

初级古筝教程

● 杨娜妮 编著



辽宁人民出版社

初级古筝教程

杨娜妮 编著

辽宁人民出版社

1991年·沈阳

作者简介

杨娜妮，女，1954年生于辽宁省本溪市。1977年沈阳音乐学院民乐系古筝专业毕业。1987年沈阳音乐学院古筝研究生毕业，并获文学硕士学位。曾师从我国著名古筝教育家、演奏家赵玉斋、曹正、阎俐等。现任沈阳音乐学院民乐系古筝讲师。曾先后发表《论山东筝、筝曲及演奏特点》、《泛音五度相生调弦法》等论文和《月夜情歌》、《嫦娥奔月》等作品，其中有些作品多次获得省及全国的奖励。并参加编导电视教学片《赵玉斋的古筝艺术》获奖。所录制的古筝独奏盒式带畅销港、澳、台及东南亚各国，并有很高的社会影响。

初级古筝教程

Chuji Gǔzhēng Jiàochéng

杨娜妮 编著

辽宁人民出版社出版 辽宁省新华书店发行
(沈阳市和平区北一马路108号) 沈阳新华印刷厂印刷

字数：221,000 开本：787×1092 1/16 印张：11

印数：1—10,000

1991年10月第1版

1991年10月第1次印刷

责任编辑：宋扬华

责任校对：许光云

封面设计：杨 勇

版式设计：任 和

ISBN 7-205-01930-3/J·27

登记号：(辽)第1号 定价：4.90元

写在前面

这是一本以练习曲为主要训练手段，并力求通过各种标题使音乐形象化的初级古筝教程。通过阶段性的练习曲与乐曲的结合，使学习者能由浅入深、由易到难的掌握古筝的演奏技巧。在编写时还考虑到在学习技巧的同时，通过学习练习曲和部分音乐知识，使学习者学习和掌握一部分基本乐理知识，为今后更多的浏览其它作品打下一点基础，这是本教程的目的。

本教程中每首练习曲都有一个小标题，这些标题分两种，一种是根据演奏技巧的特点来命题，如《捡豆豆》、《勾勾搭》等；另一种是根据音乐的旋律特点来命题，如《荡秋千》、《山间小路》等。这些标题的目的，为的是使练习曲音乐形象化，从而帮助学习者进一步认识和掌握各种技术特点。

本教程的独奏曲部分，是结合练习曲中所掌握的技巧来编写的。在前半部分，基本上是以某种技巧为主，如《小鸭子》、《摆一排小凳当火车》等。在后半部分中，由于学习的技巧不断丰富起来，所以基本是以塑造一个音乐形象为主的独奏曲。

由于近年来各种版本和流派的传统乐曲被先后整理和出版，为学习者提供了丰富的学习材料，但作为初级古筝教程和容量的原因，本教程只在第八章中选编了部分乐曲，以便使学习者在掌握按、滑音等技巧时练习和演奏，在此，谨向作者和整理者致以真诚的谢意！

作者

1991年5月

序

赵玉斋

我的学生杨娜妮在攻读研究生时就立下了写一套系统的古筝教程的夙愿，毕业后她便结合自己的教学实践开始了这一工程的编写工作。今天，她的第一部教程——《初级古筝教程》已由辽宁人民出版社出版，作为她的导师，我感到由衷的高兴。娜妮曾多次让我看她的书稿，并请我为之作序，我虽卧病榻已半年有余，但还是想说上几句，谨为小序。

娜妮的这本《初级古筝教程》是她夙愿“三部曲”中的“第一曲”，看了书稿之后我是颇有所感的。筝，这一我国古老的民族乐器，几千年来在民间流传，靠的是口传心授。新中国建立后，这一古老乐器登上了高等音乐学府大雅之堂，并且出现了许多与之相适用的教材，无论从广度和深度，都取得了可喜的成果，对发展古筝的教育事业起到了积极的推动作用。但比较系统的练习曲和乐曲相结合的教材却为数不多，这不能不说是一种缺陷。

《初级古筝教程》不仅在一定程度上弥补了这种缺陷，使学习者有了循序渐进的练习曲，同时在各章节中加进了一些与之有关的音乐知识，文字通俗易懂，对初学古筝的人来说，实在是得心应手的。特别值得一提的是面对当前在少年儿童中所兴起的“古筝热”，娜妮的这本教程的出版，正是适应了这一热点，并解决了初学者缺少教材这一难题。娜妮所编写和创作的练习曲和乐曲，也都从这一情况出发，每一首都有一個形象的曲名，音乐形象也恰如其名，这对提高少年儿童学习古筝的兴趣，也是颇有益处的。

作为一本教程，特别是一件古老的传统乐器的初级教程，传统乐曲的收入是必不可少的。这本教程第八章中所收入的十余首传统乐曲，在程度、风格流派方面与前面七章相呼应，可见娜妮是动了脑筋的。

为了使这本教程具有实用性，娜妮潜心三年，通过教学实践对这本教程作具体的验证，实践证明，这本教程熔筝技、乐理和趣味为一炉，具有很高的实用价值。

娜妮自称这是一本“丑小鸭”，作为一本教程不足之处在所难免，只是我病中笔涩，恕不详述了。常言道：“诗无达诂，书无确评”，我想筝界的仁智之士和大方之家是会有公允评论的。但娜妮的确为发展古筝教育事业做了一件很有益的工作，“看是寻常最奇崛，成如容易却艰辛”，我想王安石的这句诗是可以概括她的劳动的，我更期望她的“三部曲”能早日写完问世，为弘扬我国民族文化做出贡献。

以上千言，谨为小序。

1991年5月于沈阳音乐学院

古 筝 简 介

筝是我国古老的拨弹乐器之一，到目前为止已有二千多年的历史，因此又被称为“古筝”。

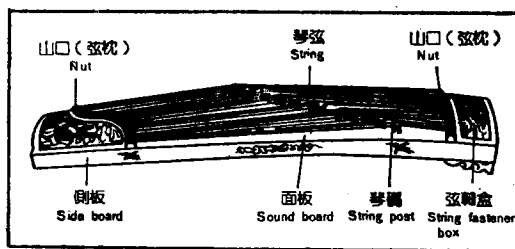
早在战国时代，古筝便在秦国一带流行，所以又有秦筝之称。在后来漫长的历史长河中，古筝也随着历史的变迁而变化、发展。最初的古筝是从一种竹制的五弦乐器衍变而来的，其形制到汉代发展为与瑟形制基本相同，它们的区别是瑟的弦多（二十三弦、二十五弦），而古筝则从雏形的五弦（即战国时代）逐渐发展为秦、汉时代的十二弦，唐、宋时代的十三弦，元明时代的十四弦和清代的十六弦等。到本世纪的60年代，筝的弦数又由十六弦逐渐增加到十八弦、二十一弦、二十三弦直至二十五弦，到本世纪70年代，又出现了转调古筝。筝弦也由丝弦改为钢丝弦、尼龙缠弦等，这样以来，古筝的音域和其表现力就更加宽广和丰富了。

古筝按五声音阶的音列顺序定弦，即用 1 2 3 5 6 …… 的顺序，其二十一弦筝的音域是：



具体定弦法请详见本教程中的《五度相生调弦法》。

筝的示意图：



古筝在我国民间广泛流传，由于我国幅原辽阔，古筝的分布面也极广，在几千年的流传中，古筝音乐融合了我国各地的民歌、说唱和戏曲等民间音乐，形成了以不同的音韵特点和各具特色的演奏技法的地方流派，其中以河南、山东、浙江、潮州和客家等地最为著名，在少数民族地区以蒙古筝较为著名。

目 录

序	赵玉斋 (1—2)
古筝简介	(1)
第一章 右手基本演奏方法	(1)
第一节 搭桥	(1)
第二节 大勾搭练习	(1)
D调音阶	(1)
大勾搭指法练习——《勾勾搭》	(2)
音乐知识——音阶	(2)
大勾搭音阶练习曲——《行进》	(3)
大勾搭练习曲——《都咪咪》	(3)
音乐知识——音域、音区	(3)
大勾搭练习曲——《荡秋千》	(4)
大勾搭练习曲——《鸡妈妈》	(5)
大勾搭颤音练习曲——《小白菜》	(5)
大勾搭跳音练习曲——《跳过这条小溪》	(5)
大勾搭跳音练习曲——《不倒翁》	(7)
音乐知识——拍子、增时线、减时线	(7)
第三节 八度撮练习	(8)
八度撮音阶练习曲——《排整齐》	(9)
八度撮练习曲——《小朋友》	(9)
八度撮节奏音型练习曲——《跳房子》	(10)
八度撮节奏音型练习曲——《小青蛙》	(10)
音乐知识——休止符	(11)
G调音阶	(11)
第四节 套指练习	(11)
套指练习曲——《摆积木》	(12)
套指练习曲——《老六板》	(13)
古筝独奏曲——《小羊乖乖》 黎锦晖曲、娜妮移植	(13)
套指练习曲——《荡秋千变奏》	(14)

套指练习曲——《齐步走》	(15)
音乐知识——符点、切分音	(16)
符点音练习曲——《艰难的步履》	(17)
符点音练习曲——《拔萝卜》	(18)
第五节 八度抓练习	(19)
八度抓练习曲——《积木高楼》(一)	(19)
八度抓练习曲——《积木高楼》(二)	(20)
切分音练习曲——《布娃娃的舞姿》	(21)
古筝独奏曲——《采茶扑蝶》 福建民歌 娜妮编曲	(22)
古筝独奏曲——《卖报歌》 聂耳曲 娜妮编曲	(24)
古筝独奏曲——《摆一排小凳当火车》 娜妮编曲	(26)
第二章 摇指练习	(29)
第一节 食指摇练习	(29)
音乐知识——延长号、延音线、连音奏法	(29)
食指摇练习曲——《小雪花》	(30)
食指摇练习曲——《小船摇》	(30)
第二节 大指摇练习	(31)
大指摇练习曲——《月亮上的人》	(32)
大指摇练习曲——《黎族舞曲》	(32)
第三章 左手基本演奏方法	(34)
第一节 上滑音练习	(34)
音乐知识——音程	(34)
上滑音练习曲——《在月光下散步》	(35)
上滑音练习曲——《醉猴王》 选自电视《西游记》音乐	(35)
第二节 下滑音练习	(36)
下滑音练习曲——《小猫咪》	(36)
下滑音练习曲——《布谷鸟》	(37)
第三节 按音练习	(37)
按音练习曲——《按准了吗?》	(38)
按音练习曲——《阿里山歌》 台湾民谣	(38)
按颤音练习曲——《沉思》	(39)
按颤音练习曲——《绣金匾》 陕北民歌	(39)
第四节 上、下回滑音练习	(40)
上回滑音练习曲——《悄悄话》	(40)
下回滑音练习曲——《弄弦》	(41)

双滑音练习曲——《呱呱》	(41)
音乐知识——力度标记	(41)
第四章 右手基本演奏方法	(42)
第一节 小勾搭练习	(42)
小勾搭练习曲——《罗嗦》	(42)
小勾搭练习曲——《捡豆豆》	(43)
小勾搭过弦练习曲——《山间小路》	(43)
八度小勾搭练习曲——《前进着的车轮》	(44)
小勾搭过弦练习曲——《锁链》	(44)
小勾搭练习曲——《点点头》	(45)
第二节 七声音阶练习	(45)
七声音阶练习曲——《七个矮人》	(46)
七声音阶练习曲——《小红帽》 巴西儿童歌曲	(46)
七声音阶练习曲——《跳舞的小姑娘》	(47)
七声音阶练习曲——《绕线球》	(47)
古筝独奏曲——《我有一头小毛驴》 娜妮编曲	(48)
第三节 快四点练习	(51)
快四点练习曲——《不倒翁变奏》 (一)	(52)
快四点练习曲——《不倒翁变奏》 (二)	(52)
快四点练习曲——《草原小姐妹》选自《草原英雄小姐妹》	(53)
古筝独奏曲——《小鸭子》娜妮曲	(53)
音乐知识——变音记号	(55)
第五章 双食点奏练习	(57)
第一节 双食点奏练习	(57)
双食点奏练习曲——《小熊打鼓》	(57)
双食点奏练习曲——《滑梯》	(58)
第二节 中指扫弦双食点奏练习	(59)
中指扫弦双食点奏练习曲——《滚动的云海》	(59)
中指扫弦双食点奏练习曲——《战台风片断》王昌元曲	(60)
古筝独奏曲——《小猫钓鱼》娜妮作曲	(60)
音乐知识——琶音	(65)
第六章 琶音练习	(66)
第一节 琶音练习 (一)	(66)
琶音练习曲——《和弦游戏》	(68)
琶音练习曲——《仙女的琴声》	(69)

左手琶音练习曲——《云梯》	(70)
左、右手琶音指法练习曲——《滚雪球》	(71)
第二节 琶音练习(二)	(71)
C调音阶	(72)
琶音练习曲——《小溪》	(72)
古筝独奏曲——《跳皮筋》 娜妮曲	(74)
音乐知识——速度的标记、呼吸记号	(79)
古筝独奏曲——《摇篮曲》 娜妮编曲	(79)
第七章 综合练习	(84)
第一节 双手配合练习	(84)
双手配合大勾搭音阶练习曲——《荡秋千》	(84)
七声音阶小勾搭练习曲——《跳舞的小姑娘》	(86)
双手配合小勾搭练习曲(1)——《捡豆豆》	(87)
双手配合小勾搭练习曲(2)——《山间小路》	(88)
双手配合小勾搭练习曲(3)——《前进着的车轮》	(89)
第二节 大指托劈练习	(90)
大指托劈练习曲——《穿珠珠》	(90)
大指托劈练习曲——《珠落玉盘》	(92)
大指托劈练习曲——《快乐的牧场》	(93)
第三节 经过音练习	(93)
经过音练习曲——《小舟》	(94)
经过音练习曲——《瑶族舞曲》选自《瑶族舞曲》	(95)
第四节 分指练习	(96)
分指练习曲——《三条腿的小老鼠》	(96)
分指练习曲——《数星星》	(97)
分指练习曲——《手拉手》	(99)
分指练习曲——《奔驰》	(100)
切分音练习曲——《怒吼》	(101)
快速分指练习曲——《龟兔赛跑》	(103)
快速指序练习曲——《急流》	(104)
古筝独奏曲——《远方的客人请您留下来》	
撒尼族民歌 麦丁编曲 刘维珊改编	(106)
快速指序练习曲——《清泉》	(109)
古筝独奏曲——《雪橇》 娜妮曲	(112)
第五节 和弦练习	(119)

音乐知识——和弦	(119)
和弦练习曲——《快乐的松鼠》	(120)
三连音和弦练习曲——《风铃》	(121)
古筝独奏曲——《竹楼听雨》娜妮曲	(123)
第八章 古曲、传统乐曲选编	(132)
1. 《小开手》中州古调 民间乐曲 曹正整理谱	(132)
2. 《高山流水》武林逸韵 民间乐曲 曹正整理谱	(133)
3. 《渔舟唱晚》玉田 娄树华曲 曹正译谱	(134)
4. 《莺啭黄鹂变奏》山东古曲 黎连俊传谱 赵玉斋改编	(135)
5. 《高山流水》山东筝曲 黎连俊传谱 赵玉斋整理谱	(137)
6. 《苏武思乡》河南筝曲 曹东扶订谱	(140)
7. 《高山流水》河南筝曲 曹东扶订谱	(143)
8. 《寒鸦戏水》潮州筝曲 郭鹰传谱	(146)
9. 《粉蝶采花》(轻六调)潮州筝曲 苏文贤传谱	(150)
10. 《出水莲》(软弦)汉乐筝曲 罗九香传谱	(153)
11. 《将军令》浙江筝曲 王巽之传谱	(155)
演奏指法标记	(159)
泛音五度相生调弦法	(160)
后记	(162)

第一章 右手基本演奏方法

第一节 搭 桥

两肩放松，抬起小臂，腕部与手臂一平，五指自然弯曲，将大指与中指分别搭在有颜色的琴弦上，即大指搭在第三根琴弦上，中指搭在第八根琴弦上。如果用扎桩弹法将四指扶在中指的前一根琴弦上，即第七根琴弦上，看上去就像一座小桥。

第二节 大勾搭练习

在古筝演奏中，有大、小勾搭两种演奏方法。“勾”和“搭”又是两种指法，把这两种指法结合起来演奏，便叫作“勾搭”。

“大勾搭”的演奏方法分述如下：

“勾”的演奏指法标记“ $\wedge$ ”

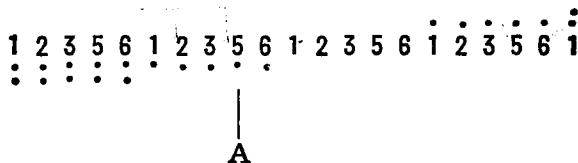
演奏方法：中指在有颜色的第八根弦上轻轻的勾一下，这个指法完成后要自然的扶到前一根琴弦上（如果用扎桩弹法，当中指弹完后落到四指所扶的琴弦上）。

“搭”的演奏指法标记“ $\neg$ ”

演奏方法：大指在第三根有颜色的琴弦上轻轻地弹一下，完成后，大指自然的搭到下一根琴弦上。

先后用中指“勾”和大指“搭”对称弹奏就叫“大勾搭”。

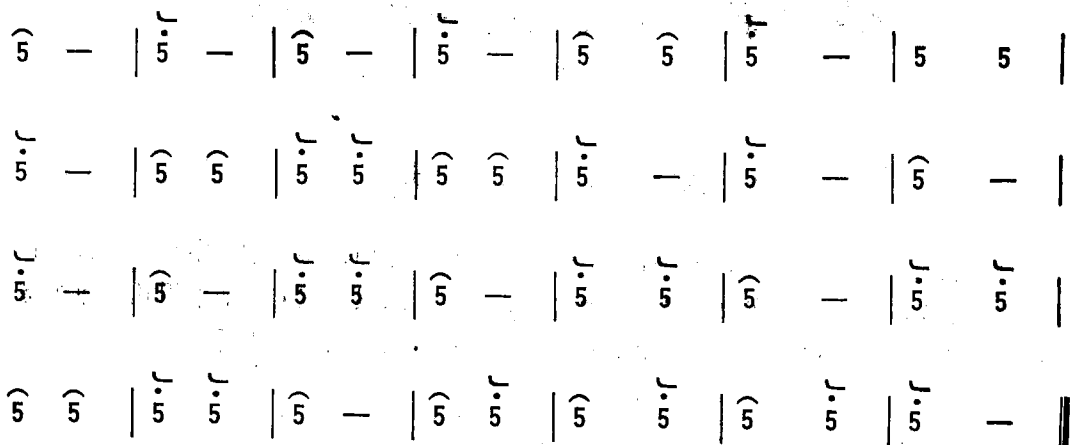
D 调 音 阶



勾 勾 搭

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

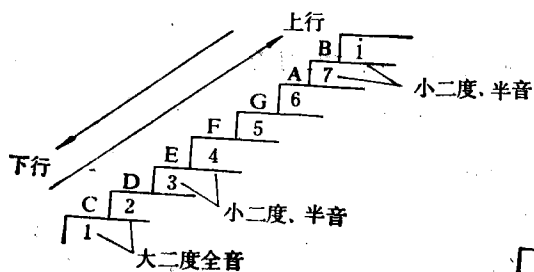
(大勾搭指法练习)



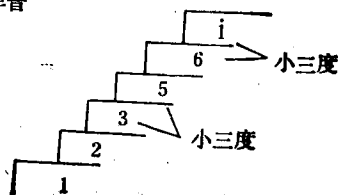
课下作业：用同样的指法演奏 $\parallel \dot{1} \dot{1} \parallel \dot{2} \dot{2} \parallel \dot{3} \dot{3} \parallel \dot{6} \dot{6} \parallel$

音 乐 知 识

音阶：按照高低次序（上行或下行），由主音到主音排列起来叫音阶。



七声音阶

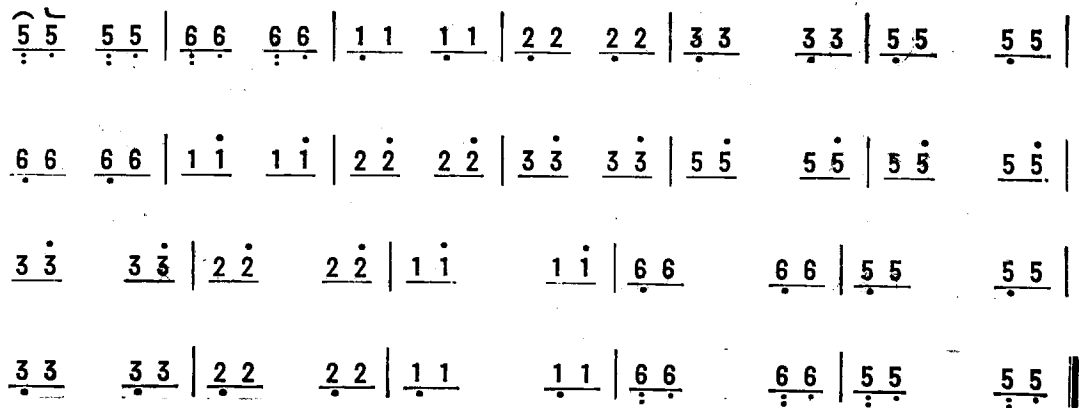


五声音阶

行 进

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

(大勾搭音阶练习曲)

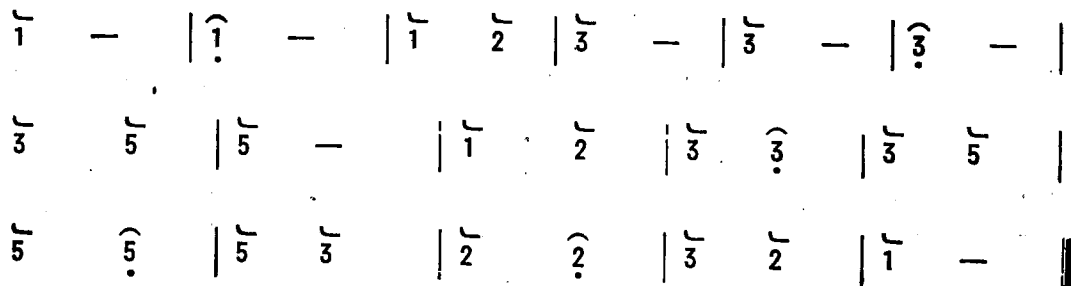


1 2 3

都 咪 咪

1 = D

(大勾搭练习曲)



音 乐 知 识

音域：指某件乐器能发出的最低到最高音之间的范围。

这四位小朋友分别代表四个不同的音区



头上戴顶红帽

↑
高音区



没有戴帽子

↑
中音区



脚上穿着一只大鞋

↑
低音区



穿着两只鞋

↑
更低音区

请同学们在琴上找到这四位小朋友代表的音区。

荡 秋 千

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

(大勾搭练习曲)

1̇ 1̇ | 6̇ 6̇ | 5̇ 5̇ | 3̇ 3̇ | 5̇ 5̇ | 6̇ 6̇ | 1̇ 1̇ | 6̇ 6̇ | 5̇ 5̇ | 3̇ 3̇ | 5̇ 5̇ | 6̇ 6̇ |

3̇ 3̇ | 2̇ 2̇ | 1̇ 1̇ | 6̇ 6̇ | 1̇ 1̇ | 2̇ 2̇ | 3̇ 3̇ | 2̇ 2̇ | 1̇ 1̇ | 6̇ 6̇ | 1̇ 1̇ | 2̇ 2̇ |

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

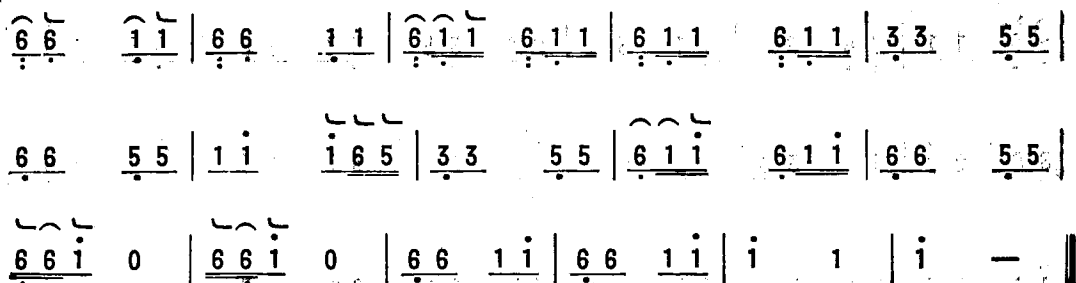
6̇ 6̇ | 5̇ 5̇ | 3̇ 3̇ | 2̇ 2̇ | 1̇ 1̇ | 2̇ 2̇ | 3̇ 3̇ | 5̇ 5̇ | 1̇ 1̇ | 6̇ 6̇ | 5̇ 5̇ | 3̇ 3̇ |

5̇ 5̇ | 6̇ 6̇ | 1̇ 1̇ | 6̇ 6̇ | 5̇ 5̇ | 3̇ 3̇ | 5̇ 5̇ | 6̇ 6̇ | 1̇ 1̇ |

鸡 妈 妈

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

(大勾搭练习曲)

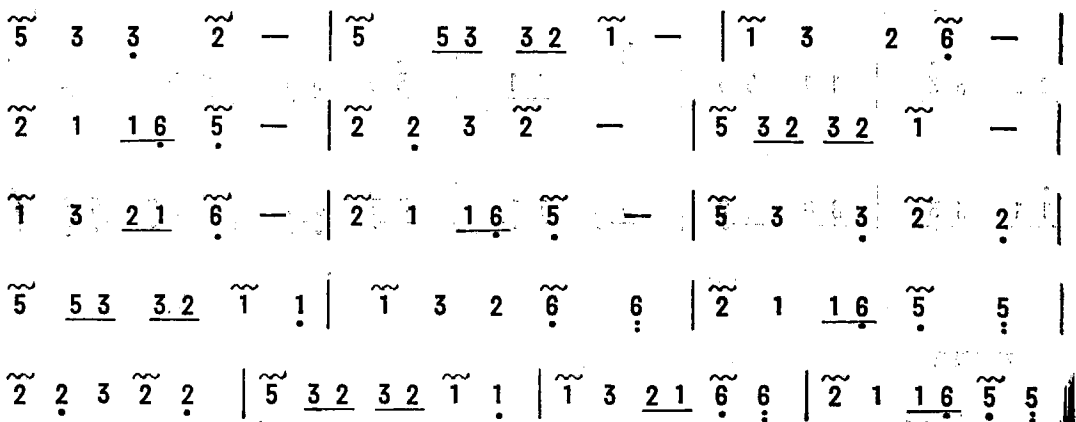


小 白 菜

1 = D $\frac{5}{4}$

(大勾搭颤音练习曲)

河北民歌



跳过这条小溪

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

(大勾搭跳音练习曲)

