于两个调，此处所发生的困难并不是在于如何改变，只是矛盾的增强，部数越多情形越厉害。用这种方法所写作的最简单的乐曲，在使用上可以是二部创意曲，由两个旋律部分组成，每一个都有它各自不同的调。如此，破坏了一致性当然是明显的。但两部不论何处并不一定在和声上有着极端强烈的抵触。这种结果的形成与其说是粗糙不协和，还不如说是产生了一种混乱。在情形更为复杂的作品中情况自然又有不同。每一部都要用适当的和弦去伴和它自己的曲调。这种和声的表现可能是一些朴素和弦，或和声音型，或一些比较近于对位形式的织体。不过无论是那一种的变化，都必然地引起一种或多或少的但确实的不协和。这样听觉很快的就会疲倦了。这是从理论上的推断，实际上多调的结合使用，在现在一些音乐家中，像斯特拉文斯基（Stravinsky）、米约（Milhaud）、兴德米特（Hindemith）等等曾经是经常使用的。

无调音乐的魅力

像“多调音乐”一样，“无调音乐”一般惯用的含意是很局限的和很细密的，不像从实际字义上看的那般笼统。它并非指一篇乐曲没有固定的主调，或重要乐段的调性含混模糊。它的发生是由于一种明确的音阶构成理论，从这种理论中推论到一种全然独创的乐曲创作方法，以求忠实地符合于这理论上的结论。这理论的要点大概是如此：

音阶包含有十二个半音，它们广义的说价值是相等的。以前彼此间所存在的关系全盘予以否定，没有主音、属音、和其他一切：任何一个音和其它的都是平等一样的，任何一个音可以在任何乐句的地方和任何其他音并置。和声也是由这种音阶的音组合而成。因此和声也必须依照这平等主义的精神处理。音和音既然都是一样，音程和音程自然也不再有什么分别，由音程构成的和弦当然更不会例外。

这种理论、方法，或者你爱叫它什么都可以，和勋伯格（A. Schönberg）是分不开的。还有他的一些追随者——贝尔格（A. Berg）、韦伯恩（A. V. Webern）和另外少数一些人。或者读者认为上面的说法夸大了一些，就让我们找几小节勋伯格的作品来说明一下：

这几小节是从勋伯格作品十九号《月光下的皮埃罗》（Pi-enot Lunaire）取出的：也许读者会感到新鲜，它名称叫做小夜曲。此片段是勋伯格的处理方式最典型和最有代表性的例子。这是从他写作此种音乐最初的一篇中顺手选出来的。初期的勋伯格作品是倾向于冗长的、强热的浪漫主义音乐。如《升华之夜》（Verklärte Nacht）和《佩利亚斯》（Pelleas）；大约在作品十二号，可能还早一点，我们可以看出他的作品风格进入到一个过渡的阶段，这阶段很快就过去了。从作品十八号或在这前后，他便经常不断地用上列的乐语。《月光下的皮埃罗》实际是作品二十一号。

它是全盘否定了过去一切传统，它是推翻以前所被人们所接受的旋律与和声关系。作为一种傲慢、夸大的意识，只有认为这是妄自尊大狂。勋伯格的试验在过去一些年中曾经引起过很大的争论，在此处也不可能一一详述。

在结束这一个问题以前，我们或者可以这样的提出：在建立我们普遍的音乐语言中，依靠传统和遗产也许是相宜的构成现今音乐语言中绝大部分的和弦、进行和静止并不是某一个人所发明的。在音乐材料的仓库里没有一个作曲家曾经奉献了很多东西，直到今天他们也从来没有这样想过。那些材料乃是广大人民群众的努力劳作而蓄积起来的。最伟大的作曲家往往是一个统一者、集中者、综合者，而不是一个发明者。他们收集了他们所找到的音乐语言和成语，他们本身对和声的发现与评语的新创，实在作用并不很大。语言的发展是自然的，不知不觉的，连续不断的。它的情形是从一世纪一世纪慢慢地堆积和扩大的。它是通过时间而建立在我们意识的基础之上。因此，音乐语言所传导的不仅是一些音响，而是一些思想意识。巴赫的“赋格”和贝多芬的“交响乐”之所以成为伟大作品，并非仅仅由于它们的一般结构，从每一小节到另一小节的进行都有它的道理。过去如此，将来想必也当是如此。

新的东西必定是从旧的发展而来，而与旧的有着不可分开的联系。如果音乐不是一系列新鲜的感觉，那么必得让人们对它有所认识。一位作曲家让他的作品达到听众的心灵和思想深处，那就不能一心一意地把时间全放在去

发明新的语言。假如这样做听众会觉得迷乱、纷杂；那么他们怎么会去自找麻烦呢？他们有他们的巴哈、韩德尔、海顿、贝多芬、舒伯特、肖邦、柴可夫斯基和所有其他大师与大大小小的人物。新的可以丰富旧的，但不能把旧的无保留地全然代替。

可是几十年来有些作曲家大力地在尝试，他们总想去创造一种全新的音乐语言，取消一般所熟习的进行和静止的规律，好象那些都是恶魔一般。广泛的说，近年来在和声方面的经验很少吸收与结合着古典传统的音乐语言——实际上是远远低于我们所要求和希望的程度。一如过去的音乐，传统的古典音乐语言乃是未来音乐发展的一个重要因素。只有和这一部分很好的结合起来，才能让未来的音乐艺术生长得健康正常。

音乐艺术的专业术语

在今天，音乐活动所具有的听众，在数量上的众多可以说是空前的。不论是声乐还是器乐，借着唱片、磁带、电影、广播、电视各种传播手段传递给亿万听者。在这些人们中间，有不少人，在他们一生之中，是从来没有直接听说过大型管弦乐队演奏过的。这些新的，为数极为众多的听众，其中也许有的人会感觉到十分惊异，原来这种新的艺术欣赏经验，特别是乐器音乐，是一种极为美妙的精神食粮；它是那么深远而真切地反映着人类伟大的生活、思想和情感。当这种音乐欣赏活动发展起来以后，人们便产生一种好奇心，一种求知的想望。这就是：如何才能领略这种音乐艺术？它的原则和方法又都是怎样的？

为了这个原故，仅仅是为了这个原故，便写成了这本册子。这本册子不是给音乐专家们读的书，它只是写给对音乐有深厚的兴趣，并且有热情想要知道得更多的读者。这册子的目的是提供在这方面知识的要点，说明一些常用词语的实际意义。至于这些技术术语的范围，当然是在某种限度之内的。

现在，我们听到的和演奏的西欧音乐作品，有很大一部分是在 1650 ~ 1900 年之间所创作的。从和声学与音乐理论的角度来说，这是音乐史上的一个大的单元或阶段。在这个阶段之中，所包括的音乐风格的类型、音乐结构的方法、乐曲织体的情况等，虽品种繁多，但其实际的音乐语言，和声的词语都是一样的。它们只不过是不断地在扩大着、丰富着，而基本上并没有什么根本的改变，其根本的原则也没有什么变化。在此处将说明这时期的原则与其以前和以后的有着怎样的不同。第一部分着重于 1600—1900 年这一阶段的内容，更早的和更晚的则在第二部分和第三部分作简要的解说。

下面开始对一般使用的技术名词作简明的解释，其目的是为了能使读者能够了解随后所讨论的诸问题。至于要进一步去理解它们，便需要进一步去阅读其他有关的书籍。这些解释对于本书所需要应用的范围，可以说已是十分够用了。说明是按照旋律、和声、节奏来分类的。但要请读者们注意，这些术语在不同的范畴里，有它不同的意义和用法，如转位，静止等，因此对它们的说明也是分开的。

(1) 旋律方面的用语

音阶

一串连续级进的音，由一个主音或调音 (Tonic 或 Keynote) 统一着彼此间的关系，就叫做音阶。

一个自然音阶 (Diatonic Scale) 包含五个全音和两个半音。按照这两个半音在音阶中所处的地位不同，便形成了大音阶和小音阶。

音阶的第三音是决定那音阶大小性质的音，所以又称它为决定音 (Determinant)。

不论是大音阶或小音阶，音阶的每个音都有它们个别的名称，现在依照上行的次序把它们写在下面：——

- 第一音 主音 (Tonic)
- 第二音 上主音 (Supertonic)
- 第三音 中音 (Mediant)
- 第四音 下属音 (Subdominant)
- 第五音 属音 (Dominant)

第六音 上中音 (Submediant)

第七音 导音 (Leading note)

在上面各音中间，主音、属音、下属音和导音是音乐上最常用的名词，应该把它们记清楚。

半音音阶是完全由半音所组成的音阶。

升号 (#) 是把音的高度 升高半音的记号；降号 (b) 是把音的高度降低半音的记号；原位记号 (♮) 和升、降记号意思相反，是把已经升高或降低的音回复到原来的高度。这些记号总称为临时记号 (Accidental)。

音程

两个连续或同时发响声音间的距离或高度差别叫做音程。

音程的命名，主要是依照它们在音阶上所具有的级数来计算，在计算时，两个音的本身也计算在内。

这些音程的名称，不管有没有半音变化，它们的名称是不变的，换句话说，即不管一个音程的两个音包含有升、降记号没有，那音程的名称仍然是相同的。

在自然音阶中所出现的音程是自然音程。

在变化音阶 (即半音音阶) 中所出现的音程是变化音程。

音程距离小于半音——如 #G—^bA——叫做同音音程 (En-harmonic interval)，这种一般又称为“同音异名的变换”。在钢琴上这两音是完全相同的，但在其他乐器——特别是弦乐族的乐器——#G 和 ^bA 是不相同的。

调

一般地说，通过一定的调，旋律才能表示出来。调是由组成该旋律的各个音所形成，而这些音是从音阶里引伸出来的。一般旋律不一定要起于或终于主音。

有若干大音阶和小音阶便有若干调，乐谱上寻找升号调次序的方法，是从 C 起向上数各音的完全五度：C、G、D、A、E、B、#F、#C，寻找降号调次序的方法是从 C 起向下连续数各音的完全五度：C、F、^bB、^bE、^bA、^bD、^bG、^bC。

升号和降号是记在乐谱起始地方，每个升号或降号都按照上述次序，一次比一次加多 (如 C 到 G，G 是一个升号；G 到 D，D 是两个升号；C 到 F，F 是一个降号；F 到 ^bB，^bB 是两个降号)。这些叫做调号。一个小调和他的关系大调相同——即在小调主音上面的小三度音，便是关系大调的主音。

(2) 节奏方面的用语

乐曲是用小节 (Bar) 为单位来计算的。而小节内又可再分成若干拍 (Beat)。一小节中以 2、3、4 拍最为普遍，这种我们称之为二拍子 (Duple)、三拍子 (Triple)、四拍子 (Quadruple)。

这些拍子仍然可以再分成一组一组的短小音，其中主要以二音为一组和三音为一组的。如果以二音为一组，这种拍子就叫做单拍子，如果以三音为一组，这种拍子就叫做复拍子。

拍子是用拍子记号来标明的。拍子记号位置在乐谱的开始处，紧接在调号的右方。它的形式是由两个数目字所组成，一个在上面，一个在下面。上面的数字是指明在一小节中有若干个某种音符，下面的数字是指明那种音符是什么样的音符。换句话说即是该音符是属于全分音符的几分之几。

对于这种具体情况，用实例说明比解释定义要清楚得多。让我们拿两个

普通的拍子记号 2/4、9/8 来看，在第一个记号下面的数字 4 是指明全分音符的四分之一，即四分音符，上面的数字 2 是指明每小节有两个四分音符。另外一个记号，下面的数字 8 是指明全分音符的八分之一，即八分音符，上面的数字 9 是指明每小节有九个八分音符。

上面的数字还指明拍子是单拍子或复拍子，若是 (2) 或 (3)、或 (2) 的倍数，便是单拍子，如果是 (3) 的倍数便是复拍子。

一个点记在一个音符后面，是把该音符时间长度延长一半，复拍子是以带点的音符为主，单拍子是以单音符为主。

正如同在音乐中拍子是集合在小节内，小节本身也可以集合到更大的单位中。例如，短句、乐句、乐段等等。从这原理出发，按着类似的情形，这种集合可以运用到一切结构固定的音乐形式上，特别是 17~18 世纪舞曲的写作形式。

节奏组合最短小的单位是短句，它常常是包含两个小节，短句本身不能给予人们一个完整的感受，所以往往要跟随着一个或一个以上接续的类似短句，这些短句集合起来，便成为一个乐句。

同样地，一个乐段总是由包括着两个或两个以上相类似的乐句形成曲调上的平衡；不过乐段、乐句、乐节这三个名词在使用时意义很广泛，往往互相换着使用，它们每个都是表示音乐的乐想单位。这种乐想在它的本身是完全的。它们唯一和短句不同的地方，便是短句的乐想是不完全的。

所有这些乐想单位，是由静止来约束。简单地说，静止在音乐里面，就如同标点符号在文章里面一样，等于文章中的句号。早期的欧洲音乐，歌曲常常是结束于这种形式——停止在主音上。但是在现代的音乐中，静止的含意就颇为广泛而不固定了。它在和声方面的意义是远重于在节奏方面的意义，因为静止时节奏常常是很单纯的。

(3) 和声方面的用语

音程

两个音同时发响，如果小于八度，这音程便是单音程；大于八度的，便是复音程。

音程的分类是按照它们的协和关系——按照两个音在结合时协和的程度，一般的分类方法是这样：

完全协和。同度、八度、完全四度、完全五度。

不完全协和。大三度、小三度、大六度、小六度。

不协和。大二度、小二度、大七度、小七度，其他增减音程。增音程的形成，是把大音程或完全音程上面的音升高或下面的音降低。减音程的形成是把小音程或完全音程上面的音降低或下面的音升高。

音程的转位是把下面的音移放在高八度的位置上，或把上面的音移放在低八度的位置上。

四度音程转位后成为五度。五度音程转位后成为四度。

三度音程转位后成为六度。六度音程转位后成为三度。

二度音程转位后成为七度。七度音程转位后成为二度。

一度音程转位后成为八度。八度音程转位后成为一度。

此外：

完全音程转位后仍旧是完全音程。

大音程转位后变为小音程。

增音程转位后变为减音程。

减音程转位后变为增音程。

和弦

两个或两个以上的音程同时发响，叫做和弦。

和弦中的音程如果都是协和音程，不论是完全协和或不完全协和，这和弦便称为协和和弦。如果它们之间有一个或一个以上的音程是不协和音程，这和弦便称为不协和和弦。

三和弦或普通和弦包含一个低音或根音，在上面有一个低音的大三度和一个低音的完全五度。

如果五度音是增音程或减音程，这三和弦便叫做增三和弦或减三和弦。

增、减三和弦不算是普通和弦，因为它们包含有增音程或减音程。

七和弦的形成，是在三和弦的上面加一个根音的七度音。

这种和弦可以在大音阶与小音阶任何音级上构成，而各七和弦中，以属音为根音的属七和弦最为重要。

和弦，同音程一样，如根音移高八度时，便叫做转位。

静止

静止，在前面说过，正如像文章里面的标点符号。静止可以分做两大类：

一、结尾静止 (Final Cadence) 常用来表示一段或一节的结束。

二、中途静止 (Intermediate Cadence)。常用来规定成语 (Phrase) 或短句的界限。

结尾静止有两种：

1. 完全静止 (Perfect cadence, full close)。有七度音或没有七度音的属和弦，接续着根音位置的主和弦。

2. 变格静止 (Plagal cadence)。形式与完全静止相同，只是用下属和弦替换了属和弦进入最后的主音。

必须注意到虽然根音都是在低声部，但上方声部的地位与排列，在每一对静止和弦中是有不同的变化。高声部的音虽相同，但位置不同。这些音不论怎么样变动，都不会改变和弦本来的性质。关于这一点，后面将作进一步说明。

中途静止往往是由主和弦或其他和弦构成，不一定是根音位置。

旋律的进行

一、连接进行。音是按级进行的，即二音的连接距离均不超过二度。

二、跳跃进行。音是跳跃进行的，即二音的连接是三度或三度以上的跳跃。

反复的进行

反复进行。是在不同高度上，把一小片段的旋律或和声作反复地出现。

有的反复进行都是在自然音阶上反复，此外还有转调的或半音的反复进行，把反复句子在新调上出现。

模式的进行

模式 (Pattern) 与反复进行相似，但不完全相同。它是旋律的或和声的、或两者同时在节奏形式方面的模仿。

转位

一、旋律的转位。一个短句旋律的进行，音与音接连的音程度数和前面的短句一般无二，只是方向相反。这种叫做旋律的转位。

二、对位的转位。两声部位置交换，即下声部换为上声部、上声部换为下声部（关于对位法将在后面说明）。

和声的进行

一、同向进行。两声部向同一方向进行。

二、反向进行。两声部向相反方向进行。

三、斜行进行。两声部中一部保持原状，另一部向上或向下进行。

主要音和非主要音

主要音（Essential Note）。和弦中最主要的音叫主要音。如三和弦 C、E、G 中的 E 音。

经过音，或称为非主要音（Unessential）。一个音只是作为接连两个连续和弦（或音程）中主要音的音，它自己并不是属于前后任何和弦（或音程）的音，叫做经过音。

经过音（D 和 B）位于拍子之间，叫做非强音经过音。它也可以出现在拍子上，就叫做强音经过音。

有的经过音可作跳跃进行，这种叫做装饰音，倚音或先现音，因为它先出现在主要音前面。

倚音常常是用来使力度强的非主要不协和音的性质变为松散。

转调和移调

转调，是从一个调转到另一个调上。

移调，是把一篇乐谱或乐句整个改移在另外的调上去。

不协和和弦的解决

不协和和弦的解决是把不协和和弦进入到协和和弦。正规解决的方法是让不协和音级进。

乐曲和声的运用

本节的目的是，不是在于说明或讨论关于和声细微的技术要点与进行法则，而是要解释和声与音乐其他表现方式的关系，例如织体 (Texture) 和结构 (Design) 等，此外还有一些和声上的问题。这些问题是和声学在与其他有关问题广泛接触时候所产生的。

首先我们要指明，在和声上实际运用的材料，它的范围是比较简单的，而这些材料在本质上又是非常单纯的。和声上所包含的不过只是少数普通和弦与自然七和弦，这些东西是容易了解的，除此以外其他的就不多了。现代丰富的音乐语言主要的是一直在增加次要素材的运用——经过音、倚音等等——看起来新鲜的和弦，如果把它检查一下，只不过是仅仅把旧的和弦给予了半音的变化，有些新的创作所表现出来的，实在也就是过去所熟悉的东西。

有一件事情当读者刚刚想到的时候也许会觉得混乱，音乐里面基础的和弦，三和弦和七和弦，只包括很少的几个主要音，三个或四个，而一个现代的管弦乐队有五十个到一百个，甚至一百个以上的演奏者，他们自始至终都是十分忙碌地，虽然可以大量地运用一些非主要的音，可是似乎还有点奇怪，怎样会把这样力量强大的乐队组合，去演奏只有三或四个主要音的和弦呢？

对于这个问题的答复，一部分是在“乐曲织体”上，不过却不完全是“乐曲织体”上的，它同时也是“音响分布”的一个问题。

我们知道，每一个和弦有它的根音位置，这种和弦是把根音作为低音，同时还有不同的转位和弦，这种和弦是换用其他的和弦音作低音，并且在上面各种不同的位置中，除低音以外的上方音，还可以变换成许多不同样的形式。此外，和弦中任何一个或一个以上的音又可以在必要时按照需要，在同度或八度上重复应用。所以，每件乐器的音的高低虽然不一样，而结果仍旧可以把它们安置在最适当的音域中。

低音 E 一直是保持着它的位置，此音是决定这和弦是第一转位的音。上方的声部则不同了，在第一与第二和弦重用了 G 音，第三与第五和弦重用了 C 音，第四与第六和弦重用了 E 音。

现在再来看 G 调和弦的第三转位。

这是从它许多可能的分布形式中写出来的六个和弦；前三个和弦还是依照普通四部的分布，适合于声乐的演奏，其余的三个和弦表示它向高处与低处扩大并重用了一些音，这便适合于多数的器乐演奏了。

在最后的和弦，括弧是指示和弦的分布如何配置给不同的乐器组。这个标记主要的是说明：要保持着音的分布很均匀，除非是为了要造成特殊效果，否则不可把音过多地堆积于下方。

现在来说一说协和和弦与不协和和弦，以及它的解决。还有关于转调的一些事情。

不协和音可以分成为两种，主要的与非主要的。所谓主要的不协和音的意思，是说该音系属于一个基础和弦中的个音，例如：在任何自然七和弦 (Diatonic Seventh) 中，第七度音都是一个不协和音，而该和弦是一个主要或基础的不协和和弦；所谓非主要的不协和音即它们是经过音或倚音。

在任何情形之下，对于不协和音的解决正规的办法是级进。不过这里有一点需要分别清楚，如果不协和音是非主要的和弦音，其他各音便等待该音解决后再进入新的和弦，如果不协和音是主要的，其他声部一般都是进入到

另一个新和弦进行解决。

现在说转调。转调的定义可以说是“从一个调进入另一个调”。但是我们怎样去观察它的转变？怎样知道新调的出现呢？这问题是不能不加过问的。在较大型的音乐作品中间，调的分配是一个重要而且基本的方法。因此，我们要想真正地去了解作曲者的意图，我们必须除了定义之外，还应有更多一点的认识。因为乐曲的转调并不是每一次都改变调号，有的只用临时记号来转调的。

音乐的要素在实践和理论上的反应是一致的，而不是各自孤立的。它们不只是为和声所单独控制，也不是单独在节奏方面，而是二者结合的结果。

不过只有一个和弦是可以仅由它本身而决定一个调的，这和弦是属七和弦。试查看 C 调的属七和弦——G、B、D、F，——F 这音说明了这和弦不是属于 G 调或任何一个有升号的和弦，因为它们都需要一个 $\sharp F$ 音。同样，也不是属任何一个有降号的调，如 F、 $\flat B$ 等等，因为它们都需要一个 $\flat B$ 音，所以它只能是 C 调的，即使与它的关系短调，A 小调也绝不会相混，A 小调需要一个 $\sharp G$ 音作为导音，以便使其性质明白地确立，虽然 G 并不是不常在该调中出现。因此，每当属七和弦在一个曲中出现的时候，特别是紧接着主和弦，决不会产生转调的效果与感觉，即使是刚刚从一个新调转过来的或转回来的也是如此。离开了这一些，要想掌握或认清调的真意是不可能的。

还有一件事情要说明的，在乐曲的经过句上用一些临时记号并不一定就是有转调的情形。临时记号的本身并不能指示转调，经过音与非经过音可以是自然音阶上的音，也可以是变化音。

趣谈乐曲织体

这里所谓乐曲织体(Texture)的意思,是指乐曲的内部组合而言。当一篇音乐创作它的内部组成旋律性很强的时候,这类乐曲我们便称做它是具有对位的性质或表现有对位的特点。有时它的织体方式仅仅只以简单和弦来支持主要的旋律音,这种形式的乐曲,便称做和声的织体。对于和声与对位的关系问题,我们留在下面再讲。

照一般的解释,说和声的音乐是垂直性的,对位的音乐则被认为是水平性的,可是依照实际情形来看,这实在是一件事物的两个侧面,不应该把它看成为两种全然不同的东西。

自然,我们可以有含有和声性质而不含有对位性质的乐曲,但是我们却不能只有对位而没有和声的乐曲。不过应指明,此处所说的对位是指古典对位法,不包括现代所谓线状对位法(Linear Counterpoint)。

现在,让我们来讨论这些问题与管弦乐队处理的关系吧。和声学的教本大部分都是采取从声乐的角度去说明问题的。这种办法自然是十分正确的。因为用这方法可以把所有不重要的问题都抛开,而学习的人思想就更能自然地集中在最简单与最基础的和声进行与写作简炼的问题上。如此,他们可以较容易地掌握了最重要的问题。可是,如果有一天他们无意中打开管弦乐的总谱来看,情形就不同了。在总谱里,没有一篇一页是如象和声学教本上的解说那样的例子,它们在很多地方是分散开的。因此,我们必须把这相异的地方加以解说,把具体事实相互联系起来。

我们不能够集合一个巨大的管弦乐队让某一乐器或某一组乐器演奏旋律,而其他乐器一下一下突然地奏出少数支持那旋律的和音。这种处理的方法,只能偶然间作短短的使用。例如德伏夏克《新世界交响乐》终乐章开始的主题,那是很谨慎地处理的有一种惊人的力量与效果,若是用得太多太长了,演奏者会感到厌倦,而听的人也会觉得太单调。

另外一方面,纯粹对位的织体,同样的也不能够毫无限制地使用在管弦乐曲上。

第一点:这种方式所组合的声部,最多不能超过四部或五部,若是超过了这个声部的数目,就会出现不能适当的操纵与不能自如地活动情形,它的结果必然就形成了过度拥挤与超过声部组合的饱和点。

第二点:要发挥某一乐句的最大效果,每一声部都需要同样的精练、整洁与彼此之间有着共鸣的作用。所以,所有的乐器,每一件都应该均等地发挥它的效能,也就是要全体乐器活动。管弦乐队中主要三大类的乐器,——弦乐器、木管乐器、铜管乐器——弦乐器在强烈的乐句上的运用是压倒木管乐器的,同时在需要极弱的要求之下,又可以远弱过它们;另一方面,铜管乐器在这几类乐器当中是最响亮与透澈的,当它们活动起来的时候,力量是难以限量的。这些情况我们必须把它们合理地加以处理。自然,一个乐句可以让弦乐器一齐奏出,或者让铜管乐器奏出,或者混合为一组,例如弦乐器齐奏而以一件或数件铜管乐器与之同奏。不过像这种方法只能用得很短,稍长了就会令人讨厌,特别是最后一种,因为它混合了不同的音色后,其情况尤其显著。良好的管弦乐法,一个最重要的原则便是充分运用管弦乐队各组的乐器,而使每组的乐器都表现得很清纯,不将各音色混合,就是在一族当中各乐器独特的音色也要依原则处理。——如横笛、双簧管、圆号、小号、

提琴等。

因此，管弦乐器就需要采用另外一种乐器组合方法，这方法之中最重要的便是节奏音型的运用。这样可使作曲者便利运用所有的乐器，让他们不致突然出现，并且还可以避免在采用严格对位法时，由不断改换主要和弦而产生的混乱。乐曲的进行，在一小节只有一或二个主要和弦时，是比一小节有四和弦来很鲜明。现在我们再进一步详细讨论这种织体方法的设计是怎样的。

先从两个和弦之中最简单的和弦说起——C大调的主和弦与属七和弦。

如果我们用四个音符代替一个全音符来写，在和声上是完全一样的。

同样地，在不影响基本和声的原则之下，这些和弦可以改成为用四分音符或八分音符或二者合起来的形式，此外或用结线与休止符在某些地方，以代替实在和弦的重复。

更进一步，这些音型 (Figures) 音能够很容易地运用一些非重要音把它变化和扩大。

我们还不要忽略了那些变化无止境的琶音——即和弦音的音型由同时发响而代以连续发响。

同时还可加一些非主要音。

更有不同形式的自由模式，可以组合在不同族的乐器，在不同的音域上演奏。举例来说，当高音的弦乐器奏出快速的琶音时，圆号可以保持和弦的一部分或全部分作为背景，低音的弦乐器用拨弦法弹出主要的低音以表示一种节奏标点，这时我们想象的旋律是由木管乐器在八度以上进行。

或者用木管乐器保持着重复该和弦，中音提琴奏出一个简单三连音的琶音，这时低音仍旧象以前的拨奏，在这种情形下，我们是假定旋律是由上方高音提琴在演奏。

这类音型的变化方式是有无限数目的变化可能，每一位管弦乐曲的创作者，可依照他自己的手法去运用。这里为什么把它重要的性质加以说明并强调休止符呢？这不仅是说明怎样把节奏的因素注入到和声里面，同时也给我们听觉极大的帮助。当它在欣赏活动中迅速地去体会乐曲的织体时，没有休止符或不用休止符，在一个乐句进行中，每件乐器都参加进来而产生连续混杂的音响，听觉很快便会觉得疲乏，而主要旋律也会因为衬托的伴奏而不能明显地听出，只有充分发挥休止符的作用，管弦乐曲才因它而得到了补救，沉重呆笨的音响可以自由地分散。——这一层就是我们研究音乐的人也常久搞不清楚，而在心中常引以为奇。

到这里，我们终止关于织体的讨论，对这问题摘要的分析也许是有意义的。因为，不依靠其他的解说帮助，去分析如何把一篇复杂的管弦乐曲化为简单，对于不是专门研究音乐的读者，实在不是件容易了解的事情，虽然有很多读者是有兴趣去研究和声教本，但情形仍然不会有什么改变。和声学书籍形成的结果必然会这样，因为在接触管弦乐器法书本时，是以一个全新的方法去划分的。

本节的目的是用简单的方法说明怎样把简单的三与四部的和弦，从一个拥挤的位置，分散为散开位置，以及管弦乐曲特殊的创作方法。所有的解说也是在这一目的之下，选用最简单的释例。

乐曲设计的第一原则

音乐——不管怎么样，只要是发展了的音乐——它永远需要一种所谓统一性（Unity），即在乐曲设计的诸原则中，一篇乐曲的某一组成部份，必须和整个的乐曲互相协调一致。这是最基本的一个道理，乐曲不能是一系列无组织连续的音响，从无目的之处开始，而止于任意停止的地方，就是在最简单的舞曲和民歌中间，我们也可以普遍地看出三件事情是证明着这原则的存在：——

（1）调的统一

（2）短句和乐句的平衡

（3）在某种范围内或多或少地运用乐曲的反复进行或模式，以协助（1）和（2）的形象。

为了说明这一层，首先选出一首最简短的民歌曲调，《我在国外漫步》为例。

很清楚的，这曲调包含有四个基本单位或短句，在开始的短句（两个小节）之后，继之以一个对比短句（也是两小节），然后开始的短句重复出现，随后又有新的短句。这样地完成了，并且配成了这一首曲调。四个短句的段落可以用字母分解来表示，而成为 abac，a 是代表开始的短句，它出现两次。这种构造可以算是一种代表的形式。平衡的意思当然并不是完全都是这样，但很可令人惊奇的是，当我们检查一些民歌和通俗歌曲，可以发现它们大部分构造都是属于这一类型的。当然，分解出来的结果，并不会是完全相同的——你可以找到 abbc、abca、abba 等等。这就是所谓的“二部形式（Binary）的构造，因为它包括两个（多少是等于）等份或乐句。每一对短句或乐句（a¹b a²c）在许多精美曲调中，常常把乐句重复像重复短句一样。于是我们又可分解为 a¹b a²c a³b，这种构造叫做三部形式（Ternary）或三段体的构造，常常简写成“ABA”式。当然，这 A 和 B 字母所代表的内容不是短句而是乐句。为着避免混乱，在这一章里面，凡是分解的地方，所有小写字母都是代表短句，所有大写字母都是代表乐句或大的单位。

为了说明这不同的类型，二部形式和三部形式，每一类举出两个实例，每一首都是很著名的曲子，并且每一首在构造方面都代表着某种颇有意味的特点。

（1）《巴巴拉·艾伦》（二部形式）。

如同一般类型，这曲调是 ab₁ cb₂ 式，在 b₁ 结尾处是落在属音上的半静止；b₂ 是修饰的句子，结束在主音上，同时保持着 b₁ 的基本外形。此外，全曲是由很明显的一种简单模仿而保持着统一。这种处理适当地防止了产生音调单一感觉的倾向。

（2）《度过忧虑的黑夜》（二部形式）

这曲子的类型是 a₁b a₂c，原曲是有和声的。此处仅采用了它的旋律，旋律的外形和实质都表示着调的转换。a₁ 是 E 大调，b 是 B 大调，a₂ 是在 #G 小调上重复 a₁，这样造成了统一和对比，C 又回到 E 大调上。

（3）《苍白的格罗夫》（三部形式）

此外的 A，三部形式结构的第一部，它的本身是一个二部形式，正如许多二部形式。模式的配置是 ab₁ b₂c。b₂ 是 b₁ 的实际模仿，不过是降低了一

个全音而重复出现的，B 在构造上有更多次的反复。开始的短句，依照音阶级数下降的次序，重复出现三次而结束在自 A 借来的 C 小调的重用，并把它放在属调上。此外，三次被重用的短句是 A 部中 b 短句的倒转得来。曲调便是用这样的发展和反复来保持听者的兴味。总之这是一种非常精致的小品创作的技巧。

（4）《随风转舵的人》（三部形式）

这首曲子也是一首很标准的三部形式，由两小节长度的短句对称而构成。对此曲有两件重要的事情是要指出的：（1）开始的乐调的重复；（2）对此乐调—B—并不是由新的材料所造成，只是将 A 部开始小节的节奏加以发展，从这里可看出它的详细设计是这样：

（4+1 小节）（1）主要乐句的现示，继之用两小节把它结束，然后将这四小节重复一次。

（4 小节）（2）主要乐句的发展而造成新的乐句，以同样长度使其与现示部平衡，同时采用一个新的调（A 大调）。

（4 小节）（3）原来乐句的再现。

这样古老的形式，在音乐史上具有很重要的意义。因为由它开始发挥了差不多是无限限制伸展的创作方法，并且在事实上，从这种基础形成的发展，演成为所谓“奏鸣曲式”形式，这形式自 1770 年起，在乐曲形式的范畴里，统治达一个多世纪，直到现今仍没有完全衰落。

早期的组曲和奏鸣曲

这两种简单的类型——二部形式和三部形式——在许多 17 世纪末和 18 世纪初的乐曲作品中常常加以扩大。声乐方面，三部形式首先有着强烈的影响。器乐方面则是二部形式。在我们讨论这两种古老的歌曲形式，怎样被采用于长大器乐曲乐章作为内部结构基础之前，我们要把“组曲”和“奏鸣曲”这两个术语先作一简单的解释。因为上述情况大量存在于这两类乐曲的乐章里面。

先说组曲，组曲差不多就是把几篇乐曲收集在一起，它们大部分都是舞曲。编选是依照拍子、速度和风格的对比效果为原则，而由一个共同的调把各曲统一起来，组曲的各个乐章彼此之间是很少或完全没有关联的，这情形正如同前奏曲和它的赋格曲；或者是现代交响乐中的各个乐章之间的关系。

组曲乐章的数目并没有一定，各章曲调的排列也没有一定次序，只有“阿内曼德舞曲”（Allemande）常常是在最先，吉格舞曲（Gigue 或 jig）常常在最后，下列典型乐章，部分或全部可在任何一篇组曲中见到：

阿内曼德（Allemande）普通拍子。很快的，性质平稳、流畅。

库伦 Courante（意大利式）三拍子。常是连续快速的八分音符或十大分音符。

库伦（Courante）（法兰西式）六四或三二拍子。或这两种拍子不规则地换用，不如意大利式那样活泼。

小步舞曲（Minuet）三四拍子。优美的但同时是高贵的，——一种宫廷舞曲。

萨拉班德（Sarabande）三四拍子。慢而高贵，常把一种简单的变化重复一次或两次，称之为“复式”。

嘉禾舞曲（Gavotte）四四拍子。很快的，常常从小节的第三拍开始，这种乐曲常常随附有一篇仿风笛音调的米赛特舞曲（Musette）式的曲调。

布雷舞曲（Bourree）二二拍子。较嘉禾舞曲快，起始在小节的第四个四分音符。

吉格舞曲（Jig）吉格（Giga Gigue）是三八拍子或其他复拍子，很活泼，很热烈的性质。

当然，时常还有许多种其他的舞曲形式被采用到组曲里，不过这些都不是这本册子所需要逐一说明的。有人常用“帕尔提塔”（Pavane）和“奥尔德瑞”（Ordre）两术语当作组曲的同义词。

其次是奏鸣曲，这术语在初期和后来意义上是极不相同，这在下面将要加以说明。起初它的意思只是表示一种“演奏的东西”，以别于“歌唱的东西”（Cantata）一般说包括四个乐章，（慢、快、慢、快）许多都是对位的性质，是直接古老的歌曲“康佐那斯”（Canzonas）和“赋格”（fugue）曲引伸出来（见第八节）。

关于“奏鸣曲”（Sonata）这术语，如果看一看葛罗夫音乐词典，便可以了解，它是不可能用少数几句话能够说明的。早期的奏鸣曲可以确切地说也是包括几个乐章的。它们是由二部形式或三部形式作成，虽然在风格或节奏方面不尽相似，但内部组织却非常相近。而“厅堂奏鸣曲”（Conata de Camera）是比“教堂奏鸣曲”（Sonata de Chiesa）在性质上较为轻快，这也是无可怀疑的事实。

我们现在要说一说，在“组曲”和“奏鸣曲”中的乐章，它们是怎样把简单的二部形式和三部形式形成比民歌形式更为长大、更为雄辩的乐章的。

在二部形式的乐章，第一件要说明的是调的系统。一个典型的二部形式乐章是分成两个部分的，从有双纵线的地方划分开，每一半重复一次，前半开始在主调上，随之转调，结束在双纵线处，静止于最接近的关系调上——属调或关系大调（如果主调是小调）。后半开始在另外的新调上，然后再转调，比较自由地，最后回到原调并延续一个相当时间，以形成原调在乐章中的优势。

这种调的结构统一，目的是在加强主题材料的使用。它并不需要原原本本地重复，不过在后半开始的时候，常是引用前半开始的句子——巴赫这类的曲子，常是很好的例子。——直接的旋律的转位，最后的静止也常常是重用在双纵线结束时所用的静止，同时引入静止的短句也是同样。除此之外，还有前半节奏与旋律的外形轮廓，常常在后半中循环出现。如此，虽然主题并不原原本本地重复，前后两部分的长短也并不一样（后半包括更多的转调，所以往往较前半长），但全曲由此可得到一种平衡与协调。如果要把这形式用图表来解释，那末图形便是这样：——

A_1-B_2 A_2-B_1

数字是表示调，字母是表示旋律开始和结束的短句。

三部形式乐章。在调的安排和转调方面与二部形式乐章是相似的。一般的情形——用临时记号比用系统转调的多——是使用主题的材料。它的不同之处是在后半部。当循环又轮回到主题原调时，乐章开始的乐调也同时回转，在原调上全部或一部分予以重复。

交响乐的成就

在音乐形式方面应用的术语，大体上说相互间常常有着许多的混乱，因此容易引起许多误解和错觉。若把这些术语给予区分，那只有使它们更陷于混乱；所以，我们最好一方面仍采用一般使用的术语，而同时尽可能用最清楚的方法去指出引起误解的倾向是在什么地方。

首先让我们暂时给奏鸣曲（Sonata）的定义是：某种为不超过两件乐器演奏的乐曲，有三个或四个乐章。在这些乐章中间，有一章或一章以上是由一种叫做“奏鸣曲式”或“第一乐章形式”的特殊结构形式所写成。这种结构的形式即将予以说明。

第二是要知道“三重奏”（Trio）、“四重奏”（Quartet）、“五重奏”（Quintet）、“六重奏”（Sextet）等等，事实上，即实际的结构是与奏鸣曲完全相似的乐曲，不同之处乃是由三件，或四件，或更多一点的乐器演奏而已。一篇为两件以上乐器演奏的奏鸣曲，术语改变了，但乐曲的格式或结构并没有改变，仅仅是写给不同的演奏乐器，是写给某些特定乐器。有时还有更多的标明文字记在这些乐曲名称前面——例如“为提琴、小号和钢琴的三重奏”；“为两把提琴，中音提琴和大提琴的四重奏”常称为“弦乐四重奏”（String Quartet）等等。

第三是一篇“交响乐”是为大管弦乐团用的乐曲，同样，在构造和乐章方面与奏鸣曲相同。

因此，在这一节“交响乐形式”的开始时，所指出的是正规交响乐各乐章一般结构的简要纲领。如上面说过的，这种说明同时可以帮助读者去了解三重奏、四重奏、奏鸣曲等等结构的要领，因为它们几乎是完全相同的。“简要”这两个字是有意强调的，在一篇论文里实在不可能把变化无穷无尽的这类创作全部包括进来。

第一乐章

这是普通所谓的奏鸣曲式——一种把三部形式大大地扩充的类型。在这种曲式中首先为要强调主题间彼此的对比，而将调（Key）细心妥为配置，以建立后来处理乐曲的通路。结构的三大部分是这样：——

（1）现示部分（Exposition）有时前面有一个慢的引序乐段。

（2）发展部分（Development）。

（3）再现部分（Recapitulation）——现示部分的重现，有着某种的变化，后面附一结尾乐段（Coda）。

现将各部分详细分析如下：——

现示部分：

（1）在主调上把主题现示出来，转调在这一段是暂时性质，这是由于主调的性质必须首先确立。

（2）通过乐段或桥梁，这一段主调的影响或力量渐弱，直到最后新调建立完成（虽然新调与旧调相隔的关系并不疏远）。——在早期的交响乐，如海顿、莫扎特和贝多芬初期作品，所转的新调常是属调，或者若原调是小调便转入关系大调。后来贝多芬把转到新调的范围扩大。19世纪后期交响乐作曲家都是采用他的方式。

（3）在新的调上先披露出第二主题（或更确实地说，一组主题），然后继续下去，直到现示部分全部完结。在早期交响乐曲现示部分完结在有双纵

线并有反复记号之处，反复后即进入发展部分并不分开。

发展部分（亦称“自由幻想”或“发挥乐段”）：

这一部分是把已经披露出来的主题给予各种各样的发展——即依作曲者的意愿与创作手法，把旋律、节奏与和声性格化，使用不同的风格与组合，常时运用着转调和离调，没有任何具体条律规则能规定这种表现的方式。例如贝多芬《第八交响乐》的第一乐章，发展部分是简单地全部基于一个从主题中取出的单纯音型（figure）。在《英雄交响乐》中，实际上所有主题的材料，都在那具有空前力度和精巧的发展部分中表现无遗。

再现部分：

再现部分一如现示部分，不过这次不论是在第一主题或第二主题，主调总是占着优势。结尾乐段可能很简单，也可能是有着动人的势力和较长的长度。例如在贝多芬的《瓦特斯坦因奏鸣曲》（Waldstein Sonata）和《英雄交响乐》中，它便是有活力，新鲜的发展乐段。这部分一般是依照它和整个乐章的比重来决定。

第二乐章 慢乐章。

这个乐章有不同的情形：——

（1）完整的第一乐章形式。由于这曲式太长，所以采用的人不很多，但无论如何是常见的——如贝多芬D调第二交响乐，降B调钢琴奏鸣曲，作品第22号和106号。

（2）缩小的第一乐章形式。——即奏鸣曲式省略了发展部分，现示部分完结后又即刻重新回到现示部分，如循环地在转圈子，或者是由少数小节的通过乐句接连起来，这是莫扎特在慢乐章最欢喜使用的形式。贝多芬也是一样，他的D小调钢琴奏鸣曲，作品第31号第二曲。（这种乐章的类型实际就是扩大了“二部形式”）。

（3）附有结尾乐段的扩大三部形式。本身是一个复合的单位，每一部都是三重的结构，极似完整的二部或三部形式。这是贝多芬在他早期钢琴奏鸣曲中最爱用的形式。

（4）某种有插入句（Episodic）的结构形式。在这种形式里，中心主题一次一次重复出现。中间有在风格上和调方面与中心主题形成对比的插入句加入——事实上，它是一种回旋曲（Rondò）的样式（回旋曲式将在终乐章一段中说明）。海顿常用这形式，贝多芬也用（第四和第五交响乐C小调奏鸣曲，作品13号）。

（5）主题和它的变奏（Variations）。——在第九节有较详的说明——这形式较其他曲式所用的为少，但并不是没有（海顿的《帝王四重奏》，贝多芬《升C小调四重奏》，作品131号）。

第三乐章 小步舞曲或诙谐曲（Scherzo）

“小步舞曲”和“诙谐曲”在形式上是相同的，两者只是在态度、情调和风格上有分别，它们最常用的是三部形式。“小步舞曲”或“诙谐曲”后面多继续一中间乐段，叫做“特瑞欧”（Trio），然后又把它（指小步舞曲或诙谐曲）重复一次，有时“特瑞欧”本身也重复，于是跟着另外一段便是主要乐段的再现；或者还可能有一个第二“特瑞欧”。在这种情况下，整个的乐章便成了一篇回旋曲。（特瑞欧字意是三重奏，因为早期的这一乐段是由三件乐器演奏。）

终乐章

终乐章的形式是多样的——奏鸣曲式（最普通）；变奏曲式（贝多芬的奏鸣曲，作品 109 号和 111 号；合唱交响乐；布拉姆斯的 E 小调交响乐，作品 98 号）；赋格（贝多芬的奏鸣曲，作品 106 号和 110 号）。

最常用的是回旋曲式——如上面曾经说过的，一个乐章中主题一次又一次地重复出现，朴素的或变化的，中间夹以对比的插入句。

回旋曲有两种主要的类型，它们可以分解成这样：ABACA 和 ABACABA。较短的一个是海顿和 18 世纪早期作曲家常常采用的，较长的是贝多芬最先创用的。那无疑他是企图给回旋曲以适当长度，并且重要的是为着使它与奏鸣曲的其他乐章取得更好的平衡作用。同他的前辈相较，他常是将回旋曲大大的加以扩展。两种类型有时并存于一曲，以造成比较的作用，见贝多芬《C 小调奏鸣曲》，作品 13 号（所谓悲怆奏鸣曲）。在这篇乐曲中，慢乐章和终乐章都是回旋曲，一个是短型，一个是长型。

在长类型回旋曲中，有时 C 乐段是一种有新素材的乐段，包括着有最初乐段主题的发展。这种形式除了发展乐段是以在主调上的主题，全部或部分加以发挥之外，它和一般的第一乐章形式是一样的。这种常被称为“修饰的回旋曲”（modified rondo）或“回旋奏鸣曲式”（rondo-sonata）。

由此可以看出，一篇交响乐或奏鸣曲是一种高度复合的作品。它各乐章在态度、情调和风格上有着强烈的对比性，并且通过种种手法又把各乐章形成总体的统一。在一些较晚近的交响乐作家——特别是李斯特（Liszt）和柏辽兹（Berlioz）。还有在德伏夏克（Dvorak）的《新世界交响乐》，富郎克（Frank）的《D 小调交响乐》也部分地采用这种方法——以一个简单的主题贯穿整篇作品，用多样的姿态和变化的节奏再行出现。这种对主题统一的尝试还没有人曾得到极为完美的成果。一篇交响乐在结构上如此复合，其中的基本统一关系，只好是去感觉而是难于分析的事情，它是一种心理上的事实。李斯特、柏辽兹类型的主题的变化，几乎是没办法可以解说的。简而言之，它是一种不可确定的现象或手法，这手法得到的成功，也可算是度量交响乐作曲者伟大性的尺标之一，把戏剧式激动的思想情感内容放置于无形的条理中，是一件需要天才的工作。正由于这种内含的伟大性能，贝多芬成为交响乐作家中登峰造极的人物。旁人也许能接近他，或者在形式的完整，情调的秀美，思维的表现，或管弦乐技巧精美性的某一部分超过了他，然而从整个的创作力的表现来说，一般人都公认他是过去所有人物中最伟大的人物。

走进对位法曲式

我们知道，对位法这名词实际使用的意义，是重在织体方面而轻于设计方面。学者们也许会认为“对位法曲式”这说法有点成问题。对位法的织体是可以应用在差不多任何种乐曲形式里面。的确，把莫扎特的《周彼德交响乐》最后乐章叫做赋格是错误的命名（它时常被这样地叫着）。这织体实在是对位的，但结构纲领则毫无错误是奏鸣曲式；那即是说，在主题现出和发展的层次上，在调的系统 and 排列上，这作品完全是依照交响乐乐章标准的格式，虽然处理方法是把主题们结合起来，彼此相互转位，而在一般的意义上讲，所用的手法是赋格较适于交响乐。并且无论如何，自从巴哈以来，“赋格”这名词实际上不单指某种特殊的织体，同样也是指某种创作形式的纲领。所以把这纲领作一简明的叙述是非常必要的事情。

一篇赋格是由一个基本主题（Principal theme 或 Subject）形成，并且一般的是由它造成了三个主要部分：现示部分（Ex-position），中间乐段（Middle Section），终乐段（final Section）。最后乐段有时被称为“重现部分”。这是十足的错误命名。因为在赋格里面，根本就没有重现这回事，巴哈曾经试过一两次，但结果并不怎样好，特别是在E小调风琴赋格（常被称为楔子 Wedge），往往叫人感到一个好的主题，因重现而被牺牲了。赋格的程序本质上就是散开着和延续着的性质。

现示部分的层次是这样：——

每一个声部轮流地进入，主句和答句常是相隔着在主调和属调上，当第一声部把主句（Subject）宣叙完毕时，第二声部给出了答句（Answer）。这时第一声部仍然继续着奏所谓相对主句（Counter-Subject）。当最后声部进入并把主句宣叙完毕后，确实地说，现示部分就完成了。虽然它常常在中间乐段没有开始之前也会有几小节的通过乐句，而这些小节又常常依习惯算它是属于现示部分。这样详细的提出其差别是不重要的——它们是术语的差别，不是实质的差别。我们也不必去对技术方面的事情过于注意例如区别“真实”和“主调”答句。只要知道有时答句是切实把主句移位，有时是把主句略加一点变化就够了。

在我们未讨论到中间乐段以前，有两点需要说明：

（1）在极严格类型的赋格中，相对主句在全部赋格过程里，所有主句出现时必跟随有陪伴。（这种严格类型赋格很少；巴哈‘48’第一卷第二号是一个例子。）主句和相对主句当然必须能相互转位——即是，转位后所得到的效果必须不弱于原位时的效果。主句们依这种方式转位称为“复对位”。有时赋格有两个或两个以上的相对主句，它们彼此间和主句都可相互转位；那么这就叫三部，四部等对位法。（见巴哈‘48’第一卷第四号和第二卷十七号，那是极好的三部对位的例子）。

（2）有时候现示部分跟随着一个全部或部分的“相对现示部分”（Counter-exposition）。在这里面主句和答句一个接一个地连续再次出现在主调和属调上，然而各声部进入时的次序常是不同。

中间乐段这是赋格的主要部分；主句以原来的形式一次又一次地进来。但调的选择范围却扩大了。在这些所谓“中间进入”（middle entries）之间，有些短的“插入句”或“发展句”（episodes or developments）。它们常是由主句或相对主句中有特殊性的短句或节奏音型所作成，但也常时用新的

音型组合或有更富趣味的形式。例如“增大”(augmentation)。“缩减”(diminution)，“缩紧”(stretto)等等。还有，插入句本身常是由复对位作成，新的插入句往往很简单地将早先的插入句转位后作成。

增大是把主题每个音的时值增长一倍，缩减是把主题每个音的时值减短一半，缩紧是把主题叠置起来——即是，在先前的声部还没有奏完时，新的声部便奏起来了。

有时赋格全部是用缩紧写成。例如巴哈“48”第一卷第一号和第二卷第五号。在这两个例子里，主句都有它们个别的处理方法；常时没有相对主句，并且即使有也不过是少数插入句。

终结乐段长度较前两段为短，一般可指出的特点就是回返到主调。除此之外，对这一节就很难给予其他的描述。有很多情形下，甚至难于确切地说出它是从何处开始。这种连续极为紧凑的处理，是一种优秀的赋格手法。它主要的行为是把从中间乐段里跑出去的或转走了的调，恢复了主调的优势。这样的方式的确很象奏鸣曲式中的“重现部分”。但若给予它“重现部分”这名称，像有人这样称呼的，则又是极端的不适当，其理由见上。

在未解释其他对位法乐曲形式前，有两种特殊类型的赋格必须加以说明——复赋格(double fugue)和属于用圣咏调写的赋格，虽然后面这一种常算在作为一种特殊类型的“圣咏——前奏曲”(Chorale-prelude)里面。

复赋格是一篇有两个主句的赋格。有时它们是同时出现，就此种情形而论，是极似一篇普通的赋格，除了相对主句是与主句具有同样等级的态度，有时每个主句有分开来的现示部分和发展部分。在这之后，它们便在终结乐段中结合在一起了，一篇十分引人的作品，见巴哈“48”第二卷第十八号)。

属于用圣咏调写的赋格是一篇在赋格中叠加上了一篇“圣咏调”(chorale是一种古日耳曼的赞美歌调)。一线跟着一线，多半是加在三部或四部的赋格上，它们随伴的进行是独立的，有时连续地在下方，或者在上方，或者围绕着进行。还有一种短小的类型，它是用一系列短的现示代替赋格那种连续。圣咏调每个连续线开始时，主句便出现，并且常常是(但不一定)缩减了的。这两种都可从巴哈的风琴曲中找到——例如《上苍的爱怜》(第一种)和《亚当事件》(第二种)。

“创意曲”(Invention)和“堪州那”(Canzona)都极近似于赋格，但不甚严格。这两个术语含意都相当广泛，此处无须作不必要的详细技术上的说明。一般的只要知道它们多多少少是种赋格就够了。

“卡农曲”(Canon)的意思是继续不断的赋格，那即是说通过整个乐章或整个乐段，一个声部由其他声部连续模仿着。每一声部并不必都参加这种进行、常时卡农曲是被限定为两个声部，其余的声部是以独立的进行跟随着。此类模仿可以在任何的音程上，并在合适的情形下任何样的距离都可以——那即是说，答句的进入可能在领先声部一小节后，或二小节后，或半小节后(常是此中的一种)。

除上述各种之外，最后需要说明的对位法形式乐曲便是《圣咏——前奏曲》(Chorale-prelude)。这种乐曲形式主要的有三种。

(1)它可能是一种特殊类型的赋格。(说明见前)

(2)圣咏调可能是由一个声部一线继一线地出现(如在赋格的类型中)。这时旁的声部是被确定了的，不是一篇赋格，而是多少有模仿性的自由对位法。常常是由某种固定的和保有节奏特性的音型为基础。有时圣咏调线的继

续是一个接着一个没有分割（如巴哈的《小风琴曲集》）；有时当伴奏声部单独进行它们的对位时，每线之间有一个长的间隔。自然这第二种是较长，并需更多精力去创作。

（3）圣咏调的旋律可能予以修饰和改变——时常在某种限度内，它变成另外的风格。在那里面原来的曲调的样式，如果不留意几乎是无从听出。我们看一看《！人！》（原来的调子），再看巴哈的同样名称的《圣咏——前奏曲》，对这种情形就更易了解了：——

在此种类型中，基础声部本身并没有什么特殊意义，它的主要目的是在适当地供给它上面旋律的和声。虽然它们仍然保持着自身独立的性质，并且也不能只认为仅仅是一列的和弦。这种类型的织体性质也许次于其他两类。但它决不是单纯的美——在音乐的世界里象《！人！》或《虔诚地去做》两曲的动人，实在是不易找到的。

也谈变奏曲和协奏曲

现在要分析一下变奏曲式 (Variation-form) ; 还有一些关于协奏曲 (Concerto) 的说明, 虽然后者只是一种表达的方式, 事实上并非乐曲形式, 不过这方式也有它专门采用的某些形式。

我们可以用问答方式去说明变奏曲式, 这样也许更容易了解。主题和这跟随而来的变奏, 两者之间存在的关系究竟是怎样呢? 我们当然知道它们是不一样的, 不然它们何必叫变奏呢? 可是在哪些方面, 在何种限度之内, 它们是相同的呢?

对于这些问题有几种答复:

(1) 主题的旋律可能保持原来实际的形状, 这时伴奏的和声在变化着, 而在织体上予以改换——如德利尼斯 (Delirs) 在《布瑞格集市》(Brigg Fair) 中的变奏。

(2) 主题的旋律可能只是转移到低音部或内声部, 如在布拉姆斯的《舒曼主题的变奏》第一和第三变奏 (作品第 9 号)。

(3) 主题可能被加以华彩和装饰, 如舒伯特常常使用的——例如“D 小调弦乐四重奏”慢乐章的第一个变奏。

(4) 主题一些有特性的音型和节奏, 可能用来作为一种有独立性的变奏, 在过程中或多或少地保持着此面目, 此时基础的和声结构则始终保持着原来的形式。这类方法被采用极为普遍。

(5) 有时音型并不是从主题中取出, 和声与结构的轮廓只有一些必要的关系。不过这种和声的重现常是局限于最重要的进行, 静止, 与烘托之处, 很少是一个和弦一个和弦的结合。

(6) 主题在开始时可能用对位手法处理——或者是一种赋格手法, 或者是自由式的模仿, 这称之为“赋伽托”(Fugato)。

(7) 变换调式(小调变大调), 同时或有时用上述所有的或任何方法配合使用。

在把握这种形式, 最基本的是作曲者应对于听者的感受加以注意与适当处理, 要忠实地根据主题和声与构造的轮廓, 同时又要时时提示出主题本体。在欣赏一篇制作精巧的变奏曲时, 是很易于令人陷于迷惑的, 原因是在变奏时作曲者没有能自始至终一直都在记忆着主题。布拉姆斯在这方面极为严谨: “韩德尔的套曲”是一篇特出的变奏曲的典范——有极端丰富的手法和极端强烈的对比, 同时又很精确地忠实于主题旋律与和声本身的轮廓。另外一方面, 巴哈在《哥登伯路》中和舒曼《练习交响乐》中, 有时由于他们的意想所使, 离开了常规, 全然把听者给忘记了。在音乐中, 《哥登柏格》一曲是世界奇异事物之一——它不能认作是变奏曲。

变奏曲式有一种特殊的变化是需要予以说明的——即所谓“在一个基础上的变奏”。这种变奏明显的特点是保持着一个简单短句, 将它放在低音部一次再一次地重复, 每次重复, 或每一对重复, 形成上方声部新变奏的基础。这种变奏是用自身保持方式——那就是说, 它们在基础主题上安置和声, 但并没有一分将它引伸的意味。因此这基础是一种高度严谨结构的类型, 这方式如能精巧地去把握, 实在是非常动人的。做这工作并不容易, 因为每次重复时的“联合”(joins) 常会产生一种过度强烈静止性的和声效果, 因此这种联合的继续, 很容易有衰弱现象, 除非作曲者是很确实地把握着了它。

这类基础特殊的类型是“察康内”(Chaconne)和“帕沙卡格里亚”(Passacaglia)。这两个名词多少是有点被含混地使用着。它们严格地说都是三拍子,它们主要分别是帕沙卡格里亚基础是平坦朴素,而在察康内则和声化。布拉姆斯《E小调交响乐》终曲是一个杰出的大规模的察康内,虽然作曲者自己并未标明。据说这篇作品在初次发表时曾遭受到批评家们很大的伤害。

协奏曲

协奏曲的起源是纯粹从实际活动中所产生的。在早期管弦乐队音乐中,演奏者们的演奏水平是十分优劣不齐的,协奏曲就是为了要改善这不齐整的现象,而运用“全(tutti)”即全乐队演奏的乐句和小组的个别演奏引起对比作用,同时这小组技巧“好的演奏者们”,也可以因此而显示他们的表现力量。这所谓“好的演奏者”的技巧要求,并不是象现代那样的精炼的演奏性质,程度也不似现代那样高,含意并不十分精确明显。在那个时代,是不可能要求有更详细的分工,偶然从“全体”转换成“单一”(Soli)以产生音色显著的对比,但独奏乐器却常是和“全体”乐器属于同一类族。这方式直到今天仍然有人采用。例如艾尔加(Elgar)的为弦乐队和弦乐四重奏的曲子《引乐和快板》,威廉姆斯(Vaughan Williams)《汤姆士·桃里斯一个主题的幻想曲》都是独奏的弦乐四重奏和全体或部分的弦乐器形成对比的。

所以,我们决不要以为协奏曲在早期是一种表现个别人物表演能力的演奏方式,如像它后来改变了的那样,有些早期协奏曲确实是为单一乐器——如巴哈的提琴协奏曲,大键琴(Clavire)协奏曲。常常它是一种所谓“Concerto Grosso”(大协奏曲)的类型,在这种类型中“全体”(tutti)是和一小组成对比,而不是一件个别乐器。时常它甚至只是单独为这小组而写,并没有“全体”的对比:这样的曲子如巴哈《G勃兰登堡》协奏曲是写给三个小提琴、三个中音提琴、三个大提琴,和一个低音提琴的。

这类作品通常所采用的乐曲形式是奏鸣曲。不过我们要知道,那个时代的奏鸣曲和后来变化了的奏鸣曲是相差很大的,那是一个使用相当广泛的术语,常常是和我们应该称之为组曲的形式极为接近。因此,对确定一些那种乐曲形式的演奏规则是不可能的。试去想象一篇老式的组曲或奏鸣曲其中一些乐句由独奏者或一小组成选择出来的演奏者去演奏、有时变换由全体演奏者去演奏,你便可以对于早期协奏曲得到一个清楚的概念。这乃是不对个别作品作详细分析所可能得到的解释。

后来的协奏曲(它的形式实际是由莫扎特奠定的)是一种和以前的协奏曲全不相同的事情。更确实地说它是一种华丽的、讲演奏技巧的乐曲。通常是写给单一的演奏者,它形式的设计是用严格的古典交响乐形式,只是仅用三个乐章,小步舞曲或诙谐曲一章取消了。不过对于第二乐章和第三乐章仍然很难精确地解释这形式是如何变换去适合它的媒介物;有时是由独奏乐器单独演奏,有时则是全体;有时独奏乐器又和一部分或全体乐器一同演奏。这样不同的组合与变换方法详细情形在每一篇个别作品中均有不同;但它形式主要轮廓——回旋曲、模范曲、或其他的——一般地说却不是含混不清或难于认明的。

在开始的乐章往往有一列引序乐调,这是没有什么值得说明的。“现示部分”最初是由全体演奏。普通是在某种限度内缩短了,一般都在主调上。在这最初的现示还没有完全奏完时,独奏者加入进来;现示于是由全体重复,

独奏者也同时参与。当然这一次常是转调，并且对比的调也引导出来了，完全如一篇交响乐的现示部分。在这以后发展和重现的方式一如一般的交响乐，独奏者参与演奏或多或少是连续的。

这样处理现示部分的方法是莫扎特和他同时代的作曲家最乐于遵守采用，同样贝多芬和后来的布拉姆斯对这处理方法采用得也很多。在贝多芬时代以后，这种惯例便不大为人们所重视；例如孟德尔松便高兴在协奏曲一开始便让独奏者将主题奏出。

有些人或者会想到，协奏曲的范畴里声乐曲也有和器乐曲类似的形式，似乎应该给予若干说明。这里将它们省略去的理由是，因为声乐的形式全然是依靠着歌词来决定，而歌词的形式的弹性和变化又过大，难于作一般的分析。虽然有许多声乐作品就大体上说并没有依靠着歌词的形式作为它们的形式。有些伟大的弥撒曲和圣经文作品也只是用片段的歌词作为基础乐句，连续地在乐章中使用，一次再一次地通过它所属的那个乐章被歌唱着。这种乐章精确的构造是和同类型的器乐乐章相同的——扩大三部形式、赋格、或其他。研究这类作品如巴哈的《B小调弥撒》(Bminor Mass)，布拉姆斯的《日耳曼安魂乐》(German Requiem)或德伏夏克的《圣、马太》(stabat Mater)可以对这情形得到更明确的了解。

在结束这节以前，有一点要向读者提醒。乐曲的形式它本身是一种活的、有机的、有生命的东西、一种有生命的美和组织，严格的说是不能分析的。我们可以解剖人体内脏骨骼任何一部分，但是我们却不能在解剖中找出它的思想情感？音乐也是如此；仅仅分析决不能告诉我们它究竟是什么？贝多芬的英雄交响乐许多主题的出没与交替是必须当它声响传送出来到达耳鼓时，方能切实感到它的完整和深刻。那是贝多芬的秘密，我们可以去解剖它，但不一定会真正了解它。音乐构造的解剖只不过是指出乐曲真实形式的骨骼模型，正如同建筑物中心的骨架。上面的尝试便是这种解剖研究的纲领。这种研究，对于作曲者和演奏者是非常必要，而对于欣赏音乐的听者也可以作为进入理解音乐艺术之门的常识。有许多听者不关心于音乐思想的方式，他们是被动地投降于一切外在形态，他们欣赏音乐主要是凭籍或依赖于一种空洞的幻想。这种听者也许是多数的，但另外却也有不少听者，音乐对于他们是或者可能是较诸只用模糊感官享受更进一步的活动。对于他们，这种分析将能帮助他们多少对音乐的生理学能获得一些认识，这也就是以上几节说明主要的目的。

生活中音乐的自然角色

音乐的确是无处不在。人的一辈子都离不开音乐。事实上，在几乎所有的人类活动中，音乐起着重要的作用。电台、电视、电梯、电影、商店、飞机场。只要你不是与世隔绝，就离不开音乐。教堂里的赞美诗表达了我们的宗教信仰；音乐闹钟的悦耳曲调把我们从梦中唤起；柔和的轻音乐安抚我们入睡；广告音乐刺激着我们的购买欲；迪斯科音乐催促着我们赶快减肥……

有时音乐在人们生活中并不直接出现，而是间接地存在。我们登上高速列车，有节奏的轰响减轻了旅行的枯燥；街上的交响噪音令人心烦，但朋友聚会时的欢声笑语却有着令人愉快的旋律；同爱人独处时，我们却能发现一种和谐感；每人都能感到自己身体内的节奏，有一种切分音同外部世界的节奏变化，如季节、时间的变化相互配合，实际上我们生活的每一个方面都同音乐有着某种联系。节奏、旋律和谐音，这些音乐的要素在我们的生活中处处可以见到。

你常可以听到有人说：“这个礼拜乱了节奏了”。“我和他总是合不上拍子”揭示了音乐确能帮助我们认识自己 and 了解他人。再看看音乐同你日常生活的关联吧。早晨是否有美妙的音乐唤你起床？洗淋浴时你是否想唱一曲？钻进小汽车后是否先打开收音机？午间休息去趟唱片店？听一段摇滚乐振奋一下精神？如果你对上述问题的大部分给予肯定回答的话，那么你是否想过为什么音乐对生活是如此重要？你是否想知道音乐对你起什么作用？为什么你面对某些音乐有着特殊的喜好？你是否想知道如何充分发挥音乐的作用？对这些问题的回答是不困难的。只要研究一下人在胚胎期和儿童期同声音和音乐的关系，你就会明白音乐何以成为人们生活中一种令人愉快的，强有力的并且是普遍的现象了。

胎儿与音乐

胎儿在母腹中的第一次躁动，就同音乐发生了关联。胚胎的细胞分裂，表现出了音乐最基本、最普遍的要素——节奏。四个星期的胎儿心脏即开始搏动，宣告了他在这个世界上的存在。

母腹中的世界也充满了声音。这时的胎儿只是被动地接收声音。但他的耳朵要到出生之后才算发育完成，才能倾听声音。在母腹中，声音通过羊水和头骨传给胎儿。母亲的脉搏、呼吸、心跳，交织成一曲安眠曲。母亲的走动、跑动或者舞步，使胎儿宛如置身于摇篮之中。外部世界的噪声能令它惊悸，而熟悉的声音和优美的曲调能给他安抚。事实上，孕妇时常感觉到胎儿对声音和音乐的反应。

在子宫的环境中，胎儿自己的心音和母体的声音提供了一种安全感和充实感。这个充满各种声响的地方就是胎儿的家。虽然很难说明胎儿在母腹中的感受，无疑这些节奏、声响对他意味着舒适和安全。因为我们知道，父母的轻拍、晃动、哼小曲，能使婴儿、儿童安静下来。多少年来，世界各地的人们都是以摇晃，哼小曲来安抚哭闹的儿童，科学的实验方法也证实了它的有效性。对出生一至三天的哭闹婴儿的观察表明，摇晃是最有效的安抚办法，这些说明了摇椅为何是幼儿园不可缺少的家具。或许你也注意到了在极度悲痛和沮丧的时候，你往往是双臂提胸前，晃动着身子，并愿意听些幽静的曲子。

还有一个证据。李·素尔克博士证实，如果给新生儿不断播放成年人的

心跳声音，他们的体重增加的就更快，睡得更好、哭闹得也更少一些。这是因为心跳声使新生儿感到他们仍处于子宫那个安全，舒适的环境中，而这种熟悉的环境保障了他们的生长和发育。养过小狗的人知道，小狗出生的头几天在它旁边放只钟会使它安静得多。小狗和新生儿一样，在从母体来到一个新环境时，一种熟悉、稳定的节奏对它帮助很大。显而易见，母体内的节奏给我们带来了最早并且最为持久的安抚因素，我们长大以后，音乐中的节奏角度加强了我们的这种早期体验。

幼儿和声音

出生之后，我们同世界的关系有了极大的变化。你开始要求世界倾听你，而不管别人是否爱听。出生后你的第一次呼吸带动声带发生第一声啼哭，向世界宣告：我来了。

从那时起，你便成了这个熙熙攘攘的世界上的一员，成了生活交响曲的一个参与者。你发出的声音同你周围的一切交织成了你的个人历史。你回想起的往事，往往都是同你的朋友的声音，家里的音乐、声响联系在一起。

从婴儿开始，你就在编织个人的有声历史。由于你还不能应用语言同他进行交流，音乐便成了你的主要交流工具之一。通过音乐和声音，你表达自己的需求，把自己同外界联系起来。你倾听着父母声音的旋律，发出自己的旋律，形成家庭和谐音。你开始能分辨父母的声音，因为你已经察觉到了他们的噪音在高度、音色和速度方面的差别，婴儿对声音的分辨有助于他对人的辨认。四个月大的婴儿就可以单凭声音将父母同陌生人区别开来。有的实验表明，三个星期大的婴儿便可辨别母亲的声音。

当婴儿被周围的声音所吸引的时候，周围的人也在注意着他发出的声音。他的声音的力度和高度反应了他的情绪，监护人据此决定该为孩子做什么。

婴儿发出的声音对他的生存起着至关重要的作用。当他离开母体那养分充足和安全的环境，就需要以声音来反映自己的生理需求。彼得·契茨瓦尔德，这位致力于人类声音研究的音乐家和心理分析学家这样写道：

“婴儿的哭叫是一种有效的表达方式，它的含义不像一块湿尿布那样简单，做父母的决不应忽视。实际上，大部分母亲都努力去领会哭声表达出来的婴儿的饥饿，寒冷，孤独和其他问题。”

婴儿发出的声音，是吸引他人对自己注意的一种创造性行为。在此，他是利用了人类所固有的对声音做出的反映的本能。这种本能能在幼儿时代便得到印证。

进入成年阶段，人们仍是以种种方式对声音做出反应。早晨你被闹钟唤醒，突如其来的巨大声响使你蹦起来，听到警车声音会马上把汽车靠向路边。人们对音乐的反应，也可以反映声音的挑动性和人对声音的应激性。比如，在你听音乐的时候总会不自觉地用脚打拍子，跟着轻声地哼着调子，甚至做作业都觉得效率高。

利用声音吸引注意力的本能可保持终生。当你发出声音，是为了同他人发生接触和交流。让别人知道你的需求，欲望和想法，这方面的能力是身心健康发展关键所在。如同奥茨瓦尔德所说：

“没有人能够独立生存。声音是打破人的外壳，实现人与人接触的最重要媒介。从出生到死亡，人们叫喊、交谈、吵闹为的是让他人知道自己的所在和所为。”

如果婴儿的声音受到周围人的注意并给予反应，那么孩子长大后也会注意他人的声音并给予反应。这就是所有人类交往活动的基础。听音乐和进行音乐活动也是人们这种本能的延伸。奥茨瓦尔德说：

“希望别人倾听自己的声音——这是人类的基本需求之一。始于亲生儿同母亲之间的以声音进行交流的方式是情感的基础。在能够以语言进行交流之前，人便可以运用音调、节奏、旋律进行交流。”

这种孩子和母亲之间的声音交流，是幼儿时代最重要和最愉快的时刻。这种双向的声音交流是培养健康有益的人际关系的基础，并为以后正常的社会交往创造了条件。婴儿发出声音不仅仅是为了提醒别人照顾自己，也是为了要求别人的声音。所以妈妈在照顾孩子时都要对孩子说话、唱歌。这样反过来又会促进孩子进一步开口，这时孩子往往表达出对这种交流的愉快心情。

声音交流有助于满足孩子在生理、心理方面成长的需要。声音的产生和接收都作用于身体。人在发声时，肺、声带、口腔、舌和气管都参与活动。接收声音时，耳朵受到刺激后便使眼睛要看一看声音来源，头部要变动位置，并产生去触摸一下的欲望。从心理上讲。别人对你的声音有所反应，是对你的存在的一种确认。对婴儿的声音做出反应，会使他感到自己受到重视、受到照顾，有利于他的健康发育。

满足你的声音需求

进入成年期，你大概会利用音乐来继续满足那始于幼儿时代对声音的需求。音乐通常能够满足人对感官的刺激，人际交流和娱乐的需求。这种心理满足的重要性是可以同生理满足的重要性相提并论的。

二次大战时期，著名心理学家瑞奈·斯皮茨在一个对孤儿院的调查报告中强调指出了对幼儿的刺激和爱抚的重要性。他在调查中发现，缺乏照顾、没人交谈、没人一块儿玩的孩子易于虚弱，这将导致疾病甚至死亡。同孩子说话，对他唱歌，鼓励他开口并注意他的声音表达，就是给他输入生命的活力。在这里孩子们心理情绪的需求同生理需求是同等重要的。母亲和孩子之间的声音交流被当作是理所当然的。实际上对孩子的健康发育是必不可缺的。

埃里克·伯恩博士发展了斯皮茨的研究，提出了：“刺激饥饿”理论。“刺激饥饿”可被理解为人在一生中同他人身体和感情方面亲近的欲望。在幼儿时代，声音交流即是一种亲近的方式，声音吸引了他人，表达了要求触摸，抚爱和其他愉快交流的欲望。

随着年龄的增大，我们在感情和身体方面得以亲近的机会通常趋于减少。我们开始只选择同少数人触摸和拥抱，在声音交流方面大部分开始克制自己。许多人不愿在公开场合哭、笑、唱或发出大的声响，只是因为担心这些声音会引起别人的注意。

这时，音乐便可能成为满足人们对感官刺激和声音交流之欲望的取代品。听音乐“是通过声音感受触动”。请回想一下你听音乐时的感觉，你是否感觉到身体的反应？是否感觉放松或激动？音乐是否使你击节放歌，或向恋人频送秋波？你是否感到飘飘欲仙？所有这些，都是音乐可能通过你的身体对你产生的触动。

当你听音乐或是奏音乐时，你的情绪和思维亦受到触动。一首熟悉的爱情歌曲能够勾起你对一段破碎的恋情的回忆，一首摇篮曲则唤起你对音乐的

追忆。一段广告音乐使你决定午餐吃些什么。音乐也能激发起新思维、新的感觉。想一下一段音乐或一首歌给你心理上带来的变化。你会这样评论：“我喜欢它”、“令人伤感”、“它使我想起一位过去的朋友”、“我一定得学会这支曲子”、“使你感受到深沉的爱”。这说明了音乐是可以作用于你的思维和情感，使你产生回忆和幻想。

在调查中，我们向人们提问他们在生活中如何应用音乐。答复是他们经常听音乐，以此做为巩固彼此关系的粘合剂。显然，音乐为他们提供了一些东西能够满足他们生理和心理上交流与亲近的需求。此外，我们所调查的演奏家和歌唱家一半以上的人告诉我们，从事音乐活动使他们产生一种奉献感。给予和接受，是同它的接触和亲近的一种途径。这种情况下，为他的演奏或歌唱可视为一种抚爱的象征。此外，由于我们长大后往往变得不苟言笑，听听音乐或玩玩乐器，唱唱歌可以满足我们对声音交流的需求。

尽管音乐不能，也不应该被当作满足人们接触、亲近、交流方面需要的唯一途径，但它的确是减少“刺激饥饿”，充分表现自我，从环境中汲取支持和养分的一个重要手段。

生活的节奏

你最早接触的音乐要素是节奏。九月怀胎期间，节奏通过母亲的心律、呼吸、走动和其他活动介绍给你。同时，你自身也产生了节奏现象。这样，你便感受到了两种节奏。如一位作家所描绘，你是生活在一个“浮动的节奏声音世界”中。母亲的心律大约为每分钟 70 次，而胎儿的则是每分钟 140 次。所以说，在你出世之前，你又学会了如何使自己同别人的节奏和起拍来。

为了模仿一下母腹中的情形，让我做这样一个实验：均匀地轻拍你的左膝，同时用右手以两倍的速度拍打右膝。这样，左手拍一下，右手就要拍两下。

继续拍打，闭上眼睛，你便能体会到那和谐节奏给人一种安全、舒适的感觉。胎儿在母腹中的感觉便是如此。

出生之后，你的生物节奏便不仅仅表现为心律搏动，它会对你的环境，你的监护——产生很大影响，这些节奏的音乐的形成宣告了你的存在，同时，你开始面对人生的一大考验——如何使你的节奏同他人的节奏和谐起来。

在速度和节奏方面有些人快、有些人慢，有些居中或是多变。一般来说，这在出生头几个月就很明显，满周岁就基本确定了。儿童心理学家米迪恩·凯森伯格对幼儿的自然节奏及其对家庭、环境的相互作用进行了多年的研究。她的观察证实了儿童自然节奏的重要性。幼儿同环境之间的节奏呼应对他心理和心理上的健康发育是一种保障。

正如早期的声流导致了同他人的有效交流，早期的节奏呼应有利于长大以后同他人关系的和谐。如果孩子的自然节奏倾向得不到应有的重视，孩子就会产生不满意感、挫折感和不适感，并可能终生感到同外界不相适应。幼儿时期特有的个人节奏得到承认，这是成年后在心理、社交方面应付自如的一个基础。如凯森伯格所说：“如果孩子能够自由运用自己固有的节奏来做事，他们便可以做得高兴，做得更好。”因此，从母亲和孩子之间的节奏关系中便可预见到孩子是否能有健康的成长发育。母亲是否有能力使自己适应孩子的饮食，睡眠等方面的节奏，对孩子的发育至关重要。当母亲和孩子的节奏合上拍节时，愉快的体验和和谐的音乐便会随之产生。

但是，幼儿的节奏并不总是为周围的人所接受。他总是把自己的饮食、睡眠等自然节奏强加给父母，总是要求别人服从于自己的节奏，而不是自己服从于已确立的家庭节奏。由于父母的生活节奏被打乱，孩子的节奏有时使家庭产生相当多的不和谐音。有时父母也会把他的节奏强加给孩子。比如他们急急忙忙要去上班或赶去看电影时，总是催着孩子快点吃饭。怎样把不同的节奏协调起来，应该说是人在音乐世界里面面对的第一个难题，处理得好，就会产生和谐的共存，处理不好，生活就杂乱无章，失去愉快的旋律，世界就会陷入难以容忍的不协和状态。

你的生活范围内或许也有这类节奏问题，尽管你要按你的节奏来生活，可世界并非个人所能独享。同其他人的节奏合拍，才能求得生活和谐。缺乏这方面的能力则导致同外界关系的不和谐。理解到这一点无疑有益于改进人际关系和生活质量。

交流学学者威屏·康登深入研究了人们的同节奏的相互影响问题。康登认为，世界得以存在的一个前提便是存在于我们自身和我们之间的“节奏同步现象”。“同步现象”可以理解为同一时间或同一速度发生的一个以上节

奏现象。比如跳集体舞或是刹车时车上人们的身体移动。康登把同步现象分为两类，一类是自身同步，一类是相互同步。

自身同步，是移动、讲话或其他身体功能显现情况下同时产生的自身节奏现象。自身同步使你可以同时做出许多节奏动作，比如走动、交谈、舞蹈等等。康登的研究还证明人们在讲话时身体会有节奏地移动，偶尔还会配以舞蹈动作。一个人的言谈与动作没有同步现象说明他缺乏完整的节奏感。

心理治疗学家常常应用同步现象和非同步现象来判断人的健康状况。比方说，言谈和身体动作的非同步现象往往是生理和心理疾病在作怪。回想一下你在得了感冒或者情绪强烈激动时的情景；身体动作和言谈出现了不协调现象，呼吸和脉搏的速度或高或低或不均匀；身体不与大脑配合而出现“力不从心”的情况。

亲密的朋友或家里人对你的自然节奏现象或自身同步现象往往非常敏感，并据此来判断你的情绪或身体状况。你常会听人对你说：“嗨，今儿怎么啦，精神抖擞的”。或是“干嘛没精打采的？”当人们这样评论的时候，他们是对你的节奏和其它声音要素做自己的活动、讲话、呼吸等身体功能有了一个完整的意识、有助于身心的协调和生活的美满。

音乐的创造力

创造力是人类健康的要素。没有创造力，婴儿无法认识周围的世界，儿童无法接触社会。回想一下你的儿童时代，你同小伙伴们能够发明种种的游戏。从每一种游戏中，孩子们都能发现无穷的乐趣和刺激，学到许多新鲜的知识。

现在，考虑一下你目前的生活状态，你在工作中是否能自如地运用自己的创造力？生活中是否常有些突发的愉快时刻？上班时是否数着钟点打发日子？回到家是否马上打开电视寻求解脱？

如果你对最后两个问题的答复是肯定的，如果你感觉生活像牢笼般地禁锢，不幸福，可能是进入成年期后创造力丧失之故。很多人有这种看法：一旦我们成年了，生活中的责任增多，我们应该有更多的自我约束，不能像过去那样随心所欲，个人的娱乐自然要相应减少。但是，尽管成年期的责任感是很重要的，并不意味着创造力和娱乐的必然减少。

无论年纪、性别、职业和种族背景，每人都有内在的冲动和发明的本能。与天资无关，每人都是自然创造力的继承人。人文心理学的创始人亚伯拉罕·马斯洛将其称之为“原始的创造性”。他认为，这是一种无意识的创造性，是新思维、新观念、新发现等等的源泉。你做过的许多梦即是原始创造性例子，它们总是新奇自由的，是生来即有的创造力的产物。

原始创造力是“在过程中”发生。这意味着创造力出现的条件是要抛开日常生活中的烦恼和忧虑，运用内在的创造性童心。原始创造力并非一定会导致一件成品，如一幅油画或一支曲子。它是一种体验，证明人的心理自然力倾向和对环境自由地做出本能反应的能力。

随着音乐起舞是原始创造力的另一个例子。音乐的优美旋律和节奏常常使人们自由地、充满表达力地舞动身躯。气氛良好的舞会是一种愉快的体验，会使你感到健康、有力、完整并充满活力。焕发的容貌和闪光的眼睛反应出你的情感。或许你还积极地感到了自我的存在的价值。对于创造力过程有过大量论述的罗洛·梅博士说：“我们以创造力表现自我存在。创造力是存在的必然结果，创造力行为是继续塑造自我的一种途径。”

创造力是使我们能发现、解决问题和满足自我需求的新途径，它是我们生存的一个基础。我们时常需要开动脑筋，动用创造力来处理由于计划变更、身体变化等原因产生的难题。这种时刻迅速而有效的变通，这样创造力的价值便显示了出来。

在日常工作变得枯燥无味时，我们也需要应用创造力。著名精神病学家西尔瓦诺·阿里提强调了创造力在解除人们工作压力方面的重要作用。他指出，创造力能帮助人们正确地对待自己和自己的工作。

在全世界，创造力变得重要起来，因为它帮助人们开发安全性能源，在这个星球上和平共处，我们小时具有的天赋的创造力需要给予进一步的培育，这样才能应付成年人的丰富多采的生活，才能帮助培育后代的创造力，才能积极参与创造一个更为和谐的世界。

只要我们重视创造力与心理健康之间的内在联系，我们就能找到自我发现的新途径，有利的途径可以促进人的创造力，音乐是最容易、最富于趣味的一种。

“音乐是掌握创造性进程的关键”，这是钢琴家、音乐教育家洛林·霍

兰德的话。音乐是一种工具，它可以把你的日常生活中充满乐趣的诸多种创造力联系在一起，使你感受到创造过程给你带来的感情、社交、生理和智力诸方面的好处。

以下列方式，音乐使你变得更富于创造力：

- 听音乐 听音乐可刺激创造性活动和思维，提高其它活动的创造性。
- 唱歌 唱歌是一种创造性的自我表现。
- 掌握某种乐器的演奏技巧能使你在工作中和日常生活中更富于创造性。
- 即兴表演 即席演唱或演奏能使你强烈感受到自己的创造能力。

听音乐人皆可为之，当我们听音乐时，是处于浸在创造性媒介的状态中，我们吸收了音乐中饱含创造性的思想和音符，并转化于我们的思想行动中，所以听音乐是一个吸收和转化性的过程。举个例子，你今天听了一支喜爱的歌曲，明天就能唱给别人听。接触音乐的机会越多，创造力的积累就越多，今后自我表现的能力就越强。

以积极的方式听音乐对我们的创造力是一种刺激。在第一章中我们谈到，幼儿时期有种天生倾向，即能够以声音对外界声音做出反应，这对孩子的早期发育是十分重要的。这有助于解释为什么我们听到熟悉的曲调时总禁不住跟着哼哼，有时完全是无意识的。当我们听音乐时，便自然的进入了一种创造过程。不少拘谨的人在大庭广众之下压抑自己的反应，怕吵人，怕人笑话。但自己听音乐时就放的开了。

听音乐时不要压抑自己的自然倾向。顺其自然，释放创造力，这对身心健康极为有利。嗓子好不好，走不走调都不要紧。积极的实践能够不断的改善一切，要紧的是积极参与这一过程。

听音乐同样能激发出我们的创造力，可以试一下，安静地坐好，听一支节奏感很强的曲子，会有什么结果？大部分人随着节奏打拍子。一些音乐产生强烈的动感。最典型的是摇滚乐。这种音乐能激发起人们强烈的自我表现欲，甚至可以说，五六十年代的社会动荡，可以部分地归咎于它。而一个舞会组织的好不好，往往取决于选择的舞曲是否合适。适宜的舞曲顿时使舞伴们产生亲密感，信步走向舞池翩翩起舞。

很多人一面临唱歌这种事，就脸红、害怕。由于在家庭或学校中的遭遇，他们确信自己不是唱歌的料。当他们鼓足勇气来试一下的时候，却又觉得那声音很不中听。这是令人沮丧的。许多人放弃了尝试，从而失去了利用这一自然的创造源的机会。这真是不幸，造物主赋予人类发声的能力，同时也就给了他们唱歌的权力！

歌唱是一种创造性行为。这是表达自我的一种方式。每个人发出的音都是独特的，对每一曲旋律、节奏的理解。我们时常无意识地哼出一些自创的曲调，这说明了我們身上具有创造力天赋。你是否理解到自己具有创造性艺术才能？你的声音是一种重要的工具，你可以此表现自己，广交朋友。我们已讲过随着熟悉的音乐唱歌可以促进和满足人们的创造性需求。现在我们要进一步探讨以歌唱和乐器来促进特定的创造性技能的方法。

小时候出于音乐的天性，你大概尝试过用锅、盆、糖盒、橡皮筋等家中杂物来充当乐器。成年后，你这种天性未曾泯灭。然而，你接触乐器的机会更少了。由于缺少时间、资金、天赋和动力，很多人失去了一种培养创造力的重要途径。

你或许知道，学习音乐有助于提高你在艺术领域中的创造性。许多大画家的盖世之作就是在音乐的伴奏下创作出来的，音乐激发了他们的灵感。当然，不同风格的画家大概会偏好不同类型的音乐。不过，你是否知道音乐亦能够在其它领域中提高你的创造性？

汉舒梅克在一篇关于音乐教育的论文中指出：“直接参与音乐活动看来对创造性特征的发展起着重要的积极作用。在音乐教育与创造性方面的研究揭示出积极的音乐活动可以刺激创造力潜能。

在一个对高中学生的调查中，人们发现音乐使孩子们的语言流畅，思维缜密。而思维和语言正是我们运用创造力的两条基本途径，学乐器和学声乐都需要我们掌握新的创造性技巧，探索新的创造性途径。而这个过程反过来又促进了我们的创造力的发展。由于音乐在我们成长过程中所扮演的自然角色，不断地实践一些音乐的技能，能带动创造性的全面提高，音乐一贯是我们表现自我的一种熟悉的方式，每天接触些音乐，你能感受到自己的创造性才能在思维上和行动上均得到加强。

如果你有玩乐器的经历，大概就会知道，一旦你掌握了一个谱子，便会有多种创造性选择，你是激烈地还是轻柔地演奏？还是居于两者之间？节奏处理的快还是慢？你会强调某个音还是一视同仁？你选择行云流水般的，还是干净利索的风格？不同的选择体现了不同的自我表现方式。最好的方式是逐一尝试，最后找到最符合自己心情的选择来。

音乐与你的内心世界同行

音乐在它的萌芽时期就同人的精神生活有了联系。几乎所有的宗教仪式上都有音乐的存在。历史告诉我们，在远古时代音乐就已成为宗教典礼的一个必需部分。几乎所有的宗教和神话传说都认为音乐的本质是神圣的，都认为宇宙创立的时候就出现了声音。

古埃及人相信，世界是被大神透特用声音，而不是以思想或行动创造的。他嘴中发出的声音形成了4个神力巨大的神，然后使世界成型，动物繁衍。古波斯和古埃及人在阐述宇宙起源时宣称，“最初宇宙是一片混沌，一片黏稠的黑暗，黑暗中传出了一种声音，这声音又变成光，一点一点地，光亮度成了物质。”一位作家用圣经式的语言描绘声音的神奇性质：

“起初，是上帝的声音。那声音在芦苇上鸣哨，在森林中呼啸，在岩石孔隙中呜咽，人们从中得到启发，创造了元音。希伯来人认为，人们由此发现了上帝的名字，它们还认为，元音的使用激活了人的精神中枢。”

《旧约全书》中有许多关于音乐同精神的论述，其中包括大卫用竖琴为索尔王治病和号角的声音震垮了耶利歌城墙的故事。

尽管音乐同精神的联系在宗教著作中有着大量的描述，它仍然是音乐对人的影响中被理解最少的一个方面。主要原因是因为宗教和精神是最富个性的东西。不同于血压、脉搏，音乐引起的精神反应是无法测量的。因而我们对音乐——精神的知识就只能来自那些宗教著作和人们对听音乐后精神变化的描述。这两种来源往往都把音乐和宗教一样，视为通向和平、纯净、和谐、智慧、真理的途径。

在古代，在各个年代的不同文化中，音乐被认为具有治病、净化身心、产生自然界奇迹的神奇力量。据信，神和宗教也是有着这类力量的，疾病常被认为是恶魔的产物，于是音乐和声音就被当作身体和灵魂之间的中介，产生医治效力，这种做法巩固了古时候宗教，精神和音乐之间的关系，因为负责治病的都是僧侣、神父一类的宗教人士。

古希腊人也相信音乐同精神有关联并有治疗作用。他们认为阿波罗神也掌管音乐和医药。事实上，古希腊书籍是我们研究古代人对音乐——精神认识的最佳参考。正如唐纳德·格劳特所写的：

“音乐这个字眼对古希腊人比对我们有着更广泛的含义。对他们来说，音乐是同真理、美学相关联的。毕达格拉斯认为，音乐和数学密不可分。正如数字是认识整个精神与物质宇宙之钥匙，以数字表示的音乐的音调、节奏系统是宇宙和谐的体现。”

此外，正如宗教以特定的道德伦理培育人的优良性格一样，古希腊人相信音乐能把人塑造的完美无缺。因此，他们很重视音乐教育，以此来提高人的道德、性格和意志。

古希腊人认为，音乐和乐器是神赐的礼物，反过来，音乐又被用来向神致意，取悦于它们并希望得到它们的回应。看来，沟通人类与神是音乐最早的功能之一，这个功能一直延续到当今。

在早期基督教社会，人们继承了古希腊人对于音乐与宗教的看法。基督徒认为，“柏拉图的原理就是美好事物的存在是为了提醒我们那神圣和完善的美。一切快乐都要经过这个原理的检验。”于是音乐被当作宗教的有力工具，因为它能够使人的灵魂接近上帝。实际上，一直到文艺复兴时期，教会

禁止把音乐用于宗教之外。

在东方宗教中，音乐同精神的关联尤为明显，苏非·伊那亚·汗写道：“……音乐特别被奉为神圣，因为它是统治宇宙的秩序的缩影，例如，人体的心律、脉搏和呼吸都体现了节奏。生命有赖于身体机制的节奏性工作。呼吸带出声音和语言，声音为人所听，那就是音乐。”

我们再一次看到音乐、行为、宇宙之间存在的联系。事实上，音乐和自然界的类似处是对音乐之精神作用的信念核心。苏菲·伊那亚·汗接着写道：“……我们乐于接触大自然，是由于自然的音乐。我们在林中漫步，满目青翠，流水潺潺，大自然充满了节奏、音调与和谐。树枝摇曳，林涛起伏，我们闭目沉思，融化于自然的音乐之中……尘世中难觅的、完美的节奏与和谐拨动了我们的心弦，使我们感到超然，感到大自然是一座圣殿，是真正的宗教。带着敞开的心扉，在大自然中仁立片刻，也会是一种极大的享受，如果你能和上它的拍节的话。”

音乐对心灵的诱惑也是音乐——精神关系的一个重点。

宗教音乐和精神感召力强的音乐常对人的心灵形成冲击力，你在狂欢的节日或是宗教场合大概会有这种经验，无论你是听赞美诗还是参加唱诗班，或是背诵安息日祷告词，都可能出现一种难以形容的欢愉、纯净的感觉，好像心灵和精神被一种独特的力量紧紧吸住。人们在齐声赞美上帝时，常会感到自身的完整和世界的完整，感到古希腊人所描绘的那种和谐性。

音乐引起的深刻的精神和宗教体验在许多方面同高峰体验类似。两者都促进人对宇宙的认识和联系，对人生价值的重新认识，对欢乐的感受和对真与美的认识，听音乐、唱歌、奏乐器均能产生这类效果。从音乐获得深刻的精神体验不一定非要同宗教相关联。很多人认为，单是音乐即能完全满足他们的精神需求。

尽管我们都懂得音乐产生深刻的精神作用，很少有人能讲出其中道理。有时，音乐引起的精神或宗教性情感是通过后天经验得到的。狂欢节的音乐使我们兴奋不已，因为经验告诉我们，随音乐而来的必定是欢乐的气氛和热闹的场景。

对于音乐产生的精神作用的另一种解释同“振动理论”有关。伊斯兰教泛神论神秘主义认为，“天地万物的根本在于振动。”振动亦是所有的音乐产生的根据，如吉他琴弦的振动或是歌唱家声带的振动。最新的物理学研究证明，同世界上一切生物体一样，每一个人都是能量的振动场。我们的振动同周围的其他振动源互相作用，产生共鸣。

东方宗教的精神领袖们教导说，精神上升华的一个重要途径是加深对自己的振动现象的认识，以此为中心并调节到同宇宙振动频率相符的频率上去。如果你在参加一个音乐会时感到了自己的振动及同外界的和谐，往往能领悟到生活的实质及其完美性。很多人认为噪音是通向这种精神升华的捷径。和尚念经就是一个生动的例子。听音乐和奏乐器也有着相同作用。泛神论神秘主义就是主张通过听音乐来获得内心的平静及心理和身体的平衡，促进精神境界的提高。

人们总是在忧郁，沮丧和高兴的时候转向音乐或宗教。音乐使人舒适，得到缓解和滋补，促进人际间交流。E·塞耶·加斯顿认为，“音乐和宗教所共有的一大特点是它们都能把人们凝聚在一起。……在几乎所有的文化中，音乐同宗教联起手来使人们免受恐惧和孤独的侵扰。”

美国黑奴创造的圣歌，是音乐与宗教相结合使人们在逆境和苦难中团结、向上的最明显的例子。他们一同歌唱，表达对上帝的信念，对信仰的虔诚，如同下面这段歌词所说的：

自由，自由！
我爱你，自由！
我曾是个奴隶。
埋入坟墓后
我会在上帝处，
找到最后的归宿，
并获得我的自由！

同宗教一样，音乐在欢乐、愉快的时刻使人们亲密无间，在婚姻、生日、节日等欢乐的时候，人们以歌曲赞美上帝、宇宙和美好的东西以示庆祝。

有些人认为，音乐作为精神和宗教活动的一部分是天经地义的。另一些人却对此感到陌生，如果你属于后者，可以按照本书的指引去发掘音乐中蕴藏着的精神欢乐。

一个方法是参加节假日的宗教活动（不论你是否信仰这种宗教），倾听宗教音乐。再一个是听那些表达了宗教或精神意义的民间或民族音乐。可以充分利用灌制好的音响制品。

由于人的精神世界差异甚大，很难说哪种音乐最适合于你。作为开始你可以听东、西方的古典宗教音乐——亨德尔的“弥赛亚”，巴赫的“B小调弥撒”，格里高利的赞美诗，印度的拉嘉音乐等等。另外，很多现代音乐也能触动人们的精神世界。除去听音乐，同别人合唱或合奏也是从精神上体验音乐的方法。

你或许还记得这些时刻：宗教场合的音乐深深触动了你；一位朋友的歌喉使你赞不绝口；一首交响乐给你带来特殊的享受。这些经验都说明了音乐是在怎样地影响着你的精神生活。

人的精神追求，除去宗教的因素，既是内在的和平、智慧、真理和美。音乐是通向这个崇高境界的一个途径，听音乐有助于你获得内在的和平及对生活实质的认识。

以上我们分析了听音乐对你的心理、精神、身体、情绪等4个重要方面的影响。这4个方面组成了一个完整的你。尽管我们是把它们分开来研究的，它们实际上是紧密联系在一起。如医学家，心理治疗学家和研究家们所发现的，这4个方面之间存在着重要的联系，你的心理状态影响着你的身体健康，你的思维能够改变你的感觉，锻炼身体能够影响到情绪，精神上的追求影响到你的整个生活。因此可以说，人的健康成长，就是要把这几个方面结合成一个完整、和谐的整体。

音乐对你某一个部分的改变很可能影响到其他方面。配合音乐的韵律操改善了你的身体状况。精力充沛的你会产生更大的自尊感，工作起来更为得心应手。休息时听音乐能得到彻底的放松，从而使以后的工作效率倍增。音乐所产生的“水波效应”足以影响到你的全部生活。

许多人往往只把听音乐应用于某一个方面。有的人喜欢随着音乐作操或是跳舞，而不喜欢在音乐厅中静静地欣赏音乐。有的人喜欢研究一只曲子的形式和配器而不大重视它对人的情绪的影响。至于你对音乐的兴趣集中反映在哪个方面，你读的最用心的部分可能就是你的兴趣所在。你对音乐的兴趣

可能同生活中的情趣是一致的。有些人是思维型的，有些是触觉型的或是感情型的。生活中出现了问题，有的人先有思索后有感觉，有的人是感觉在先思索在后。

不论你注重哪个方面的音乐影响，请你仔细阅读以上 4 节，从中必定会找到合适的途径使你在音乐的帮助下成为性格完整、发展均衡的人。可以先从你所感兴趣的方面入手，逐步过渡到包括各个方面的音乐训练计划。听音乐的效果就像是锻炼身体的效果，几乎是立竿见影的。你会惊奇的发现，短短几个月的时间你身上发生了整体性变化。这时，你便会领悟到音乐和健康的一个重要原则：完整的总是优于拼凑的。

音乐与信心

每个人都希望自己强有力而充满信心，充满信心意味着你能面对并妥善处理生活中出现的挑战。信心是通向成功的动力。

每当面对一个新的挑战，我们先要全力确定需要做什么以及如何去做。怀有信心则使这一过程变得较为容易。无论是在家，在工作单位还是生活的其它方面，能说“我能干的了”的人总会取得成功。

增加对音乐活动的参与，体验从中得到的乐趣，能够促进你的自信心发展，音乐活动给你带来挑战，迎接这种挑战则是充满着愉快和激情。当你听音乐的技巧得以提高，你便能够充分感觉和理解音乐中饱含的光彩，给自己世界的拓展注入新能量，在歌唱和乐器演奏方面，对音乐的每一次成功处理，都会使你的信心登上一个新的台阶。

我们讲述了如何通过听音乐来更好地认识和了解自己。熟悉了自己对某种音乐的节奏、旋律、和谐音的反应，你便会懂得如何去处理日常生活中出现的节奏、旋律、和谐问题。这种进一步的自我认识起着加深自我意识，提高自尊的作用。

你也可以通过以积极的态度听音乐来提高信心。纽约一家出版社的一位编辑对我们讲述在她痛苦的离婚经历中音乐所起到的作用时说：“我是偶然地开始听摇滚乐的，结果是越听越爱听。后来就上街去买摇滚乐唱片，对某些歌星的情况和他们走红歌曲关心起来，而这些在过去都是不曾有过的。最后我几乎成了摇滚乐专家，听一句歌词就知道是谁唱的，对我喜欢的歌手的情况，熟悉的如数家珍。

最令我激动的是，这一切的产生完全出乎我的预料，因为我是被认为没有音乐细胞的人，这件事给了我很大的信心，我认识到自己是有能力探索一切领域并从中得到乐趣的。”

当你以新的方式向音乐竖起耳朵来，你便能听到音乐的真谛。一支好曲子对于你不只是一片愉快的轰响，无论怎样改编，由谁来演奏，你都会立即捕捉到那熟悉的旋律。音乐已融于你的体内并以歌声或口哨声的形式再现出来。你也熟悉了不同的音乐家，他们对音乐不同的解释，和他们应用不同的乐器。加深对音乐的理解，除了能增强自信心，还能丰富情感，加深人际间的交流和理解。

对音乐的理解同对其它艺术形式、爱好和兴趣的理解有所不同。任何时候音乐都是我们生活中的积极组成部分。没有音乐的日子是不可想象的。除非你把自己整天关在屋子里，拔掉电视、收音机的插销，你总摆脱不了办公室和商店里的背景音乐，电视里的商业广告音乐等等。如果你真想远离音乐，那么你也就远离了生活。不可能像闭上眼睛或闭上嘴那样轻易地把音乐拒之门外，我们也不会乐意那样做。

更好地认识这种日常生活中的音乐现象意味着加深对你生活的那个文化，社会，对同人们的心灵、身体、思想、精神息息相关的一种艺术形式的认识。人们喜好谈论音乐。它是共同的话题，每个人都能谈出些什么。

做为一名积极的音乐活动参与者，你不仅学会了如何丰富自己的精神生活，在社交方面也会更加灵活自如。拥有这方面的能力及它给你带来的乐趣增强了你的信心，而信心的增强又促进了你的自尊。

下面一些方法能帮助你更好地理解音乐，从而促进你的自尊。

(1) 让自己沉浸在音乐中，以积极的态度听音乐。就是说，你要全神贯注地听，直到你听出和感受到音乐中旋律、节奏与谐和音之间的相互作用使自己引起的反应。做到这一点需要反复地听，对“完形”心理学的发展有重大贡献的弗第德里克·S·珀尔斯非常强调听音乐在促进对音乐和对自己的了解方面的作用。他写道：“不要专注于某个乐器，只去注意节奏、音色。找出旋律与和声。你往往能发现有未预料到的‘内在’旋律。努力去感受和谐音。要注意谐和音形成的前后变化。如果你这样认真做了，音乐在你心中便活了起来。”

通过积极地听音乐所得到的收获，能在其它方面加强你的自我存在意识。在同朋友相处的时候，因为你对自己的感情世界有了更深的认识，你同朋友的关系能变得更为深刻，更富有意义。你的工作变得更有意义，因为你对它的认识更深入、更全面。生活中某一方面的意识得到加强，可以影响到其它方面。举个例子，当做完这一听力练习后马上环顾室内四周。注意目光所及的每一个物体，它的质地，结构，轮廓，尺寸。一个一个地仔细端详。这样，你的视能技巧像听力技巧一样得到发展。这种练习能提高你的感觉能力，使你得以充分地体验生活，享受人生的乐趣，满怀信心地迎接生活中的挑战。音乐是培养这类技巧的最简单易得的方法。

(2) 听收音机的音乐节目时，注意演唱（演奏）者的名字，把他们同音乐本身联系起来。这将能提高你的音乐体验。比如，如果播放的是你熟悉的某个歌星的歌曲，在听的时候能引起更大的激情。了解更多的歌星，能帮助你了解不同的艺术风格。同样，注意了作曲家的名字有助于了解他的风格，熟悉他的作品。

(3) 注意阅读关于音乐的消息。新音响制品的消息，关于音乐会的评论，对音乐家、作曲家的采访，你喜爱的某种音乐的历史介绍，都可以是阅读的对象。介绍音乐的不同方面、不同风格、不同形式的有趣的书籍太多了，值得你慢慢钻研。

(4) 广播节目中有关音乐的部分。音乐讲座、对作曲家、歌手的采访报导等等。

(5) 出席音乐会，观察音乐家们是如何创造音乐的。

(6) 同其它的音乐爱好者进行交流，互通有无。同酷爱音乐的朋友一起出席音乐会将会是特别有趣的经历。也可以交结有共同音乐兴趣的新朋友。

记住，音乐中永远有值得去学，去体验的东西。对音乐了解的越多，你对音乐就会越发喜爱，它带来的好处便是自信心的增强。

技巧的掌握能导致自信心的建立，当我们感觉强健，有能力去做想做的事，自信心便会出现，自信心离不开实践，往往建立在过去的成功经验之上。

唱歌和演奏乐器是建立自信心的良好方法。当你建立起一个积极的学习环境，音乐活动能够成为一条通向巨大成功的途径。良好的学习环境需要有一个严格的老师，和志同道合的朋友，当然最主要的是自己。另外，还要有适宜的学习工具。

积极的学习环境还要求你选择那些自己喜爱的音乐，它们要适合你的技巧水平或嗓音条件。为有利于自信心的发展，你的起点不能定的太高。

很多人在童年学习音乐时有过不快，甚至是痛苦的经历。由此，他们可能对某种乐器或某些曲子怀有消极的情绪。这是可以理解的。他们是被家长强迫着去学习的，老师并不了解孩子的需求，教学方法也是过分的严格和带

惩罚性的。他们被要求演奏自己毫无兴趣的曲子，没有机会选学喜爱的音乐。练习是枯燥乏味的，并且占去了同小伙伴们玩耍的时间。当然不是所有的小音乐家们命运都一样。很多孩子有幸在懂得儿童心理、富于责任感的老师指导下学习。

如果你在儿童时代有过这类消极的体验，那么应该知道环境已经起了变化。做为成年人，你能够独立制定音乐学习计划：学什么，如何学，何时学……你能以自己的方式从心理上和生理上尽情享受音乐给你带来的愉快。音乐不再是烦恼的原因，而是激情与灵感的源泉。快乐、安全感和自信心将取代尴尬和不适。

反复地唱或是奏一支你喜爱的曲子，是独特的建立信心的方法。当你学会了一支歌，它就是你的了，任你去进行创造和再创造，不断地重复能使你感受到：

- a. 你的表现力很强。
- b. 你的音乐表现技巧得到了提高。
- c. 当你掌握了这些技巧，生活中的轻松、愉快和激情就会召之即来。
- d. 你能够积极地参与一个同历史、文化、生活密切相关的艺术形式。

每当成功地学会一支曲子，你便会想“我还是可以的”。信心与学习，实践，快乐，成就俱增。学会的音乐越多，自信心越强。

信心源于成功，成功源于实践。我们所说的“实践”，同你在儿童时代被迫去做的那些练习不是一回事。实践是一种乐趣，一种创造性的、完整的东西。当然，有时实践也会使你疲倦，但这只是个别的情况，当你练习的曲子是自己选定的，当你主动地要求去做的好一些，练习课就变得在生理和心理上富于挑战性和刺激性。著名的钢琴家、教授、作家西摩·伯恩斯坦关于音乐练习有过这么一段话：

“有成效的练习是一种促进自身完整性的过程。这类练习触动你的心弦。要知道，没有心弦的颤动便无从谈起人类的情感、理性、感觉力和身体的协调。其结果是完整性产生，促进了你的自信心并调动出了你的天资”。

下面是通过音乐继续加强自信心的一些方法：

(1) 建立自己的保留曲目。熟练掌握了一支曲子，就把它纳入保留曲目，并要经常地练习。日久天长，你就会拥有许多能为自己和别人演唱（或演奏）的曲目了。

(2) 选择与自己音乐水平相适合的曲子。任何形式的音乐都有初级、中级、高级程度之分。如果选的曲子太难，挫折感就会出现，更谈不上有什么愉快感。另一方面，如果选的曲子过于简单，你就失去了接受挑战的机会，也就享受不到提高技能后出现的成功感。

(3) 学习不同类型的音乐。掌握不同类型的音乐，你就有了在不同的心境下进行选择的余地。如果你愿意的话，还可以在各种类型的场合内表演一番。

(4) 经常选一些简单的音乐做快速练习。这样做你能确切感受到自己在音乐方面的进步，容易取得满足，同时扩大自己的保留曲目。

(5) 选择你最喜爱的音乐。选择能增强你自信心的曲子。如果是唱歌，唱那些有助于成长，促进你自尊，给你增添力量的歌。

(6) 可能的情况下，为好朋友、同宿舍伙伴、情人或家庭成员演奏。人们最基本的需求之一就是引起他人的视觉、听觉和感情的关注。若得以实现，

我们的感觉就像是受到了抚爱。为别人演奏是满足这种需求，同时给别人带来快乐的一种方法。不管你的水平如何，大胆地表现出来。你的表演风度一定是有感染力的。

以新的方式去听音乐，掌握这一美妙、神奇的艺术形式，沉浸到体验中去，倾听自己创造的音乐之声。你灵巧的双手再现出上百年前音乐大师写下的不朽篇章。当你为自己，为别人表演时，成功的喜悦会阵阵的涌来。音乐给你开辟了通向内心世界的途径，以兴奋、愉快的方式发展你的技巧，积极参与这个进程，用音乐去不断增强自信心吧！

生活与歌声

音乐意味着交流，交流得益于音乐。从呱呱坠地伊始，我们就以声音表达我们的存在，我们的需求，喜悦和哀伤。对别人的感情和需求，我们也是通过他们的声音来了解的。如第1节中所述，在生命的早期人们是以声音来保障其生存的。

在婴儿时期，我们在发出和接收声音的同时就是在发出和接收爱。婴儿和妈妈之间那无言的，音乐般的声音交流是深沉而纯净的，是极其亲密的人际关系的表现。我们长大后，音乐又帮助我们再度制造和体验亲密友好的人际关系。

音乐加强感情的纽带。当孩子们一起玩，一起唱的时候，他们是在分享新的体验和友谊带来的欢乐。在某些孩子的小圈子里流传着一些含有特定的意思的歌——有些是可笑的，有些不文明，经常带有探索性，但都是很有趣的。夏令营中，营地歌曲表现了团队精神和集体主义，让孩子们从分享野营体验中得到乐趣。在一些营地中，每个帐篷都有自己的歌，无形中起到了加强集体感和内聚力的作用。

全家外出旅行时唱的歌是同探索、假日、家庭关系紧密相连的，你回想一下看，在全家坐着车开上通往山区、海滨的漫长路途时，是否有一支歌子使时间变得轻松愉快了？这支歌引起的回忆与情感是终生难忘的。

年轻人更是赋予音乐特殊的意义。有些歌曲拨动了他们的心弦，带他们通向心灵的最深处，快节奏音乐加速了身体的节奏。随着迪斯科音乐疯狂起舞已成为一种渲泄性紧张，同异性对话的一种方式。在青年时代，音乐帮助我们了解并参与到校外，家庭之外的社会中去，我们崇拜歌星，参加音乐会，梦想着体验其它的生活方式。在这个躁动的阶段，音乐提供了一个安全的接触社会，接触人的方式，音乐清晰地体验了我们的好恶、精力状况、情绪和表达方式。最重要的是，它培育出我们同伙伴们的亲密关系，赋予我们归属感和明确的目标。

在这个阶段，乃至人生的随后阶段，音乐继续是爱情的一种表达方式。想一想你的初恋吧。哪一个是你们的“定情歌曲”？它对你意味着什么？当你同恋人一道听这支歌时，有哪些反应？如今再听到这首歌时，会引起你哪些回忆，何种情感？音乐中最动人的一点就是它能引起人们最温柔的情感。因此，它直接同我们的心灵沟通，使我们得以同所爱的人交流内心最隐秘、最神圣的性感。

再看一看如今收音机里的播放的大部分歌曲的歌词。它们几乎百分之百地都是关于爱情，亲密的人际关系和情感。它们所代表的含义单独以文字是难以表达的。需要在音乐体验中通过眼睛，身体的紧张与松弛等形式来表达。音乐和歌词的结合激发起浪漫情调和热情。还有许多人喜爱在音乐的伴奏下做爱，他们认为这样能提高情绪，增强做爱的欢快感。

音乐在我们生活中的另一个潜在功能是帮助我们回忆起过去的有意义的经历和情感，特定的旋律能勾起特殊的回忆。想一想听到一支熟悉的歌时你有什么反应。你大概会想起第一次听到它时的情景，你同谁在一起，当时有什么感受，这种回忆能极大地帮助你理解生活的丰富多采。

具有特殊意义的音乐使你的回忆与情感永远存在。老年患者往往是内向，冷漠的。音乐治疗学家应用不同年代的歌曲来勾起他们对往事的回忆，

借以消除他们的病痛。音乐对他们是一种心理、情绪和生理机能方面的精神刺激因素。通过熟悉的老歌曲，老人们重新激发出生命的活力。音乐是沟通不同年代、不同人物、甚至本身内难以融汇的各个部位的桥梁。

虽然语言是沟通思想的最有用的工具，但在表达感情的深度、力度以及范围方面略嫌不足。想象一下你是否能够单凭语言来描述一个微笑，一个热情的拥抱或一双充满泪水的眼睛。非语言性交流是一种不可缺的交流方式。

你是否向别人介绍过一支深深触动了你的音乐？你可能试了几次也未成功，不得不说：“你还是自己听一听吧！”音乐表达了自我，沟通了他人，长存于心中。如菲力克斯·门德尔松所说，音乐“对文字来说不是太模糊，而是太精确了”。

音乐是如何具有这种属性的？自古以来研究家、哲家家、心理学家和其它方面的学者一直探讨着这个问题。在美学领域中做出过杰出贡献的哲学家苏姗娜·兰格尔认为音乐如同人的感情，以动态形式存在而长久不衰。音乐和感情都有起伏、强弱变化、动、静、突变等等。只要河水流动，瀑布就会存在。运动导致了瀑布，导致了我们的情感和音乐。

因为情感与音乐相似的在时空中流动，音乐引起我们强烈的反应，又成为我们表达情感的工具。静态事物无法像音乐那样引起我们的反应。成长中的树木，开放着的鲜花等自然景观可以，因为它们是动态的，尽管变化的速度非常之小。

据兰格尔的观点，一切的艺术形式都是为了表达人类情感。音乐这种感情的语言，是人类创造来用于发掘自己的内心世界的。简单地说，音乐和感情是孪生兄弟，人们创作音乐的目的是理解，表达及同他人分享自己的感情。

音乐之所以难以用语言描述，之所以如此深刻地揭示了我们的精神世界，同它在我们婴儿时代所起的作用是密不可分的。如第3节中所述，我们在会说话之前就会制造音乐了。在母亲体内我们就懂得了节奏，在摇篮内就会发出哭、叫、笑种种声音，就能体会到母亲的摇晃，催眠曲所带来的安抚作用。

在这个阶段，我们还不会用语言描述自己的体验。知道的只是音乐使人舒适，如今作为成年人，我们对音乐的感觉依旧不变，音乐仍旧满足我们对生理和心理上的需求。虽然我们已经掌握了语言，在试图描绘音乐带来的感受、作用时仍觉得有困难，问到许多人时，他们都会说：“很难形容，但音乐的确给我一种美妙的感觉”。仿佛音乐把我们带回到一个非语言的和平、愉快的世界。在那里，真正的无需借助语言的帮助。音乐表达一切。

倘若你曾为别人唱过歌，为朋友聚会时选择过合适的音乐，参加过器乐合奏，或是同朋友一起出席过音乐会，在生活中你已经将音乐用做交流工具了。继续这样做，你必将进一步提高自己的表达能力。我们在第七节中所讲到的“高峰体验”，往往是这种非语言交流的结果。这种体验通常是在我们感觉到自己的完整性，感受到自己已经同宇宙融为一体的情况下出现。

生活的歌声

通过声音，在向世界唱出个性之歌，你的嗓音体现了你特有的旋律，以另一种方式宣告你的存在。声音的发育开始很早，始于你呱呱坠地的那一天。从那时起，你要逐步学会以声音作为主要的交流工具，在最初的几年里，你要完成从简单发声到有目的地以语言同他人交流的转化。

出生后三到八周，婴儿开始呀呀学语，能够发出“喔”等元音。第一个月内，婴儿会发出各种奇怪的声音，但却逐渐向人类常用的声音靠近，同刺耳的哭叫声形成鲜明对照的是，他在高兴的时候也会唱起愉快的歌来。

从第二到第六个月，婴儿能够发出更多的声音，他的旋律变得更加丰富。他开始经历“声音感染”阶段，就是周围的声音激发出的声音这个阶段。如果你带过孩子，你就会注意到他在大孩子们吃饭、谈话的时候自己口中念念有词，或是咿咿呀呀地唱起歌来。不用说，对孩子唱首歌或哼上一个摇篮曲也是一种“声音感染”。外界声音吸引了婴儿的注意力，刺激了他同外界进行声音交流的欲望。

从第五个月，婴儿开始发出辅音的声音。同元音比较，辅音要求更复杂的口、唇动作。这样，婴儿在半岁到一岁期间，可能说出第一个字来，同一时期，他也有能力重复别人的声音，学会本民族文化和母语中特有的一些音。这时孩子简单的吐字发音像唱歌一样富于旋律感。可以说，日后所接触的音乐的基础就是此时开始打下的。虽然每个人生下来就具有发出各种类型声音的潜能，但由于某些音在本民族语言中是不存在的，所以人们长大后反而不会发这些音。

在幼童时代，你可能是个自由、快乐、大喊大叫的孩子。自由发声是减低紧张情绪、渲泄精力、求得他人回应和自我娱乐的一种方式。如果环境适宜，婴儿就会顺利地进入学说话阶段。只要是醒着，孩子就不会安静，忽而哭叫，忽而高兴的大笑。几乎所有身体和情绪的变化，都会有相应的声音表现。他的父母对这些声音自然会给予关注，因为这是他同外界进行交流并表达自己感受的途径。

所有这些发音现象都是孩子语言发展的一个重要部分。从简单发音到开始学习说话，产生于八个月到两岁这一阶段。孩子最初说出的话会使父母欣喜若狂。他们本来就为孩子早期发音的优美旋律感到骄傲，可他现在已经能说“爸爸”、“妈妈”、和“再见！”孩子经过这一阶段也发觉父母的声音旋律不仅仅是一种音乐，它是有意义的字、句所组成的。

在孩子懂得语言含义之前，他注意的是声音的旋律，像听音乐一样去从中感受含义，他能够感受到，旋律优美柔和的声音是对自己的爱抚，而音调高、粗暴的声音表达的是恼怒和厌烦。

在两岁到三岁，许多孩子学会了唱歌，并能把歌儿记的很牢。这是健康的情感发展的一个重要部分。玛乔里·麦克唐纳称这些歌为“过渡性曲调”。这些歌原本是父母唱来哄孩子的，可现在孩子能自己唱了。这些歌像布袋熊等玩具一样对孩子起到一种安慰作用，有助于减轻孩子对父母的依附感。

当孩子的词汇量得以扩充后，他们就被鼓励去用语言而不是简单的声音来表示自己的愿望和需求。在从简单发音到学说话的转变过程中，孩子的发音往往是高音调和音色单调的。这是个充满冲突的阶段。孩子感受到一种压力：声音该表现的更接近大人的声音，表达的更准确。到四五岁，很多孩子

接受了错误的信息，去压抑自己那自然的，富于表现力的，充满乐感的发音方式。“别鸣噜”，“别像小孩似的讲话”，“学大人说话”，这些都是孩子耳边时常回响的大人们的训诫，这些自然会使他们感到自己的发音方式是不正确的。因而，他们就努力按大人的话去做，以便赢得他们的爱和注意。

有时，外部环境也影响着儿童表达方式的发展。例如，农场环境中的孩子习惯于大喊大叫，而城市公寓楼中长大的孩子则安静得多。不同的家庭环境对孩子的表达方式也会产生不同的影响。如果家里有个新生儿降临，或是父母性格严肃，孩子们就会被要求嗓门放小点。

当你告别了婴儿时期的简单音乐旋律时，并不意味着你失去了童年的乐感。你的语言仍是富于韵律的，随着年龄增长，你逐渐具有自己独特的发音速度、音色、音高和力度，这些都是个人旋律的组成部分。你的声音质量显示出恐怖或愤怒；柔和平稳的声音显示出愉快和满足。凡此种种，无不说明声音是一种重要的交流方式。

你在生活中学会了如何以不同方式运用自己的旋律来达到不同的目的，满足不同的需求，当你打算同某人接近，你会采用柔美的音调而不是冷漠的语气。你还会应用悦耳的声音来帮助理解别人语言的完整意思。对某人说：“你像是生气了”或“你似乎很高兴”，是对他的旋律和语言的一种反应。有时，人的音调能比他的语言反映出更多的思想和感情。这就是为什么有人会对你说：“你嘴上说没什么，可我听出来你心里很不舒服。”音调往往暴露出一切。

一个有趣的实验可以帮助你体会语言中的音乐：倾听某个人的谈话，只需注意她的声音旋律，不要管她在说什么。

注意她讲话的速度，音调的起伏，字句的节奏。把每个句子当作一个音阶。

她的声音吸引你吗？或是不合你的胃口？把它比做一支走调的曲子还是一首和谐的歌？内容单调还是丰富？你希望其音量再大些还是小些？

对这些问题的回答，有助于理解为何你被某人的声音深深吸引，对另一个人的声音反感之极。对不同的音乐作品你也会有不同的反应，这是出于同样的道理。你对某人的声音的感觉同其它因素一起构成了你对他的印象，这个感觉，实质上就是节奏同步或不同步现象的反映。

人的声音是最为微妙，极富特性的功能。每个人对自己的声音条件都有着很清楚的认识，在阅读一本书的时候，你可能就会心里嘀咕：“我的声音太低了……太高了……太吵了……太刺耳了……太孩子气了……”等等。对自己声音条件的评价，往往反映自己对自我表达能力的信心。

如果你很欣赏自己的声音，一般来说你的自我感觉良好，你对自己的表达能力是满意的。鉴于人们有意无意地总是要充分运用一下自己的声音条件，学会自如地掌握它，对提高自己的个人魅力甚至在竞争一个职业上都会很有帮助。在以后章节中，我们要讲述唱歌是如此地改善你的声音，从而使你具有更完美的个性。

在学习语言的过程中，人们往往压抑了许多声音的自然表现力，致使日后对自己声音条件不满意。这也可能是成年人对音乐产生需求的一个原因。当你听音乐、唱歌或玩乐器时，你正是在发掘和利用自己的音乐潜能。尽管音乐有其结构和条件，它的音域和表达力远远超过语言。你能听到高低不同的声音，欢乐和悲伤的声音；你会演奏快速和缓慢的、轻柔和轰鸣的旋律；

你可选听任何种类的音乐——古典的、爵士乐、迪斯科、民乐、布鲁斯等等。所以说，音乐能提供更多的体验，丰富表现力的内涵。

音乐有助于唤醒你早已忘却的童年的旋律。当你回想起这些旋律，你会重新获得信心、创造性、自尊、交流能力和欢乐。人生的五种要素是先天固有的，也是幸福、成功、多产与和谐的人生所必需的。

人们用音乐来丰富自己的表现力。音乐提供丰富的旋律和音响——不和谐的、和谐的、充满活力的、沉静平稳的……听音乐时，你会从当时的情绪，需求和喜好出发，选择某种旋律。比如，如果你是个说话温柔的人，你往往喜好摇滚乐歌手粗犷的歌喉。如果你肩负重任，发号施令忙碌一天，临睡前你会愿意选听一首恬静而充满诗意的曲子，以求得心理上的平衡。

