



技法进阶训练

李晓峰

山东教育出版社

J632.21
14

二胡

技法进阶

江苏工业学院图书馆
藏书章

李晓峰

山东教育出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

二胡技法进阶训练 / 李晓峰编著. — 济南: 山东教育出版社, 2002

ISBN 7-5328-3683-5

I. 二... II. 李... III. 二胡 - 奏法
IV. J632.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第062173号

二胡技法进阶训练

李晓峰

出版者: 山东教育出版社

(济南市纬一路 321 号 邮编: 250001)

电话: (0531) 2092663 传真: (0531) 2092661

网址: <http://www.sjs.com.cn>

发行者: 山东教育出版社

印刷: 山东新华印刷厂德州厂

版次: 2002 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 1—1000

规格: 787mm × 1092mm 16 开本

印张: 11 印张

字数: 191 千字

书号: ISBN 7-5328-3683-5/G · 3320

定, 价: 22.00 元

(如印装质量有问题, 请与印刷厂联系调换)

目录

第一章 概述	1
第一节 二胡的历史与沿革	1
第二节 二胡的型制与部件	2
第三节 基本演奏姿势	3
第二章 左右手基本技法进阶训练	4
第一节 长弓与空弦	4
第二节 分弓与运指	7
第三节 连弓	17
第三章 左手技法进阶训练	29
第一节 换把	29
第二节 颤音	79
第三节 装饰音	87
第四节 滑音	94
第五节 揉弦	103
第六节 泛音	110
第四章 右手技法进阶训练	116
第一节 快弓	116
第二节 颤弓	130
第三节 顿弓	134
第四节 跳弓	140
第五节 抛弓	147
第六节 垫弓	152
第五章 特殊演奏技法简介	158
第一节 拨奏	158
第二节 特殊弓法	161
第三节 特殊效果演奏法	165
附录	169
一、常用演奏符号说明	169
二、参考书目	171

的广泛开展，二胡已得到世界上越来越多的人们的认识和喜爱。

第二节 二胡的型制与部件

二胡由琴皮、琴筒、琴杆、弦轴、琴弦、琴码、千斤、弓子、音垫及音窗与琴托等部件组成。它的发音原理是通过弓毛磨擦琴弦，使琴弦按一定频率振动，经过琴码将振动传到琴皮，再通过琴筒的共鸣和扩大，从而发出二胡自身特有的音响。

一、琴皮

二胡琴皮采用的是蟒皮，它是决定二胡音质的最重要的部件之一。上佳的琴皮应厚薄适度、均匀，鳞格排列整齐、大小适中，色泽黑、黄分明，皮面光洁、油润。

二、琴筒、琴杆与弦轴

优质二胡的琴筒、琴杆与弦轴一般是用紫檀木、乌木、红木等结构细密、质地坚硬的木料制作。琴筒多为六角型或八角型，偶见圆型及椭圆型。琴筒对音质亦有重要的影响，应制作精细，胶合严密、牢固。琴杆的木料应纹理顺畅、无疤节。弦轴除木轴外，有许多二胡采用机械轴。木轴与机械轴各有所长：木轴的音准较为稳定，且使用寿命长，缺点是调音不够方便，初学者往往难以控制；机械轴调音方便，但使用时间久后容易“跑弦”。

三、琴弦、琴码与音垫

二胡的琴弦过去分丝弦和金属弦两种，现在丝弦已被淘汰。使用金属弦需注意以下问题：一是系琴弦时，不要使琴弦出现打折的情况，否则琴弦极易从打折处折断；二是不同牌号的琴弦粗细、软硬会略有不同，演奏者可依自己的习惯和需要加以选择，但不要将不同牌号的内外弦随意搭配使用；三是一副琴弦不要用得时间太久，否则容易使琴弦磨损变形或生锈，影响音质与音准。此外，在演奏个别定弦特殊的乐曲如《二泉映月》、《长城随想》等时，应更换相应的琴弦，甚至使用特制的二胡。

琴码俗称码子，它在琴弦与琴皮之间起传导作用，对音质具有重要的影响。码子通常由松节、枫木、乌木、紫檀、红木、竹子等材料制作，大小、高低及形状不一。

音垫是为了控制狼音而加在琴码下方琴弦与琴皮之间的软垫，它的材质、大小及厚薄对二胡的发音有重要作用。

演奏者应根据自己二胡的特点，精心选择和调整琴码与音垫。

四、千斤

二胡的千斤有活动千斤和固定千斤两类。活动千斤发音柔和、缠制方便，但容易引起跑弦；固定千斤不易跑弦，但发音略显刚硬，使用时要在千斤弦钩与琴弦相接处加垫一块小软垫。

五、琴弓

琴弓的优劣对二胡的演奏具有重要影响。二胡的琴弓一般用富有弹性的红竹、白竹、湘妃竹等制成，弓毛以白马尾为佳，一般应选择粗细、软硬适度，竹节少、弓毛顺的琴弓。

第三节 基本演奏姿势

一、基本演奏姿势

二胡的基本演奏姿势为平腿式。即坐好后（只坐椅面的前三分之二），将两腿放平，两脚一前一后平稳着地，两腿宽度与肩宽相当，上身要端正、自然，切勿养成低头、驼背、端肩、斜肩等不良习惯。有些演奏者习惯在演奏时将左脚踏起，这样容易引起左腿紧张并影响身体的稳定，因而不应提倡这一做法。

除平腿式以外，还有架腿式、站立式两种演奏姿势。架腿式是坐定后将左腿架在右腿上，这种姿势不够自然、稳定，且容易疲劳，已很少有人使用。站立式是指在特定的演出环境中，为使演奏显得轻松、活泼、富有动感而采取的将琴筒固定于腰间、站立演奏的姿势。

二、持琴

应将二胡的琴筒放置在大腿与腹部连接的部位，琴皮面稍稍偏向右前方，琴杆放正并略向前倾。左手在千斤下方约1厘米处自然握持琴杆，拇指微伸，其余手指自然弯曲呈斜弧型，让靠近指尖处的指肚触弦，掌心弓起做半握拳状，肘部自然下垂。

三、持弓

用右手拇指的指尖关节右侧和食指第二关节的左侧握持弓杆，中指与无名指伸入弓杆与弓毛之间。演奏外弦时，由中指的指尖关节稍后处与拇指、食指共同控制弓杆向外施力，使弓毛贴住外弦摩擦发声；演奏内弦时，以拇指、食指控制弓杆，中指、无名指指肚向内施力，使弓毛贴住内弦摩擦发声。

第二章 左右手基本技法进阶训练

二胡右手各种运弓的技法称为弓法，它是二胡演奏技法中极为重要的组成部分。乐曲轻、重、缓、急、抑、扬、顿、挫的变化，主要是通过弓法中各种技巧的运用得以实现的。因此应充分重视二胡右手技法的训练与掌握，要注意从基础做起，从基本技法的训练入手，以便为其他演奏技巧的学习打下坚实而良好的基础。

第一节 长弓与空弦

一、长弓

超过弓子有效长度二分之一或用全弓演奏的弓法叫做长弓。它是右手技法的基础，有快速长弓、慢速长弓、分弓长弓和连弓长弓的区别。

成人使用的弓子长度一般为 81 厘米或 82 厘米（儿童用弓应根据其臂长的实际情况相应减短，通常为 72 ~ 75 厘米），有效长度是 65 厘米。在演奏各种不同弓法时，弓子使用的长度和部位有很大的区别。为更有效地进行右手运弓的训练，在练习中很有必要将弓子进行弓段划分。弓子的划分大致如下：弓毛的两端各减去约 1.5 厘米后的有效弓段称为全弓；若将全弓从中间一分为二，左边一半为左半弓，右边一半为右半弓；若将全弓一分为三，左边三分之一为左半弓，中间三分之一为中弓，右边三分之一为右半弓；若将全弓一分为四，从左至右依次为弓尖、中左、中右、弓根。

演奏长弓时，动作幅度比较大。基本动作是以肩为轴，以手腕处为先动点，以右臂的外展内收为基础，即拉弓时用外展的大臂带动小臂和手掌，推弓时以内收的大臂带动小臂和手掌完成运弓动作。演奏时，右臂重心置于靠近肘关节的小臂部位，手腕相对放松但切忌过软，手掌与手指随拉推弓的动作方向呈现自然的伸指与握拳状态。要避免拉弓时以肘部为先动点和推弓时大臂内收不到位，那样容易造成因大臂架起、右臂重力下沉不够而使声音发虚。在运弓过程中还要注意持弓手指支点的稳定、拉内弦时无名指指肚向弓毛施力和拉外弦时中指向弓杆施力时不同的施力感觉，保证奏出的声音纯净、饱满、润泽。

良好的运弓状态要求右臂的动作自然、协调，力量通畅，同时还必须使弓子的运行平、直、稳。即运弓时，弓毛与琴筒平行，弓毛靠近琴杆与琴弦呈垂直角度，保持弓子运行轨迹平稳，避免弓尖或弓根上翘或下斜。只有遵循这些基本的运弓规律，才有可能拉出高质量的长弓。

二、空弦

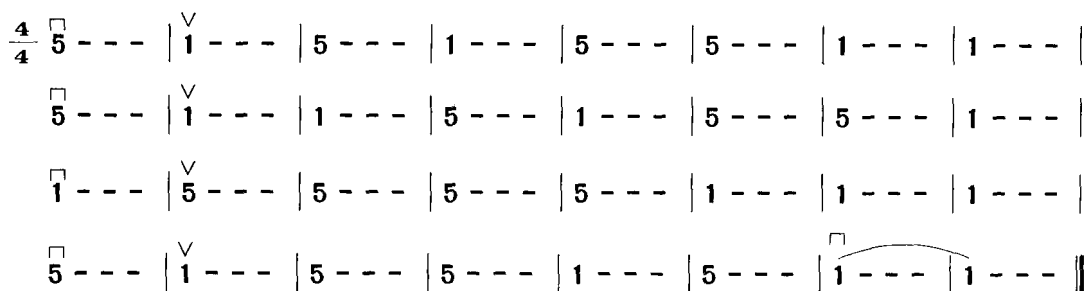
空弦练习是二胡演奏技法中最基础的发音练习。从空弦音的练习入手，可以使初学者精力集中去体会运弓时身体各部位的基本状态和运弓的基本方法。

空弦音进阶练习

2-1-1

1 = D (1 5 弦)

刘天华 曲

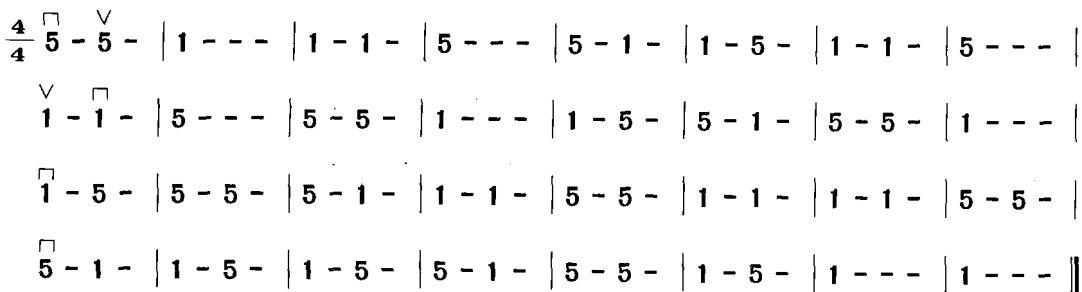


[练习提示]

练习前应调整好演奏姿势及持琴与持弓的状态，力争做到自然、协调、大方。练习中，随时注意右手运弓的方法，体会右臂各部位的相互配合，明确感觉持弓支点的稳定自然及运弓时右臂外展内收、手掌伸指握拳的状态。弓毛应自然贴住琴弦，力度适中，弓速均匀，发音松弛圆润，使琴弦与琴筒产生共振的感觉。

2-1-2

1 = D (1 5 弦)



[练习提示]

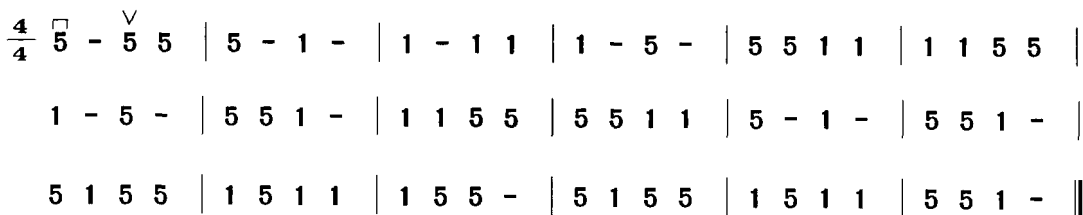
在这首练习曲中,增加了换弦的次数,因此难度也相应加大。练习时应注意体会换弦时各手指不同的施力部位和施力感觉,控制好换弦时弓子的稳定及持弓手指支点的稳定。

此练习曲要用全弓进行演奏,根据音符时值的不同长短,控制好运弓的速度。

2-1-3

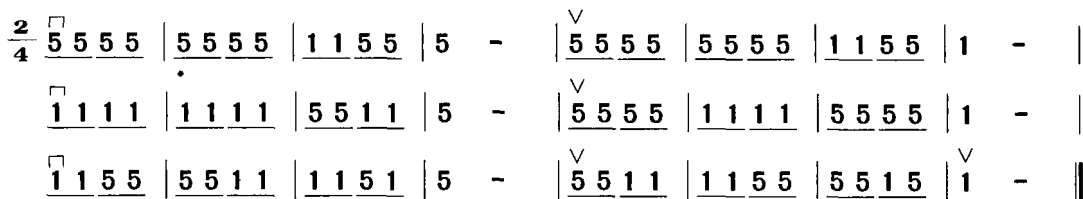
1 = D (1 5 弦)

刘天华 曲



2-1-4

1 = D (1 5 弦)

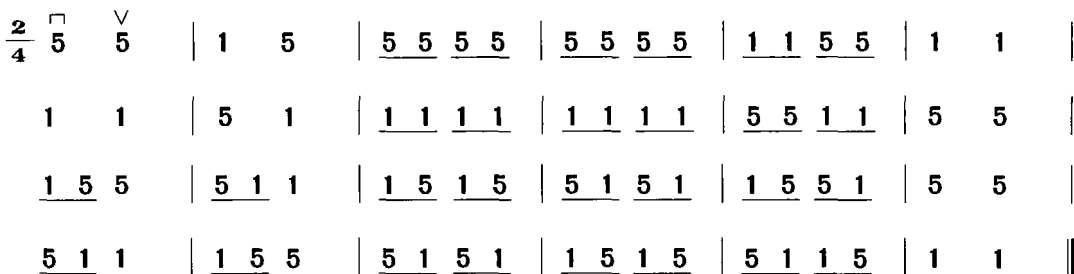


[练习提示]

此练习曲在全弓、换弦基础上,增加了不同弓段的练习。弓段训练是针对演奏中使用的不同运弓范围和不同运弓部位而进行的专门性练习,要求在熟知弓段划分的前提下严格控制运弓范围,其中尤应注意演奏左半弓时手指对弓毛的施力感,同时应注意换弓、换弦时弓子的过渡。手腕只是相对放松,切不可在换弓时出现甩手腕的不良现象。

2-1-5

1 = D (1 5 弦)



第二节 分弓与运指

一、分弓

广义地讲，凡是每弓只奏一个音的弓法即为分弓。分弓有慢速分弓（即长弓）、中速分弓（即一般意义上的分弓）和快速分弓（即快弓）之分。狭义地讲，通常在中等速度下一弓演奏一个四分音符或一个八分音符的弓法为分弓。这种分弓是长弓动作的加快与缩小，运弓弓法与长弓相似，只是由于弓幅变小而增加了换弓的频率。所以，练习时应注意体会在长弓运弓基础上减少换弓痕迹，注意旋律连贯和左手运指与换弓动作密切配合，只有这样才能使分弓清晰、准确。

二、运指

运指即演奏二胡时左手手指的运动，它是二胡指法技巧的基础，也是决定音准的重要因素。此类练习的目的主要是使初学者能依照正确的方法学习，逐步掌握左手的手型及运指动作。

运指的指法符号和指序为：食指为“一”指，中指为“二”指，无名指为“三”指，小指为“四”指或“×”指。

初学者在练习时，首先应保持好左手手型并使手指关节相对放松。手型为斜弧型，避免手腕下压和过分拱起，以保证手指在弦上能够自然弯曲、力点集中为宜；拇指自然伸展，避免过分上翘或下弯而紧夹琴杆；手指触弦时，用靠近指尖的指肚部分与弦的平面接触，手指关节自然弯曲，避免反弯。因小指相对较短，触弦时应自然伸直，但必须保证能使之与弦的平面接触。要避免内弦四指的音准、音质产生与其他手指不一致的问题。手指在弦上起落时，手掌放松，以掌关节为轴，由第二关节带起手指，使之自然弯曲抬起，放松下落。要注意用力不可过大，保证手指灵活、富有弹性、指力集中。除触弦手指外，其他手指不要僵直或过分弯曲，应随触弦手指自然下落，以自然松弛的状态随时准备交替触弦。

三、保留指

左手运指过程中，将其音响已结束且低于将奏音高的手指按原来音位暂时保留在琴弦上，即旋律由低至高进行时，原按低音的手指不做离弦动作，旋律由高到低进行时，按该低音的手指不重新做按弦动作，只做离弦动作，这种方法叫做保留指。

保留指方法的运用，一方面由于减少了手指在琴弦上的起落次数，因而

保证了快速音符的清晰演奏；同时，由于不离弦手指的使用增加了按弦手指的辅助支点，从而更有效地保证了同一把位中音高的准确性，并对巩固良好的手型及演奏某些技巧提供了有利的帮助。

该节训练分为食指训练、中指训练、无名指训练、小指训练、保留指训练等几个相对独立的部分，目的在于使学习者能够在循序渐进的过程中逐一体会和掌握运指的状态和方法，避免整个运指过程集中在一起训练而容易出现演奏方法难以掌握的现象。

分弓与运指进阶练习

2-2-1

1 = D (1 5 弦)

$\text{♩} = 60$

$\frac{2}{4}$ $\overset{\square}{1}$ - | $\overset{\square}{2}$ - | $\overset{\square}{1}$ - | $\overset{\square}{2}$ - | $\overset{\square}{1}$ - | $\overset{\square}{2}$ - | $\overset{\square}{1}$ - | $\overset{\square}{1}$ - |

$\overset{\vee}{5}$ - | $\overset{\vee}{6}$ - | $\overset{\vee}{5}$ - | $\overset{\vee}{6}$ - | $\overset{\vee}{5}$ - | $\overset{\vee}{6}$ - | $\overset{\vee}{5}$ - | $\overset{\vee}{5}$ - |

$\overset{\square}{6}$ - | $\overset{\square}{5}$ - | $\overset{\square}{6}$ - | $\overset{\square}{5}$ - | $\overset{\square}{6}$ - | $\overset{\square}{1}$ - | $\overset{\square}{2}$ - | $\overset{\square}{2}$ - |

$\overset{\vee}{2}$ - | $\overset{\vee}{6}$ - | $\overset{\vee}{5}$ - | $\overset{\vee}{6}$ - | $\overset{\vee}{5}$ - | $\overset{\vee}{2}$ - | $\overset{\vee}{1}$ - | $\overset{\vee}{1}$ - ||

[练习提示]

进行此练习时，左手手型要自然放松，左臂和肘应自然下垂。注意体会手指在起落过程中用力高抬与放松快落，同时应随时注意手指的触弦点，避免指关节反弯而影响手指起落的畅通。

左手运指的所有练习，都必须注意要与右手运弓动作有机配合、协调一致。

2-2-2

1 = D (1 5 弦)

刘长福 曲

$\text{♩} = 68$

$\frac{2}{4}$ $\overset{\square}{1}$ 1 | 2 2 | 6 6 | 5 - | $\overset{\vee}{6}$ 5 | 6 5 | 6 1 | 2 - |

1 2 | 1 2 | 1 6 | 5 - | 2 6 | 5 6 | 5 2 | 1 - |

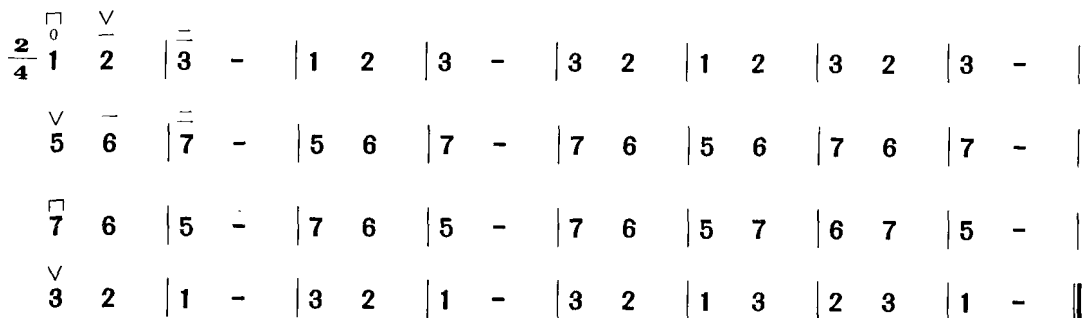
5 6 | 5 - | 1 2 | 1 - | 1 2 | 1 - | 5 6 | 5 - |

2 6 | 5 6 | 5 1 | 2 - | 1 5 | 6 5 | 6 2 | 1 - ||

2-2-3

1 = D (1 5 弦)

♩ = 60



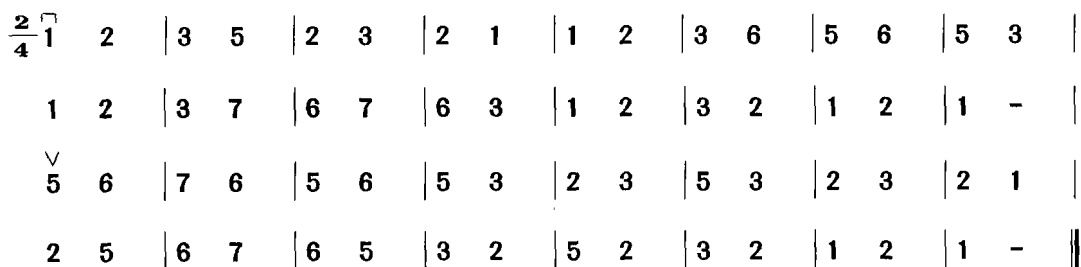
[练习提示]

在演奏的整个过程中,左手型的自然状态应呈斜弧型,运指过程中一定保持手指及其关节的自然弯曲,触弦手指之外的其他手指均应放松,以便“随时待命”。触弦的不同手指在运指过程中,需特别体会重心转移及手指的间距,要注意细心聆听并及时校正音准。

2-2-4

1 = D (1 5 弦)

♩ = 68



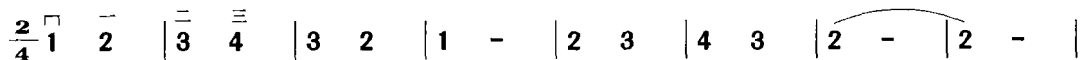
[练习提示]

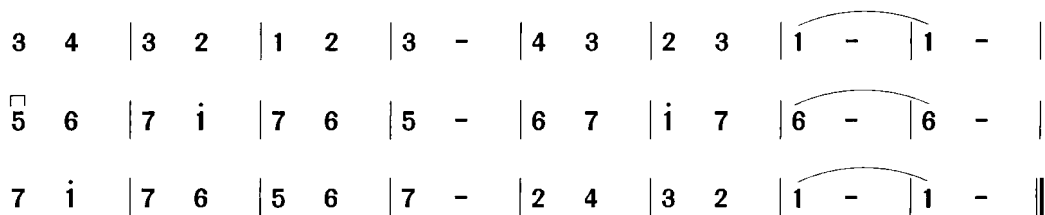
这条练习曲增加了一定数量的换弦练习。在练习过程中,除应注意左手运指状态、方法、音准外,对右手运弓状态及内外弦换弦方法也应加以注意。

2-2-5

1 = D (1 5 弦)

♩ = 72



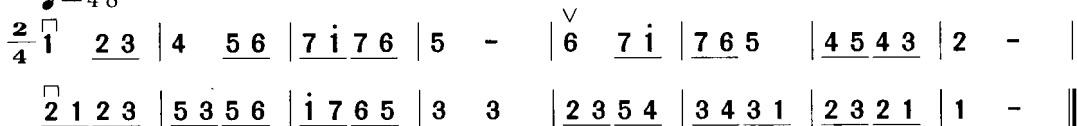


[练习提示]

三指的加入,除带来了指序变化的更大空间,同时也增加了D调第一把位二、三指之间不同的指距(即内弦3、4之间,外弦7、 $\dot{1}$ 之间半音指距关系)。因此,从这条练习曲开始的各条、各项训练中,除继续巩固以前所学,还应严格注意指距变化及由此带来的音准问题。另外,由于参与触弦手指数量的增加,各种或规则或不规则的指序组合也会越来越复杂,保留指的运用和手指独立运动能力的锻炼,应作为练习的重点内容给予充分重视。

2-2-6

1 = D (1 5弦)

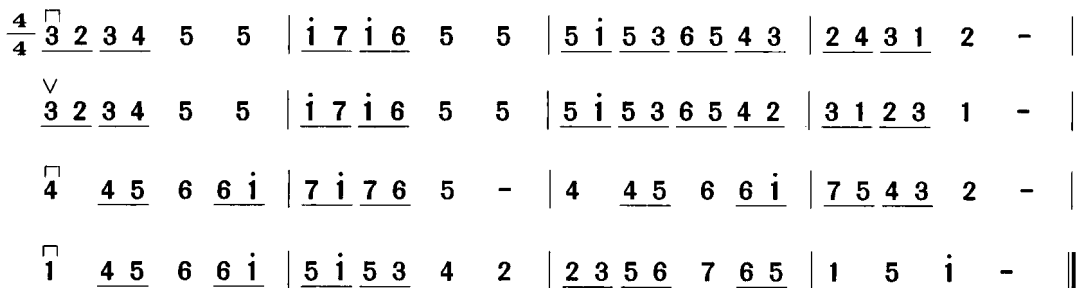
 $\text{♩} = 48$ 

[练习提示]

这首练习曲除加大了指序难度外,开始增加八分音符及由此带来的不同弓段、弓位的训练。在练习过程中要注意对手指独立性、指距、音准、弓段等问题给以兼顾。

2-2-7

1 = D (1 5弦)

 $\text{♩} = 52$ 

[练习提示]

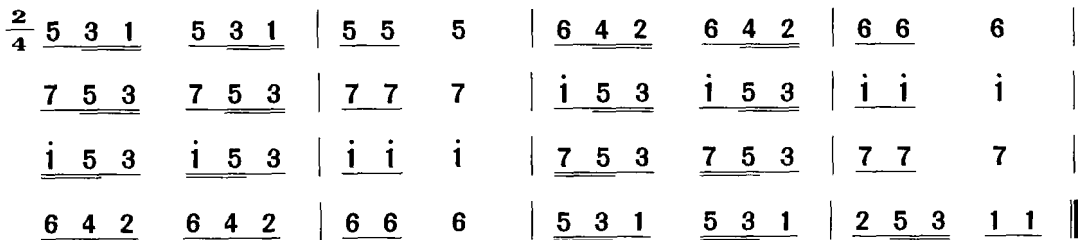
本练习曲在音阶式指序基础上,增加了空弦音与各音间连接的指序组合,增加了指

距控制的难度和相对较远的音程关系。练习时应注意仔细体会和观察左手型的正常状态和各种指序、指距，并注意用空弦音帮助校正音准。

2-2-8

1 = D (1 5 弦)

♩ = 5 4



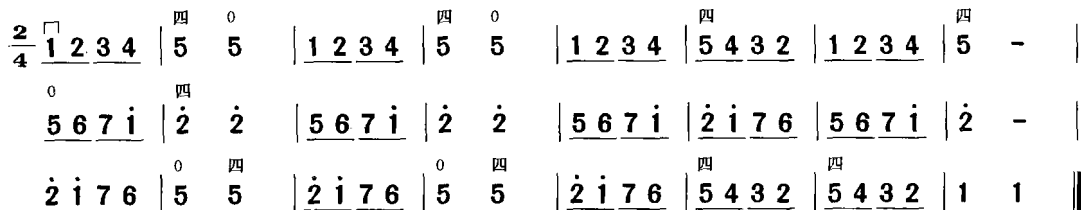
[练习提示]

本练习曲增加了带有十六分音符的基本弓法和指序组合。在练习各种不同的节奏型时，右手要注意弓段、弓位的合理安排，左手密切注意各手指起落的时间差，做到两手的协调、一致，避免弓先指后或指先弓后的不良现象。

2-2-9

1 = D (1 5 弦)

♩ = 5 4



[练习提示]

小指短于其他三个触弦手指且缺乏灵活性，应加强对它的锻炼。练习时应注意其抬起和下落时的状态要自然，切不可用力过大过猛，否则不仅会造成小指的僵直，同时也会牵制手掌乃至小臂陷入紧张状态，使整个运指过程受到影响。

练习时，除保证小指的天然起落状态外，还应注意小指触弦时指肚与弦应呈平面接触，可使手型略微外转以辅助按弦。同时，四个手指交替使用时，要注意各手指重心的及时转移和肩、肘、腕、掌等各关节的放松，以保证运指过程中各手指动作与力度协调统一。另外，小指短且缺乏控制力，在练习过程中尤应注意使用保留指，其中无名指的保留对帮助小指按稳琴弦和运指过程中自然的起落有着直接的作用。

2-2-10

1 = D (1 5 弦)

刘天华 曲



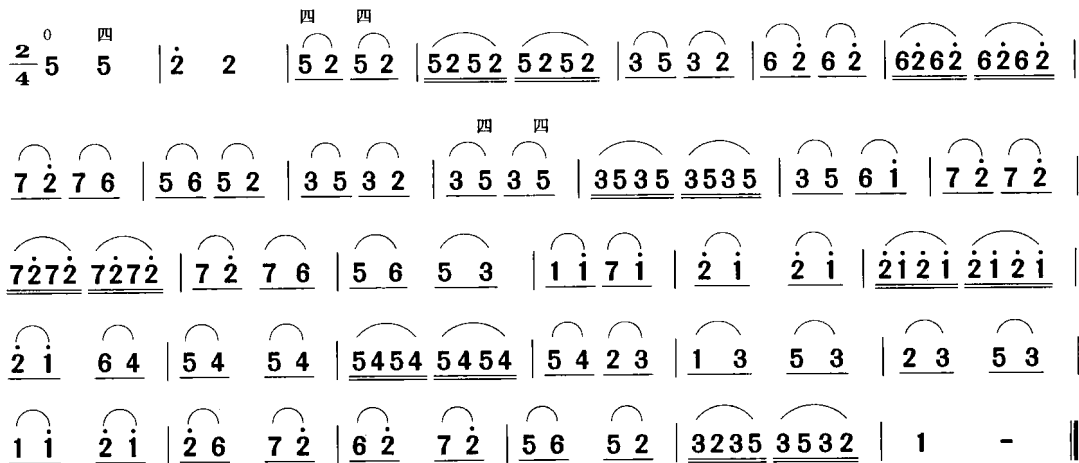
[练习提示]

小指按音时, 拇指应自然伸直并放松、舒展, 其他手指则要稍有一个趋向性的手型变化, 即在小指按音且有保留指帮助时, 另外三个按音手指可适当增加弯曲度以帮助小指松弛、准确地按音。

2-2-11

1 = D (1 5 弦)

刘天华 曲



[练习提示]

旋律上行运动到小指且有保留指帮助时, 其余手指的手型应自然过渡以帮助小指松弛、准确地按音; 而旋律下行运动时, 手型及所有手指则应迅速恢复自然状态以保证其他手指保持良好的按弦状态。此条练习曲的主要目的, 就在于练习旋律下行时手型与手指自然状态的恢复和运用。

2-2-12

1 = D (1 5 弦)

♩ = 72



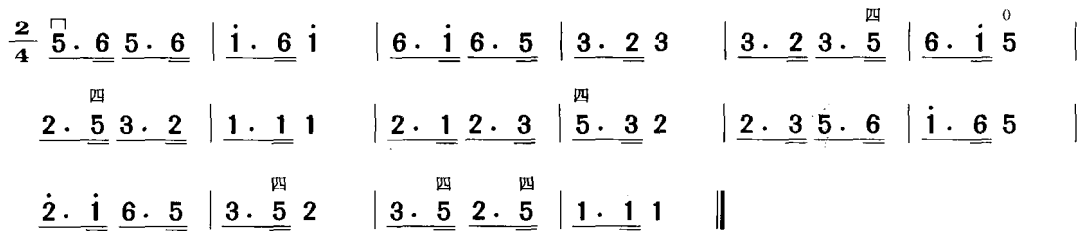
[练习提示]

此练习曲在旋律中增加了附点四分音符，练习时除了保持好小指按音的状态外，注意演奏附点音符时两手的配合。

2-2-13

1 = D (1 5 弦)

♩ = 52



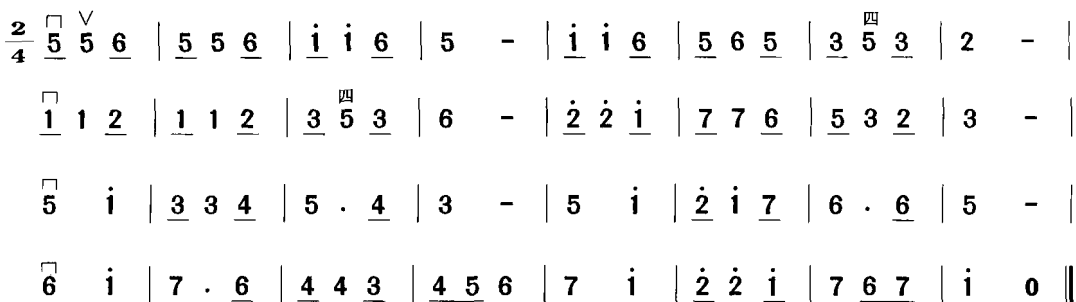
[练习提示]

附点音符特别是本曲附点八分音符的出现不仅增加了新的节奏音型，同时对弓段、弓位的使用与控制也提出了更严格的要求。应合理安排弓位，运弓范围不要过大，以免感觉费力、笨拙。

2-2-14

1 = D (1 5 弦)

♩ = 68



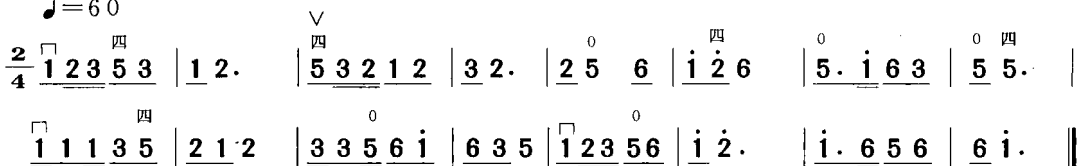
[练习提示]

本曲是小指与切分节奏的练习。演奏切分节奏时应注意安排好弓段与弓位,保证节奏的准确。

2-2-15

1 = D (1 5 弦)

♩ = 60



[练习提示]

此曲增加了另外一种常见的切分节奏 $\underline{x} \underline{x} \cdot$, 在把握好其节奏感的同时,要注意运弓的稳健。演奏其中较长的音时,注意运弓过程中调整好弓速与手指压力的比例,以免奏出的声音过于僵硬、呆板。

乐 曲

本节练习以国内外民歌及创作性儿童歌曲为主,难易程度与本节所述内容基本相符,练习者可有针对性地选择使用。

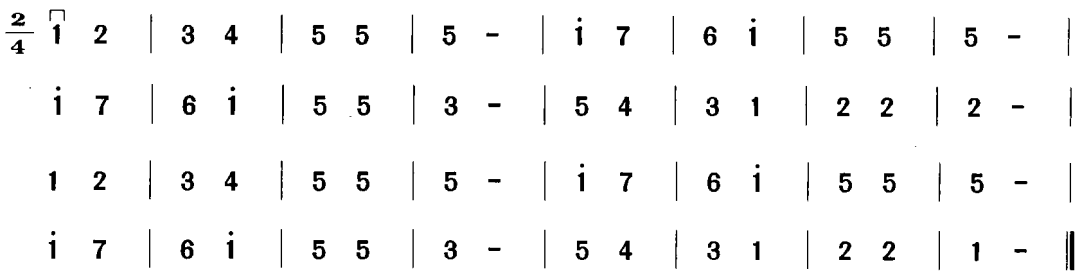
2-2-16

小 琴 手

佚名 曲

1 = D (1 5 弦)

♩ = 78



2-2-17

上 学 歌

北京小学唱歌教研组 曲
儿 歌

1 = D (1 5 弦)

♩ = 64

