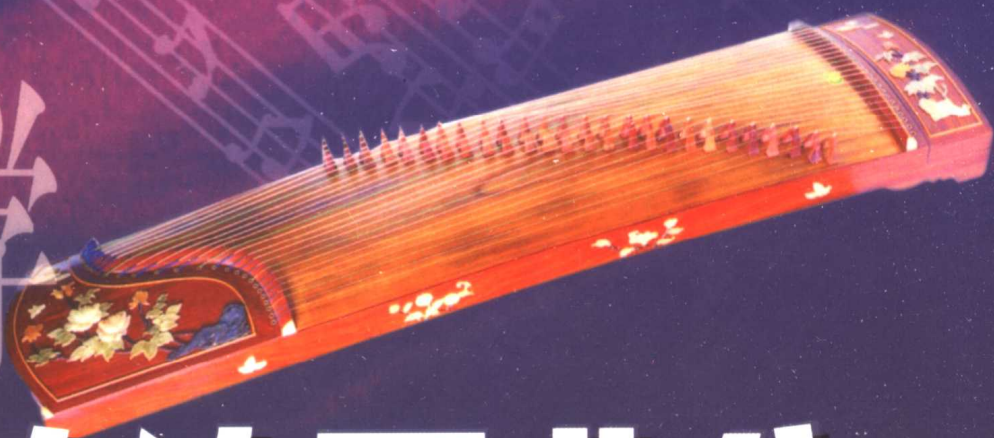


跟我学系列
FOLLOW ME

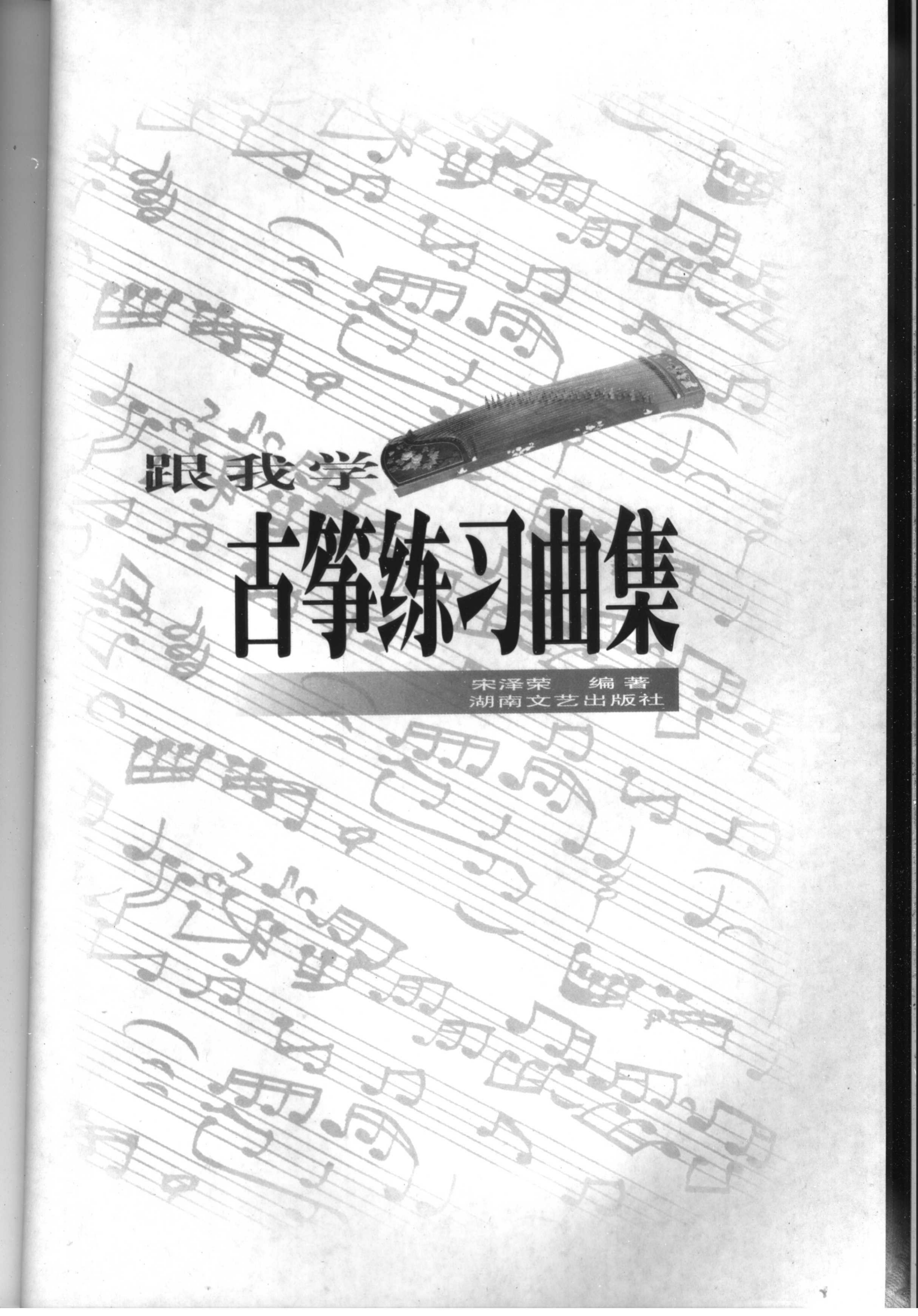
跟我学



古筝练习曲集

宋泽荣 编著

湖南文艺出版社



跟我学

古筝练习曲集

宋泽荣 编著
湖南文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

跟我学古筝练习曲集 / 宋泽荣编著. —长沙: 湖南文艺出版社, 2004. 1

(跟我学系列)

ISBN 7-5404-3141-5

I. 跟... II. 宋... III. 筝—练习曲—中国—选集

IV. J648.321

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 104177 号

跟我学古筝练习曲集

宋泽荣 编著

责任编辑: 欧阳强

*

湖南文艺出版社出版、发行

(长沙市雨花大道 2 号 邮编: 410014)

湖南省新华书店经销 湖南广播电视大学印刷厂印刷

*

2004 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 880×1230 1/16 印张: 12.75

字数: 358,000 印数: 1—8,000

ISBN7-5404-3141-5

J·798 定价: 26.00 元

若有质量问题, 请直接与本社出版科联系调换

前 言

古筝练习曲是学习古筝演奏和进行古筝教学中不可少的重要内容之一。所谓练习,就是为演奏乐曲做好技术上的准备,练习的目的是为了解决在演奏过程中碰到的各种技术问题,通过分别集中训练而得到解决,以便在演奏乐曲中正常地运用。此练习曲集是从最基本的发音开始,到乐曲中一些常用的手法和技法,进行重点训练。在这些内容中虽然未明确标明左手的弹奏训练,在此要说明的是,根据古筝的发展,双手配合演奏的手法越来越多,在乐曲中运用非常普遍,因此要求左、右手在演奏中都要具备独立性和灵活演奏的能力。所以此练习内容右手能做到的,左手也应该逐步做到。这就为提高演奏水平,为深入演奏更高难度的作品做了充分准备。

该练习曲集为教学与学习古筝演奏提供了更多的选择内容,在学习中可根据各自的实际情况进行选择练习。以便集中解决所存在的不同问题,同时本练习曲集还选编了部分综合练习的乐曲,可以将所掌握的技法在这些综合练习乐曲中运用,以巩固所掌握的技法,达到学以致用目的。在本练习曲集编写中尚有不足之处,敬请同仁们批评指正。

编 者

2003 年 11 月于长沙



目 录

前言

第一章 基本知识	(1)
一、古筝简介	(1)
二、古筝演奏姿势及手形图示	(3)
1.演奏姿势	(3)
2.左、右手手形图	(4)
3.指甲触弦示意图	(4)
4.演奏技法手形图	(5)
5.双手配合弹奏手形图	(7)
三、古筝演奏技法指法表	(8)
1.右手技法指法表	(8)
2.左手技法指法表	(11)
3.双手技法指法表	(12)
第二章 基础训练	(13)
一、发音练习	(13)
曲(一)—曲(四)	(14-17)
二、大、中、食指组合练习	(18)
曲(五)—曲(二十七)	(18-33)
三、劈托练习	(34)
曲(二十八)—曲(三十二)	(34-36)

第三章 常用技法练习(37)

一、摇指练习(37)

曲(三十三)—曲(五十一)(37-52)

二、左手技法练习(滑、颤、点)(52)

曲(五十二)—曲(五十六)(52-54)

三、刮奏(历音)练习(55)

曲(五十七)—曲(六十四)(55-61)

四、和音练习(62)

曲(六十五)—曲(七十六)(62-71)

五、轮指和分指练习(71)

曲(七十七)—曲(九十六)(71-82)

六、双手配合练习(82)

曲(九十七)—曲(一三〇)(82-120)

第四章 综合练习(121)

一、变奏练习曲邱大成 编曲(121)

二、东北风阎俐 曲(126)

三、月夜情歌.....杨娜妮 柴珏 编曲(131)

四、采茶歌.....宋泽荣 编曲(136)

五、竹楼听雨杨娜妮 曲(141)

六、潜海姑娘王立平 曲 宋泽荣 编曲(148)

七、百花引陕西迷糊音乐 周延甲 编曲(152)

八、黄河女儿谣田雯 陈克秀 曲(159)

九、救西调云南民间音乐 宋泽荣 移植(164)

十、放风筝宋泽荣 编曲(168)

十一、民歌变奏宋泽荣 编曲(170)

附:简谱线谱对照曲一首

临安遗恨(简谱)何占豪 曲(172)

临安遗恨(五线谱及钢琴协奏谱)何占豪 曲(178)

第一章 基础知识

一、古筝简介

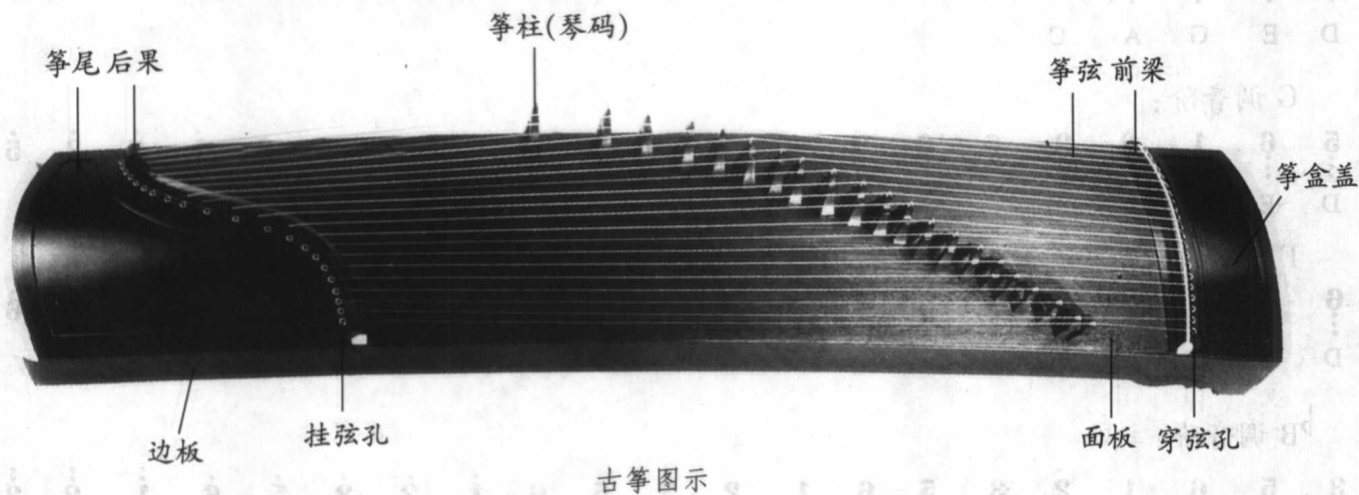
筝这件乐器,在中国流传久远,已有二千多年历史,是中国古老乐器之一,所以现在均称它为“古筝”。

现今常用的古筝以 S 型二十一弦较为普遍,虽然在乐器改革中出现了多种型号,甚至弦线的数量也有多种,如 16 弦、18 弦、23 弦、25 弦等等。无论怎样,但自古至今都保持了以五声音阶定弦的基本特点,以左手按弦和揉弦来演奏各种不同风格的乐曲,产生出多种变化。目前的 21 弦为推广、普及的型号。

古筝的调弦一般是运用五度相生调弦法,以八度和五度的音准为基础,用弦线发音段的二分之一和三分之一处的泛音来检验的方法进行。在学习中耐心、认真地练习,由一组音开始,逐步扩展,将整部琴的音列调整好。但应注意,一部新琴,由于拉力不匀,一定要经过不断的按正,使码两边的拉力均衡才能相对稳定,否则所调的音很易跑音,很难准确。

一般古筝的基本定弦以 C 调式或 D 调式为基础。因为按这种音高定弦,能充分发挥各音的特点,做到高音不断弦,低音也能充分振动,同时按关系调转调也方便。

以二十一弦 S 型筝为例,转调的音列如下。



筝常用调音阶唱名(按右移法转调):

D 调:

1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣

G 调:

5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣

C 调:

2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣

A 调:

3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣

E 调:

6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣

♭B 调:

3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣

F 调:

6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣

箏常用调音阶音名(按左移法转调):

D 调音阶:

1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣
 ↓ ↓ ↓ ↓ ↓
 D E ♯F A B A d

C 调音阶:

2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣
 D E G A C

G 调音阶:

5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣
 D E G A B

F 调音阶:

6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣
 D F G A B

♭B 调音阶:

3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣
 D F G ♭B C

A 调音阶:

3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣
 ♯C E ♯F A B

关于筝的转调,有两种方法,即筝柱右移法和筝柱左移法。筝柱右移法如D调转G调,以唱名对照就是由 $\dot{1}$ $\dot{2}$ $\dot{3}$ $\dot{4}$ $\dot{5}$ $\dot{6}$ $\dot{7}$ 转变为 $\dot{2}$ $\dot{3}$ $\dot{4}$ $\dot{5}$ $\dot{6}$ $\dot{7}$ $\dot{1}$ 。因此为组成G调音列,必须将D调音列中的“3”音升高半音。也就是将“3”音上的音柱右移达到升高半音即可。由于筝的基本定弦是五声音阶。所以在转调时以关系调转调较为方便,否则移码太多就很不方便了,同时,音准也很难把握。以筝柱右移法转调,以D调为基本调,转调时 $D \rightarrow G \rightarrow C \rightarrow F \rightarrow \flat B \rightarrow \flat E \rightarrow \flat A$,也就是说D调转G调只要将D调中的所有“3”音升高半音即可。同样G调转C调也只要将G调音列中的“3”音升高半音即可。以此类推 $F \rightarrow \flat B \rightarrow \flat E \rightarrow \flat A$ 等。

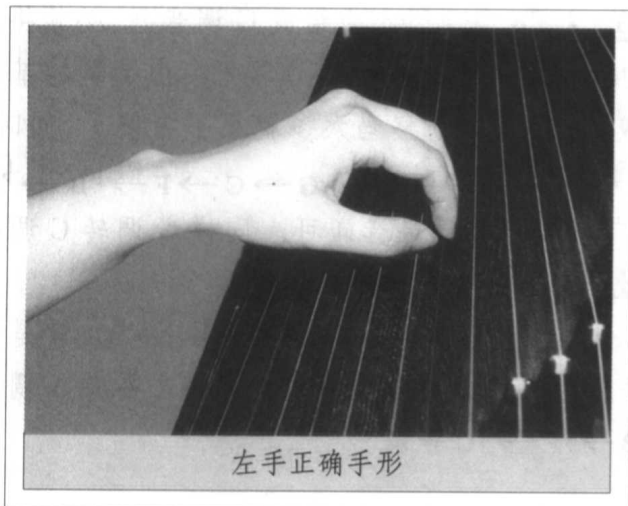
筝柱左移法,也是以D调为基本调,以左移法转调为 $D \rightarrow A \rightarrow E \rightarrow B \rightarrow \sharp F \rightarrow \sharp C$,就是说D调转A调,只要将D调音列中的“1”音降低半音即可,同样,A调转E调,也只要将A调音列中的“1”音降低半音即可。以此类推可转入 $B \rightarrow \sharp F \rightarrow \sharp C$ 等调。

二、古筝演奏姿势及手形图示

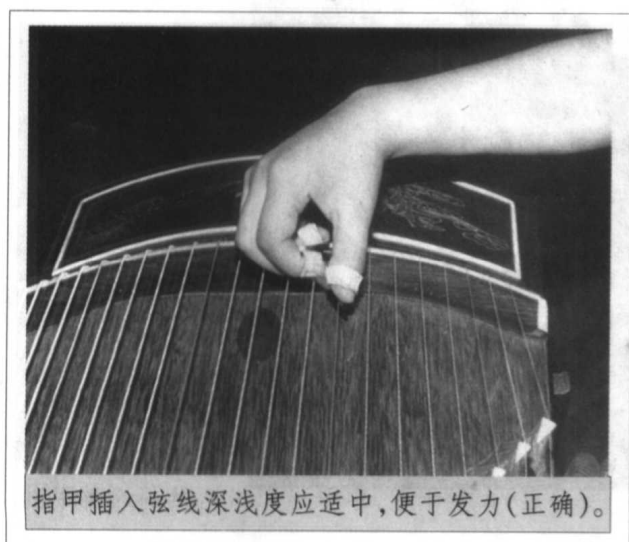
1. 演奏姿势

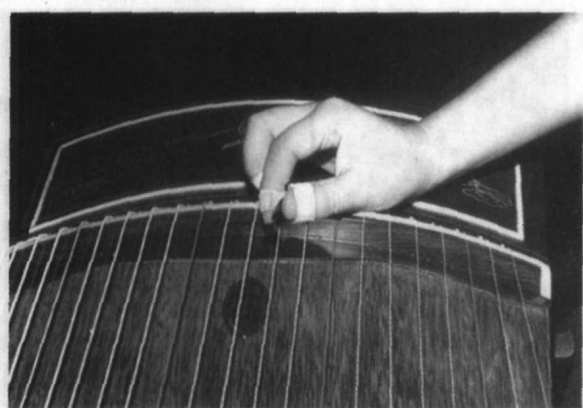


2. 左、右手手形图

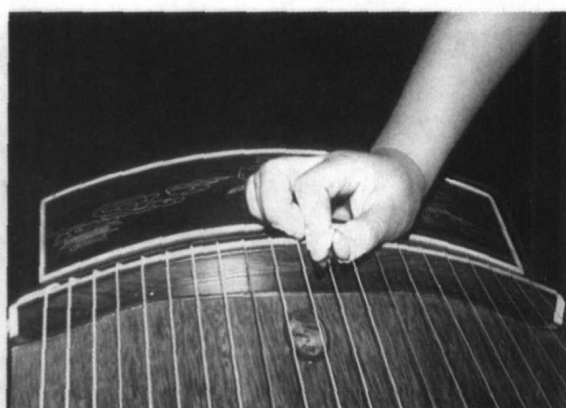


3. 指甲触弦示意图



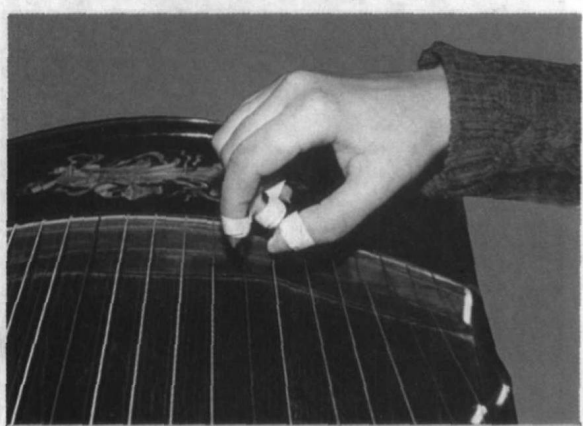


指甲应正面触弦(正确)。

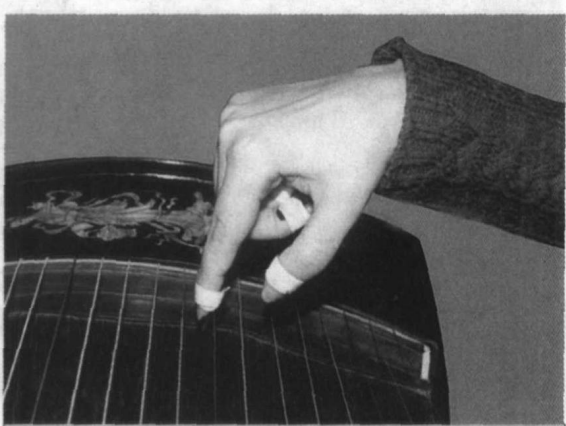


指甲侧面触弦(错误)。

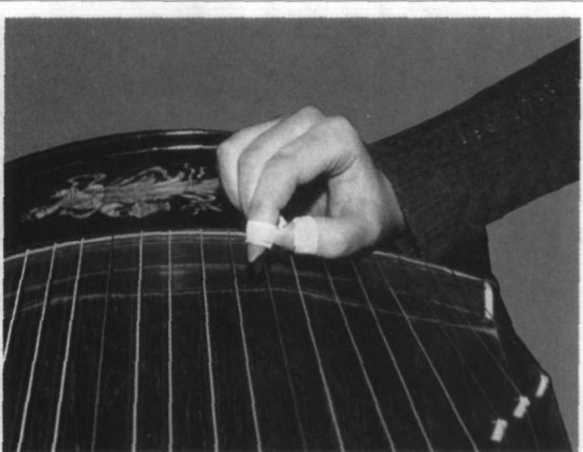
4. 演奏技法手形图



食指单音弹奏手形图(正确)。



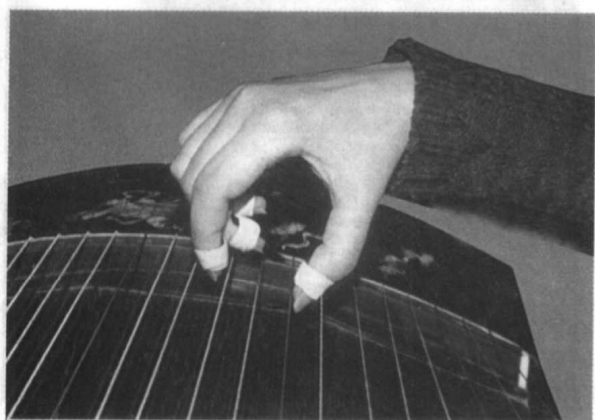
食指单音弹奏手形图(错误),手指太僵硬。



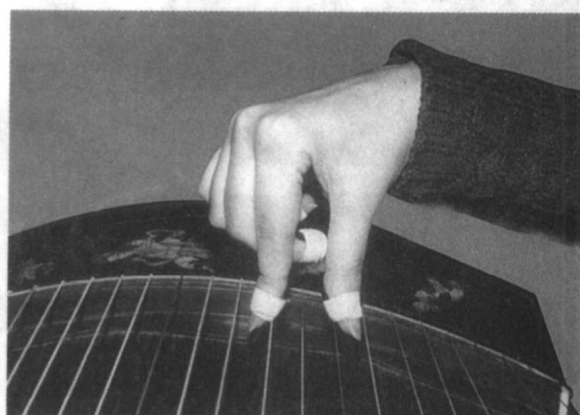
食指摇手形图(正确)。



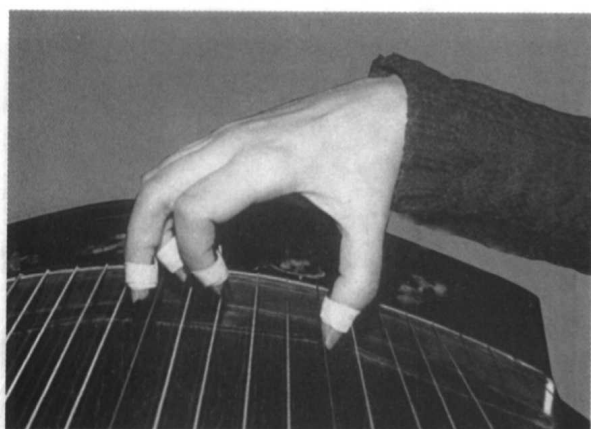
食指摇手形图(错误),手指僵硬、紧张。



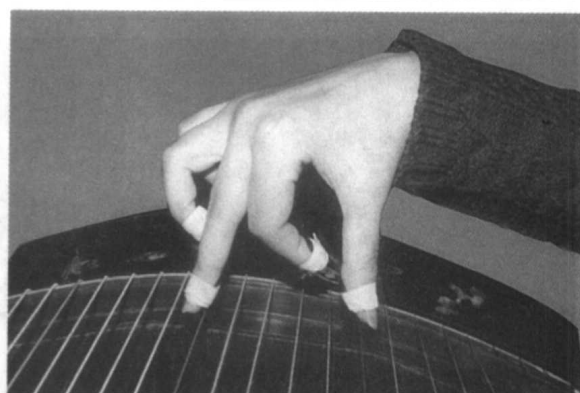
小撮手形图(正确)。



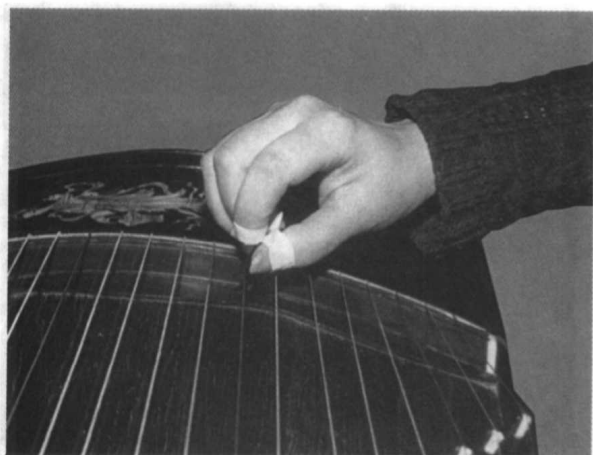
小撮手形图(错误),大指和食指太直、太僵硬。



大撮手形图(正确)。



大撮手形图(错误),手腕太高,手指僵硬,各部位太紧。



扎桩摇手形图(正确)。

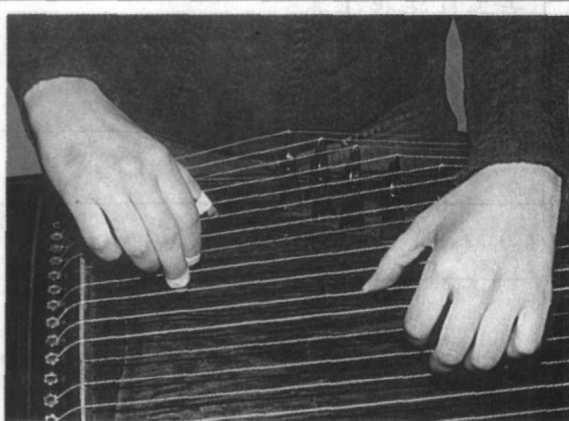


悬手摇手形图(正确)。

5. 双手配合弹奏手形图



右手分解和弦手形图(正确)。



双手配合弹奏手形图(正确),手指自然弯曲放松。



左手配合右手扎桩摇。



右、左手食指交替弹奏,双手稍靠近,食指尖发力,交替弹奏。



右手奏和音,左手食指点奏。右手弹奏八度,左手食指在高八度音交替弹奏。



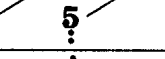
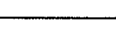
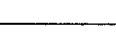
右手摇指、左手上行括奏。

三、古筝演奏技法指法表

1. 右手技法指法表:

符 号	名 称	弹 法
(┐) ┐	托	大指向外弹弦。
(┌) ┌	劈	大指向里弹弦。
、	抹	食指向里弹弦。
／	挑	食指向外弹弦。
┐	勾	中指里弹弦。
┌	剔	中指向外弹弦。
^	打	无名指向里弹弦。
v	摘	无名指向外弹弦。
∩	拨	小指向外拨弦。
u	提	小指指肉向内弹弦。
(┐) ┐	连托	大指向外连续弹数弦。
(┌) ┌	连劈	大指向里连续弹数弦。
、.....	连抹	食指向里连续弹数弦。
／.....	连挑	食指向外连续弹数弦。
┐.....	连勾	中指里连续弹数弦。
┌.....	连剔	中指向外连续弹数弦。
^.....	连打	无名指向里连续弹数弦。
v.....	连摘	无名指向外连续弹数弦。
(┐) ┐	双托	大指向外快速连弹两弦。
(┌) ┌	双劈	大指向里快速连弹两弦。
、	双抹	食指向里快速连弹两弦。
／	双挑	食指向外快速连弹两弦。

符 号	名 称	弹 法
ㄣ	双勾	中指向里快速连弹两弦。
ㄥ	双剔	中指向外快速连弹两弦。
▲	双打	无名指向里快速连弹两弦。
▼	双摘	无名指向外快速连弹两弦。
㊦	重托	大指向外快速连弹三弦。
㊧	重劈	大指向里快速连弹三弦。
ㄩ	重抹	食指向里快速连弹三弦。
ㄺ	重挑	食指向外快速连弹三弦。
ㄣ	重勾	中指向里快速连弹三弦。
ㄥ	重剔	中指向外快速连弹三弦。
▲	重打	无名指向里快速连弹三弦。
▼	重摘	无名指向外快速连弹三弦。
㊦	大撮	大指托、中指勾，在两弦上同时弹弦，一般相对弹奏八度音。
㊧	反撮	大指劈、中指剔，在两弦上同时弹弦，一般反向弹奏八度音。
㊨	剔撮	大指托、中指剔，在两弦上同时弹弦。
㊩	劈撮	大指劈、中指勾，在两弦上同时弹弦。
㊪(㊫)	小撮	大指托、中指抹，在两弦上同时弹弦。
㊬(㊭)	小反撮	大指劈、中指挑，在两弦上同时弹弦。
㊮	劈抹	大指劈、中指抹，在两弦上同时弹弦。
㊯	托挑	大指托、中指挑，在两弦上同时弹弦。
㊱	勾抹	食指抹、中指勾，在两弦上同时弹弦。
㊲	剔挑	食指挑、中指剔，在两弦上同时弹弦。

符 号	名 称	弹 法
	重撮	大指托、食指抹、中指勾，在三弦上同时弹弦。
	重反撮	大指劈、食指挑、中指剔，在三弦上同时弹弦。
	食指摇	食指向里向外快速拨弦。
	大指摇	大指向里向外快速拨弦。
	双指摇	大、食指或食、中指同时向里向外在两根弦上快速拨弦。
	三指摇	大、食、中三指同时向里向外在四根弦上快速拨弦。
	四指摇	大、食、中、无名四指同时向里向外在四根弦上快速拨弦。
	花指	大指向外快速连弹数弦。
	轮	无名、中、食三指向里，大指向外依次快速在一根弦上连续轮奏。
	琶音	无名、中、食、大四指依次由低音到高音快速弹弦或无名、中、食、大四指依次由高音到低音快速弹弦。
	扫	食、中、无名三指在低音区向外或向里快速拨数弦，如发一声，似击锣声。
	拍	用手掌拍击筝弦，如击鼓声。
	木鱼	食、中指按住筝弦，大指向外弹弦，发出“木鱼”声。
	止音	弹弦后即用手侧按弦止音，起休止作用。
	上行刮奏	用中指或食指由低音向高音快速刮奏筝弦，符号上标有起止音位置，未标则无具体音高要求。
	下行刮奏	用大指由高音到低音快速刮奏筝弦。
	上行柱外刮奏	用中指或食指在筝柱左侧弦段由外向里快速刮奏筝弦。
	下行柱外刮奏	用大指在筝柱左侧弦段由里向外快速刮奏筝弦。
	四点	勾托抹托的快速弹奏。
	勾搭	勾托的快速弹奏。
	扫摇	中指重勾与大指托劈的快速弹奏。

2.左手技法指法表:

符 号	名 称	弹 法
	吟	右手弹弦后,左手食、中 finger 在柱外弦段,上下较慢地轻微颤动琴弦。
	颤	右手弹弦后,左手食、中 finger 在柱外弦段,上下中速轻微地颤动琴弦。
	小颤	右手弹弦时,左手食、中 finger 在柱外弦段,上下快速轻微、紧张地颤动琴弦,往往使用于按音上的颤音。
	大颤	右手弹弦时,左手食、中 finger 在柱外弦段,上下快速、较大幅度地颤动琴弦(重颤)。
	上滑	先弹后按,按滑至上方弦的音高,如:3 [′] = <u>3 5</u> 。
	下滑	先按后弹,从上方弦音下滑至本音位,如:3 [˘] = <u>5 3</u> 。
	有时值上滑音	先弹后按,按滑有节奏时值,如 <u>3 5</u> 。
	有时值下滑音	先按后弹,按滑有节奏时值,如: <u>5 3</u> 。
	装饰性上滑音	先弹后按,上滑为装饰音性质。
	装饰性下滑音	先按后弹,下滑为装饰音性质。
	揉弦	上下滑音的结合,左手揉弦,作较大幅度的波动,如: <u>2 = 232323</u> 。
	上揉	上下滑音的结合,先上滑后下滑,或再上滑,如: <u>2 = 23 3</u> , <u>2 = 2323</u> 。
	下揉	上下滑音的结合,先下滑后上滑,或再下滑,如: <u>2 = 32 2</u> , <u>2 = 3232</u> 。
(3) ⑥	按	右手弹弦时,左手下按圈内弦段,发出上方弦的音高,如: ⁽³⁾ 5 ^⑥ 1。
↓	点	右手弹弦的同时或弹弦后,左手轻轻点按柱外弦段,点按即离,使音波动。
○	泛音	右手弹弦的同时,左手在前梁与琴柱二分之一处轻触琴弦,一点即起,发出高八度的音响。
⊕	柱音	右手弹弦时,左手食指轻按琴柱头,发出哑闷声。