

Happy whistle

周建平◎编著



开心 吹口哨

羊城晚报出版社



【编者按】本书简明扼要，通俗易懂，具有学术性、趣味性和实用性，既梳理了中外口哨音乐的历史，生动风趣地介绍了口哨文化轶事、口哨学习的方法，解答口哨学习的有关问题，又涉及口哨与美容保健，口哨与美学，口哨与影视艺术，口哨与中外名人，口哨与爱情的故事，口哨与民俗禁忌以及口哨名曲等，形式活泼，内容丰富，可读性强，是一本难得的口哨文化普及读物。

ISBN 978-7-5543-0101-2



9 787554 301012 >

定 价：18.00元

Happy whistle

周建平◎编著



羊城晚报出版社

· 广州 ·

图书在版编目(CIP)数据

开心吹口哨 / 周建平编著. —广州: 羊城晚报出版社, 2014.5

ISBN 978-7-5543-0101-2

I. ①开… II. ①周… III. ①口技—音乐
IV. ①J61

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第087196号

开心吹口哨

Kaixin Chui Koushao

策划编辑 吴 江

责任编辑 黄初镇

责任技编 张广生

装帧设计 友间文化

责任校对 胡艺超 雷小留

出版发行 羊城晚报出版社(广州市东风东路733号 邮编: 510085)

网址: www.ycwb-press.com

发行部电话: (020) 87133824

出 版 人 吴 江

经 销 广东新华发行集团股份有限公司

印 刷 佛山市浩文彩色印刷有限公司
(佛山市南海区狮山科技工业园A区)

规 格 787毫米×1092毫米 1/32 印张7.5 字数180千

版 次 2014年5月第1版 2014年5月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5543-0101-2/J·63

定 价 18.00元

版权所有 违者必究 (如发现因印装质量问题而影响阅读, 请与印刷厂联系调换)

序

孟维鸿

口哨，是一门广大人民群众喜闻乐见的音乐艺术形式，具有深厚的群众基础，既有草根、便捷、接地气、参与度广的性质，也是能进入艺术殿堂的一门高雅艺术。

口哨是随身的“乐器”，上帝赋予人类的美好的音乐潜能。

口哨艺术有着悠远的历史，中国古代最早的诗歌总集《诗经》中已经有所记载。早在公元前2世纪，文明古国印度就见踪迹。19世纪，口哨艺术一度风行世界，在欧洲，无论绅士淑女，贵族平民都喜欢它。据说伟大的革命导师马克思也常在工暇之余吹口哨自得其乐！由于具有广泛的群众性，世界各国涌现了一批技艺超群的口哨演奏家，且有的以口哨吹奏为业。国际上每年都有举行世界口哨大赛。

美妙口哨总是能脱颖而出，“划然长啸，草木震动、山鸣谷应、风起云涌”。口哨风格独特、别出心裁，能以高超的技巧吹奏出各种乐曲，在众多音乐形式中显得别有一番韵味。“双唇乐声，声似天籁”的口哨，是区别于声乐器乐之外的一种独特的音乐艺术形式。精妙的口哨音乐犹如清风拂面，柔美酣畅。

近年来，中国的口哨艺术得到快速发展，口哨艺术高峰论坛举办，中国口哨协会成立，研究成果不断出现。口哨组织与活动日渐活跃，口哨艺术日益普及，口哨艺术进高校、“辉煌的六十年——红色口哨庆国庆”大型演出等活动，呈现蓬勃发展态势。

相比之下，目前，我国对口哨艺术的理论研究和经验总结，远远跟不上口哨艺术的发展。口哨的教科书非

常少，仅有的一些口哨教材，或是少量发行，或是没有公开出版。口哨文化的书籍更少。尽管在网络时代，为学吹口哨提供了良好条件，人们可以在网上看到中外大师吹口哨的视频，观摩



中国口哨协会理事长孟维鸿口哨表演

学习大师的技巧。但是网上的口哨资料，分散且少，良莠不齐，不够系统，一些信息缺乏权威性。蓬勃发展的口哨艺术，呼唤口哨文化的深入研究，更多口哨文化读物的出版。

周建平博士的《开心吹口哨》，是一本难得的口哨文化编著。该书简明扼要，通俗易懂，具有学理性、趣味性、实用性。梳理了口哨音乐的文化历史，介绍了口哨文化趣事，总结了口哨学习的方法，有针对性地解答口哨学习的有关问题，内容涉及口哨与美容保健，口哨美学，口哨与影视音乐，口哨与中外名人，口哨爱情故事，口哨与民俗禁忌等等，形式活泼，内容丰富。

周建平博士，自幼学过小提琴、笛子、秦琴等乐器。中学时参加校文艺宣传队，上山下乡时参加知青文艺宣传队，当军工厂工人时参加715文工团。在中山大学就读时任校乐团首席小提琴等。其间还在乐昌文工团、韶关文工团参与乐队伴奏和学习演奏。有较为丰富的演出经历。曾师从马立仁、马小斯、韦振中等小提琴师。有着较好的音乐基础和艺术修养，而口哨似乎是他与生俱来的本领，演练多年，有着较高的造诣，现担任中国口哨协会的理事。国内多家电台播出过他的口哨音乐以及专访。



周建平博士现任某传媒集团副总编辑，中山大学兼职教授。并曾在北京大学文化产业研究院讲授“中外文艺体制与文化产业”课程。他热心参与口哨音乐活动，注意收集口哨文化史料，研究口哨文化问题。周建平博士具有较强的学术意识，深厚的学术功底和学术眼光。出版过专业著作，发表过不少论文。在中山大学等高校开设过口哨艺术讲座。良好的艺术感觉，丰富的口哨资料积累，研究的兴趣爱好，是编写该书的基础。这本《开心吹口哨》，就是他在查阅了大量研究文章和典籍，搜集了大量的口哨文化资料，以及中外口哨相关报道，专访了余音等一批大师，做了大量的口哨笔记，对资料进行系统整理，作了较为深入的研究的基础上编写而成。

周博士的新作《开心吹口哨》一书，正值“‘中国好哨音’——‘大沥杯’首届中国口哨大赛”系列活动之际出版，作为献礼之作，具有特殊的意义。

这本书的价值显而易见，为大口哨爱好者提供学习和借鉴的范本。

《开心吹口哨》一书付梓出版，对于促进我国口哨音乐发展具有积极意义。

衷心祝贺周建平博士新著的出版！

（孟维鸿：中国口哨协会理事长）

目录

CONTENTS

- 001 一 口哨：上帝赋予我们的音乐潜能
空气的艺术，唇的艺术，天籁之音，自然之音。
把吹口哨的感觉找回来！
- 015 二 西方口哨：成为一种真正的艺术
第一张啸乐唱片，第一所啸艺学校，“吹口哨的第一位淑女”。“是音乐家，而不是耍把戏的人！”
- 025 三 口哨：古代名士的一种雅好
魏晋名士风度，“长啸当歌”的胸襟与志趣，柳暗花明的啸艺之路。
- 039 四 世界名人：鲜为人知的口哨趣事
马克思、斯大林、周恩来、宋美龄爱吹口哨，奥巴马喜欢吹口哨。希特勒也爱吹口哨。

- 051 五 草根艺术：登上高雅音乐殿堂
- 频频在媒体亮相的口哨，演出日趋活跃的口哨，应运而生的中国口哨协会。
- 061 六 世界口哨大赛：口哨最高水平的象征
- 世界口哨盛会，富兰克林郡艺术委员会，啸艺博物馆。欢乐的城市啸乐周。
- 069 七 西部牛仔：影片里黄沙落日中的呼啸
- 呼啸一声骏马飞驰而来。衣衫褴褛的战俘，用口哨整齐地吹出轻松有力的《桂河大桥进行曲》。
- 081 八 星光熠熠：中外口哨达人速写
- 胖胖的卷毛儿的家伙。吹口哨的约翰曾被送进精神病院。章棣和、余音等大师高超的口哨沁人心脾。
- 097 九 吹口哨的女人：如泣如诉的爱情故事
- 当他听到斯汀蒂吹的口哨声时，身子突然像被子弹击中一样，一动不动……
- 105 十 吹口哨：美容保健的一种方式
- 中国古代颐性养寿之道，日本减肥保健和美容的良方，风行日本的口哨活动。

115	十一 中外口哨文化轶事	一声口哨惹来头中两枪，两声口哨换来50年牢狱，几声口哨停止一场敌我双方的战斗。
131	十二 口哨ABC：练习从哪里入手？	发出哨音，这是万里长征第一步，嘴型、呼吸、气息、舌位为口哨的基本要素。
141	十三 口哨演奏的基本方法	啸法十二种，流云、深溪虎、高柳蝉……啸法如此缜密，则啸之音声必然繁富。
153	十四 口哨练习20个为什么	口哨有那些种类？气息如何控制？口哨演奏有什么要求？要注意些什么细节呢？
173	十五 口哨练习曲、乐曲28首	
205	附录 中外口哨音乐曲目	
209	后记 开开心心吹口哨	
227	参考文献	



一口哨：

上帝赋予我们的音乐潜能

1

空气的艺术，唇的艺术

朋友，您会吹口哨吗？您听过口哨吗？您喜欢口哨吗？您了解口哨的历史吗？您也许听过口哨，是在你妈妈的怀抱，在父亲的肩膀上；在路旁，在广场，在运动赛场，演出剧场；或是在山野村庄、草原大漠、原始森林、黄土高坡、江河湖畔、海边沙滩。您也许听过好莱坞西部牛仔的呼啸，《百万英镑》里亨利的口哨《扬基歌》，《桂河大桥》中英军的哨声，电影《鸡毛信》中海娃驱赶羊群的尖利的口哨。《渡江侦察记》中女游击队长岸边一声呼哨，芦苇丛中就荡出一叶扁舟，那声呼哨胜过水泊梁山朱贵的那支响箭。

美妙口哨总是能脱颖而出，“划然长啸，草木震动、山鸣谷应、风起云涌”。口哨风格独特、别出心裁，能以高超的技巧吹奏出各种乐曲，在众多音乐形式

中显得别有一番韵味。“双唇乐声，声似天籁”的口哨，已经成为一种“唇的艺术”。

口哨是随身的“乐器”，上帝赋予我们人类的美好的音乐潜能。口哨达人，只要口唇撮拢，便可以吹奏出乐曲，精致地表现出轻快、柔和、清新、自然的韵味。听精妙的口哨音乐犹如清风拂面，柔美酣畅。

古人把吹口哨看得非常神圣，据称最初只在神仙与帝王之间流传。唐朝孙广《啸旨》说：“故太上老君授南极真人，南极真人授广成子，广成子授风后，风后授务光，务光授舜，舜演之为琴以授禹，自后或废或续。”舜帝把吹口哨演绎成如同弹琴一样优美的旋律。西晋成公绥《啸赋》也说：啸，“动唇有曲，发口成音”。

魏晋时代，《世说新语》有“丝不如竹，竹不如肉”的说法。这“丝”，指弦乐器，“竹”指管乐器，“肉”指美妙的歌喉。意思是说丝弦弹拨的曲子不如竹木吹出的曲子动听，而竹木吹出的曲子又比不上人的喉咙唱出的歌曲动人。这是一句评论音乐的妙语，它盛赞了声乐的艺术魅力，认为人的声音最能将人的情感酣畅淋漓地表达出来。当然，竹管乐也绝没有人体随身携带的乐器口哨能打动人。口哨既然是人自身携带的乐器，

也是“肉”之组成部分，所发出的是天然之音，自然之音。口哨的声音是自然和人为两方面造成的，它很容易引起人们的共鸣，它是一种随时随地都能吹奏的音乐。日本称之为“空气的艺术”。

音乐之于人生，如甘露如晨曦，也许你领略过各种乐器演奏的美妙旋律，可你是否听说，是否还记得，有一份对音乐的演绎来自内心？感情在呼唤，快乐在飘扬，情意在传递，自由在歌唱……

口哨之美，诗人刘再复的《春天吹着口哨》有另一番解读：沿着开花的土地，春天吹着口哨，于是，欢快的旋律就流荡起来了。哨音在青色的树枝上旋转，它鼓动着小叶子更快地成长；风筝在天上飘，哨音顺着孩子的手，顺着风筝的线，升到云层中去了；新翻的泥土闪

开了路，滴着黑色的油，哨音顺着犁铧的镜面滑过去了。啊！那里面有蜜蜂的嗡嗡声，有百灵鸟的啼啭，有牛的哞叫……



中国口哨协会会员表演口哨艺术

口哨，日本称口笛。在日本，口哨音乐同样有着广泛的群众基础，活泼的口哨，快乐的心情，当人们高兴的时候，那些悠扬自得的口哨就会禁不住从唇间跃然而出。口哨的意义不仅于此，日本口哨协会（日本口笛音乐协会）在2010年6月22日发布的《口哨宪章》中。提出“致地球上的口哨”的口号。内容如下：

——世间一切的生命，包括所有动物和植物，只有人类能吹口哨。

——无论属于哪个人种，哪个民族，地球上的任何一个人都能吹口哨。

——要乐观积极地思考才能吹口哨，抱有悲观消极的想法就不能吹口哨。

——当遇到地震或者在山中遇险时，吹口哨能引起注意，拯救你自己。

——吹口哨不需要任何道具，你的身体就是乐器。

——吹口哨需要深呼吸，这样有利于增进健康。

——吹口哨能锻炼口腔周围的肌肉，防止脸部肌肉老化。

——吹口哨还要用到腹部肌肉，增进人体健康。

——吹口哨的第一步，是要学会“咻”的发音。



——口哨能发出所有的音阶，世界上的音乐都能通过口哨吹出来。

——吹口哨用的不是声带，而是控制空气的流动发出声音。

——吹口哨并不难，只要每天坚持练习，你吹口哨的能力就会大大提高。

在这份《口哨宪章》中，日本口哨协会用12句简短的话介绍了口哨的独特性、吹口哨的好处，并告诉人们吹口哨很容易学。《口哨宪章》在最后提出：“口哨是空气的艺术。”

2 天籁之音，自然之音

在电影《桂河大桥》中，一群二战期间被俘的英国军人衣衫褴褛走入俘虏营广场，却操着整齐的步伐用口哨吹着充满活力的乐曲《波基上校进行曲》，在日本俘虏营守军的淫威下维护英国民族和军队尊严，向日本守