

古典吉他

实用教程

Classical Guitar Method

风华艺校 刘传 主编



演奏技法视频讲解

近距离视频演示

39首渐进练习曲

10首高难度演奏曲

10首经典名曲谱例

13条精彩小贴士

超长DVD+49个MP3

<http://www.liuchuan.net>

 蓝天出版社

古典吉他

实用教程

Classical Guitar Method

风华艺校 刘传 主编



 蓝天出版社

图书在版编目(CIP)数据

古典吉他实用教程 / 刘传编著. —北京:蓝天出版社,
2009.2

ISBN 978-7-5094-0167-5

I. 古... II. 刘... III. 六弦琴—奏法—教材 IV. J623.26

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第013962号

古典吉他实用教程

编 著 刘 传

出版发行 蓝天出版社出版 电话(010)66983715

地 址 北京市复兴路14号 邮编 100843

经 销 全国各地新华书店

排 版 北京风华艺校 电话(010) 84025953

印 刷 北京金其乐彩色印刷有限公司印刷

开 本 880X1230 毫米 1/16

印 张 13.75

字 数 343千字

版 次 2009年4月第1版 2009年4月第1次印刷

印 数 1-6000册

书 号 978-7-5094-0167-5

定 价 35.00元(随书附赠DVD)

版权所有·翻印、抄袭、盗版必究

致读者

喜欢吉他的朋友们都知道,在国外,古典吉他和钢琴、提琴一起被称为世界乐器的“三套车”。贝多芬称古典吉他“真是一个小小的管弦乐团”;世界著名音乐家帕格尼尼为古典吉他所倾倒,放下小提琴专门研究古典吉他达三年之久,许多国家都设有专门的吉他学院或吉他专业,专门培养古典吉他人才。世界最具权威的英国皇家音乐学院的乐器考级,也把古典吉他作为一种重要的考级乐器。在世界性重大器乐比赛中,古典吉他也是重要的比赛乐器之一。

古典吉他在国外具有极其重要的地位,遗憾的是,在我国人们对古典吉他的认识还不够深入,古典吉他在人们心目中没有摆正位置:有人认为其高深莫测,有人则不屑一顾。产生这种现象,其中重要原因之一就是古典吉他的普及工作做得还远远不够,教材也十分短缺。学习古典吉他弹奏最好采取面授方式,当然也可以自学。目前,广大古典吉他爱好者急需一本(或一套)通俗易懂、难易适中、讲解细致、适合自学的古典吉他教程。正是基于这种情况,我们编写了这本《古典吉他实用教程》。它秉承了我校系列吉他教材的一贯优点,结合广大古典吉他爱好者的现状,最大限度地满足广大吉他爱好者的自学需求。

本书按课程与讲座相结合的形式进行编写,为方便自学者,书中谱例采用五线谱与六线谱对照排版,并配有 DVD 和 MP3 示范,非常适合古典吉他爱好者自学,也可作为古典吉他面授班的教材。

本书在编写及审校过程中,得到了美国普樱音乐公司的大力支持和帮助。著名古典吉他教育家陈志教授在百忙中审阅了有关章节,河北定州的闫玉辉老师参与了部分文字的编写,北京海淀职校的胡爱华先生对本书的修改提出了宝贵的意见和建议。北京风华艺校的专职教师:李成福老师和梅嵩煜老师联手合作,为本书拍摄了精彩的 DVD 视频讲解与示范,在此一并表示诚挚的感谢与敬意!

更多资讯请访问风华艺校网站:<http://www.liuchuan.net>

学习交流请访问风华吉他论坛:<http://forum.liuchuan.net>

最后祝朋友们琴技大增。

刘传

北京风华艺校
2009年4月

目录

CONTNET

第一章 了解古典吉他

- 一、吉他的历史演变 1
- 二、古典吉他各部分名称 2
- 三、古典吉他的选择 3
- 四、古典吉他琴弦的安装 4
- 五、吉他的调弦 4
- 小贴士：一代宗师——泰勒加 6

第二章 为练习古典吉他作准备

- 一、左右手指的代号 7
- 二、指甲的修剪 7
- 三、演奏姿势 8
- 四、练习古典吉他的最佳环境 10
- 小贴士：古典吉他大师——塞戈维亚 ... 11

第三章 第一把位音阶及旋律练习

- 一、认识右手的两种拨弦方式 12
- 二、右手拨空弦练习 13
- 三、第一把位音阶练习(C大调) 14
- 四、单音旋律练习 15
- 小贴士：难以想象的意大利音乐家——帕格尼尼 16

第四章 五线谱和六线谱

- 一、五线谱 17
- 二、六线谱 21
- 小贴士：新一代吉他大师——纳西梭·叶佩斯 23

第五章 认识吉他把位的音

- 一、对吉他指板上各品音的记忆 24

- 二、左手移动与换把练习 24
- 小贴士：谈谈音阶练习 25

第六章 分解和弦练习

- 一、单纯分解和弦练习 27
- 二、转换和弦练习 28
- 三、分解和弦练习曲 28
- 小贴士：怎样准确把握双声部乐曲的时值 32

第七章 双音及和弦奏法

- 一、同时弹奏两根弦(双音) 33
- 二、同时弹奏三根弦 33
- 三、同时弹奏四根弦 33
- 四、同时弹奏五根或六根弦 34
- 小贴士：谈谈练习曲 40

第八章 古典吉他的常用技巧(一)

- 一、消音 41
- 二、琶音 41
- 三、连音 42
- 小贴士：谈谈乐曲的速度 45

第九章 古典吉他的常用技巧(二)

- 一、滑音 46
- 二、倚音 47
- 三、揉弦 50
- 小贴士：谈谈旋律与伴奏 51

第十章 古典吉他的常用技巧(三)

- 一、泛音 52
- 二、拨奏(Pizz 奏法) 54

第十一章 古典吉他的常用技巧(四)

- 一、震音 56
- 二、小军鼓奏法 56
- 三、大鼓奏法 56
- 小贴士:世界级吉他名家的美称 58

第十二章 古典吉他的常用技巧(五)

- 一、分解和弦练习 59
- 二、右手交替拨弦练习 59
- 三、交替拨弦练习曲 60
- 四、轮指基础练习 62
- 五、轮指练习曲 62
- 小贴士:《阿尔罕布拉宫的回忆》简介 63

第十三章 常见乐曲体裁(类型)及分析

- 一、摇篮曲 64
- 二、进行曲 64
- 三、诙谐曲 64
- 四、变奏曲 64
- 五、奏鸣曲 64
- 六、夜曲 64
- 七、小夜曲 64
- 八、随想曲 65
- 九、组曲 65
- 十、舞曲 65
- 小贴士:古典吉他学习中的视奏与背奏 66

第十四章 曲式入门

- 一、一段曲式(或称一部曲式) 68
- 二、二段曲式(或称二部曲式) 68
- 三、三段曲式(或称三部曲式) 69
- 四、回旋曲式 70
- 五、变奏曲式 71
- 六、奏鸣曲式 71

第十五章 39首渐进练习曲及演奏提示

- 1. STUDY 1(阿瓜多分解和弦练习曲) 73
- 2. STUDY 2(卡尔卡西 a 小调前奏曲) 74
- 3. STUDY 3(卡尔卡西 a 小调练习曲) 75
- 4. STUDY 4(卡尔卡西 C 大调练习曲) 76
- 5. STUDY 5(卡尔卡西 C 大调练习曲) 76
- 6. STUDY 6(朱利亚尼 a 小调练习曲) 77
- 7. STUDY 7(卡尔卡西 d 小调分解和弦练习曲) 78
- 8. STUDY 8(卡尔卡西 d 小调练习曲) 80
- 9. STUDY 9(朱利亚尼 D 大调练习曲) 81
- 10. STUDY 10(朱利亚尼 C 大调练习曲) 82
- 11. STUDY 11(阿瓜多 G 大调圆舞曲) 83
- 12. STUDY 12(朱利亚尼 a 小调练习曲) 84
- 13. STUDY 13(贝多芬的第九交响曲) 85
- 14. RONDO(卡尔西 D 大调回旋曲) 86
- 15. ALLEGRETTO(卡罗利 E 大调小快板) 88
- 16. WALTZ(卡尔卡西 a 小调华尔兹) 90
- 17. MAESTOSO(朱利亚尼练习曲) 92
- 18. SCARBOROUGH FAIR(斯卡堡罗集市) 93
- 19. VIVACE(朱利亚尼 d 小调分解和弦练习曲) 94
- 20. ESTUDIO(卡罗利 a 小调练习曲) 96
- 21. GRAZIOSO(朱利亚尼 C 大调练习曲) 98
- 22. ALLEGRO(朱利亚尼 a 小调练习曲) 99
- 23. ETUDE(卡尔卡西 a 小调练习曲) 101
- 24. LAGRIMA(泰雷加的吉他小品“泪”) 104
- 25. MODERATO(朱利亚尼 a 小调练习曲) 105
- 26. STUDY IN A(卡尔卡西 A 大调练习曲) 107
- 27. BOUREE(巴赫第一组曲《布列》) 108
- 28. STUDY IN C(索尔 C 大调练习曲) 110
- 29. STUDY IN B MINOR(索尔 b 小调练习曲) 112
- 30. SONG OF THE EMPEROR(《皇帝之歌》) 114
- 31. ROMANCE(《爱的罗曼斯》) 118

32. SIX PAVANS(《六首帕凡》)	120
33. STUDY IN D(索尔的D大调练习曲)...	130
34. SARABANDE(《萨拉班德》)	132
35. TARLETON'S RESURRECTION(《塔兰顿的复活》)	134
36. GUARDAME LAS VACAS(看牛歌变奏曲)	135
37. BAXA DE CONTRAPUNTO	137
38. ALLEMANDE(阿勒曼德)	139
39. CANARIOS(加那里奥斯)	140
39首渐进练习曲演奏提示	143

第十六章 10首高难度独奏曲及演奏提示

AN ANDANTE(行板)	147
EVER OF THEE(永远是你)	151
SPANISH MARCH(西班牙进行曲)	155
TIS THE LAST ROSE OF SUMMER(夏日里最后一朵玫瑰)	162
WESTERN BELL SCHOTTISCH(西边之钟肖蒂什轮舞曲)	168
GRAND RUSSIAN MARCH(宏伟的俄罗斯进行曲)	170
LAST WALTZES OF A LUNATIC(狂人的最后华尔兹)	173

ROCHESTER SCHOTTISCH(罗切斯特肖蒂什轮舞曲)	177
SPANISH FANDANGO(西班牙方登戈舞曲)	181
SWEET MEMORIES OF THEE(关于你的甜蜜记忆)	186
10首高难度独奏曲演奏提示	193

第十七章 10首名曲谱例

1. ENTREE(入场曲)	195
2. 嘉乐舞曲	196
3. NOCTURNO(夜曲)	198
4. 小行板圆舞曲	200
5. 阿狄利达	202
6. ETUDE NO. 3(练习曲)	204
7. ESTUDIO(练习曲)	205
8. 雨滴	206
9. WALTZER NO. 21(华尔兹)	210
10. 卡伐蒂娜	211

附录

风华艺校开展原创歌曲编曲业务	150
江建民老师对风华教材的评价	209

注:1. 目录中加“●”标记的配有视频,加“📺”标记的配有mp3,存在DVD盘的根目录“《古典吉他实用教程》mp3”下,可在电脑中打开。

2. “39首渐进练习曲”在配有视频的基础上还保留了原有的音频文件,存在DVD盘的根目录“《古典吉他实用教程》mp3”下。



第一章 了解古典吉他

这一讲内容比较复杂,但都是练习前所必须了解的一些基本常识,朋友们最好耐心阅读一下。

一、吉他的历史演变

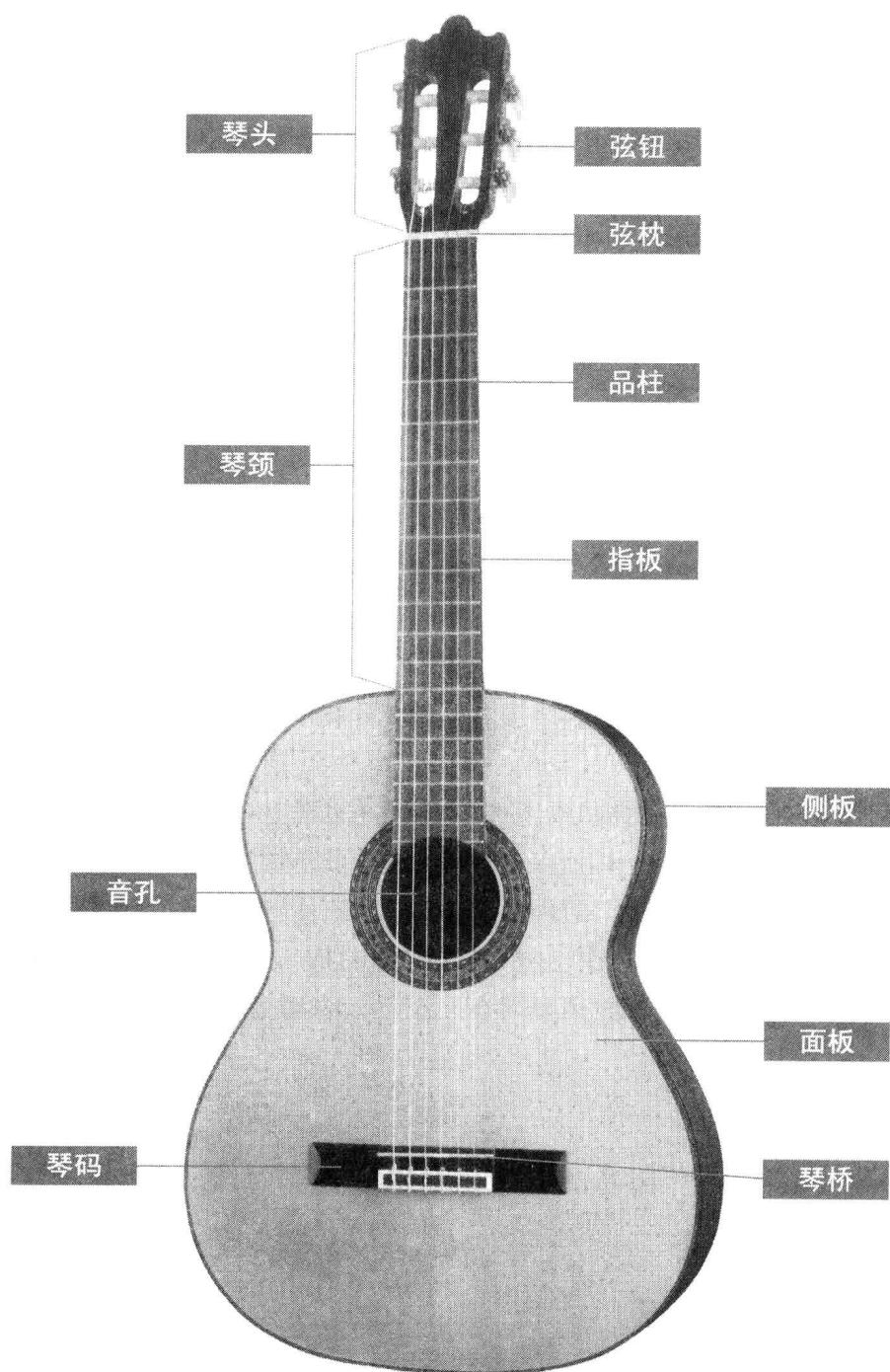
关于吉他的起源目前说法不一。一种说法认为是源于古埃及的琉特琴(Lute),由阿拉伯的摩尔人传入西班牙演变而来;一种说法认为是源于古希腊的西赛拉琴(Sithura)。总之,吉他的历史非常悠远,中间还经历过无数次的变革,在这变革中有一种叫维乎拉(Vihuela)的乐器,兼有琉特琴与现代吉他的特点,并于约十八世纪末被定为六根弦,这时人们称其为“西班牙吉他”。

实际上,我们根本无法确定吉他演变的每一个历史时期,作为一名吉他爱好者也没太大必要过多地深究,但有一点我们必须明确,吉他的真正发展是在西班牙,就像今天谈起琵琶与二胡便离不开中国一样,一说起他就不能离开西班牙。

吉他真正产生以后,并没有像今天一样普及开来,而大多还是在酒馆、咖啡馆作为一种民间乐器来演奏,至多是在宫廷的小型聚会或小型音乐会上演奏,技法和曲目都不太丰富,音色和音量也不够理想。所以,在号称乐器之王的钢琴出现以后,吉他一下陷入低谷。恰在这时,一代吉他大师,西班牙的泰勒加诞生了,他对吉他的构造、演奏姿势、演奏技法都进行了大胆的革新,创作改编了大量的优秀吉他曲,使吉他显示出不可替代的独特魅力,得以与钢琴分庭抗礼。可以说,是泰勒加挽救了吉他,因此他被人们尊为“近代吉他音乐之父”。

之后,西班牙又一位吉他大师,泰勒加的学生塞戈维亚把吉他推上一个新的高峰,使吉他的演奏技法、演奏曲目和表现力进一步发展,并且依靠当时刚兴起的录音技术使古典吉他曲传遍了全世界。1946年,塞戈维亚协助制造并率先在吉他上使用了尼龙弦,替代了沿用多年的羊肠筋弦,使吉他在音色、音量、技法和表现力上再次跃上一个新台阶。塞戈维亚一生的环球演出、讲学大大推动了吉他的普及,使这一古老的乐器焕发了青春。可以说,吉他在当今世界的存在、流行与普及,泰勒加和塞戈维亚起了十分关键的作用。

二、古典吉他各部分名称



三、古典吉他的选择

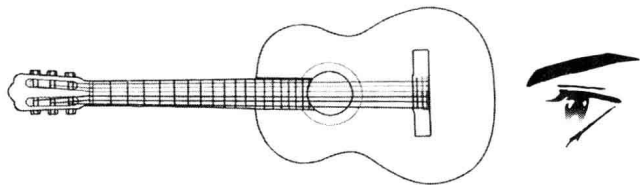
1. 常言说“工欲善其事,必先利其器”,一把好琴可以大大提高你的练习兴趣与练习效果,所以,在条件许可的情况下,要尽量买档次高的吉他(比如价格在几千元的)。高档吉他的选材用料、制作工艺都十分讲究,制成后的手感、音色、音量都是低档琴所无法比拟的。

当然,用一百多元的普及型吉他来练习古典吉他演奏也并不是不行,但有一条必须注意:你必须把钢弦换成尼龙弦,在钢弦上练古典吉他演奏是十分困难的。

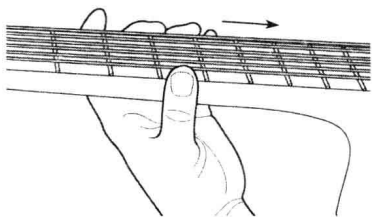
2. 吉他的大小要和身材、手形相一致。古典吉他大师所用的吉他都是量身定做的,因为我们没有这个条件,所以在选购吉他时要注意琴的大小与身材、手形相一致。可以设想一下,一个身材高大的人怀抱一把小号吉他或是一个体态娇小的女孩子怀抱一把特大号吉他会有多么不舒服,而一个手指粗大的人用一把琴颈窄、弦距小的吉他或是一个手指纤细的人却用一把琴颈宽、弦距大的吉他来演奏肯定会非常困难。

3. 琴颈要直。对琴的外观如琴体是否有破损、粘合处是否开胶断裂、弦距是否均匀、弦钮是否转动灵活等当然要认真挑选,但还有一条常被初学者忽视,就是琴颈是否平直。琴颈弯曲的琴是无法使用的,哪怕是略有弯曲也会为日后留下隐患。

检查琴颈是否平直的方法是:把琴侧拿,琴头朝外,单眼逆光从琴后沿指板边缘向琴头望去,看指板是否有前弯后弯的问题,如下图:



4. 音品是否合格。某些琴因工艺粗糙,吉他品柱的两端突出于指板边缘之外,这是很危险的,演奏时可能会划伤你的左手。检查有无这一缺陷的方法是用左手大拇指与食指轻贴吉他指板两外缘,沿与弦平行的方向由上而下滑动,看有无明显刮手的感觉,如下图。当然你也可只凭眼看品端是否突出。



另外,还要看吉他的品柱是否有高低不平现象,这可以用肉眼进行大致观察,但最好的办法是分别弹响第一弦、第三弦、第六弦 1-17 品的音,看有无打品现象(打品即琴弦紧贴所按品下边的品柱,琴弦不能正常发音)。

5. 琴弦的高低。琴弦距品柱太高太低都不好,太高则按弦费力,直接影响你的练习;太低则易出现打品现象。琴弦离品的高度在第 1 品处为 1 毫米左右,在 12 品处是 3 毫米左右较好,但恐怕你很难买到这样的琴,因为工厂造琴时都把弦支得较高(低了可能打品),所以我们对此也不要太苛求,可以自己动手进行调整,方法是:如果前边弦高,则把弦放松从弦枕的槽中取出,用小钢锯把槽锯深些,最好边锯边把弦放回调紧观察。不要锯过了头,锯过了头你还得买个上弦枕换上再锯。锯好后六个弦高低还要一致;如果后边弦太高,可把弦放松后将下弦枕拉出,用小刀将其底部刮去一些再放回,也是边刮边放回试验直到最佳。

要特别注意,有些吉他的琴码太高,即使把下弦枕取下让弦直接支在琴码上,在 12 品处弦距仍太高,这样的琴你是无法调整的,那绝对是一把次品琴。

6. 音准及共鸣。检查音准一般是看空弦音和同一弦 12 品处的音是否为八度;检验共鸣效果一般是用泛音的音量与延续时间来判断,有经验的人有时还用手敲击面板,听其声响来判断。

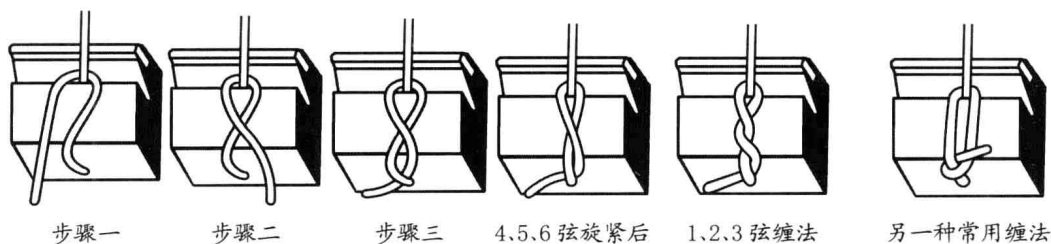
7. 音色的检验。别说不同品牌不同型号,就是同一品牌同一型号的不同吉他其音色也往往有明显不同,有的琴声干涩而有的则甜润。你可以多拿几把琴,把弦调至一般高,一弹就能比较出来。

8. 音响的层次性。有的吉他可能高音好而低音单薄,有的吉他可能低音太低沉而高音不亮。一把好琴应该低音浑厚饱满,而高音明亮。检验方法有两种:一是弹响每一根弦听各弦的发音情况;二是把弦调好,用和弦奏法弹一个 E 和弦,听其音响的层次感。

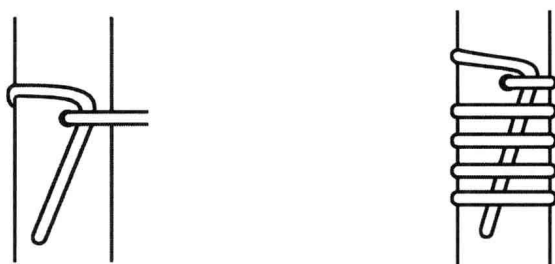
可以看出,要挑选一把质量上乘的吉他并不容易,尤其是对初学者来说就更困难了,所以,如果你对自己的能力有怀疑的话,最好是请一个有经验的人帮你挑选。

四、古典吉他琴弦的安装

1. 在琴码处的安装可依下图步骤:



2. 在琴头弦钮处的安装可依下图步骤:



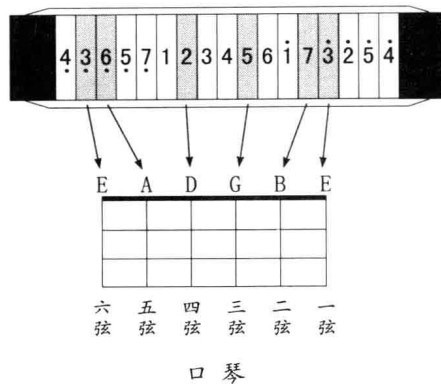
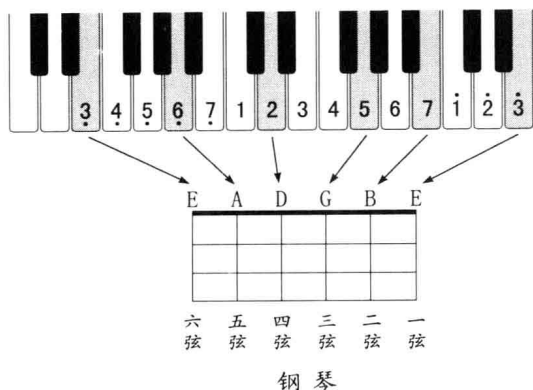
需注意的是,在琴码处装好琴弦后,如果弦末端挨到了吉他面板,最好将其剪短,否则在弹奏时弦末端与面板振动而易发出杂音。

五、吉他的调弦

吉他从六弦到一弦空弦音高相当于键盘的 E_1 、 A_1 、 D 、 G 、 B 、 e (但记谱时为 E 、 A 、 d 、 g 、 b 、 e^1 ,即记谱比吉他实际音高高八度),用简谱记就是 C 大调的 $3 \ 6 \ 2 \ 5 \ 7 \ 3$ 。

调弦一般有下列方法:

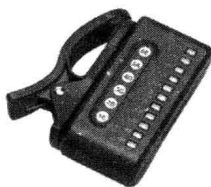
1. 利用钢琴、电子琴、口琴等标准乐器,把各弦空弦音调至与这些标准乐器奏出的对应音一样高。



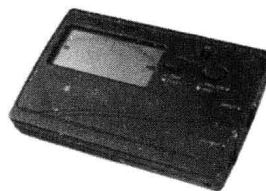
2. 利用吉他专用音叉或电子校音器等。



音叉



吉他专用校音器



吉他、贝司电子校音器

3. 可利用泛音、八度音等调弦, 比较难, 不太适合初学者。

4. 可用上述某法将一弦调好, 然后利用同音调弦, 这是最常用的调弦方法。

吉他是十二平均律乐器, 我们可知:

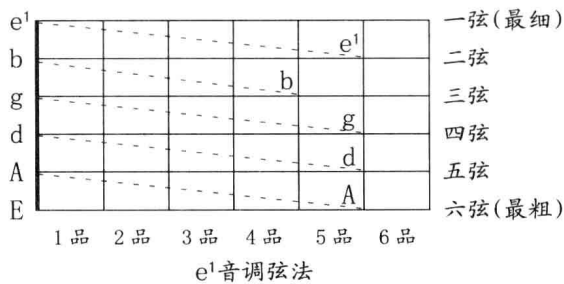
二弦 5 品音与一弦空弦音一样;

三弦 4 品音与二弦空弦音一样;

四弦 5 品音与三弦空弦音一样;

五弦 5 品音与四弦空弦音一样;

六弦 5 品音与五弦空弦音一样。



一代宗师——泰勒加

小贴士

学习古典吉他的人不能不知道弗朗西斯·泰勒加，他在吉他音乐发展史上具有承前启后、举足轻重的作用。

泰勒加于1852年11月21日生于西班牙的维亚雷米阿尔，1909年12月15日病逝于西塞罗纳。1862年，当泰勒加10岁时便开始学习吉他，但他的父亲却希望他学钢琴，希望他将来成为一位受人尊敬的钢琴家，因为那时吉他还只不过是一件民间乐器。但是，泰勒加很坚定，最后他的父亲还是默许了儿子的选择。第二年，泰勒加幸遇吉他演奏家亚尔卡斯，并得其指导，泰勒加进步很快。后来，泰勒加又结识了当时著名的鲁特琴演奏家安东尼奥·托雷斯并得到他的指导。1874年，泰勒加进入马德里音乐学院学习，毕业后成为一名音乐教师，后来成为一名职业吉他演奏家直至逝世。

泰勒加时期，由于钢琴的出现，吉他正处于低谷。泰勒加对吉他进行了全面的改革与创新，主要是：对吉他构造进行改革，将琴体加大，使吉他的音量增大；规范了现在还在沿用的演奏姿势，使弹奏变得舒适、平稳、便于左右手技巧的发挥；强调靠弦奏法、放弃用小指支在面板上的不良动作；改革拨弦方式、变换拨弦位置，追求音色的变化；在各种滑音和装饰音上，泰勒加也有新的处理。这样，吉他的独特魅力更加明显，使吉他得以与钢琴分庭抗礼，重新获得了生命力，可以说进入了一个全新的阶段。总而言之，是泰勒加拯救了吉他，因此，人们称其为“近代吉他音乐之父”。

泰勒加对吉他的另一大贡献是创作、改编了大量优秀的吉他曲。其中他创作的吉他曲达78首之多，《泪》、《阿狄利达》、《阿尔罕布拉宫的回忆》、《阿拉伯风格奇想曲》、《晨之歌》等都被公认为是世界吉他十大名曲中的精品，也是演奏家们在演奏会上的常弹曲目；他改编的吉他曲达120首之多，其中包括举世闻名的钢琴大师贝多芬、门德尔松和阿尔贝尼兹的作品。这样，吉他的演奏曲目大大丰富、表现范围进一步开阔，让世人莫不对吉他刮目相看。

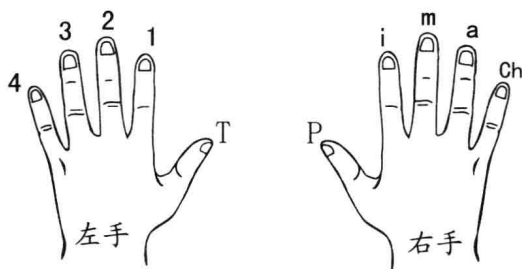


第二章 为练习古典吉他作准备

在上一讲了解古典吉他常识的基础上,本讲将进一步学习古典吉他练习前需了解的知识,为下一讲的练习作好准备。

一、左右手指的代号

目前较普遍采用的左右手指代号如下图所示:



二、指甲的修剪

1. 左手不留指甲,要经常剪掉长出的指甲,否则会直接影响按弦,长期练琴还会把指板磨出坑。



2. 右手指甲修剪很有讲究,我们要从吉他演奏的三个流派说起。

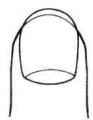
按右手 i m a 三指指甲长短及由此引起的右手触弦、拨弦方式的不同,古典吉他存在着三个流派:一是指头派:i m a 三指不留指甲,用手指尖触弦、拨弦,这样弹出的音柔和但音量小;二是指甲派:i m a 三指指甲较长,用指甲尖触弦、拨弦,这样弹出的音音量大,但音色偏硬;三是指甲指头并用派:i m a 三指指甲长短适中,用指尖与指甲同时触弦,拨弦后弦从指甲滑过,这样弹出的音色、音量俱佳,被大多数人所采用。见下图(以右手食指为例):



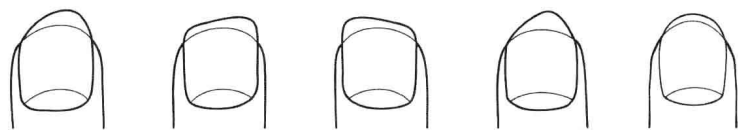
指头派



指甲派



指关与指甲并用派



几种常见的指甲形状

如果你的指甲太软或形状不好(有的人指甲弯度过大),你只好用“指头派”奏法了。如果你的指甲较好,可按下列步骤修剪:①用指甲刀将指甲剪至剩约 2.5mm,修剪时要让 i m a 三指指甲靠小指一侧略长,形成一个略扁的弧形;②用指甲刀上的小锉刀把指甲顶部锉光滑,使指甲长约 2mm;③把指甲刀侧拿,用一侧刀锋把指甲顶部内侧削去一部分,使指甲尖变成一个楔形;④把指甲顶部在软布或纸张上摩擦光滑。

经过这样四步修剪,你的指甲将变得非常光滑,非常有利于拨弦,过弦顺畅,音色优美。当然,你也可以凭个人习惯把指甲留得略长或略短些。

3. 右手小指不留指甲,右手大拇指的指甲问题有不同看法,有人说把其指甲外侧剪掉,靠虎口一侧要留长些,以便某些时候用指甲弹奏。实际上,用其指甲拨弦的机会并不多,朋友们不如干脆把其指甲全部剪掉。

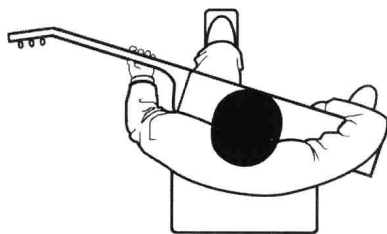
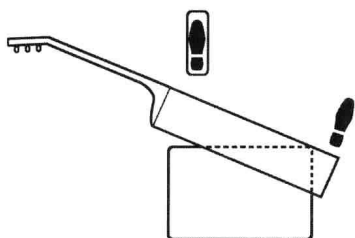
三、演奏姿势



男式持琴姿势



女式持琴姿势

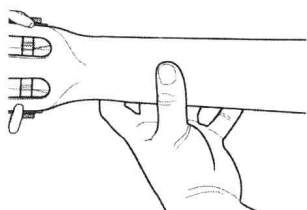


持琴俯视图

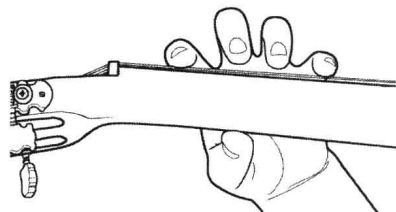
演奏姿势是否正确会直接影响你的进步,所以,我们必须认真研究,自始至终一板一眼地遵守。

1. 持琴姿势。古典吉他都采用坐姿持琴,坐在高低恰当的凳子上(凳子高低视身材而定,一般是坐上后双脚自然平放地面两大腿与地面接近平行为佳);左膝正对前方,右腿向右侧分开至两腿间能恰好容下吉他;左脚放在高低恰当脚凳上(可用低板凳代替脚凳,高低也视身材而定,一般在左脚平放其上后左膝头要比大腿高出一些为佳),把吉他侧放,下侧面凹陷处放在左大腿上,右大腿内侧轻顶琴尾部,琴背部上侧轻靠胸部,琴面板与地面可略成钝角(接近直角),琴颈与地面成 30 度—45 度倾角,使琴头略高于左耳;右肘轻轻放在琴上侧面板与侧板相交的最突出处,右手自然伸到音孔处,左肘自然放松下垂,可随按弦的变化而略靠近或远离身体。传统的女式持琴姿势是采用跷脚式,这个姿势并不太科学,女同学们可采用上边持琴姿势的变化式:基本照其姿势准备后,但右腿可不过份向外分,而是向身后收,以右脚掌着地,右大腿与地面成约 45 度角,把琴尾部顶靠在右大腿上侧。这个姿势易造成右腿的紧张疲劳,所以如果你不是穿裙子演奏,最好也采用男式持琴姿势。实际上,当今世界多数女吉他演奏家现在都在采用男式持琴法。总之,持琴的最佳姿势就是要达到自然、放松、吉他最稳定、最便于演奏、左右手最便于运动。

2. 左手的姿势。左手大拇指放在琴颈背侧中央,太靠上或太靠下都不好。大拇指第一关节不能弯曲,然后以左手大拇指为轴向前旋转,使其余四指根部不低于指板平面延长线,自己向左手望去,左手背所在平面要几乎与指板平行,四指关节自然弯曲而使手指保持弧形。第一节手指与指板垂直按弦,四指在按弦前要让指尖几乎都在一条与指板平面平行的直线上。

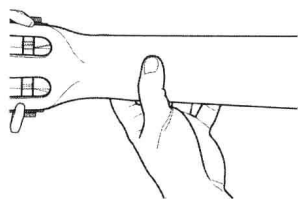


正确! 左手大拇指位置

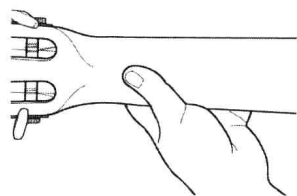


正确! 左手四指按弦前姿势

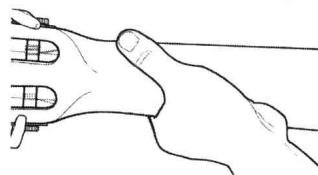
左手大拇指有三种不良姿势:



错误! 拇指弯曲



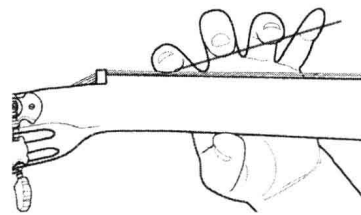
错误! 拇指倾斜过度



错误! 拇指位置太靠上

左手按弦四指的不良姿势有下边几种:

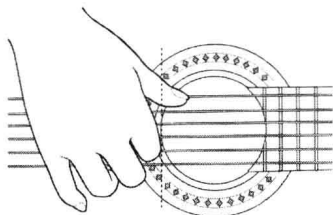
- A、关节未保持自然弯曲而是僵硬直挺;
- B、第一节手指不能与指板垂直按弦;
- C、未按弦时指尖距弦过高;
- D、四指尖所在直线不能与指板平面平行,这是许多练琴多年的朋友也容易犯的一个毛病,如下图:



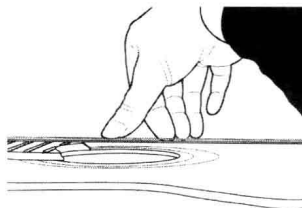
错误！抬手过高

当小指这样按弦后再离开时,小指尖容易抬得过高,这样左手四指在以食指为顶点的扇形面内转动,必然使左手 2 3 4 指,尤其是 4 指运动路线过长,如上图。这样会直接影响演奏速度。

3. 右手姿势。右肘、右手如前边说的放好后,以手腕为轴略向左侧转,手指与琴弦的角度约在 45 度——60 度之间,i m a 三指自然弯曲。传统的姿势是右手背及 i m a 三指与弦保持垂直,这不太符合右手的生理构造,易造成右手的紧张与疲劳。右手正确姿势见下面示意图:



P 指第一节关节处与
i 指尖外侧几乎对齐



自己从上侧看
右手的正确姿势

四、练习古典吉他的最佳环境

练琴环境的优劣也会直接影响你的练琴效果,一个好的练习环境将非常有利于你的进步。那么一个好的练习环境应该具备以下几点:

1. 房间要尽量安静;
2. 房间的吸音材料(如家具、被褥、衣物或其他杂物)要越少越好,这样可以加强声音的共鸣效果;
3. 凳子及脚凳要高低恰当,还要有一个可调高低的谱架,如果晚上经常练习还需要准备一盏台灯;
4. 要尽量配备一个节拍器和一台具备录音与放音双重功能的录音机。节拍器可训练你的节奏感,帮你弹准乐曲的节拍节奏,还可帮你把握乐曲的速度;录音机可让你随时聆听大师们的演奏录音,可对自己的演奏进行录音、播放,以便发现自己存在的差距与不足。另外,还可让你做两个人才能进行的二重奏练习——先弹吉他 I 的曲谱并录音,然后边放录音边弹吉他 II 的曲谱。