

新编

流行乐器基础教程系列丛书

长笛基础教程

钱 芭 编著

北京日报报业集团
同心出版社



音乐基础教程

长笛基础教程

第一分册

音乐基础教程
长笛基础教程
第一分册



新编

CHANGDIJICHUJIAOCHENG

长笛基础教程

钱 芑 编著



北京日报报业集团
同心出版社

图书在版编目(CIP)数据

新编长笛基础教程 / 钱芭编著. — 北京: 同心出版社,

2008

ISBN 978-7-80716-713-6

I. 新… II. 钱… III. 长笛—吹奏法—教材 IV. J621.16

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 164004 号

新编长笛基础教程

出版发行: 同心出版社

地 址: 北京市东城区朝阳门南小街 6 号楼 303

邮 编: 100010

电 话: 发行部: (010) 65255876 65251756

总编室: (010) 65252135

印 刷: 北京市燕山印刷厂

经 销: 各地新华书店

版 次: 2009 年 1 月第 1 版

2009 年 1 月第 1 次印刷

开 本: 850×1168 1/16

印 张: 17.75

字 数: 438 千字

定 价: 32.80 元

同心版图书, 版权所有, 侵权必究, 未经许可, 不得转载

前言



《新编长笛基础教程》是为初学长笛者编写的。为了便于使用，特作如下说明：

第一章 长笛概述。包括长笛一般知识及长笛基本演奏法。没有教师的使用者需要仔细阅读演奏法的章节，并按演奏法所写来完善自己的演奏。

第二章 长笛初级练习。包括发声、指法及读谱阶段所需要掌握的基本知识和长笛入门练习。为了便于打好长笛基础，采用了对照式的练习方式（即变奏方式）。在练习时需要注意所有的变奏都采用统一的节拍，不论是四分、八分、十六分音符或三连音都只有在统一的节拍里才能比较出它们之间的差异，才能对这些不同的变奏有感性和理性的认识，并最终打好这些音乐基础。

第三章 练习曲选。曲目是从数位作曲家所作的练习曲中精选出来的。不同作曲家的不同思维方式，有助于我们更全面地掌握长笛演奏技艺。如果你能够按照乐曲提示完成练习，你便达到了中央音乐学院长笛业余考级五六级的水平。

第四章 音阶及基本练习。长笛是技巧性很高的乐器，假若你有心分析研究一下技巧性的片段，会发觉它们大都是音阶、基本练习或是它们的变种的组合，可见音阶及基本练习的重要性。

初学者练习时，开始可以慢一点以完成好为目标，把所有的调练习过后，再从第一条音阶开始，并加一些速度练习……如此循环往复，一直到自己可以快速、熟练地演奏所有调的音阶及基本练习为止。

与音阶练习同等重要的是长音练习，我们每天必须做的两件事：一是长音练习，二是音阶练习，这是不能马虎的。长音练习请按照指法表，每天坚持练习每一个音。

第五章 乐曲和重奏曲。我们上边的一切努力都是为了演奏好乐曲。长笛有很多非常优美的乐曲，为了避免重复，其他集子收录过的本书就不收录了，但为了方便参见考级的考生，这里也选一些考级曲目。



第三、四、五章需要综合使用，才能使学习更加全面。

在本书的编写过程中得到学长李学全先生、张怀冰女士的大力帮助，许兰女士还帮助我做了许多案头工作，在此，表示由衷的感谢。

本书编写由于时间仓促，加之作者水平有限，不足和缺憾之处在所难免，有待于进一步补充、修改和完善，恳请读者批评指正。

本书由北京卓越文化艺术有限公司总策划并排版，在此表示衷心的感谢！书中收录的作品，有些已与作者取得了联系，但是有些尚未与作者联系上，谨此深表歉意！请尚未取得稿费的作者主动与我们联系，联系电话：66093542 联系人：魏建生，我们将按有关规定向您支付稿酬。

钱 莹



长笛指法表

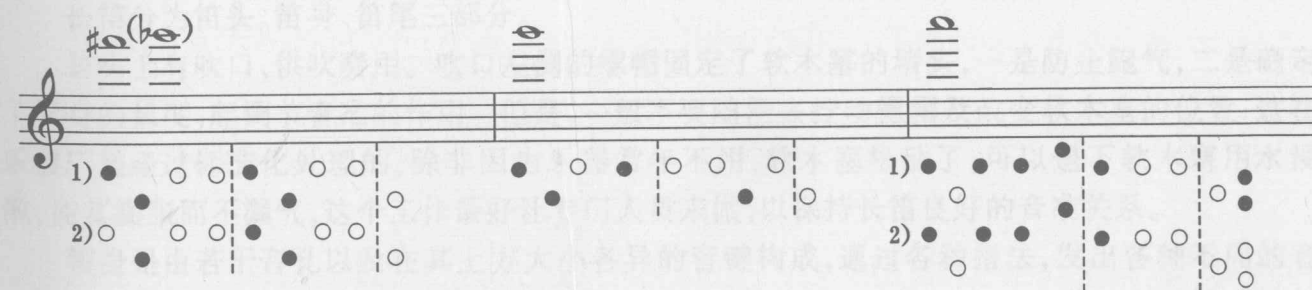
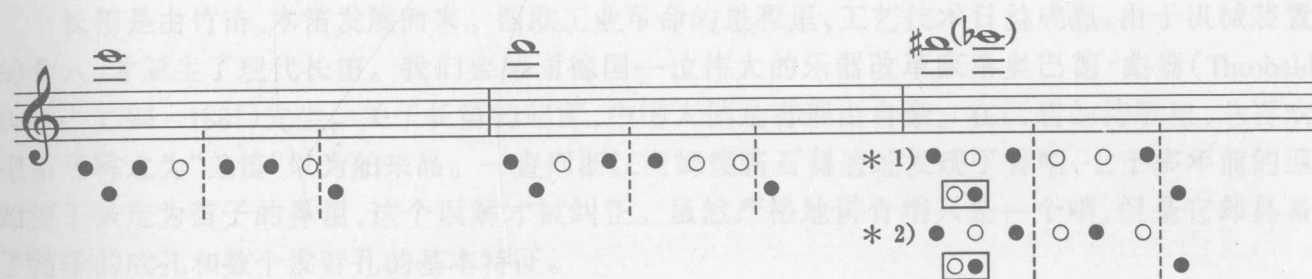
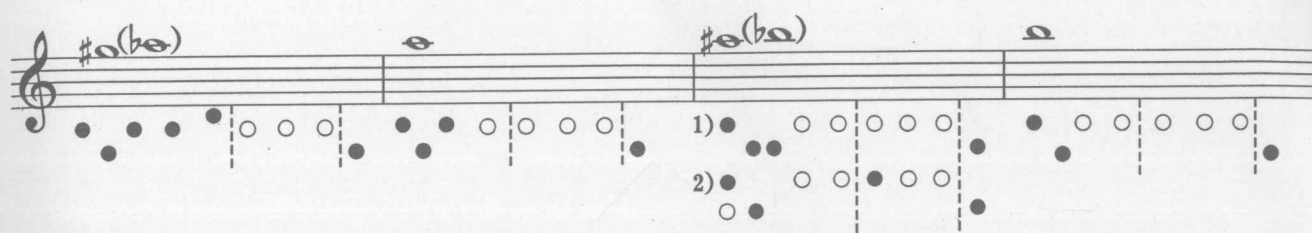
食	中	无	小	食	中	无	小
○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○

左手

右手

The musical notation consists of five staves, each representing a different fingering pattern for the flute. Each staff begins with a treble clef and a key signature of one sharp (F#). The notes are written on the staff, and the fingerings are indicated by dots (black for left hand, white for right hand) placed below the staff. The fingerings are numbered 1 and 2 for the right hand, and 1 and 2 for the left hand. The notation is as follows:

- Staff 1: C4 (left hand), D4 (left hand), E4 (left hand), F#4 (left hand), G4 (left hand), A4 (left hand), B4 (left hand), C5 (left hand).
- Staff 2: C4 (left hand), D4 (left hand), E4 (left hand), F#4 (left hand), G4 (left hand), A4 (left hand), B4 (left hand), C5 (left hand).
- Staff 3: C4 (left hand), D4 (left hand), E4 (left hand), F#4 (left hand), G4 (left hand), A4 (left hand), B4 (left hand), C5 (left hand).
- Staff 4: C4 (left hand), D4 (left hand), E4 (left hand), F#4 (left hand), G4 (left hand), A4 (left hand), B4 (left hand), C5 (left hand).
- Staff 5: C4 (left hand), D4 (left hand), E4 (left hand), F#4 (left hand), G4 (left hand), A4 (left hand), B4 (left hand), C5 (left hand).



说明：●为手指按键。○为抬指，空键。

* 此音指法不能使用左键。

目 录

长笛指法表	(1)
第一章 长笛概述	(1)
第一节 长笛简介	(1)
一、长笛的构造	(1)
二、长笛的指法	(2)
第二节 演奏法基础	(3)
一、口 形	(3)
二、姿势、手形	(3)
三、吐 音	(4)
1. 单吐法	(4)
2. 双吐法	(5)
3. 三吐法	(5)
四、呼吸法	(5)
1. 胸式呼吸法	(5)
2. 腹式呼吸法	(6)
3. 胸腹式呼吸法	(6)
五、其 他	(6)
第二章 长笛初级练习	(7)
一、吹笛头	(7)
二、组装长笛 (g^1-b^1 音)	(9)
三、 g^1-c^2 音的练习 (上)	(12)
四、 g^1-c^2 音的练习 (下)	(14)
五、 $\#f^1-d^2$ 音的练习	(18)

六、F 大调音阶与断音 (Staccato) 练习	(20)
七、G 大调音阶与连音 (legato) 练习	(24)
八、a 小调音阶练习	(27)
九、C 大调音阶练习	(29)
十、八分音符练习	(32)
十一、 $\flat$ B 大调音阶练习	(37)
十二、D 大调音阶与附点四分音符练习	(40)
十三、 $\flat$ E 大调音阶与切分音练习	(45)
十四、A 大调音阶与十六分音符练习	(49)
十五、 $\flat$ A 大调音阶与附点八分音符练习	(57)
十六、E 大调音阶与三连音练习	(60)
十七、d 小调音阶与三连音多种变化练习	(67)
十八、e 小调音阶与十六分音符多种变化练习	(70)
十九、半音练习	(73)
二十、装饰音练习	(76)
颤音 (Trill) 指法表	(77)
第三章至第五章的练习注意事项	(82)
第三章 练习曲选	(85)
第一节 练习曲 49 首	(85)
第二节 双吐、三吐练习	(151)
一、双吐练习	(151)
二、三吐练习	(157)
第三节 华彩 (Cadenza) 练习	(165)
一、F.戴维尼练习曲三首	(165)
二、A.B.福利斯丹诺练习曲二首	(166)
三、索玛花开	(169)
四、美丽的阿依古丽	(171)
五、紫禁城思古	(173)
第四节 怎样利用下颌的帮助来改进演奏	(175)
第四章 音阶及基本练习	(183)
第一节 C 大调与 a 小调	(183)

第二节	F 大调与 d 小调	(187)
第三节	G 大调与 e 小调	(191)
第四节	$\flat$ B 大调与 g 小调	(195)
第五节	D 大调与 b 小调	(199)
第六节	$\flat$ E 大调与 c 小调	(203)
第七节	A 大调与 $\sharp$ f 小调	(207)
第八节	$\flat$ A 大调与 f 小调	(211)
第九节	E 大调与 $\sharp$ c 小调	(214)
第十节	$\flat$ D 大调与 $\flat$ b 小调	(219)
第十一节	B 大调与 $\sharp$ g 小调	(223)
第十二节	$\sharp$ F 大调与 $\sharp$ d 小调	(226)
第五章	乐曲、重奏曲	(231)
一、	远方的思念	钱 芑 (231)
二、	回旋曲	(捷) J.A.斯塔米茨 (233)
三、	C 大调奏鸣曲 (第一乐章)	(英) J.胡克 (234)
四、	F 大调奏鸣曲 (第一乐章)	(德) G.P.泰勒曼 (235)
五、	小步舞曲	(德) 贝多芬 (236)
六、	C 大调奏鸣曲	(意) 维瓦尔迪 (237)
七、	浪漫曲	(德) R.A.舒曼 (240)
八、	春之声	钱 芑 (242)
九、	第一奏鸣曲	(德-英) G.F.亨德尔 (245)
十、	第四奏鸣曲	(奥) W.A.莫扎特 (249)
十一、	第二奏鸣曲	(德) J.S.巴赫 (252)
十二、	吹笛艺人的昨天 (组曲)	钱 芑 (257)
十三、	绿 袖 (二重奏)	英国民歌 (264)
十四、	美丽的梦 (二重奏)	(美) S.福斯特 (265)
十五、	新年好 (二重奏)	英国民歌 (265)
十六、	牧场上的家 (二重奏)	美国民歌 (266)
十七、	红河谷 (二重奏)	加拿大民歌 (266)
十八、	广 板 (二重奏)	C.埃博斯 (267)
十九、	第三 (二重) 鸣奏曲	R.考特维蒂 (268)
二十、	天鹅舞曲 (二重奏)	(俄) P.柴科夫斯基 (271)

第一章 长笛概述

第一节 长笛简介

长笛是由竹笛、木笛发展而来。西欧工业革命的进程里,工艺技术日益成熟,由于机械装置的介入,才诞生了现代长笛。我们要感谢德国一位伟大的乐器改革家泰奥巴德·彪姆(Theobald Bohm 1794-1881)先生。关于长笛的起源,中国人倒是有理由自豪。在汉唐的诗歌里,总喜欢把笛子称之为“羌笛”以为舶来品。一直到浙江河姆渡新石器遗址发现了骨哨,七千多年前的原始笛子被定为笛子的鼻祖,这个误解才被纠正。虽然严格地讲骨哨只是一个哨,但是它却具备了笛子的吹孔和数个发音孔的基本特征。

泰奥巴德·彪姆在1847年使长笛制造标准化并沿用至今。他改进了长笛的机械装置,使音键排列、管体的共鸣构造等都更为科学化,他所确定的数据已应用于几乎所有的木管乐器,称为“彪姆体系”。当然,现在的长笛已改用了金属材料,并对个别音键进行了改进,算起来,现代长笛已经有150年的历史了。

中国人把这种乐器称为“长笛”,而其他国家的称谓为:Flute(英);Flûte(法);Flauto(意);Flöte(德);Фле́йта(俄);フルート(日)。

一、长笛的构造

长笛分为笛头、笛身、笛尾三部分。

笛头上有吹口,供吹奏用。吹口左侧的螺帽固定了软木塞的堵头,一是防止跑气,二是确定了管身的长度,起调节音准的作用。但是,一般不要随便去拧动螺帽及改变软木塞的位置,这在乐器厂是经过标准化处理的,除非因为乐器常年不用,软木塞松动了,可以退下软木塞用水浸泡,使其膨胀而不漏气,这个工作最好让专门人员来做,以保持长笛良好的音准关系。

笛身是由若干音孔以及在其上方大小各异的音键构成,通过各种指法,发出各种不同的音高。这些机械的音键的组合互相牵动,闭合,一支合格的长笛应具备灵活、轻捷、自如的音键组合,才能有敏感的发声。

笛尾只有三四个键,由于笛身与笛尾可以分离,使我们能够更好地调节右手小指的位置,以使小指易于放松。

以上这三部分组合起来,从软木塞的堵头到笛尾的末端,全部关闭,便是音域宽广的长笛的

最低音——中央音 C(c^1),也就是长笛的全部发音管的长度。

这三部分的组装:笛头的吹孔对准笛身的音键(从 $\#C$ 孔开始)的中线,笛尾键盖的横梁对着笛身最后一键的中间,根据小指按键时的舒适程度来前后稍事调节笛尾的角度,因人而异。

笛头与笛身的接口还可用来调节音高:越向里插,音越高;越向外拔音越低。这是由于笛管总长的增加和减少造成的——管越长,音越低;管越短,音越高。长笛还分为开孔和闭孔两种(见下图)。

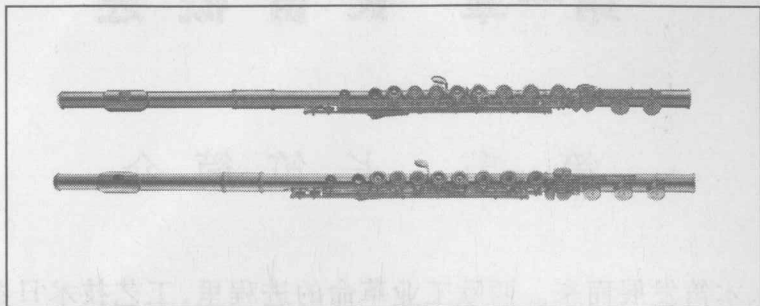


图 1

二、长笛的指法

长笛虽然有十六七个音键,但是,它依靠巧妙的机械组合的互相牵动,十个手指即可完成全部的操作任务。左手食指从第一个音孔的辅助键开始,然后隔开一个键子用中指按下,无名指再顺序按下,小指又顺序按下,大拇指负责后面的两个键子;右手大拇指托着笛子,食指、中指、无名指分别负责笛身最后三个键子以及这三个键之间的两个小键,小指负责笛尾的三个键子。这样你就可以管理长笛的所有音键了。

长笛的音域是从中央 C 到小字四组 c^4 之间的所有音,分为低、中、高三个音区。从小字一组 c^1 到 c^2 为低音区,从 c^2 到 c^3 为中音区;从 c^3 到 c^4 为高音区,共计 36 个音。这就是我们必须掌握的全部音。

为了便于学习,我采用手指按键来表示指法,这种图式一目了然,易学易懂,学生们都能较快地掌握(见下图,具体指法请查看指法表)



图 2

第二节 演奏法基础

长笛是一种十分受人喜爱的乐器,它的音色柔美动听,携带方便,特别是一些女孩子身穿白纱裙、楚楚动人的舞台效果,常常让人陶醉。在国外,长笛已成为钢琴、小提琴之外学习乐器的最佳选择,甚至大有赶超钢琴、小提琴的模样。在中国,它也逐渐地成为时尚,在北京、上海,学长笛的人数呈直线上升之势。

要说学习长笛需要哪些条件,第一位就是要喜欢长笛,再就是自身条件,比如上、下门牙的整齐和正常人的嘴唇,另外,手指也不能有过大的缺陷。换句话说,几乎人人都可以学习长笛。

一、口 形

关于口形在很多书上都说到了,这里我不做过多的复述。

1. 使你的唇能够轻轻贴在上、下牙床上,做到在相对稳定的口形下吹奏。注意上牙略前些。

2. 嘴呈微笑状,上下唇并拢,只留中间的一个风口。

3. 风口呈椭圆形,因为真正意义上的圆是不可能做到的。那么怎样判断达到标准没有呢?吹奏的过程中,嘴唇不能阻挡气流的顺利通过,不要听到“呼呼”的声音。也就是说,要尽可能地把风口做圆,风口不能狭长、扁平,如果扁平、狭长就会发出“呼呼”的声音,这一点必须贯彻到你练习的始终,特别在最初口形尚不固定的阶段。

4. 风口的大小怎样才合适呢?风口的大小不要超过笛头吹口的大小,风口太大浪费气,气也不集中,当然你发出的声音就散了。对于初学者来说,必须对着镜子,时刻调整口形,按照上面的要求练习。要尽可能快地掌握吹奏长笛的基本口形。在没有吹奏长笛的时候,可以找一个笔帽随身携带,在上学的路上、课间休息时,均可以拿着笔帽练口形,最好随身再带一面小镜子。



图 3

二、姿势、手形

有一个正确的姿势对于演奏者来说非常重要,因为这直接关系到演奏的质量。演奏者的姿势正确与否,就看你的全身是否得到了放松,唇、舌、面部肌肉、肩、肘、手以及手指各个部位是否在刻意用力,从而造成演奏状态的紧张,如果你紧张的话,要及时克服并加以纠正,以免养成不良习惯。

1. 站立姿势:两腿直立,稍分开与肩同宽;或采取稍息的姿势,身体的重心平均落在两腿上;或两腿轮流着力,以缓解演奏时的疲劳。头部微微抬起,胸部微微挺直,两肩、腰腹、胸、颈要自然放松,不能紧张、较劲。如果你已经站好了,将长笛轻轻举起,向右移动长笛吹口,寻找你认为正确、已经练习好的口形。在这个过程中口形、以及身体其它部位不要变形、不要紧张,仍然要放松,这时最容易紧张的地方是双肩、肘、手及手指,这常常是由于手及手指持笛的方法不正确造成的。

2. 手形: 右手的手形比较简单。先握拳, 然后慢慢张开, 这时每个手指的关节都是弯曲的、圆的, 将笛子放在大拇指第一个关节前面的凹陷处, 并保持住这个手形。你必须时刻检查右手小指和大拇指是否是弯曲的, 直到完全做好了、放松了, 这也许不是一次、两次练习或者一二月所能做好的。右手小指和大拇指的僵直是直接造成肩部、肘部甚至全身紧张的原因。

左手的手形, 一开始比较难掌握, 因为左手不是在自然的状态中, 我们平时很少有意识地采用这种手形。因为长笛是横吹的, 又长, 左手只好作相应的调整。也如右手一样, 先是握拳, 然后慢慢张开, 所不同的是: 由食指开始依次向手背方向伸展, 直到刚好管理左手的几个键子。

左手的第二个难点是怎样才能把笛子拿好而不滑落? 关键是长笛放在食指上的位置。将笛子放在食指第三关节左侧(指与掌连接的关节)前的凹陷处, 食指要略微向手背倾斜得更多一些, 只要食指这个部位把笛子拿好, 左手放松问题比较好解决。手指关节的弯曲也比较容易做, 但是不到完全掌握, 不能放松警惕, 必须时刻检查, 提醒自己注意这个问题。当然, 给大拇指更多的关心是完全必要的。

长笛的机械装置十分灵活, 演奏时应避免敲击音键, 以免在演奏中造成太多的噪音。抬指过高是力的浪费, 也会延误了你的演奏速度。除了谱子上特意标明, 此处手指敲击音键, 如谭密子的《夕阳箫鼓》。



图 4

三、吐 音

吐音是管乐器特有的一种手段, 就像弦乐器的弓子一样, 是带着表现力的演奏技巧, 可仔细区分出十几种不同的吐音方法, 所谓不同只是吐音位置, 时间长短, 舌头宽窄的区别。

1. 单吐法

单吐的方法: 用舌头抵在上牙上在送气的同时舌头向后撤, 就完成了单吐, 吐音可以分为轻吐音与重吐音, 这犹如字母表里的清辅音、浊辅音一样。吐音法国人读做 te(特) 俄国人读做 tu(突) 在他们各自前加一个轻吐音, 分别为 de(得)——te(特)、du(都)——tu(突)。

首先拿“特”与“突”来比较, “突”比“特”更重一些, 请仔细体会一下读“突”与“特”时, 舌在牙上的部位, 你是否觉得读“突”的时候位置更高些? 你是否觉得读“突”的时候舌的接触面更大些, 更宽些? 你是否觉得读“突”的时候, 舌头后撤的速度更快些? 气流是否更多些?

所以, 舌肌肉的紧张度, 舌头的接触面, 后撤的速度都对吐音构成了很大的影响。“特”比“突”要轻, 气量要少。“特”比“突”后撤的速度要慢。“特”比“突”吐的位置要低, 舌头要平直一些。

随着音乐的变化, 音乐性质的不同, 我们的吐音也要相应地改变: 有重、有轻、有快、有慢、有强、有弱、有多、有少, 也就是说吐音的位置有高、有低, 后撤的速度有快、有慢, 舌头的力量有强、有弱, 用舌的面积有多、有少。

如果你能熟练的掌握舌肌肉的紧张度, 使吐音的变化与音乐所要求的相适应, 你就能到达

自由王国了。

至于分门别类的吐音将在后面的练习中,慢慢去品尝,慢慢去琢磨。

2. 双吐法

我们在日常生活中,常常会听到一些拟声词。比如叽哩咕噜,踢里踏啦,稀里哗啦等等,这些词的特点是舌尖发出一个字,舌尖后面又发出一个字,双吐正是利用了这种发声原理来弥补单吐速度的不足。

双吐一般以 TKTK 来表示,只要在单吐的读音之后再加上后一个读音就可以了,双吐也分为轻吐音与重吐音。

te(特)——ke(克)

de(得)——ge(格)

tu(突)——ku(库)

du(都)——gu(姑)

这些读音的特点是既有吐又有气,大家知道长笛如果不给气的话是没有声音的,吐音最重要的就是要有气,双吐也是一样,由于要在两个部位阻挡气流的流出,所以难度更大了。双吐可能会出现的问题是前后两个音不平均,力度、长短很难做得一样,总感觉有一点跛足,一大一小,一长一短,这样当然不行。我们加强练习由不平均到平均,由慢到快,一直到分辨不出哪个音是前哪个音是后。好在我们离开乐器同样也可以练习,走路、坐车、看电视都可以练习读“TKTK”。练习时把舌头放平些,会提高吐音的速度。

3. 三吐法

三吐法是上述两吐法的变种,比双吐要难一些,但是一般双吐练得比较好的人,也可以把三吐吹得一样好,三吐法虽然是双吐法的一种变种,却又是不可替代的一种演奏技巧。

三吐有三种方式:TKT TKT、TTK TTK、KTK KTK,我建议三种都应该练习。这样的练习有助于应付各种不同的音乐需要。但是这三种方式就我的经验,以 TKT、TKT 为最佳演奏法,这种吐音三个音容易平均,不容易疲劳。所以,把 TKT、TKT 练好,把舌头理顺最要紧。

无论是单吐、双吐、三吐在音乐作品中都会时常碰到,好的吐音常常会使人兴奋,我们应该努力学习好这些演奏手段。

四、呼 吸 法

长笛呼吸法就像演奏小提琴时右手的弓子一样,可以决定你演奏音乐的好坏。你的呼吸法是木讷呆滞的,那么你的音乐必定是木讷呆滞的;你的呼吸法顺通流畅,再加上训练有素的手指技巧,你的音乐也会变得顺通流畅的。诚然,音乐的好坏,很大程度上是由一个人的音乐素养、社会阅历、文化积累所决定的,有了心灵的感悟,我们学到的所有音乐手段才能使你的音乐出神入化。

我们的呼吸法与平常人平时的呼吸是不一样的。

1. 胸式呼吸法

平常人一般都采用胸式呼吸法,这种呼吸极其自然,自然到想也不用去想它,这种呼吸是唯一不用学习的。你从降生到人间随着一声啼哭到如今,一直用着这种方式吸进新鲜氧气排出二氧化碳,吐故纳新。问题也恰恰出在这里,因为你太习惯于这种呼吸法了。所以,一旦让你换一种方式就变得十分麻烦,非常不愿放弃多年赖以生存的呼吸法。这种呼吸好是好,又自然又

与生俱来不用学，但毕竟气的吞吐量太小了，长笛不像双簧管那么省气，也许是所有的木管乐器当中最费气的乐器，这种自然的呼吸法是不够用的。

2. 腹式呼吸法

把一口气吸到了底，可以明显地看到小腹的鼓胀。这种呼吸法可以应付一些短小快速的经过句，但从生理上讲，这种呼吸法据说不太卫生，对人有某些伤害，所以我们只好放弃它。

3. 胸腹式呼吸法

每个人大约都有这样的经历，当你闻到一种你最喜爱的食物的味道时，不免要深深地把这股味道吸入体内。比如说平时你的呼吸仅三秒钟一个循环，这个时候这口气你一吸就可能有五六秒，这次呼吸循环大约要十秒钟。如果你留心观察一下的话，你会发现胸腹部明显地向四周扩张，此时你要注意腹部在肚脐以下的腹肌要慢慢均匀地用力、收缩，并做好口形均匀地将气缓缓地吹出。但是，你要把气练到细若游丝不是一年半载可以做到的，但是你如果能用腹肌控制气流的速度，你就找到了丹田。所谓丹田不是指一个点而是田，田的含义范围要大些，古人称之为丹田，道理很深也很确切。懂得这个道理你的练习就会富有成效，因为你已经有了支持点，离掌握好只是时间问题了。

长笛演奏中的吸气不能像闻美味佳肴那样慢条斯理、温文尔雅，我们要张开大嘴，练习在瞬间吸入尽可能多的气，要不然音乐都进行了许多小节了，你的气还未补充，这就耽误事了，所以，要练习从慢吸慢呼到快吸慢呼才能有实际的价值。

至于气息的运用是一个大的课题，不是在这个篇幅中可以讲明白的，需要在今后的练习中慢慢掌握。不过现在需要强调的是，呼吸过程是全身肌肉的协调过程，切不可有某部分顶牛较劲，用蛮力，这样会造成紧张，紧张就是不放松不自然，是绝对不可取的。还有一点，我们在运气过程中不可人为地挤压、阻拦气流的呼出。特别是口形和喉咙这两个位置，最容易构成障碍，所以在练习过程中要时刻注意保持口形的正确，把喉部打开，使气流有一个通畅的通道。

五、其 他

唇是我们人的身上最听使唤的器官之一，而且也在常年吃喝、说话、唱歌等活动中得到了锻炼，你在做口形时唇的作用是无法替代的。口形可大可小，需要大气量通过时，口形就随着变大，足以使气流顺利通过；需要集中时，口形中间聚拢，使发音更为集中。在音乐演奏中，不要墨守成规，唇、颌、舌都要有手段随机应变，运用一切手段，来改进你的演奏。

再比如下颌，法国老一代长笛大师、巴黎音乐学院教授莫依斯先生就有专著论及下颌的功能。