

乐器演奏理论经典译丛

The Art of  
Practising the Violin

# 怎样练习小提琴

[匈] 罗伯特·盖尔莱 著  
张世祥 译

*Robert Gerle*



乐器演奏理论经典译丛

The Art of  
Practising the Violin

# 怎样练习小提琴

匈] 罗伯特·盖尔莱 著  
张世祥 译

*Robert Gerle*



## 图书在版编目 (CIP) 数据

怎样练习小提琴 / (匈) 盖尔莱 (Gerle, R.) 著; 张世祥译.  
—北京: 人民音乐出版社, 2012.2

ISBN 978-7-103-04040-9

I. ①怎… II. ①盖… ②张… III. ①小提琴—奏法—IV.  
① J622.16

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 190827 号

责任编辑: 王丽君、刘沐粟

责任校对: 陈 芳

## 著作权合同登记

图字: 01 — 2009 — 5270 号

### The Art of Practising the Violin

本书经 Stainer & Bell 公司授权独家出版

人民音乐出版社出版发行

(北京市东城区朝阳门内大街甲 55 号 邮政编码: 100010)

Http://www.rymusic.com.cn

E-mail: rmyy@rymusic.com.cn

新华书店北京发行所经销

北京美通印刷有限公司印刷

787×1092 毫米 16 开 7 印张

2012 年 2 月北京第 1 版 2012 年 2 月北京第 1 次印刷

印数: 1—3,000 册 定价: 25.00 元

### 版权所有 翻版必究

凡购买本社图书, 请与读者服务部联系。电话: (010) 58110591

网上售书电话: (010) 58110650 或 (010) 58110654

如有缺页、倒装等质量问题, 请与本社出版部联系调换。电话: (010) 58110533



罗伯特·盖尔

# 作者罗伯特·盖尔莱简介

罗伯特·盖尔莱 (Robert Gerle 1924—2005) 是在布达佩斯弗朗兹·李斯特音乐学院的克莱兹 (Geza Kresz ) 班上学习小提琴的。克莱兹是胡鲍伊 (Hubay)、舍夫契克 (Sevcik) 和伊萨伊 (Ysaye) 的学生,也是弗莱什 (Flesch)、蒂博 (Thibaud) 和埃内斯库 (Enesco) 的好朋友。第二次世界大战期间盖尔莱曾被关押在匈牙利的集中营中,战后他在蒂博和日内瓦 (Geneva) 国际比赛中分别获奖,接着就开始了他首次在欧洲的巡回演出,其中包括与柏林交响乐团、伦敦皇家交响乐团的合作演出。

在20世纪50年代,盖尔莱应保尔·罗兰 (Paul Rolland) 的邀请,来到美国的伊利诺伊州立大学,与埃内斯库一起工作。他和保尔·罗兰保持密切合作,并在罗兰制作的小提琴教学影片中担任了大量的演奏工作。他还录制了巴伯 (Barber)、贝尔格 (Berg)、戴留斯 (Delius)、欣德米特 (Hindemith) 和库特·魏尔 (Kurt Weill) 的协奏曲,还与他的妻子合作录制了贝多芬的奏鸣曲,以及维厄唐 (Vieuxtemps) 的第二首小提琴协奏曲。

作为一位有才能的指挥和教师,盖尔莱在美国曼哈顿 (Manhattan)、皮博迪 (Peabody)、曼尼斯 (Mannes) 这样一些著名的音乐学院和南加利福尼亚、俄克拉荷马 (Oklahoma)、俄亥俄 (Ohio) 这些著名的大学任教。他在马里兰 (Maryland) 大学曾任教长达二十余年,也在天主教大学任过教。他还在华盛顿音乐俱乐部的乐团中担任过指挥,在华盛顿交响乐团中担任了音乐指导。

# 序

要继续深入进去：不是只要练习就行了，而是要尽量知道它的奥妙；艺术需要这样，因为只有知道如何做，才能把你提高到神圣的高度。

——贝多芬

未来的小提琴家在他们年轻的时候所应该学到的最重要的事情之一，就是如何有效地使用他们的练琴时间。

练习就是学会自己既当学生又当教师，练习是否有成效，这在很大程度上取决于自己是否能够很好地教会自己。教师当然可以教会你如何演奏乐器，或者通过有说服力的示范帮助你提高。的确，一位好的、有经验的教师的建议和指导对我们学习的进步是不可缺少的。但即便如此，作为一个演奏者，我们仍然需要自己进行练习，而且在大多数情况下都是在没有别人的帮助下进行练习。因此，从根本上讲，只有演奏者自己才能“教会”自己到底应该怎样演奏。

建立正确的小提琴演奏的基本技术基础，这当然是必要的。但是懂得用这些技术去做什么，如何保持和发展它们，如何把这些技巧运用于音乐的表演和演奏等，也同样是重要的。要做好这些，就需要认真细致地安排好自己的练琴，也就是能有效地利用宝贵的练

琴时间；保持技术的高度熟练程度；保持并扩大演奏曲目；而且始终要具有高度的热情和灵感，没有热情的演奏只不过是纯粹背诵音符而已。

关于如何演奏小提琴，各个不同的小提琴演奏学派都根据他们自己的原则写了许多书籍。相比之下，对如何练琴，人们关注得很少。往往只是无数次地、漫不经心地使用同样错误的方式反复同样的一串音符。这样做的结果不仅不能使你的演奏得到改进，而且浪费了时间，反而使坏习惯进一步加深。

这本书的目的就是告诉你如何养成更好的练琴习惯，指导你怎样更好地利用练琴时间，帮助你学习得更彻底、更持久。由于你是通过思考进行练习的，所以在演奏的时候你就不必担心了；由于练习时是理性的，所以演奏时就变得更加具有自发的性质。

虽然我们在这里所举的例子都是关于小提琴的，但是我们在本书中所提出的几乎所有的建议都适合中提琴、大提琴和低音提琴的学生也将在本书中找到许多有用的建议。对某些读者来讲，这本书中阐述的某些原则可能都是熟悉的，然而，即使是一个或两个新的和有用的建议，就可能帮助你明显地改进你所练习的技巧……从而也就提高了你的演奏水平，即使没有能把你提高到贝多芬所希望的神圣的高度，但至少会改变你的现状。

# 鸣 谢

在这里，我要向那些杰出的音乐家们致谢，多年前我曾有幸跟他们学习，我希望他们对我的影响和鼓励能反应在这本书中！他们是我在布达佩斯弗朗兹·李斯特音乐学院的老师盖佐·克雷斯、伊姆雷·瓦尔德鲍尔、莱昂·韦纳和佐尔坦·柯达伊，以及后来我在美国的导师保尔·罗兰、乔治·埃内斯库、格雷戈尔·皮亚季戈尔斯基和谢尔盖·库谢维茨基。

我还要特别感谢艾伦·珀西瓦尔，他对这本书提出了许多宝贵的建议和做了大量的编辑工作；我也要衷心感谢纽约市的唐纳德·韦克斯曼先生，是他鼓励我撰写这本书并给予我很多的帮助。

感谢下面这些出版社同意我引用他们出版物中的材料：

牛津大学出版社：于1967年在伦敦出版的杨波尔斯基的《小提琴指法的原则》，由艾伦·拉姆斯丹翻译。

西蒙和舒斯特出版社：美国纽约1950年出版的爱德华·汉斯利克著《维也纳音乐黄金时代，1850—1900》，由亨利·普莱曾茨三世翻译和编订。

罗伯特·盖尔莱  
1982年于巴尔的摩



# 引 言

今天所有的器乐演奏家，无论是专业的或是业余的，都共同面临着这样一个问题：那就是他们可以用来练琴的时间不断减少，因此就需要充分利用它们。

练琴时间之所以不足，是由于我们当前的社会环境在发生某些变化。这些变化虽然是逐步的，但却是持续不断的。从1945年第二次世界大战结束至今的这一相对短暂的时期中，大量的信息传播手段涌现出来，如电视、电话、广播和电影，以及通过计算机传播的报纸和卫星转播等。这种进步为广大的人民极其方便地提供了各式各样的娱乐活动，而且由于它们是这样地吸引人，因此就比仅仅几年前更多地占据了人们的时间。

日益迅速、便利的交通工具扩大了人们的活动范围和交往范围，并使我们可以实现过去无法实现的演出计划。正是由于有了这些外部的压力，在今天，即使是那些极有献身精神的、最专注的音乐家也越来越难找到不受干扰、不被打断的两三个小时练琴时间。

另外一些社会变革也加剧了这一现象，特别是对青年一代而言。当需要决定年幼的孩子将来是否以音乐为职业时，父母的影响和引导是重要的并起决定性作用的。即使是对那些最有才能的孩子来讲，在他们从事音乐学习的同时，父母往往也要求他们从事全部的文化课学习（包括所有的作业）。因为大学学位使人有某些安全感，而音乐这个职业前途难以预料，不一定能有这种安全感。由于我们还没有在全国范围内系统地进行寻找有才能孩子的工作，致使许多有才

能的孩子，特别是学习弦乐器的孩子，当他们决定认真从事音乐学习的时候，已经太晚了。此外，由于学费的提高和找不到奖学金，这就迫使世界各地越来越多的大学生，至少要用部分的业余时间从事其他工作，以便支付这些费用。

所有的这些因素，不仅减少了每天的练琴时间，而且也减少了能够比较集中地练习一大批曲目的学习年限。

因此，最重要的就是学会如何有效地使用有限的练习时间；学会一种更加有效的学习方式；建立起一个经过认真思考出来的每日练习计划；制订一个长期工作的目标。因此掌握正确的练琴方法，帮你在更短的时间里练出可靠的技巧，让你能不担心地、尽情地演奏音乐，这比以往任何时候都显得重要。

虽然每天练好几个小时琴的本身并不是一个优点，而且这样做既不太可能也不一定是必要。但是我们在这本书中所阐述的观点并不是反对大量的练琴，我们反对的只是不适当的大量练琴，或者说是浪费时间的不良练琴习惯。无论如何，在某些情况下我们必须进行大量的练琴，例如：在一段时间内要学好某一个新的作品；为了参加比赛或者考试要准备一大批曲目；或者临时接到通知要代替某人演出等等。所以我们可以说练琴的时间越多越好，而且练琴的方法又必须是很有效率的，这样我们所花的时间和练习结果也就令人满意，令人愉快了。总之，只有通过正确的练习才能使你获得完美的技巧。

# 目 次

序	II
鸣 谢	V
引 言	VI
练琴的十项基本原则	1
手指排列位置的练习之一：指板图	13
手指排列位置的练习之二：好的音准	21
手指排列位置的练习之三：音准的基本练习	24
九个对练习左手有用的建议	37
八个对运弓练习有效的建议	40
视奏练习之一：第一步	46
视奏练习之二：高把位和节奏问题	52
背谱的练习之一：第一步	61
背谱的练习之二：预感	66
练习时的注意事项	72
附录一 手指排列位置的系统表	75
附录二 换把大全	82
附录三 弓法名称汇编	94

# 练琴的十项基本原则

## 一、总是要准确地知道自己需要练习些什么，以及为什么需要练习这些东西

如果练了几个小时的琴但是毫无进展，这实在是最令人烦恼不过的事了。因此我们就必须清楚地知道自己面临的困难是什么，以及造成困难的原因是什么，并找出克服困难的正确办法。

为了有效地进行练习，我们需要懂得小提琴演奏的基本原则，并能以不同的方式运用这些原则，以找出最适合自己具体情况的练习方法。

首先要考虑我今天练琴要完成哪些任务：在开始练琴之前花三分钟思考一下，比三个小时无目的地反复练习要有价值多了，因为后者只会使坏习惯加深。

## 二、要根据自己的具体情况安排好练琴时间

应当事先把练习各种不同内容的时间分配好，这当然要根据目前的任务以及有多少练琴时间而定。总之，要有当天的、本周的甚至更长的练琴计划。

练习范围大致有下面五个方面：

1. 学习新的内容（新的曲目和技术）。
2. 练习某种具体的技巧（例如揉弦或跳弓）。
3. 保持和巩固已掌握的曲目和技术。
4. 准备音乐会、比赛或考试的曲目。
5. 以新的音乐处理方式复习旧的曲目。

这五个方面可以结合起来练，也可以互相交叉起来练，但通常其中某一个方面是主要的。

在制定练琴计划的时候，还要考虑自己的具体情况。例如，你可能：

1. 仍在学校读书，日程要受学校课程表的限制。
2. 在学校读书，而且还要在业余时间进行一些工作。
3. 作为一位业余爱好者，只能花有限的时间进行练习。
4. 已经是一位很忙碌的专业演奏者。
5. 极少数有着大量练琴时间的人（例如处在假期中或者只是因为特别幸运）。

不管属于哪一种情况，到底每人需要练习多少时间呢？总的来讲，当我们学习一首音乐作品的时候，只要我们能够没有技术障碍地表达音乐就够了，用不着再多练。因为克服技术障碍是消除舞台恐惧的最好药方。没有目的地每天练习八小时是不可取的，而有效果地练习两三个小时，比无效果地练习六个小时要好得多。

另外，了解自己也是很重要的一环。要能很客观地分析自己的优点和缺点，以便采取相应的练习措施。更要学会能客观地听自己的演奏。

有些人学习得很快，可以毫不费力地就把乐曲记住了，有些人则要花很大的力气才能背出来。但学得很容易也可能不完全是好事：如有的人学得很快，可是不能很好地保持所学到的东西；有些人每一点进步都要付出很大的劳动，但是他们学得很牢固，而且理解得也很深刻。

### 三、只有多次重复正确的而不是错误的东西，才能做到“熟能生巧”

有时我们反复练习一个乐句，经过多次的试验，最后终于把它拉出来了，这时我们会感到“啊！我总算把它学会了”。然而我们必须清醒地认识到：到此为止，我们已经用不正确的方式演奏了许多遍，而用正确的方式只演奏了一遍！

由于使用不正确的方式反复练习了许多次，而正确的方式只演奏了一次，所以不正确的方式就非常容易再现出来。

这就是为什么在反复练习一个乐句时，当我们第一次能正确地把

它演奏出来之后，还必须继续使用正确的方式反复进行练习，直到把它变成下意识的习惯动作，并能把所有不正确的痕迹都去掉为止。

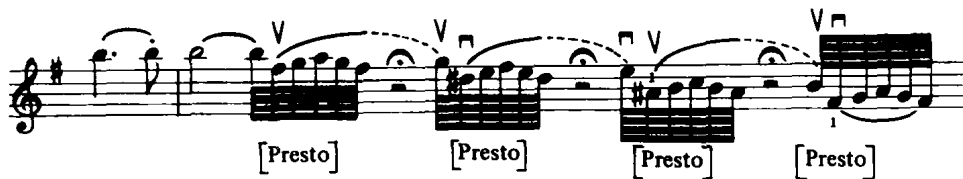
#### 四、既要慢练，也要快练

慢练是必要的，它可以使头脑向肌肉发出演奏某个乐句的正确命令，并检查肌肉的反应和动作结果是否正确。但是从根本上讲，当你用慢的速度演奏一首乐曲时，它就变成另外一首乐曲了。因此要真正了解一首乐曲以及它所存在的问题的唯一办法，就是使用原速演奏它，甚至在学习它的初期也需要用原速演奏。演奏一个乐句所必须使用的速度，也就是演奏动作的速度，是演奏技巧的必要组成部分。

因此在学习一首作品的初期，在选择弓法和指法时，就要考虑速度这个因素，否则这些选择可能不实用。通过慢练巩固了这些弓法和指法之后，各个乐句和整首乐曲都必须按原速再进行练习，以便学会正确的生理动作，并使头脑能用正确的速度发布命令。

使用慢练和快练结合在一起的办法，是练习困难乐句的行之有效的办法，这样既可以使用演奏的速度练习那些关键性的动作，又可以有时间进行思考。例如在下述的谱例中，为了去掉通常换弓时所产生的间隙，可以使用下述方式进行练习：

门德尔松《小提琴协奏曲》第一乐章



下面的谱例是使用正确的速度练习换把：

柴科夫斯基《小提琴协奏曲》第一乐章





在上述谱例中延长记号的地方，可以使我们有时间判断一下已经演奏出来的乐句是否正确，仔细思考如何演奏下一个乐句，并在头脑中形成即将发出的下一个演奏命令。

另外，将快的乐句练得比要求的速度再快一点（慢的乐句可以练习得更慢），也是一个好办法，以便为正式演出提供附加的安全系数。

做到准确而省力的快速演奏的关键，在于当左右手的演奏动作加快了速度之后，头脑仍然能够保持以相对均匀的频率来发布指挥各种演奏动作的命令。

为了保持发布命令的均匀频率，在开始演奏每一个乐句时，头脑所发布的命令就必须包含更多的信息。至于每一个演奏命令包含多少信息，这要看每个命令指挥多少音符而定。头脑发布命令的基本状况如下：

<p>Moderato ♩ = 60</p>  <p>琴弦 A D A D 指法 1 2 1 2 3 4 3 4 音程 大二度 小二度 小二度 大二度</p> <p>= 一个发布命令单位</p>	<p>Allegro ♩ = 120</p>  <p>琴弦 A D A D E A E A 指法 1 2 1 2 1 2 1 2 3 4 3 4 3 4 3 4 音程 大二度 小二度 小二度 大二度 大二度 小二度 小二度 大二度</p> <p>= 一个发布命令单位</p>
---	--

注意：发布命令的频率仍然保持在每分钟等于 60 拍

在这种方式下，所有的演奏动作都受到头脑的控制，头脑就不会过多地走在左右手动作的后面或者落在它们的后面。如果头脑的命令发布迟了，手就会产生慌乱而突然的动作，这种突然的演奏动作会妨碍流畅、均匀、松弛的快速演奏。

在以原速练习一首作品的初期，不可能拉得很准，也不可能各方面都做得很正确。但是我们心里要很明白，使用这种练习方式的暂时目的，是使我们了解到只有使用快速演奏时才会暴露出来的那些问题。因此，精确的音准可能暂时成为第二位的重要任务。但是，我们必须尽快地使用慢速练习把这些暂时忽略了的东西纠正过来。

## 五、不要只练左手，对右手的运弓也要给以同样的注意

在演奏弦乐器中，由于左手负责声音的高低和旋律，所以它的作用是十分明显的，也是立即可以被人们所察觉的。因此人们很自然地就把练琴的时间都集中到左手上去了。大多数的弦乐演奏者大约花了百分之九十的练琴时间在左手上。

但是小提琴右手的运弓问题，就像法国小提琴学派所声称的是“小提琴演奏的灵魂”，也应该给以同等的重视和进行充分的练习，以便使它从音乐方面、技巧和表现方面都更加完善。

我们这里所指的不仅仅是像分弓、跳弓和换弦等这样一些运弓的基本技巧，还包括运弓艺术中具有同等重要性的更加细致的因素，虽然这些成分不那样具体、那样明显。

这些因素包括：根据音乐的风格和音乐的特点如何开始和结束一个音符；根据乐句划分的要求应当使用什么性质的换弓；不同层次的力度变化；运弓的起奏；重音；使用不同的压力、运弓速度和发音点来寻求各种不同的声音的色彩；在演奏短的、离弦的音符时，使用弓毛与琴弦接触的不同速度，以产生不同性质和不同风格的声音；运弓的速度和长度，以及它们和左手与左手臂动作之间的相互关系；总的音质，以及最重要的就是运弓的表现能力。

运弓技巧的这些方面是最难于练习的，因为它们不那么具体，而且更富于美学的性质。由于任何改进都可能是逐渐的和质的改变，因此能够坚持练习到有明显的改进是不容易的。心里要有明确的概念，以便把这个概念作为一把尺子来衡量所取得的每一个进步。

毋庸置疑，从最终的结果来看，运弓技巧在很大程度上决定一个演奏者的艺术等级。正是优秀的运弓技巧——尽管不明显——能帮助演奏者取得特殊的、令人难以忘怀的效果。

## 六、把困难分开来，一个一个地解决

每一个句子都是由许多单独的、不同的技术组成的，每种技术都有各自的问题。想同时解决所有的问题是不会有成效的。如果只是按照乐谱机械地反复，而且又演奏得不够正确，这样只会使缺点



更加牢固。

应将每一个乐句分解成各个组成部分，把所包含的困难抽出来，分别进行练习。当分别把每种技术练好之后，再把它们重新组合在一起，按照乐谱的方式进行练习。这种练琴方法更富有成效，节约时间。

我们可以从克莱采尔第 13 首练习曲为例，将它的运弓成分分解如下：

A. 上臂的换弦动作：



B. 前臂演奏分弓的动作：



C. 右手在交替演奏 A 弦和 D 弦时所使用的弧形动作：



D. 为了使弓杆不在琴弦上前后滚动所使用的手指动作。

一旦这些技术成分都分别练好了，它们就很自然地可以组成一个有机的、统一的动作：

克莱采尔《第 13 首练习曲》



也应该使用这种方法克服左手的困难。把有问题的乐段分成若干组成部分（包括音准、换把、手指的连接、流畅性、手指按弦的清晰度等），然后分别练习这个乐句中的问题。然后才按照乐谱的方