

【零基础吉他教材】

THE LIFE OF GUITAR



- ★ 社会艺术培训标准量化教材
- ★ 数千学员共同验证，从零基础到演奏级
- ★ 完全颠覆传统意义上的教学理念——先实战再理论
- ★ 男生、女生、流行、经典、英文、指弹 Solo 全收录
- ★ 最细致的专题讲解，涵盖了十多年教学中所遇的所有问题
- ★ 完全首创的师生互动教学模式——信心乐趣同在
- ★ 为所有自学者和吉他教研人员提供了一个系统化的流程

——
另一种思维的吉他教程

张博 编著

吉他人生

书店

日报报业集团
心出版社

J613.76
18

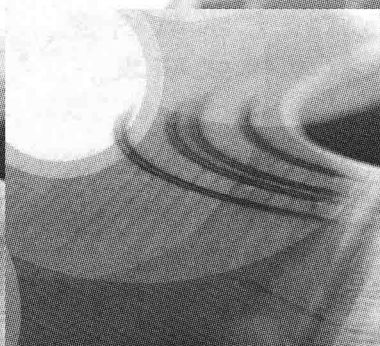
吉他人生

【零基础吉他教材】

THE LIFE OF GUITAR

——另一种思维的吉他教程

张 博 ◎ 编著



北京日报报业集团
同心出版社

图书在版编目(CIP)数据

吉他人生——另一种思维的吉他教程 / 张博编著.
北京: 同心出版社, 2014.12

ISBN 978-7-5477-1367-9

I. ①吉… II. ①张… III. ①六弦琴—奏法 IV. ①J623.26

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 260511 号

吉他人生——另一种思维的吉他教程

出版发行: 同心出版社

地 址: 北京市东城区东单三条 8-16 号东方广场东配楼四层

邮 编: 100005

电 话: 发行部: (010) 65255876

总编室: (010) 65252135-8043

网 址: www.beijingtongxin.com

印 刷: 辽宁省沈阳印刷厂

经 销: 全国新华书店

版 次: 2015 年 1 月第 1 版

2015 年 1 月第 1 次印刷

开 本: 850 × 1168 1/16

印 张: 12.25

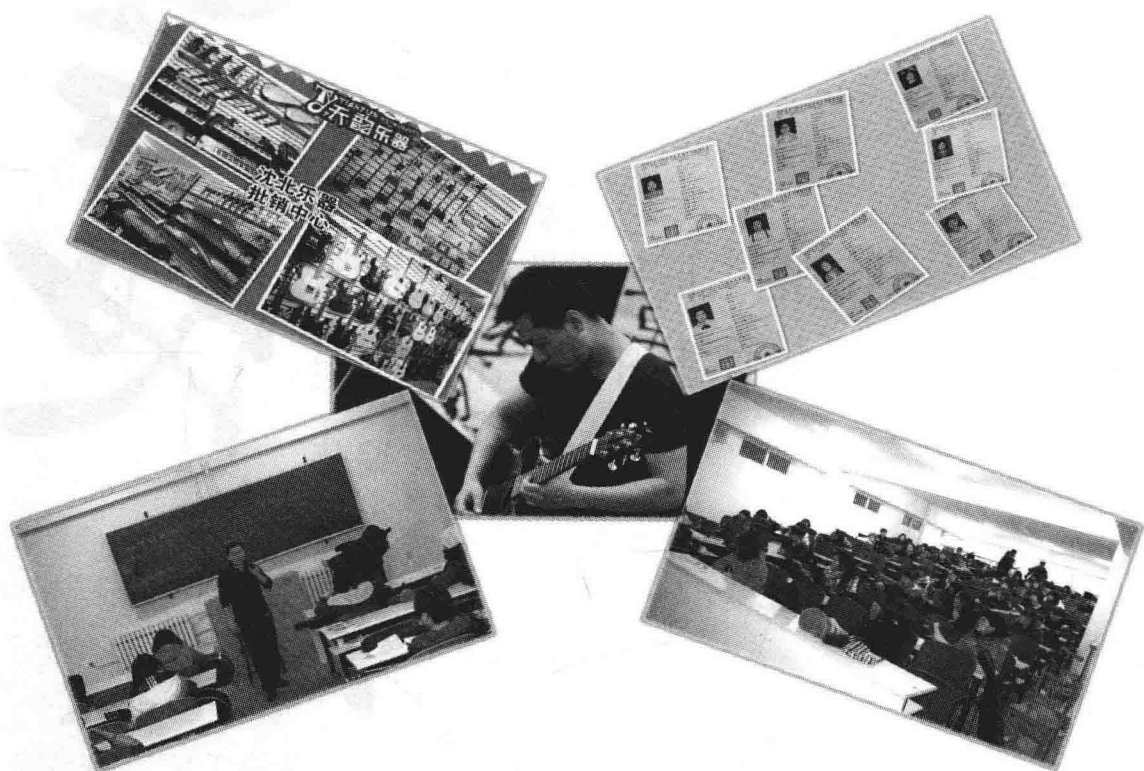
字 数: 145 千字

定 价: 39.80 元

歌曲作品著作权使用费由中国音乐著作权协会代理 邮编: 100005

地址: 北京市东单三条 33 号京纺大厦 5 层 电话: (010) 65232656-532

同心版图书, 版权所有, 侵权必究, 未经许可, 不得转载



张博

沈阳天之韵现代音乐学校、天之韵乐器行、天之韵传媒创始人，《吉他人生》第一作者，受聘于沈阳多所高校艺术教研室、从事流行器乐教学模式研发。



张希

沈阳天之韵现代音乐学校高级讲师，《吉他人生》制作团队核心成员。2010年“音乐梦想学院”沈阳赛区冠军。“高校●原创”社团社长。



光阴飞逝，转眼间从事吉他教育事业已经十多年了。回首往事，从懵懵懂懂的菜鸟到今天的小有成就，一路走来感触颇多，不敢妄自菲薄，回想过往种种，总感觉学琴的路和我的人生之路竟然有如此多的相似之处。故此书名为《吉他人人生》，希望能给所有怀揣梦想的同学一些帮助。

先晒晒我的学琴之路吧。二十几年前，有了第一把吉他，捧着极其有限的资料自己研究，结果根本搞不懂，开始想尽各种办法联系身边会弹吉他的“高人”，结果还是失败了。17年前，偶遇我人生第一个吉他老师，教会了我至关重要的乐器基础和人生方向。同时收集了海量的学习材料。10年前，入行，遍访全国名师和一线乐手。往后看10年，还会孜孜不倦地从事我喜爱的事业。回看整个过程，有两个条件对于成功来说至关重要，那就是坚持和交流。

10年前就开始筹划着出书这件事，之所以这么久才出，就是因为直到今天我才满意自己的作品，这是为自己负责也是为广大读者负责。十年磨一剑，锋芒可想而知。

本书是对我十数年教学经验的提粹，是五十多学员共同验证的最简单最便捷的学习方式。其完全颠覆了传统的教学方式，我会像讲故事一样用最简明的语言来为大家讲解整个学吉他的过程。同学们可以像读小说一样的读完这本书。边读、边学、边实践。随着时间的累积，当你蓦然回首时，已在灯火阑珊处了。

这是一本以娱乐性、趣味性为主要线路，语言简洁明了、知识用到什么讲什么，可以从头一直顺序看到尾的好书。另外，我们还特别为同学们准备了如论坛、网站、视频等互动平台来解决大家的问题。

沈阳沈北天之韵乐器行网站 shop62026148.taobao.com，微信号 ty89862886 或微信公众号搜索：沈北天之韵乐器，邮箱：tyyqh@126.com，QQ:15752371。

《吉他人人生》准备出4本书，第1本我叫他——江湖小虾，适合零基础的同学；第2本——风起云涌，适合中级部分的同学；第3本——技惊四座，适合高级部分的同学；第4本——传奇人生，适合专业级的同学。大家可以根据自己的水平选择相应的教材。

关于你演奏水平的判断：

初级水平，看得懂六线谱，对于基本的音准和基础节奏有认知，并能顺利演奏一些简单的节奏型，基本连贯的和弦转换，会调弦，在有谱子的情况下流行歌曲50%可以自弹自唱（不要求前奏间奏的演奏），能独立演奏5个以上的独奏曲。以上所有条件满足了，你具备弹吉他的初级水平了。若有几条没满足那一定要补一下，要不然越往后弹会越感觉吃力的。

中级水平，能用拨片演奏基本的节奏型，包括扫弦的、分解的。流行歌曲100%可以弹唱，可以熟练运用勾、打、滑、揉、推等进阶技巧来丰富演奏的色彩，可以独立完成歌曲前奏、间奏、尾奏、使之完整，能有15首左右完整的独奏曲目。

高级水平，人工泛音、点弦、击板、PA系统、效果器调试、录音等丰富的演奏技巧及周边知识、音的构成、节奏拆分、音程、和弦构成及色彩、和声学、调的关系、复调等系统大量的乐理知识。本部涵盖了50%的电吉他教程，收录了大量的国内外乐队经典曲目的总谱。

专业水平，在这段教程的设计中我可以帮助大家来完成一些大师的作品，但我不保证你会成为大师。这里要强调一个概念：你能演奏大师的作品和你是大师级别的演奏者是两回事。成为大师一个基础条件就是要有传世的，经得住时间检验的作品！它主要注重的是创造性，当然你也得有相当的演奏能力才可以。我们也会在这里涉猎一些关于原创歌曲的方法与技巧。

感谢武汉一沐文化设计团队，感谢沈阳印刷厂提供技术支持。感谢本书中所有用到歌曲的词曲作者为社会创造出这么好的音乐作品。部分词曲作者我们确实联系不上，如有看到此书请与我们联系解决版税问题。



2014年12月沈阳

目 录

吉他人生
——另一种思维的吉他教程



章一 我想弹吉他 001

【知识点】吉他的选购、保养、分类、构造、持琴动作、试弹

章二 我可以调准吉他的琴弦 011

【知识点】调音表的选购、音级、升降记号、音名唱名、吉他各种定弦方式

章三 我可以弹好多个吉他曲子 014

【知识点】左手正确的动作、识谱、演奏

章四 来弹真正的吉他曲 020

【知识点】演奏真正的吉他曲子、和弦

章五 关于节奏 027

【知识点】对于节奏的认知与把握

章六 自弹自唱 029

【知识点】各种扫弦的节奏型应用、弹与唱的配合、变调夹的使用

章七 所有的流行歌曲都可以弹唱（我会弹吉他） 119

【知识点】各类横按和弦的理解与转换、分解和弦、拨片的应用

歌 曲 目 录

○粉刷匠	(015)
○生日快乐	(017)
○蓝色薰衣草	(017)
○爸爸去哪儿	(018)
○小苹果	(019)
○兰花草	编曲 / 陈贤德 张弼 (020)
○四季歌	编曲 / 荒木丰尚 (022)
○草原上升起不落的太阳	编曲 / 美丽其格 (023)
○台湾岛	编曲 / 佚名 (025)
○天使的翅膀	演唱 / 安琥 (029)
○左半边翅膀	演唱 / 许飞 (033)
○他不懂	演唱 / 张杰 (035)
○恋曲 1990	演唱 / 罗大佑 (037)
○Knockin' on heaven's door	演唱 / Bob Dylan (039)
○When you're gone	演唱 / Avril Lavigne (041)
○吻别	演唱 / 张学友 (044)
○把悲伤留给自己	演唱 / 陈升 (046)
○你怎么舍得我难过	演唱 / 黄品源 (048)
○泡沫	演唱 / 邓紫棋 (050)
○今生缘	演唱 / 川子 (053)
○给我一个理由忘记	演唱 / a-lin (054)
○平凡之路	演唱 / 朴树 (056)
○Big big world	演唱 / Emilia Rydberg (059)
○我是明星	演唱 / 周华健 (061)
○Edelweiss	演唱 / Slim Whitman (063)
○栀子花开	演唱 / 何炅 (065)
○棋子	演唱 / 王菲 (067)
○Crazier	演唱 / Taylor Swift (069)
○真心英雄	演唱 / 群星 (071)
○时光	演唱 / 许巍 (073)
○You are my sunshine	演唱 / 反光镜乐队 (075)
○童年	演唱 / 罗大佑 (076)
○Blowing in the wind	演唱 / Bob Dylan (078)

◎小手拉大手	演唱 / 梁静茹 (080)
◎偏爱	演唱 / 张芸京 (082)
◎在他乡	演唱 / 水木年华 (085)
◎城市	演唱 / 成龙 (087)
◎拥抱	演唱 / 五月天 (089)
◎爱的代价	演唱 / 李宗盛 (090)
◎原来你也在这里	演唱 / 刘若英 (092)
◎烟火里的尘埃	演唱 / 华晨宇 (094)
◎夜空中最亮的星	演唱 / 逃跑计划 (098)
◎恰似你的温柔	演唱 / 蔡琴 (100)
◎剑伤	演唱 / 李易峰 (102)
◎朋友	演唱 / 周华健 (104)
◎类似爱情	演唱 / 萧亚轩 (105)
◎暖暖	演唱 / 梁静茹 (108)
◎有没有人告诉你	演唱 / 陈楚生 (110)
◎What's up	演唱 / 4 Non Blondes (112)
◎Pieces	演唱 / SUM 41 (116)
◎Forever 21	演唱 / 曾轶可 (119)
◎My happy ending	演唱 / Avril Lavigne (122)
◎你不知道的事	演唱 / 王力宏 (126)
◎特别的爱给特别的你	演唱 / 伍思凯 (128)
◎时间都去哪了	演唱 / 王铮亮 (130)
◎魔鬼中的天使	演唱 / 田馥甄 (132)
◎父亲	演唱 / 筷子兄弟 (134)
◎老男孩	演唱 / 筷子兄弟 (136)
◎热雪	演唱 / 魏晨 (138)
◎背叛	演唱 / 曹格 (139)
◎愿得一人心	演唱 / 李行亮 (142)
◎依然爱你	演唱 / 王力宏 (144)
◎狮子座	演唱 / 曾轶可 (146)
◎你是我的眼	演唱 / 萧煌奇 (148)
◎不分手的恋爱	演唱 / 汪苏泷 (150)
◎追梦赤子心	演唱 / GALA 乐队 (152)
◎我的好兄弟	演唱 / 高进 小沈阳 (155)
◎魔法城堡	演唱 / TFBOYS (157)
◎别怕我伤心	演唱 / 张信哲 (160)
◎兄弟抱一下	演唱 / 庞龙 (162)

◎那些年	演唱 / 胡夏 (165)
◎向快乐出发	演唱 / 群星 (168)
◎12 月的奇迹	演唱 / EXO (171)
◎我最亲爱的	演唱 / 张惠妹 (174)
◎稻香	演唱 / 周杰伦 (177)
◎Love story	演唱 / Taylor Swift (180)
◎大海	演唱 / 张雨生 (185)
◎稳稳的幸福	演唱 / 陈奕迅 (187)
◎爱的勇气	演唱 / 曲婉婷 (189)
◎越长大越孤单	演唱 / 牛奶 & 咖啡 (193)
◎春天里	演唱 / 汪峰 (196)
◎庐州月	演唱 / 许嵩 (198)
◎没那么简单	演唱 / 黄小琥 (201)
◎本书主题曲——永恒的光	演唱 / 张希 (204)

章一 我想弹吉他

【知识点】吉他的选购、保养、分类、构造、持琴动作、试弹

少年时代的我，思维总是天马行空般的“飘逸”，有的时候甚至被看作“另类”，因为前一句说话的内容跟后一句说的事情根本不在一个逻辑上。那时，我从没见过真人弹吉他，电视里好像也没太注意过，家里有的唯一的乐器是妈妈从北京带回来给我的生日礼物——电子琴。只是有一天，我突然冒出个想法——我想弹吉他，真的没有别的理由。有了想法就要去做啊，要不然整天想。于是，我先去琴行溜一圈儿，然后开始攒钱。终于，半年后我把一把75元的吉他抱回了家，我乐坏了。要知道，那个年代，75元人民币，大钱！对了，当时我和弟弟一起去买琴，我们一人买了一把。这里说件糗事。

回来的路上，我弟弟问我：“哥，这东西，你会调弦么？”

我说：“那怎么不会哩？你看那琴弦不是松着呢么？你就拧拧拧，把它拧紧了就可以弹了！”

“……”

结果，回家后我真的就这么干的。

但是，那是我这辈子听到的最好听的声音，一生难忘。

有次听说，前面村子里有个叫“鬼子”的大人会弹吉他，我就去了。

“鬼哥，弹吉他的会？”

“会点儿。”

“敢给我弹一段不？”

“Zzzzzzzz”

“天哪！偶像耶！师傅在上，受徒儿一拜。”

“嗯……念你心诚，吾暂且收下你，这本手抄秘籍是我二姨夫的三舅妈的老公公留下的，极具科考价值。你好好保存，回去练吧！练好找我。”

“哎……!?”

这是真事，当时的谱子都是手抄的。我一看给我两个最简单的和弦，C和弦和Am和弦，有说明，能看懂，那就开练呗。

结果，就这么两个和弦，我为了能按出声音，能连上，用了差不多一年半的时间。破琴！手练得嗷嗷痛。

这里是重点的话，我和弦按不响的原因百分之百是琴的问题。同学们在不会弹吉他的时候是真的不知道什么样的好琴、什么样的不怎么样的琴。这里我就要讲一下吉他选购的问题。首

先，你有一把得心应手的吉他是你学琴成功的首要条件，它会让你整个学琴之路变得畅快淋漓，否则就像我一样，一个一堂课就弹好的内容，我用了一年半。

怎样挑选吉他？

要从这几个方面权衡，音色、手感、尺寸、样式、颜色，顺序不能变。乐器首要的条件就是声音好听，就像是百灵鸟随意叫也是动听的，而乌鸦怎么唱都不好听是一个道理。一把好琴，即使你弹的不是很好，它也会给你增色不少。我告诉大家最简单的方法，你不用找什么所谓的明白人，大多所谓的明白人也不是很明白。你就自己去乐器店，让店主帮你弹，你自己听就可以，先在不同的价位区间随便挑几把琴，然后让店主弹同样的曲子给你听，你会听出不同的，就像你也唱《世上只有妈妈好》我也唱，音色感觉一定不一样的，最能感动你的那一把吉他，就是你要的。不要太在意店主跟你说这琴是云杉做的、那琴是雪松做的，这个单板的、那个是合板的等等，那都没意义。它就是塑料做的琴身，毛线做的琴弦，只要它好听是我想要的声音，就是好琴。

其次是看手感，这个问题也至关重要。要不是我第一把吉他手感不好，我能两个和弦练一年半么？一把手感好的吉他按上去手是不会痛的，当然，你第一次开始按琴手是一定有感觉的，但绝对不会像针刺般疼痛。以前听人说弹吉他手都磨出泡了，现在看那就是琴“太好”了的问题。我以前练琴手就没少起泡。所谓手感好至少要满足下面几个条件：第一，每根琴弦的间距是一样大的；第二，最粗的那根弦到第一个品柱的目测距离在 1.5 毫米左右，距离 12 品品柱的距离在 3~5 毫米左右。（不明白什么是品柱的同学看吉他的构造）；第三，做工。你应该能看出吉他工厂工程师的用心，换句话说，真的是用心做琴了。

再次，就是琴的尺寸大小了，吉他大概分这么几个尺寸，36 寸、38 寸、40 寸、41 寸。其中 36 寸算旅行吉他，很小非常容易携带，但缺点就是共鸣箱太小，导致音色和音量上都不如同档次的大箱吉他。当然，若是经济上宽松的同学一定要买旅行吉他的话，肯多花点钱也是能买到好听的琴的。38 寸比 36 寸大一点，但一般男生抱着都会觉得有点小的，比较适合女生。41 寸的吉他就很大了，适合高身材的同学。当然因为共鸣箱大所以音量和音色自然好些，这里有个问题，就是 41 寸的吉他无论怎么制造都存在一个问题，就是低音相对会很好，但是高音总是不如小箱体的琴那么明亮，同样小箱的琴无论怎么造也没有大箱琴低音那么有质感。听起来好像很难选啊？呵呵，我们还有一个 40 寸的全能型的吉他可以挑选啊，这里做强烈推荐，它低音不比 41 寸的好，但比它高音好，高音没有 38 寸的好，但比它低音好，属于那种比较均衡，综合分数比较高的产品。

第四，就是样式了。不想花大价钱买琴的同学只要购买满足以上两点的琴就可以了，条件允许的同学在满足以上两点要求以后可以考虑样式的问题。诚然，好材料决定好声音，好工艺成就好手感，具有艺术家气质的设计师才能设计出好样式。这里的样式涵盖了设计师的艺术理念和追求，一般来说产品附加值会比较高，价格不便宜。同学们从做琴的每一个细节上可以看到设计师

的理念和追求。

最后，就是颜色了。个人觉得，颜色这个问题真的无所谓。理论上讲多涂一层漆就多影响吉他音色一次，自己看着办吧。

关于吉他的保养

一句话，经常弹，是对琴最好的保养方式。所谓“流水不腐，户枢不蠹”就是这个道理。但是，琴是真心怕干怕潮的，不能直接放在有地热的地板上，会裂的。不能放在太潮的环境里，会变形，音色也会发闷。

关于吉他的分类

吉他从本质上就分两大类，一类叫电吉他，一类叫木吉他。看起来很容易区分，本质在于它们的发声方式不同。木吉他是靠琴弦振动，箱体共鸣发声，而电吉他是靠琴弦的振动做切割拾音器线圈产生的磁力线的运动，从而产生一个电流，这个电流形成一个电流信号输出到功放然后推动扬声器发声。木吉他只有一种声音，那是最纯净，最自然的天籁，就像钢琴一样。电吉他的声音是可以通过一个叫效果器的东西任意制作，比较像电子琴。这两种乐器不能互相替代，只能互补。也就是说电吉他拓宽了吉他的音色领域，让吉他的声音可以表现得更狂野、更柔和，并且解决了弹拨乐器最致命的问题——声音不能无限延长。但是它永远不能替代木吉他那种最纯净，最自然的声音。就像汽车不可能代替自行车一样。

木吉他大体上分两种，一种是民谣吉他，一种是古典吉他。二者最本质的区别在于琴弦的选材不一样，民谣吉他是钢制的琴弦，古典吉他是尼龙的琴弦，这就导致了他们音色的不同。民谣吉他声音明亮清澈，力量感比较强；古典琴声音柔和，力量感比较弱。这里推荐几首BEYOND 的作品供大家鉴赏和区分。古典吉他的 SOLO 《谁伴我闯荡》的前奏部分，《情人》的尾奏部分，民谣吉他范例大家可以参考《不再犹豫》《灰色轨迹》，以上作品都有电吉他的存在，请大家认真聆听和区别。科普一个误区，虽然吉他有很多种，但他们绝对没有好坏之分，不是一定民谣就比古典好，也不是一定电吉他就比民谣强，尺有所短，寸有所长，只是看它们适合演奏什么样的作品而已。在这里，我们倒是真心建议大家从民谣吉他开始入手学习，毕竟演奏风格和技巧上不受太多限制，随意性更强些。我们以后教程当中如无特殊标示所指的琴就全部是指民谣吉他。

吉他的构造

吉他大体上可以分为三大部分：琴头、琴颈和琴身。（如图 1）

琴头上同学只需要知道一个概念就是琴钮，它是负责调解琴弦松紧的，琴弦拧得越紧，那么它发出的音就越高，琴弦松了音就低了。注意，它和音量没关系。

琴颈上面的小白条叫弦枕，它像枕头一样，琴弦是枕在上面的，这个小东西至关重要，它决定了一把 guitar 的手感和音色。若弦枕太高了则导致吉他手感不好，按弦会很吃力，太低又会有杂音，而且琴弦和弦枕接触的点面积过大时，会导致吉他的声音发闷、晦涩。

我们把吉他最细的弦叫做 1 弦，最粗的弦叫 6 弦。

那一个格子一个格子的空间我们叫它品位，从琴头方向的第一个位置叫 1 品位，以此类推到最后，一般是 21 个品位。那么，在琴颈的指板上，由琴弦和品位就组成了我们演奏吉他的横坐标和纵坐标。我们用以下名称来定位指板上的位置，如，5 弦 3 品位，即第 5 根琴弦第 3 个格子里就是我们手需要按的地方，或 3 弦 5 品位、2 弦 1 品位等等。

一般在民谣琴上的 3 品位、5 品位、7 品位、9 品位和 12 品位都会有比较明显的标示，我们把它叫做音位标记，那是为了让我们在演奏中能迅速找到品的位置而设计的。比如我想找到 8 品位，可以先用音位标记锁定 9 品，往前一个品位就是 8 品了。

琴身部分就比较容易理解，大家可以看图或直接看视频就明白了。

正确的持琴动作

关于正确持琴的问题，我个人觉得蛮重要的。好的动作一来会为你日后演奏省去很多麻烦，二来也可以让你的演奏从视觉效果上看着

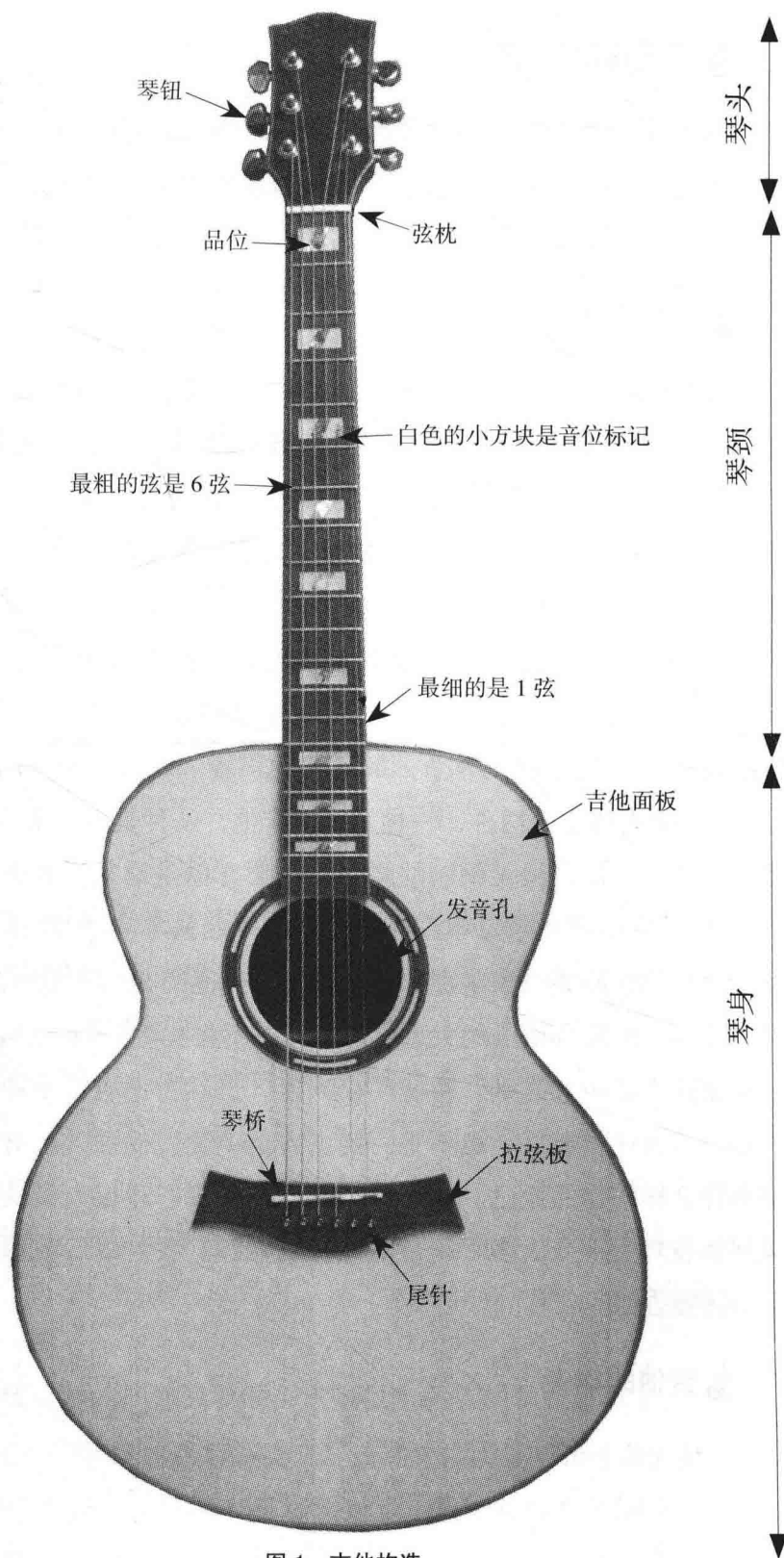


图 1 吉他构造

帅气一点。一共分为 8 个动作，大家可以跟着视频一起做。

首先，你要选择一个舒服的坐姿，可以平坐或翘腿。（如图 2）



图 2.1 平坐



图 2.2 翘腿

第一步，要把吉他的下腰放到腿上。（如图 3）



图 3 正确持琴动作第 1 步

第二步，把琴的上腰靠在胸前。（如图 4）



图 4 正确持琴动作第 2 步

第三步，调整琴头的高度，保证琴头高，琴身低。（如图 5）



图5 正确的持琴动作第3步

第四步，把琴头往外推，使琴和自己身体呈大约 30 度的角度以便左手演奏。（如图 6）



图6 正确持琴动作第4步

第五步，右臂肘前一寸处，搭在吉他的后腰上。（如图 7）



图7 正确持琴动作第5步

第六步，调整手腕的动作，基本上手腕是平的或微躬，调整手指的动作，像握着一个苹果一样自然垂放。（如图 8）



图 8 正确持琴动作第 6 步

第七步，把摆好动作的手自然地放到指板末端和琴桥的最中间。（如图 9）



图 9 正确持琴动作第 7 步

第八步，左手收回来，放到琴的后面。（如图 10）

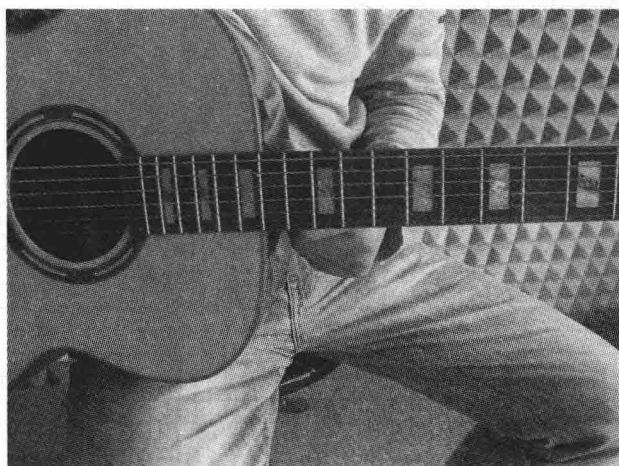


图 10 正确持琴动作第 8 步

把上面动作再做两遍，然后注意几点：身体应该有 4 点在和吉他接触，分别是左手在扶着