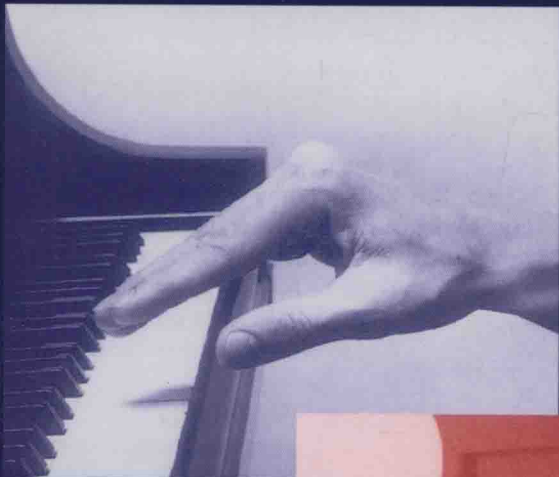




钢琴演奏运动原理

钢琴演奏自然动作基础教程20课

西蒙·伯恩斯坦 著
黄 烁 编译



钢琴演奏运动原理

钢琴演奏自然动作基础教程20课

西蒙·伯恩斯坦 著
黄 烁 编译



上海教育出版社
SHANGHAI EDUCATIONAL
PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

钢琴演奏运动原理：钢琴演奏自然动作基础教程20课 / (德) 伯恩斯坦 (Bernstein, S.) 著；黄烁编译. — 上海：上海教育出版社，2015.3

ISBN 978-7-5444-6167-2

I. ①钢… II. ①伯… ②黄… III. ①钢琴演奏 IV. ①J624.16

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第051502号



出品人 范慧英
责任编辑 梁丽红
封面设计 刘昕旻

编辑部热线 021-62797755
编辑部邮箱 shijiyinyue@163.com

官方微博



官方微信



关注“上海世纪音乐”

Klavier-Choreographie. Grundlagen der natürlichen Bewegungen am Klavier
in 20 Lektionen. By Seymour Bernstein
©1998 SCHOTT MUSIC, Mainz - Germany
德国朔特音乐出版有限责任公司授权出版

钢琴演奏运动原理——钢琴演奏自然动作基础教程20课

西蒙·伯恩斯坦 著
黄烁 编译

出版 上海世纪出版集团教育出版社
(200031 上海市永福路123号 www.ewen.co)
出品 上海世纪出版集团世纪音乐教育文化传播公司
(200235 上海市钦州南路71号7楼 www.ewen.co/centmusic)
发行 上海世纪出版集团发行中心
经销 各地新华书店
印刷 上海景条印刷有限公司
开本 890×1240 1/16 印张10.25
版次 2015年8月第1版
印次 2015年8月第1次印刷
书号 ISBN 978-7-5444-6167-2/J.0428
定价 33.00元

(如发现质量问题,读者可向工厂调换)

译者简介

黄烁,辽宁沈阳人,旅德钢琴博士,青年钢琴演奏家,现任上海音乐学院附中钢琴专业教研组教师。

她四岁开始学琴,四岁半开始登台演出,并大获成功,从此倍受媒体关注。1987年,12岁的她超常的音乐天赋被中国著名钢琴教育家朱雅芬教授发现并收入门下,从此开始了真正的钢琴演奏艺术生涯。1993年考入上海音乐学院钢琴系,后以优异成绩保送本院钢琴系研究生,并于2000年毕业任职上海音乐学院附中钢琴专业教研组。任职一年后被中国国家文化部选派,作为唯一专研钢琴演奏及教学的音乐学者赴德留学,并获得了德国演奏专业最高演奏家文凭(Konzertexzam),被中国国家教育部认证为:博士学位。

她先后师从于张曼怡教授、朱雅芬教授、吕小白教授、巢志珏教授、周薇教授、Pro.Roswitha Gediga等。从艺以来,她活跃在世界各地的音乐舞台上,曾举办过多场钢琴独奏和重奏音乐会,对于她精湛的演奏技巧与独特的艺术表现风格,各界专家学者给予了高度的赞赏。在评论里他们这样写道:“她对音乐卓越和完美的诠释以及她热情的风格和动人的音色不得不让人为之动容……她旺盛的求知欲和对外来新鲜文化迅速吸收和掌握的能力以及她卓越的音乐天赋,使她把完全不同的艺术文化诠释和表达达到如此最佳的效果。”

此外,她还热衷于参与各种形式的室内乐活动,励志于发展并发扬各种不同模式的钢琴室内乐演奏形式。2009年,受国家文化部委托,与著名音乐教育家、长号演奏家、上海音乐学院美籍教授郝杰先生共同合作,成功录制了“中国当代艺术教育名家课堂”。同时,作为上海钢琴家室内乐团的第一代组建人之一,与同组钢琴演奏家们共同努力,以国内首创五钢琴室内乐形式引起了国内外音乐界的瞩目,并得到行内外各界专家的高度赞誉和支持。为了宣扬和发展中国的现代和当代音乐,她还是 Ensemble les Amis——ELA——上海“友人”室内乐特约钢琴演奏家,与世界各地作曲家和音乐家们合作,以现代和当代音乐为主题,举办了多场音乐会,并大获成功。

作为中国专业钢琴教育界中新生代教育学者,她着重培养和挖掘国内外优秀音乐人才,为钢琴艺术的国际舞台培养新生力量。从教以来,学生多次在国内外比赛中获奖,学生的足迹遍布欧美。



序 一

西蒙·伯恩斯坦的《钢琴演奏运动原理》一书,从钢琴演奏的运动规律出发,把钢琴发音原理和演奏者的生理动作相结合,深入地揭示了钢琴演奏中各运动部位间自然、合理、协调的重要原则;强调说明了科学、合理的动作规律,不但能达到舒适的演奏,使能量得以更好地释放,而且能进一步揭示它与演奏中的声音、句法、线条以及语气等音乐表现密不可分的关系。同时,作者通过细致具体的分析,阐明了在掌握运动规律的过程中,如何从有意识的动作设计,到形成下意识的自动演奏习惯,通过身体的解放,来帮助攻克技术难度,使演奏富有无限的音乐表现力,最终达到“音乐、灵魂和肢体合为一体”的演奏境界。

感谢黄烁向我们介绍了这本书,这是她在德国学习期间以及回国后,在演奏和教学的实践中深感值得深入研究的问题。这也正是很多钢琴学生在提高钢琴演奏技艺中值得注意的问题。相信本书能为钢琴教师和学生带来更多演奏和教学方面的思考和实践。

朱雅芬

2014年8月

序 二

当我们听到运动动作组合编排(Choreographie)这个名词时,马上会想到舞蹈。舞蹈中的运动动作组合编排指的是,在舞台上的肢体运动和舞步的设计编排及展示。从技术角度来说,它是一种用特定的符号来记录舞蹈动作的艺术。但是,这些与钢琴演奏有什么关系呢?实际上,当我们的手指在钢琴键盘上以不同的方式进行运动时,就已经开始在进行钢琴演奏动作编排了。用另一种具体的说法来讲,就是当我们仅仅在演奏连线、跳音和休止符这三种音乐符号时,我们就已经需要进行上下垂直、左右平行和原地旋转的动作,并且要与乐器以及音乐形成一种默契。当我们在演奏一首乐曲,并结合了所有这样的动作时,就形成了手指、手腕、手臂和身体的舞蹈,一种“在键盘上的舞蹈”。

再说说音乐家们在乐谱上常用的符号。很多乐器的乐谱上都有它们用以代表一些特定运动方式的特有符号,比如当小提琴乐谱上出现(▣),就代表着弓向下,做离开身体方向的运动;当出现(V),就代表着弓向上,作靠近身体方向的运动。令人惊讶的是,钢琴乐谱上除了一些作曲者自创的符号以外,并没有特有的统一规范的符号。为了满足这样的需求,我发明了一些针对手指、手腕和手臂的运动符号,这是一系列类似“舞谱”的符号,用于对音乐的表达。通过这些“舞谱”语言的帮助,可以让演奏者找到一种身体和肢体运动的舒适感,以达到更有效的练习和更好的演奏效果。实际上,动作编排的意义对钢琴演奏者和舞蹈者来说是一样的:用一种特定的身体运动来连结我们对音乐的感受。

可以说,没有比解释什么是音乐更难的了!不过最起码我们可以把音乐解释为人类的经历与情感的表达。情感是我们每一个人都感受过的抽象的概念。这种感受储存在记忆里,我们可以通过各种方法,无数地将其任意表达出来。如果说作曲家们是借助曲调、和声以及节奏来表达自己的情感,而我们则是通过乐谱来接触和认知这种表达方式,那么音乐就是这种表达方式的一种语言符号。当我们通过钢琴来表达这种语言时,我们便可以进入作曲家的情感世界,体会他的内心感受,这样我们的灵魂与作曲家就合二为一了。当我们和我们的乐器一起进入时空和情感的旅行时,尤其当我们出于对音乐的热爱,自发地、本能地解决了技术技巧上的难题时,没有任何比它感觉更加美妙了。但即便在我们自以为能够很熟练地驾驭一首曲子时,很可能由于有了听众,我们的演奏就会感觉到局促不安或者失控。无论是专业的还是业余的演奏者都能够证明,有两种状态会引发我们的恐惧感,那就是记忆空缺(或者是我们对记忆空缺的潜在恐惧)和对演奏技术的失控。

尽管我们的耳朵是对音乐记忆最主要的支柱,但对技术上的把握,更有利于音乐的流畅进行,有利于对音乐的整体安排以及胸有成竹的演奏,从而大大强化了我们的记忆。也就是说,不断去重复特定的演奏动作编排,对我们的安全记忆能起很大的作用,就如我们要记住音高和音乐中其他各种乐理知识一样。这本书的作用,就是帮助我们的读者配备一套演奏动作编排的语汇,它们能够反映音乐语言中的最微妙之处。

当我们掌握了这些演奏肢体语汇后,演奏时就能够在自由表现和理性掌控之间游刃有余,取得平衡。

演奏者要找到这个平衡,必须掌握以下三点:

1. 必须了解钢琴,尤其是钢琴的发音原理。
2. 必须对乐谱上的每一个音乐标记都了如指掌,并投入自己的感情。
3. 必须了解每一个演奏动作的编排。每一个演奏动作的编排都是为了表达音乐中多样的力度变化与时值长短的变化,即体现所有音乐内容的细节。

不管任何时候,我们的练习应该达到一个目标,那就是把内心情感的表达转变成一种意识,并与身体相结合,建立一种“合而为一”的关系。只有与之相符或接近的声音从我们的乐器中散发出来,我们的个人情感才会反映在音乐中。也只有通过这样的方式,我们才能将自己的音乐情感传达给他人。

西蒙·伯恩斯坦

致钢琴教师

在开始着手写这本书时,我就一直有一个目标,通过一系列系统的练习课程,一步一步地引导学生,逐步达到我所认为的钢琴演奏的最高境界,那就是将两个音弹得连贯(在钢琴上的连奏,使之真正地歌唱起来)。总的来说,无论学生年龄有多大或琴龄有多长,在这本书里的每页内容都可以教授给学生。这些学生只需要具备一个条件,那就是能够在琴谱上认识高音谱号和低音谱号。而书中一些章节是针对教师编写的,但更多的章节是针对钢琴学生编写的,无论学习者是儿童还是成年人。另外,还有一些章节是写给高级演奏者的。这里,我们的老师可以示范演奏给学生听,并同时做一些讲解。更好的方法是,选出谱例里的一小节或者几个音来做示范演奏。所有的这些方法只有一个目标,那就是让学习者进一步地走进音乐,更了解它的演奏技术。

另外,我自己谱写的谱例也可以满足初学者的特殊要求。在教学中的用语用词方面,我信任授课的教师,相信他们能够把我的核心内容传达给学习者:通过教授类似舞蹈编排的动作,让学习者达到把音乐、自己的感受和肢体动作紧密地结合起来的演奏境界。

致钢琴高级演奏者

一个认真去追求音乐的人,会对他从事的艺术怀着一颗敬畏的心,他不会忽略任何一个微小的细节。为什么?答案很简单!音乐,如此高深的一门艺术,需要我们用这种求精的精神来对待。所以,当我们在研究不朽的巨作时,当我们攻克一个个难点后思想得到升华时,就注定了我们在音乐中一辈子都将是一个学生。

在看这本书的第一时间,你会觉得我们在讨论很简单的问题。但是我认为,能够把身体和对音乐的感受完美结合起来的技术,是通过最基础的练习方法学习积累而成的。为了照顾初学钢琴的儿童们,我去掉了踏板记号。因为这些小演奏者们脚还完全够不到踏板。当然,我们也可以按需要使用踏板,但一定有一个前提,就是我们已经很熟练地掌握了这本书中所提到的每一个问题。

儿童和成年人都要用同样的方法来学习吗?是的。毕竟对我们“玩”音乐的人来说,“玩”(在日耳曼语系中所有的“演奏”都是用“玩”字来表述的)使我们都变成了孩子。或者说,不管是对于六岁或是六十岁的人来说,一个特定的演奏动作编排,都是一个音乐语汇的基本表述方法以及一个健康、科学的演奏方法,这一点无论对于不同年纪或是不同程度的学习者来说都是一样的。因为上述所有的原因,也可以说我这本书的每一页恰恰都是针对程度较深的演奏者们的。

目 录

第一篇 钢琴的构造与发音原理

介 绍	3
钢琴发展的一些史料	3
更进一步了解你的钢琴	8
1. 谱架和琴盖	11
2. 铸铁板或琴架	11
3. 共鸣板与弦码桥	11
4. 琴弦钉与弦轴板	11
5. 琴弦	11
6. 制音器	12
7. 琴键和琴槌	12
8. 踏板	12
琴键的三个层次	14
把情感融入到钢琴演奏中	16
强的演奏	16
弱的演奏	17
用铅笔的演奏	17

第二篇 钢琴演奏者的运动原理

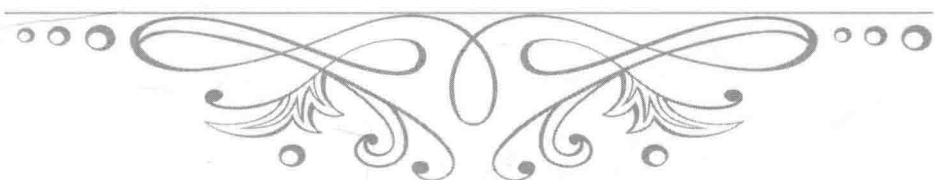
第一部分 非连奏	23
人体的结构	23
第1课 正确的坐高	24
第2课 与钢琴间的正确距离	25
第3课 身体的姿势和肌肉的张弛	26
第4课 手 型	31
第5课 在拱型掌关节内平伸的手指和弯曲的手指	32
用平伸的手指做手臂的下落运动	33
“发夹”符号——渐强和渐弱	35
用弯曲的手指做手臂的下落运动	36

1. 第二关节或中关节的悬挂	36
2. 第一关节的悬挂	38
3. 第一关节支撑的练习	38
有准备的手指	40
标准手型	40
断连音	40
第6课 大臂的落滚运动和手腕的起伏运动	43
准备 / 抬起 / 落下演奏 / 重量沉到键底, 顺势连接到下一个演奏动作	47
在键盘上通过大臂的落滚运动来发出声音	50
第7课 无声的演奏——在键盘上和不在键盘上	53
第8课 了解大拇指的特点	54
隐藏的第三关节	54
寻找拇指指尖正确的位置	56
第9课 松开琴键和在键盘上滑行	58
第10课 富有弹性的手腕	60
第11课 快速与贴键的演奏	62
第12课 手腕跳音(Staccato)	62
第13课 调整你的大臂	65
第14课 轻着陆式的落键	66
在加速过程中不良的敲键式落键	66
用“刹车”式的控制来缓冲向下的重力作用	67
第15课 用前臂带动的击键	68
第16课 手指跳音	71
始于掌关节跳动的手指(高抬的手指)	71
第4指的秘密	71
第17课 大臂在键盘上连续的落滚运动	74
第18课 5指的手型	81
第二部分 连奏	85
第19课 前臂的转动	85
向拇指方向的内旋(向身体方向的转动)	87
连奏的预备练习	88
向5指方向的外旋(离开身体方向的转动)	89
双向转动	90
连奏, 运用连续转动的连奏	93
关于连线和乐句	93
是连续转动还是双向转动?	96
4指的解放	97

“可看见的”和“看不见的”运动	101
音阶演奏的准备——上或下的转指	104
琶音演奏的准备——上或下的转指	108
第 20 课 垂直(上下)、水平(左右)和转动运动的综合运用	117
垂直(上下)运动	118
手臂和身体的水平(左右)运动	119
刮 奏	120
如何演奏刮奏中的第一个音和最后一个音	120
大臂落滚运动和前臂转动的综合运用	122
综合运动的符号	126
关于更多上、下转指的说明	132
快速音阶和琶音演奏的生理动作分析	135
音阶和琶音的平行运动	138
两音小连线中尾音的触键	143
结 语	148
附录表：在本书中运用的记谱标记和运动动作编排符号	149
记谱标记	149
演奏动作编排符号	149
综合运动的符号	150
后 记	151



第一篇 钢琴的构造与发音原理



介 绍

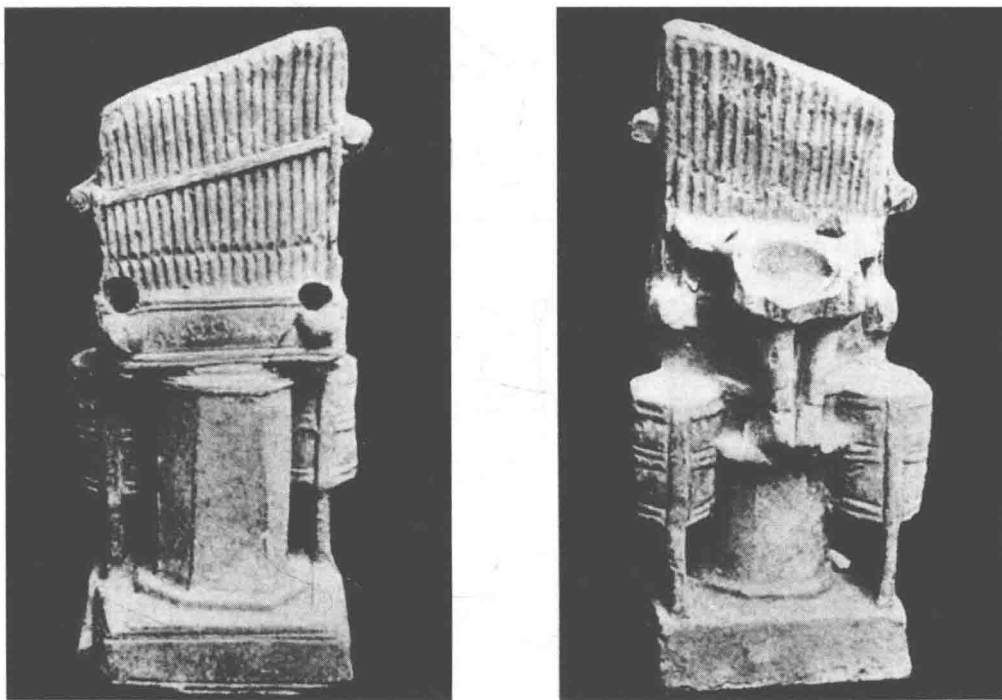
钢琴对每个人的意义是不一样的。对一个与音乐无关的人来说,拥有一台钢琴是一种身份的象征,以及拥有一个上百年历史的艺术品的象征。有些人对钢琴的认识是因为某个家庭成员在学习钢琴,或者来访的客人有时会弹弹钢琴。况且,钢琴也是一件很棒的装饰性家具。

但是对一个钢琴演奏者来说,钢琴是一个有生命的物体,一个能表达我们内心深处感受的媒介体。但是大部分的钢琴演奏者对钢琴的构造认识并不多。而如果我们对钢琴的发音过程不了解,我们自身的音乐和演奏技巧的发展就会受到很大的限制。

在我们对钢琴发音原理没有很好了解的前提下,去研究人体的运动和钢琴发音的演奏技巧是没有任何意义的。所以,我们先要把钢琴作为人类发明智慧的奇迹来重新认识。

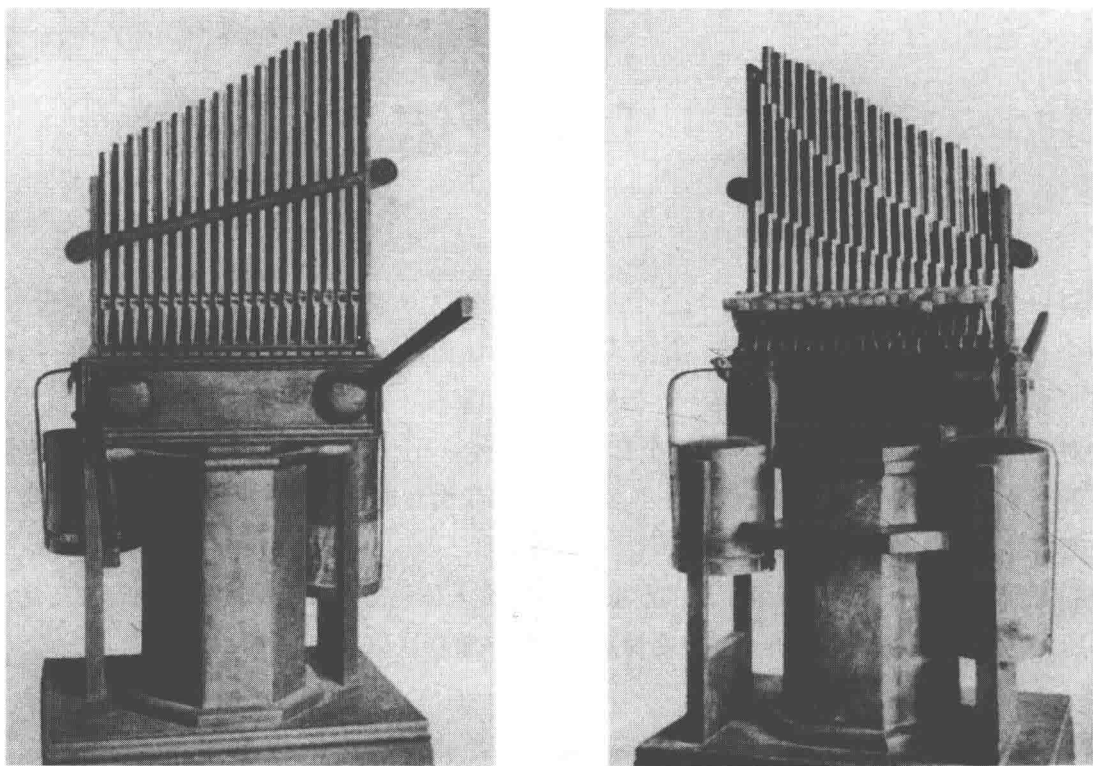
钢琴发展的一些史料

我们所知的最老的键盘乐器是古希腊水压管风琴(Hydraulis),一种古希腊时代的风琴。它的发明者是克特西比奥斯·冯·亚历山德拉里亚(Ktesibios von Alexandria)(大约公元前300至250年)。



图像 1a

古希腊迦太基(Karthago)地区发掘出的红陶制成的古希腊水压管风琴(Hydraulis)



图像 1b

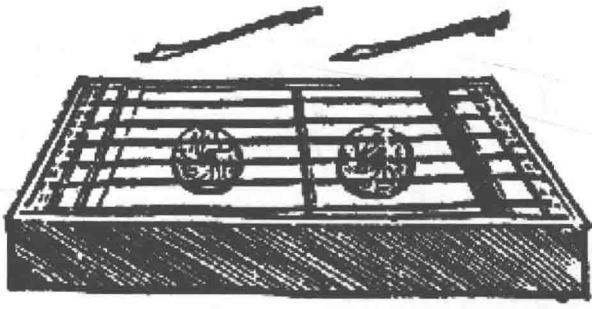
复原仿造的古希腊水压管风琴(Hydraulis)

古希腊水压管风琴或水压管风琴是一种用水压原理制成的乐器(在古希腊文里 hydro 指的是水, aulos 指的是管道)。这种乐器只有 19 个键,每个键长 20 厘米,宽 5 厘米。它当时的运动构造很特别,有一种可以翻动的盖子,并可以自动回到原来的位置。这种构造和装置在 10 世纪时被重新发现,用在了当时的管风琴里。按古书记载,这些水压管风琴有十组管道和音栓,它发出的声音在 60 英里外都能听见。在演奏时演奏者必须堵住自己的耳朵,以避免对耳朵造成的伤害。

同样的古书还记载,在古罗马的斗兽场也用到过水压管风琴。它发出的粗狂的声音,衬托着人与兽之间残酷的杀戮。考古者们在原迦太基(北非海岸今突尼斯)的废墟中发掘出一个红陶制成的水压管风琴;还有一个早期的水压管风琴的残部于 1931 年被人在布达佩斯(Aquinum)废墟发现。

最早的钢琴前身是一种中世纪的弦乐器,叫洋琴(Dulcimer)。它有一个长的椭圆形的外壳,大概 1 米长,25 厘米宽。10 根以上的弦通过木槌的敲击发出声音。洋琴的发源地是中东地区,在 12 世纪通过西班牙传到西欧。

后来人们又发明了其他的乐器,如竖琴(Psalterium)和同属于拨弦古钢琴(Harpsichord / Cembalo)家族的斯皮耐特(Spinett)、羽管键琴(Virginal)和拨弦古钢琴(Cembalo)。



洋琴 (Dulcimer)



竖琴 (Psalterium)

斯皮耐特 (Spinett)



羽管键琴 (Virginal)

拨弦古钢琴 (Cembalo)

(本页为译者加注)



图1 双斯皮耐特(Spinett)或羽管键琴(Virginal)
(1889年收藏于大都会艺术博物馆布朗克罗斯比的乐器)

拨弦古钢琴与洋琴最大的区别在于,拨弦古钢琴是通过羽毛骨或者拨子运用杠杆的原理,从琴弦下方向上拨动琴弦来发音,而不是像洋琴那样通过直接敲打琴弦来发音的。因此,拨弦古钢琴不可能在同一个音上制造出不同的力度来。

在15至18世纪出现的击弦古钢琴(Clavichord)更接近我们现代的钢琴,它能让演奏者有更加多的力度层次。击弦古钢琴在现代有时还会被使用。

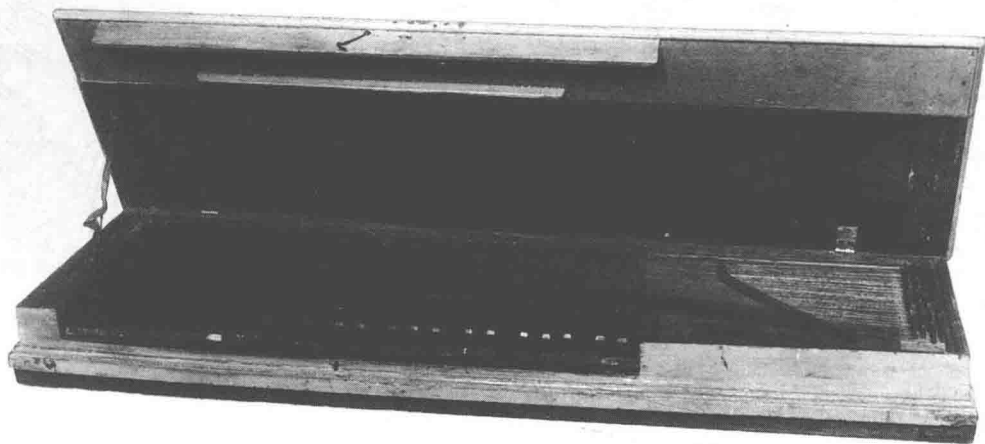


图2 18世纪中期的德国的击弦古钢琴(Clavichord)
(1989年收藏在大都会艺术博物馆)