

在排練的過程中，指揮首要的目標就是在最短的時間內，獲得最大的成果。成效大的排練技巧非一朝所能擁有，須經時間的浸淫及不斷的改進方能達到。以下所提供的排練技巧和原則，可幫助讀者朝着這目標邁進。

1. **準時開始**。每次的練習，都應準時開始。因此，指揮應在練習正式開始前十五分鐘到達，一切準備就緒。指揮若不以身作則，作守時的榜樣，團員遲到的現象只會有增無減。

2. **齊備樂譜**。樂譜在練習前已經準備妥當，免得團員在練習時才四處張羅，能提高練習的效率。不同版本的樂譜在處理及頁數上可能有所出入；全團採用同一版本的樂譜，可免去不必要的混亂。

3. **自備樂譜**。每位團員須每次帶備自己的樂譜出席練習，這樣，團員便不會漏了記錄指揮在練習中的要求及指引。另一方面，兩個人共用一份樂譜練習，會產生一個不太自然的唱歌姿勢。

4. **多唱、少說話**。很多指揮不自覺犯了的毛病，就是多說話少練唱。可能每個指揮心中都有很多要求，想向團員一次過盡說。適當的指導及評語是必需的，但過量的話則會影響練習的進度，況且冗長的話只會令人感到厭煩。音樂不是單憑指揮的話就可得到改善，須經實際的集體訓練才有進步。此外，團員出席的主要目的是練歌，而不是要聽長篇大論的說教。指揮可請人幫忙記錄練習時自己用了多少時間說話，便可知道是否有改善的必要。根據筆者的經驗，記錄的結果一定令你難以置信。

5. **充滿活力的練習**。外表沒精打采的指揮使人提不起勁，說話語調平淡，亦會令人感覺沈悶乏味。一位對音樂洋溢着熱愛、充滿着無

窮活力的指揮，卻能令團員主動及投入地練習。

6. **幽默感**。教育家常指出，在輕鬆的環境下學習的孩子，進步較快。指揮若能具備幽默感，團員可在一個良好的氣氛下練習，進步的速度也較顯著。就地取材，引用實際的例子和相關的笑話來說明論點，更令人對所說的內容有深刻的記憶。

7. **紀律**。每當指揮說話時，團員應立刻停止交談。指揮若能訓練團員養成這良好的習慣，指揮的指示便可讓每一位團員清楚地聽到而無須重複，快捷而有效。

8. **鼓勵**。相信沒有團員喜歡每次練習都捱罵。太多負面的批評，只會令人沮喪。多些鼓勵，可令團員有較高昂的意志，快樂地一同研習音樂。

9. **耐心教導**。每個問題都應有其解決的辦法。因此，指揮遇到困難時，應嘗試用不同的方法找出問題的所在及解決的途徑。空着急、對團員發脾氣或責怪團員未盡全力，不但無補於事，反令團員士氣低落。

10. **周詳的計畫**。指揮若在每次練習前已定下周詳的計畫及目標，必能達至一個高效率的練習。

11. **明確的目標和方向**。指揮每次帶領練習時，都應該有明確的目標和方向。目標或方向可能是短期的，也可能是長期的；可能是一個，也可能是數個。目標的種類可以有很多，以下提供一些作參考：

- a. 訓練團員唱歌時正確的站立姿勢及正確的呼吸。
- b. 增強團員讀譜的能力。
- c. 教導團員樂譜上的音樂術語。

- d. 擴闊合唱團音量的極限。
- e. 要求團員在指定的練習時間內背記某些樂曲。
- f. 在一次練習中唱畢若干數量的樂曲。
- g. 細緻地處理好其中某些樂曲。
- h. 在演出前最後一兩次的練習，重點目標可能放在排位、出場的儀態、專注力等。

12. **小節編號**。指揮可要求每位團員在自己的樂譜上寫上小節的編號，可以每小節寫或每五小節寫，這樣可增加找尋樂句的速度。指揮可請團員在練習前寫好編號，以免浪費練習的時間。

13. **清楚明確的指引**。為了讓團員快捷又準確地找到須練習的地方，指揮可按頁數、行數、小節編號、拍數及字的次序提供指示。指揮的指引將會如下：「請從第二頁第四行第三小節第二拍的『齊』字開始。」這對樂隊而言尤其重要，因為每個隊員手上只有分譜，小節編號是最重要的指引。

14. **詳盡、不含糊的評語**。指揮指出錯誤的地方時要清楚明確，不可籠統模糊。譬如說音唱低了，要說明低了多少，與曲譜上的差別在哪裏，並且提供改善的方法。

15. **重複有理**。大家都明白，練習就是無數次的重複，為要更完美地表達一首樂曲，重複是必然的過程。但我們亦須緊記，沒有方向的重複，不會帶來任何進步。舉例說，指揮不應說：「好，讓我們重唱第二頁的第一小節至第三頁的第二小節。」指揮應該說：「好，讓我們重唱第二頁的第一小節至第三頁的第二小節。重唱的時候，請團員留心這一樂段中音量的處理，樂譜上出現了三個不同的音量提示，

剛才大家都忽略了，今次再唱時，請按照譜上的音量提示處理。」這樣，指揮便可解釋重複的原因及加添音樂上的要求。重複不是無意識的，相反地，是導向性的，這樣樂曲便可不斷改進。練習不是沈悶的重複及原地踏步，相反，是一個不斷向前邁進的過程。

16. **每次一項要求**。指揮每次只應講述一項要求，然後隨即練習，以強化所述的論點。一連串的要求，只會令團員感到混亂或忘記要求。譬如，指揮不應說：「剛才的樂段，第一小節第二拍的節奏錯誤，正確的節奏應該是半拍、一拍半和一拍，而非全部是一拍。第四小節的A音偏低，第九小節的休止符早了一拍出現。」當指揮指出第三個錯誤，團員可能已忘記頭兩個出錯的地方。故此指揮應說：「剛才第一小節第二拍的節奏錯誤，正確的節奏應該是半拍、一拍半和一拍，而非全部是一拍。現在我們再唱一次，請唱出正確的節奏。」這既可讓團員清楚問題的所在，又能即時改正錯誤。

17. **針對問題的練習**。很多時一小節出了問題，指揮會連同前後的小節練習，這樣便會浪費了一些練習的時間。比方說，如果問題出於第四頁的最後兩小節，指揮無須每次由第四頁的第一小節開始練習，而只須集中練習有問題的兩小節便可，這是省時、有效的方法。

18. **堅持要求**。團員未必能於短時間內了解及完全掌握指揮的要求，須靠指揮不斷重複、提醒和要求，才能達到。因此指揮要貫徹始終，堅持自己的要求。

19. **第一個印象**。在日常生活中，如果我們在第一次見面時已對某人產生偏見，日後便須花上相當的時間及了解，才可除去偏見。同樣道理，如果團員在第一次的接觸中已對一首樂曲毫無好感，那麼在

日後的練習裏，指揮肯定要花上加倍的力量，才能挽回劣勢。因此，如果指揮在初次介紹一首新樂曲時，已能令團員愛上它的話，在練習該樂曲時定能事半功倍。在備譜的過程裏，指揮總會發現每首樂曲都應該有一些獨特的地方（否則指揮根本不會考慮選用），那可能是樂曲中充滿活力的節奏，可能是其中一兩段優美的旋律，可能是極有深度的歌詞，也可能是非常戲劇性的布局等。這些特色將會是這樂曲的重要賣點。指揮如能在第一次排練這樂曲時，擇其要點，把樂曲的精彩之處突顯出來，讓團員捕捉到當中的神髓，必能令團員對這樂曲有深刻而美好的第一印象。團員甘心樂意地唱一首樂曲的效果，肯定比老大不願意地唱的效果優勝百倍。

20. 練習新樂曲。練習一首新的樂曲，當然可以有很多不同的方法、形式或步驟。在一般的情況下，團員讀譜的能力，會對指揮採用哪一種方式或步驟，起了決定性的影響。比方說，如果合唱團中沒有團員具備讀譜的能力，那麼學習一首樂曲的方法只有一個，就是靠模仿及硬背的形式——伴奏彈一句，團員跟着學一句。這是一個緩慢的學習模式，樂譜上的記譜系統對團員亦沒有太大的意義。若團員具備基本的讀譜能力，指揮可考慮採用以下之步驟和方法：

- a. 簡單介紹歌詞的內容、作者的背景、樂曲整體的風格等。
- b. 跟着琴音或錄音，團員無聲的讀譜一次。
- c. 伴奏第二次彈奏整首樂曲，團員低哼（hum）或用一個母音（open vowel）唱自己聲部的旋律。在這一次練習，指揮要求團員把注意力集中在旋律上。
- d. 在最初練習一首新的樂曲時，最好暫時不要理會歌詞，這樣

可讓團員少兼顧一樣事物。當指揮發現團員已初步掌握音樂的部分，可請團員加上歌詞，把整首樂曲從頭到尾唱一次，縱然中間有些聲部可能會出現停頓，但音樂仍繼續進行至樂曲的完結。這樣團員便對樂曲取得一整全的感覺。但話又說回來，根據筆者的經驗，有些團員（特別是不懂得讀譜的團員）需要歌詞幫助他們去學習及記憶，指揮對此須加留意。

21. 運用不同的步驟。排練可以有很多不同的步驟和方式，以下介紹了其中三種方法：

- a. 整全的方法（whole method）。由樂曲的開始唱至結束，讓團員對樂曲有一整全的觀念。這方法雖然未能精雕細琢地處理樂曲，卻可讓團員從宏觀的角度了解作品。
- b. 細緻的方法（detailed method）。一段一段、一句一句地修飾每一首作品。不過，指揮切勿在整個練習中都單用這方法，因為團員會十分疲累及感覺沈悶。但這是淨化、修飾、雕琢及鞏固樂曲的最佳方法。
- c. 共通問題的方法（common problem method）。集結出現於不同作品裏、但相類似的問題，然後提供解決的辦法。這方法的好處是讓團員經驗同一的問題，但出現不同處境的情況。當此問題被解決，則意味同一的問題在不同的作品裏亦不再出現，可省去不少時間，同時亦增加團員對解決方法之印象。

顯而易見，以上三個方法各有長處，三者如能適當地交替運用，會產生極佳的果效。

22. **排練次序**。指揮在每次的排練裏都有多首樂曲須要練習，應如何決定這些樂曲練習的先後次序？以下是一些編排次序的原則：

- a. 將最難的樂曲排在練習的最早時段。因為困難的樂曲需要較高的注意力，練習的初段是團員最能集中精神的時段。
- b. 在團員的聲音還未完全熱身或在最佳的狀態以前，不要練習那些音域極高或極低的樂段，因為這樣會令團員很快感到疲累。
- c. 指揮也不應連續練習數首音域高的樂曲，因為這樣只會使團員的聲音很快便變得疲累，就連唱一些較易的樂曲，也覺得十分吃力，相應減低練習的效率。
- d. 將帶有同類困難的樂曲放在一起處理。這樣可幫助團員更明白困難的原因，有助加快解決問題。同時，由於解決了這一個困難，意味着在其他樂曲中的同一困難亦已解決，可增加團員的成功感。
- e. 將程度深與淺及速度快與慢的樂曲交替練習，這樣可保持整個練習的趣味性。

23. **應變處理**。有些時候，若某些問題重複出現多次而仍未獲解決的話，指揮可考慮暫時放棄練習該樂段，稍後再嘗試。若問題仍無法解決，指揮可採取以下的行動：

- a. 改變處理困難的方法。同一的問題，可有多個不同的方法去解決，指揮可嘗試採用不同的方法，切不可一成不變。
- b. 停止練習這樂段。在樂譜上記錄問題所在，回去再思考出一個新的解決方法。

c. 暫時擱置這樂段，待下次排練時再練習。很多時候，問題經一段時期的冷卻後，會不攻自破。

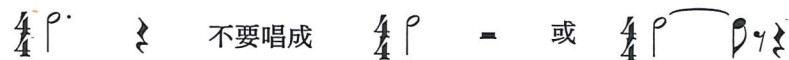
24. **壯士斷臂**。若團員練習某首樂曲多次後，仍沒有任何進步，應暫時擱置這首樂曲。有時經過一段時間後再拿來重練，會有不同的效果。若重練也沒有進步，便應考慮放棄，因為可能樂曲太深，又或寫得不太理想。

25. **有錯即改**。出錯的地方應立刻更正，因為如果錯的地方成了習慣，要改正的話，就會更加困難。指揮須明白「好習慣和壞習慣都是培養得來的習慣」。那為何要培養壞的習慣呢！

26. **發聲器官疲累**。在一個練習中，不宜用太多時間練唱音域高或音量大的樂段，因為那會令團員的發聲器官很快感到疲勞。

27. **不可偷拍子**。舉例說，一個須要延長三拍的音，團員大都唱至第三拍開始時便停下來，因為在他們的觀念裏，唱至第三拍的開始就以為已經唱足了三拍，但實際上只唱了兩拍。指揮可用以下的圖表來糾正觀念，同時亦可借助清楚的收拍來顯示長拍的結束點。

例 16

 不要唱成  或 

28. **留意音組的強拍**。特別是唱一字多音的樂句，如能在每一音組加上些微的強拍，不但能讓團員的節奏更準確，且令音樂聽起來更有節奏感，更輕盈及更有流動感。