

箏语 弦音

季宝杰 编著

季宝杰 古筝基础教程

 中国工信出版集团

 人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

箏语 弦音

季宝杰
编著

季宝杰
古筝基础教程



人民邮电出版社

北京

图书在版编目(CIP)数据

箏语弦音：季宝杰古筝基础教程 / 季宝杰编著. —
北京：人民邮电出版社，2017.8
ISBN 978-7-115-46066-0

I. ①箏… II. ①季… III. ①箏—奏法—教材 IV.
①J632.32

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第118563号

内 容 提 要

本书是著名古筝教育家季宝杰老师针对初学古筝的读者量身定做的古筝入门教程。书中的内容不仅包括了初学古筝必备的知识点，也包括了古筝演奏的经典曲目。

本书分为两个部分，第一部分是古筝的基本技法讲解，第二部分是古筝的考级曲谱。本书针对每一个新学的技法都有详细的注解，并配有课后练习。练习选用了大量耳熟能详的流行歌曲，并标记有详细的弹奏指法，方便任何年龄段的学生学习。同时，本书第二部分设置有可作为辅助练习用的考级曲目，既方便读者学习，又可作为专业的考级辅导书籍。

本书适合古筝爱好者作为初级入门书籍使用，也可作为音乐培训学校的教材使用。

-
- ◆ 编 著 季宝杰
责任编辑 郭发明
执行编辑 杜梦紫
责任印制 陈 犇
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京天宇星印刷厂印刷
 - ◆ 开本：880×1230 1/16
印张：8 2017年8月第1版
字数：523千字 2017年8月北京第1次印刷
-

定价：49.80元

读者服务热线：(010)81055296 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

广告经营许可证：京东工商广登字20170147号

目 录

第一部分 基本技法讲解

一、勾(∩)、抹(∖)、托(┐)

- (一) 弹奏基础知识与要领.....8
- (二) 食指抹(∖)基础练习.....9
 - 小宝宝要睡觉.....9
- (三) 中指勾(∩)基础练习.....9
 - 小白菜.....9
- (四) 大指托(┐)基础练习.....10
 - 渔舟唱晚(片段).....10
- (五) 综合练习.....10
 - 勾抹托综合练习.....10
 - 沧海一声笑.....11
 - 呼唤.....11

二、小撮(┐)与大撮(┐)

- (一) 小撮的弹奏要领.....13
- (二) 小撮基础练习.....13
- (三) 大撮的弹奏要领.....13
- (四) 大撮基础练习.....13
- (五) 综合练习.....14
 - 共产儿童团歌.....14
 - 世上只有妈妈好.....14
 - 上学歌.....15
 - 丢手绢.....15
 - 小河淌水.....16
 - 茉莉花.....17
 - 我和你.....18

三、刮奏(*、∖、∕、W、V)

- (一) 刮奏的弹奏要领.....19
- (二) 刮奏基础练习.....19
 - 1. 花指接大指.....19
 - 菊花台(片段).....19
 - 2. 花指接食指.....20
 - 蜗牛与黄鹂鸟.....20
 - 3. 花指接中指.....20
 - 4. 花指接小撮.....21
 - 5. 花指接大撮.....21
- (三) 综合练习.....21
 - 小猫钓鱼.....21

- 南泥湾.....22
- 小城故事.....23

四、颤音(〰)

- (一) 颤音的弹奏要领.....24
- (二) 颤音基础练习.....24
 - 鸿雁(片段).....24
 - 小螺号.....25
 - 妈妈的吻.....26
 - 祈祷.....27
 - 康定情歌.....28
 - 四季歌.....29

五、左手练习

- (一) 左手的弹奏要领.....31
- (二) 左手综合练习.....31
 - 浏阳河.....31
 - 挤牛奶(片段).....32
 - 弥渡山歌.....33
 - 绣荷包.....34

六、琶音(∧、∩、∖、┐)

- (一) 琶音的弹奏要领.....36
- (二) 琶音基础练习.....36
 - 小白菜.....37
 - 渔光曲.....38

七、按音

- (一) 按音的弹奏要领.....39
- (二) 按音基础练习.....40
 - 1. 步骤练习.....40
 - 2. 基础练习.....40
 - 两只老虎.....40
 - 祝你生日快乐.....41
 - 铃儿响叮当.....41
 - 小星星.....42
 - 兰花草.....43
 - 新年好.....43
 - 彩云追月.....44
 - 在那遥远的地方.....45
 - 在水一方.....46

目 录

念亲恩·····	47
让我们荡起双桨·····	48

八、上滑音(↗)与下滑音(↘)

(一) 上下滑音的弹奏要领·····	49
(二) 滑音基础练习·····	50
1. 上滑音练习·····	50
2. 下滑音练习·····	50
3. 上下滑音练习·····	50
小草·····	50
紫竹调(片段)·····	51
采蘑菇的小姑娘·····	52
花儿与少年·····	54
高山流水·····	55
知道不知道·····	56
绣金匾·····	57
夫妻双双把家还·····	58
山歌好比春江水·····	59

九、摇指(ㄥ、ㄣ)

(一) 摇指的弹奏要领·····	60
(二) 摇指基础练习·····	60
步骤练习·····	60
美丽的神话·····	61
一帘幽梦·····	62
渴望·····	63
春江花月夜·····	64
彝族舞曲·····	66

十、点奏

(一) 点奏的弹奏要领·····	68
(二) 点奏基础练习·····	68
洞庭新歌(片段)·····	68
纺织忙(片段)·····	69
香山射鼓(片段)·····	70
赛马·····	71

第二部分 考级参考曲目

第一级

北京的金山上·····	74
-------------	----

孟姜女·····	75
虞美人·····	76
穿花峰·····	77
上楼·····	78
小鸟朝凤·····	79

第二级

金蛇狂舞·····	80
凤翔歌·····	81
西厢词·····	82
紫竹调·····	83
西江月·····	85
开扇窗·····	88
挤牛奶·····	90

第三级

渔舟唱晚·····	92
汉宫秋月·····	94
柳青娘·····	95

经典乐曲

琵琶语(选段)·····	97
云水禅心·····	98
牧羊曲·····	99
上海滩·····	100
枉凝眉·····	102
女儿情·····	103
梁祝·····	104
梅花三弄·····	106
明月千里寄相思·····	107
红颜旧·····	108
知音·····	110
小苹果·····	112
红颜劫·····	114
好汉歌·····	115
凉凉·····	118
偏偏喜欢你·····	120
卷珠帘·····	122
风筝误·····	124

箏语 弦音

季宝杰 编著

季宝杰古筝基础教程

人民邮电出版社

北京



图书在版编目 (C I P) 数据

箏语弦音：季宝杰古筝基础教程 / 季宝杰编著. —
北京：人民邮电出版社，2017.8
ISBN 978-7-115-46066-0

I. ①箏… II. ①季… III. ①箏—奏法—教材 IV.
①J632.32

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第118563号

内 容 提 要

本书是著名古筝教育家季宝杰老师针对初学古筝的读者量身定做的古筝入门教程。书中的内容不仅包括了初学古筝必备的知识点，也包括了古筝演奏的经典曲目。

本书分为两个部分，第一部分是古筝的基本技法讲解，第二部分是古筝的考级曲谱。本书针对每一个新学的技法都有详细的注解，并配有课后练习。练习选用了大量耳熟能详的流行歌曲，并标记有详细的弹奏指法，方便任何年龄段的学生学习。同时，本书第二部分设置有可作为辅助练习用的考级曲目，既方便读者学习，又可作为专业的考级辅导书籍。

本书适合古筝爱好者作为初级入门书籍使用，也可作为音乐培训学校的教材使用。

-
- ◆ 编 著 季宝杰
责任编辑 郭发明
执行编辑 杜梦紫
责任印制 陈 犇
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京天宇星印刷厂印刷
 - ◆ 开本：880×1230 1/16
印张：8 2017 年 8 月第 1 版
字数：523 千字 2017 年 8 月北京第 1 次印刷
-

定价：49.80 元

读者服务热线：(010)81055296 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

广告经营许可证：京东工商广登字 20170147 号

前言

箏是中华民族古老的弹拨乐器，距今已有 2500 多年的历史。早在春秋战国时期的秦国，箏已经广为流传，故也称“秦箏”。箏最初是以弹奏起来“铮铮”作响这个音响特点命名的。箏前面加一个古字，是借以说明它的历史久远。

本书从普及古箏教学的角度出发，在课程设置上体现了由易至难，由浅入深，循序渐进的原则，大大降低了学习的难度，有效提升了学习的效率，同时也减轻了学生枯燥的练琴负担。

本书的特色如下。

1. 专业的指法指导与优质的选曲。为了激发学生们练琴的热情，本书选用了大量耳熟能详的流行歌曲改编的古箏曲，并标记有详细的弹奏指法，让任何年龄段的学生都会觉得学古箏都是一件简单而又愉快的事情。
2. 详细的技法讲解与练习。针对每一个新学的技法都有详细的注解，并配有课后练习，以便学生专业高效地学习。
3. 大开本大音符版。挑选专业的团队对图书进行精心的排版。大开本的设计使得观看更加方便。另外，大音符版本也避免了初学者在弹奏过程中，由于谱子过于密集而带来的弹奏不便。
4. 可用于考级辅导。本教程适用于零基础至中级水平的古箏专业学习者。本书所载乐曲动听，容易演奏，而本书的第二部分还设置有可作为辅助考级练习的曲目，读者既可业余学习，也可当作专业的考级辅导书籍。

本教材在编写过程中征求过许多教授和老师的意见，经历多次修改，但仍难免会存在一些缺陷和失误。希望各位专家学者及老师们给予帮助和指正。

最后希望本书能给广大读者学习古箏带来快乐和帮助。

季宝杰

2017 年 3 月

新浪微博：季宝杰古箏
微信公共账号：jbj0624

古筝常识与基本构造

1. 古筝的发展历史

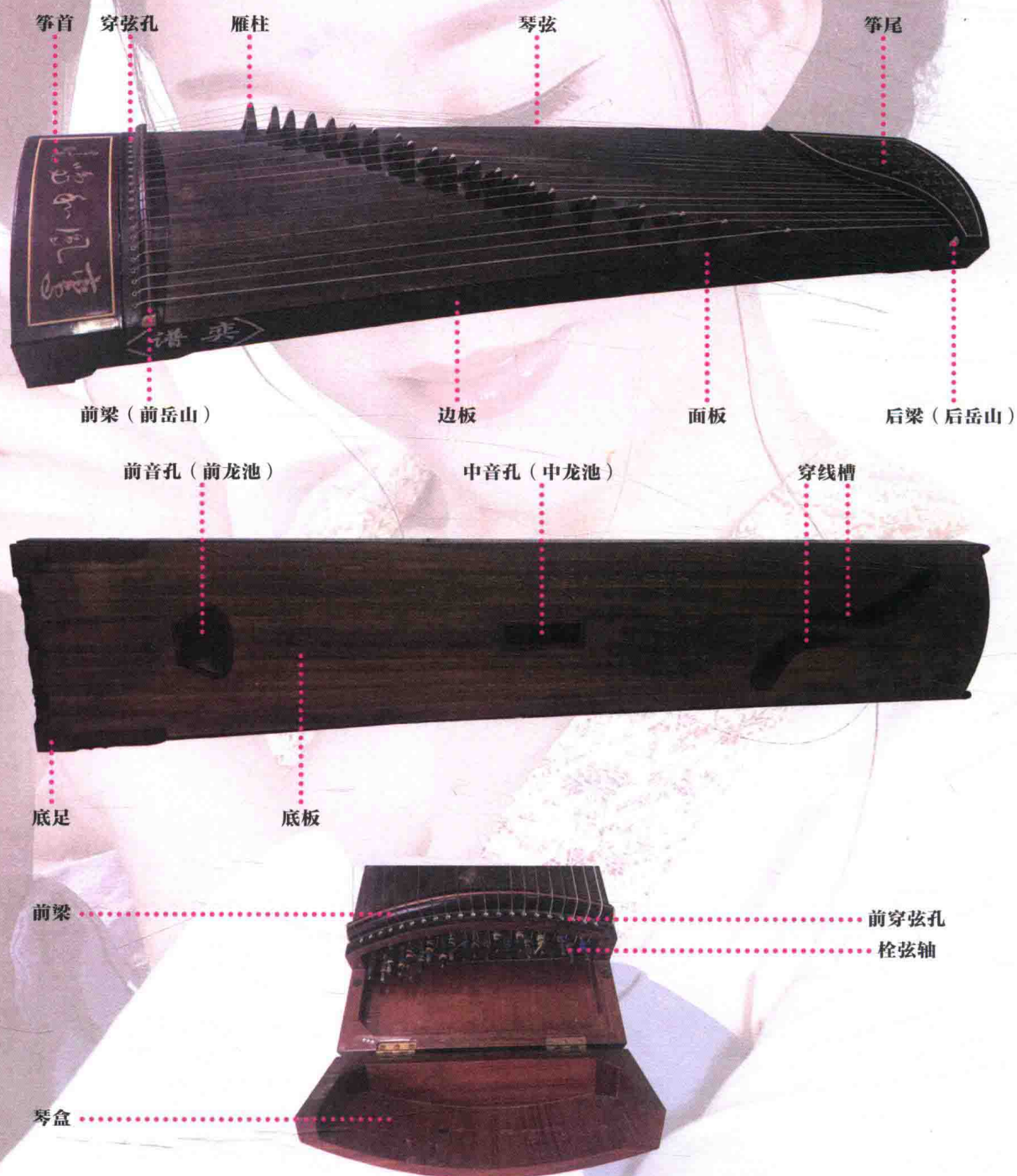
古筝发展于秦朝，故又称“秦筝”，距今已有 2500 多年的历史。古筝的鼎盛时期是唐朝，由 13 根琴弦构成，后传入日本。我国的古筝有很多流派，比如陕西筝派、河南筝派、潮州筝派、山东筝派、闽南筝派等。

流传至今的古筝曲中，我们通常将下面曲目称为“古筝十大名曲”。

《渔舟唱晚》《高山流水》《寒鸦戏水》《汉宫秋月》《蕉窗夜雨》《出水莲》《秦桑曲》《东海渔歌》《香山射鼓》《战台风》。

2. 古筝的基本构造

古筝由三个大部分组成，筝首、筝身和筝尾。如下图所示。



目 录

第一部分 基本技法讲解

一、勾(∩)、抹(∖)、托(┐)

- (一) 弹奏基础知识与要领.....8
- (二) 食指抹(∖)基础练习.....9
 - 小宝宝要睡觉.....9
- (三) 中指勾(∩)基础练习.....9
 - 小白菜.....9
- (四) 大指托(┐)基础练习.....10
 - 渔舟唱晚(片段).....10
- (五) 综合练习.....10
 - 勾抹托综合练习.....10
 - 沧海一声笑.....11
 - 呼唤.....11

二、小撮(ㄥ)与大撮(ㄣ)

- (一) 小撮的弹奏要领.....13
- (二) 小撮基础练习.....13
- (三) 大撮的弹奏要领.....13
- (四) 大撮基础练习.....13
- (五) 综合练习.....14
 - 共产儿童团歌.....14
 - 世上只有妈妈好.....14
 - 上学歌.....15
 - 丢手绢.....15
 - 小河淌水.....16
 - 茉莉花.....17
 - 我和你.....18

三、刮奏(*、↘、↗、W、V)

- (一) 刮奏的弹奏要领.....19
- (二) 刮奏基础练习.....19
 - 1. 花指接大指.....19
 - 菊花台(片段).....19
 - 2. 花指接食指.....20
 - 蜗牛与黄鹂鸟.....20
 - 3. 花指接中指.....20
 - 4. 花指接小撮.....21
 - 5. 花指接大撮.....21
- (三) 综合练习.....21
 - 小猫钓鱼.....21

- 南泥湾.....22
- 小城故事.....23

四、颤音(〰)

- (一) 颤音的弹奏要领.....24
- (二) 颤音基础练习.....24
 - 鸿雁(片段).....24
 - 小螺号.....25
 - 妈妈的吻.....26
 - 祈祷.....27
 - 康定情歌.....28
 - 四季歌.....29

五、左手练习

- (一) 左手的弹奏要领.....31
- (二) 左手综合练习.....31
 - 浏阳河.....31
 - 挤牛奶(片段).....32
 - 弥渡山歌.....33
 - 绣荷包.....34

六、琶音(Λ、∩、∖、┐)

- (一) 琶音的弹奏要领.....36
- (二) 琶音基础练习.....36
 - 小白菜.....37
 - 渔光曲.....38

七、按音

- (一) 按音的弹奏要领.....39
- (二) 按音基础练习.....40
 - 1. 步骤练习.....40
 - 2. 基础练习.....40
 - 两只老虎.....40
 - 祝你生日快乐.....41
 - 铃儿响叮当.....41
 - 小星星.....42
 - 兰花草.....43
 - 新年好.....43
 - 彩云追月.....44
 - 在那遥远的地方.....45
 - 在水一方.....46

目 录

念亲恩·····	47
让我们荡起双桨·····	48

八、上滑音(↗)与下滑音(↘)

(一) 上下滑音的弹奏要领·····	49
(二) 滑音基础练习·····	50
1. 上滑音练习·····	50
2. 下滑音练习·····	50
3. 上下滑音练习·····	50
小草·····	50
紫竹调(片段)·····	51
采蘑菇的小姑娘·····	52
花儿与少年·····	54
高山流水·····	55
知道不知道·····	56
绣金匾·····	57
夫妻双双把家还·····	58
山歌好比春江水·····	59

九、摇指(ㄥ、ㄣ)

(一) 摇指的弹奏要领·····	60
(二) 摇指基础练习·····	60
步骤练习·····	60
美丽的神话·····	61
一帘幽梦·····	62
渴望·····	63
春江花月夜·····	64
彝族舞曲·····	66

十、点奏

(一) 点奏的弹奏要领·····	68
(二) 点奏基础练习·····	68
洞庭新歌(片段)·····	68
纺织忙(片段)·····	69
香山射鼓(片段)·····	70
赛马·····	71

第二部分 考级参考曲目

第一级

北京的金山上·····	74
-------------	----

孟姜女·····	75
虞美人·····	76
穿花峰·····	77
上楼·····	78
小鸟朝凤·····	79

第二级

金蛇狂舞·····	80
凤翔歌·····	81
西厢词·····	82
紫竹调·····	83
西江月·····	85
开扇窗·····	88
挤牛奶·····	90

第三级

渔舟唱晚·····	92
汉宫秋月·····	94
柳青娘·····	95

经典乐曲

琵琶语(选段)·····	97
云水禅心·····	98
牧羊曲·····	99
上海滩·····	100
枉凝眉·····	102
女儿情·····	103
梁祝·····	104
梅花三弄·····	106
明月千里寄相思·····	107
红颜旧·····	108
知音·····	110
小苹果·····	112
红颜劫·····	114
好汉歌·····	115
凉凉·····	118
偏偏喜欢你·····	120
卷珠帘·····	122
风筝误·····	124



第一部分 基本技法讲解

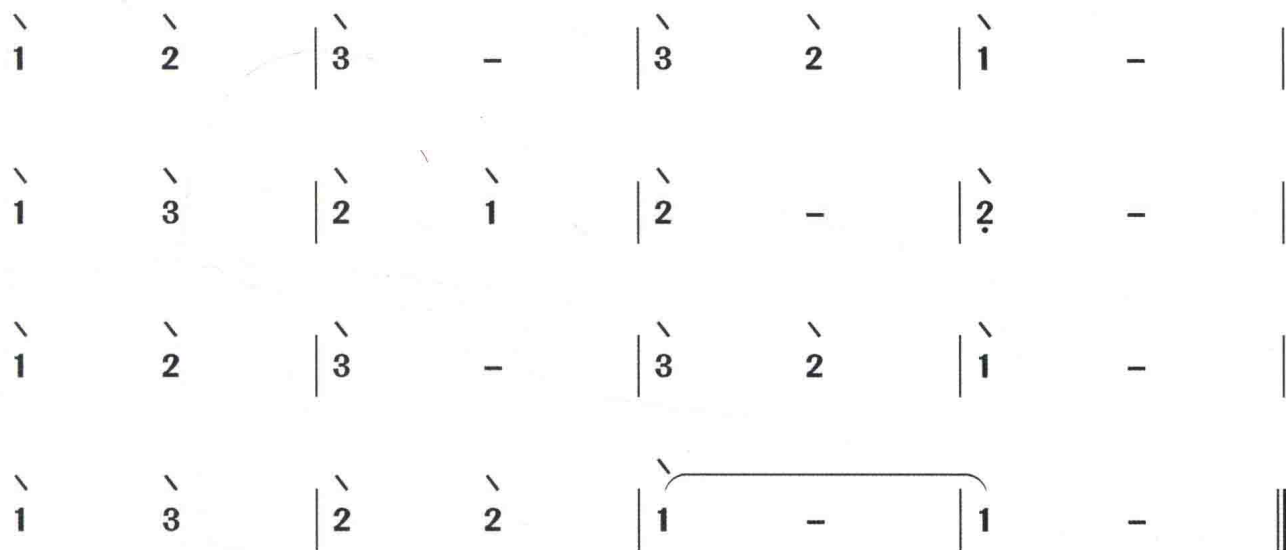
(二) 食指抹 (\) 基础练习

小宝宝要睡觉

1=D $\frac{2}{4}$

刘明将 作曲

季宝杰 改编



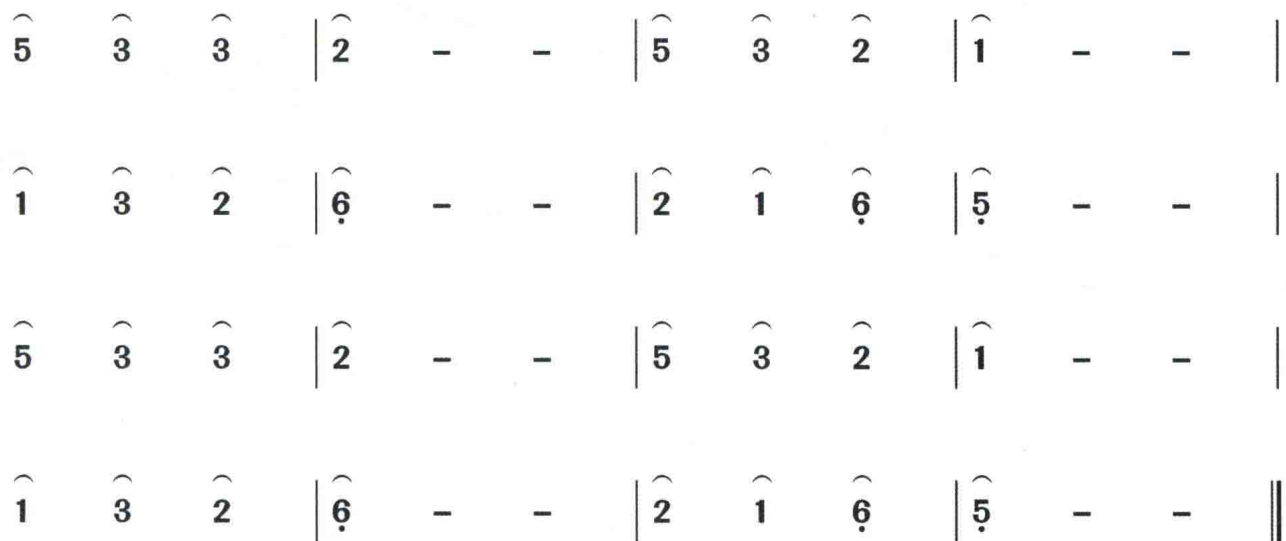
(三) 中指勾 (^) 基础练习

小白菜

1=D $\frac{3}{4}$

河 北 民 歌

季宝杰 改编



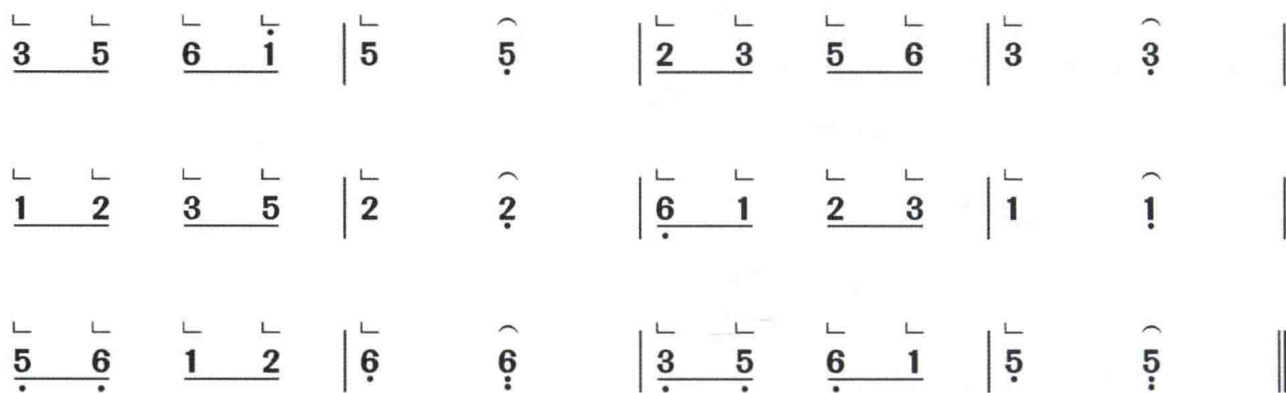
（四）大指托（ㄥ）基础练习

渔舟唱晚（片段）

1=D $\frac{2}{4}$

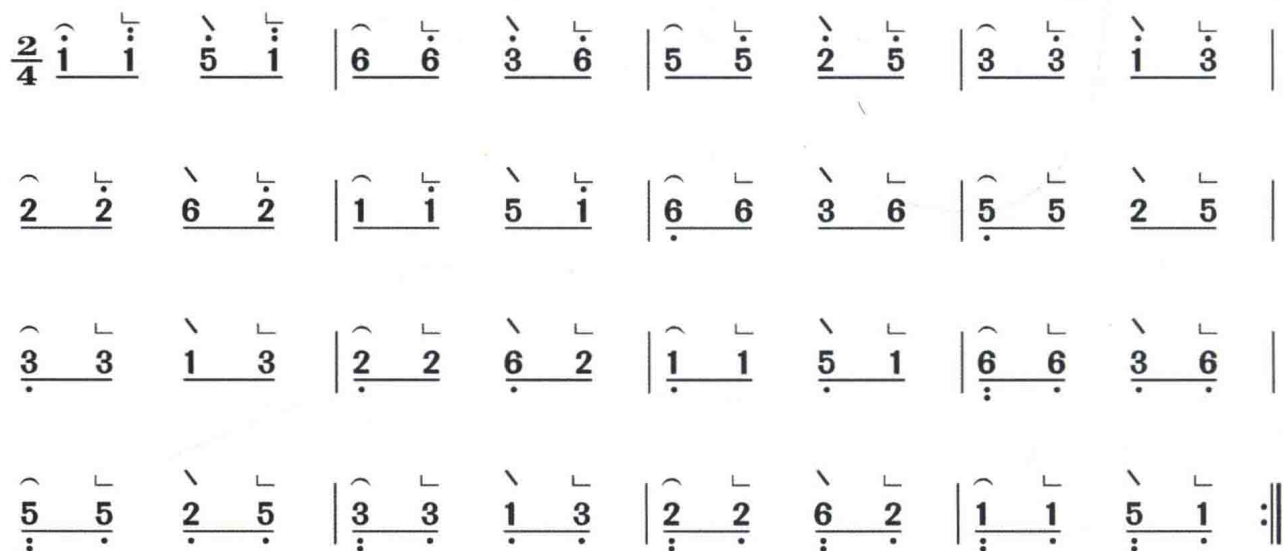
娄树华 作曲

季宝杰 改编



（五）综合练习

勾抹托综合练习

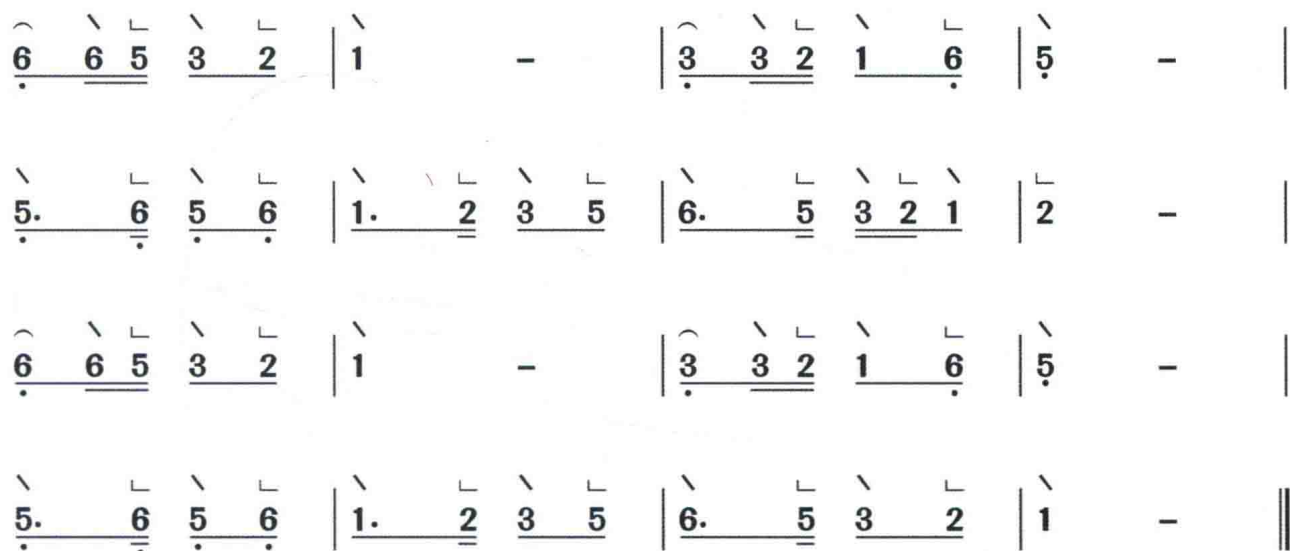


沧海一声笑

1=D $\frac{2}{4}$

黄 霏 作曲

季宝杰 改编

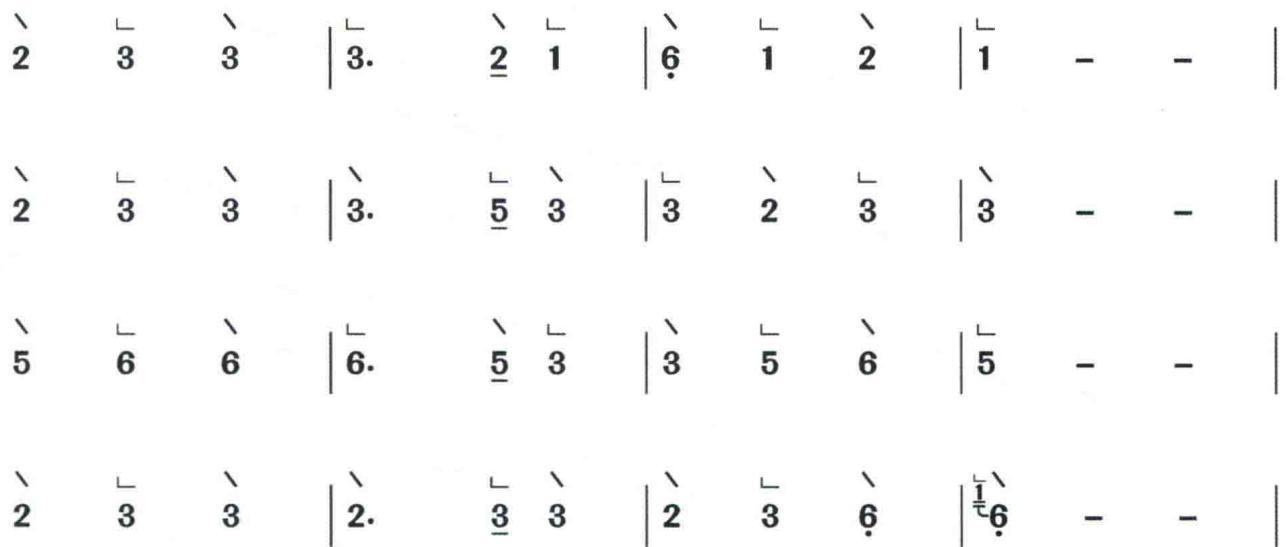


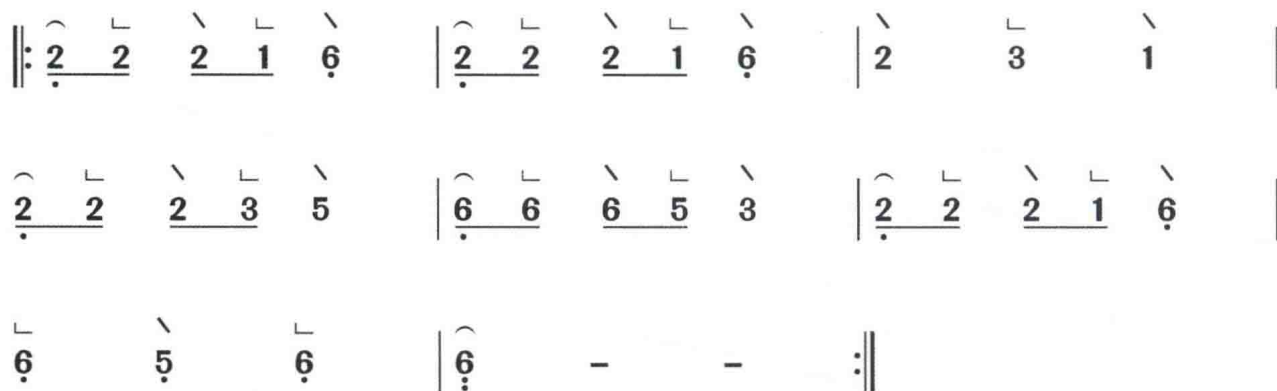
呼唤

1=D $\frac{3}{4}$

任世现 作曲

季宝杰 改编





注：乐曲《呼唤》中，“ $\text{||:} \quad :||$ ”这个符号叫作反复记号，即“ $\text{||:} \quad :||$ ”之间的乐谱弹奏两遍。

