

★ 军地俱乐部丛书
总策划：陈学建 总主编：金永吉

古筝 自学入门与提高

中国民族乐器系列教材

李 汴 著



蓝天出版社

★ 军地俱乐部丛书

总策划：陈学建 总主编：金永吉

古筝自学入门与提高

中国民族乐器系列教材

李 汴 著

 蓝天出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

古筝自学入门与提高 / 李汴著. —北京: 蓝天出版社, 2009. 4

ISBN 978-7-5094-0191-0

I. 古… II. 李… III. 筝—奏法 IV. J632.32

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 053715 号

出版发行: 蓝天出版社

地 址: 北京市复兴路 14 号

邮 编: 100843

电 话: 66983715

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京奥隆印刷厂

印 数: 1-5000 册

开 本: 16 开 (787×1092 毫米)

字 数: 240 千字

印 张: 11.25

版 次: 2009 年 5 月第 1 版

印 次: 2009 年 5 月北京第 1 次印刷

定 价: 22.00 元

编者的话

《图文古筝基础教程》是我与儿子陈希垚合作编著的第一本书，在已出版的《古筝自学入门图解》及《李汴古筝教程》中儿子也均有参与。在此我要由衷地感谢蓝天出版社对我们的大力支持与帮助，感谢出版社给我们提供了这一宝贵的合作机会。

近年来，看到人们学习古筝的热潮不断高涨，不由得耳边常常响起先父曹东扶先生36年前在那样压抑的年代所说的话：“箏是不会被人为消除掉的，因为人民群众喜爱它……箏将来一定会大放异彩！”而今先父的话早已成为现实。曹东扶先生作为一代民族音乐大师，集教育家、演奏家、作曲家于一身，是“曹派箏乐”创始人，同时还是“河南大调曲”表演艺术家和“曹派大调曲”（演唱）创始人。他是中央音乐学院民乐系奠基人之一，并先后在河南、四川等地方音乐院校任教。他把自己毕生的心血毫无保留地全部贡献给了祖国的民族音乐事业，为国家培养了大批音乐人才，其中多位早已成为箏界专家、教授。我与兄姊均得先父亲授，并共同继承了他的事业，而今他的孙辈们也已踏上他的足迹，看到这些，看到百万习箏大军，想他老人家在天之灵一定欣喜万分。

本书由四部分组成。

一、古筝简介。简单介绍有关箏的一些基本知识；箏独奏以及箏与其他乐器多种组合形式的照片；介绍箏的流派及代表人物的两张珍贵照片（图1、图2）。其中曹东扶（河南箏派）、赵玉斋（山东箏派）、罗九香（广东客家箏派）、苏文贤（广东潮州箏派）、王巽之（浙江箏派）几位箏界老前辈已驾鹤西去，他们均是该流派的领军人物或杰出代表，共同为我国的民族音乐发展、古筝事业作出过不可磨灭的贡献，这里专此介绍出来，愿大家开阔眼界不忘他们的功绩，如再能以此激励自己那就更好了。

二、演奏姿势。了解演奏时身体各部位要领，掌握正确的演奏姿势。希望学习者认真参照图示。

三、指法练习。每种指法都配有图示（个别除外）、指法练习及练习曲。练习曲中选有儿歌、民歌、创作歌曲和外国歌曲，均旋律优美、短小易记。

四、乐曲。该书选有乐曲40首，供学习者领略各种不同的风格和要求，掌握各项不同的演奏技能。

在此谨对各位传谱者、订谱者、整理者、曲作者和改编者致以由衷谢意。

李汴

2006年1月于北京



图1 筝各流派杰出代表人物

在1961年文化部委托西安音乐学院召开的“全国古筝教材会议”上，筝界精英们学术交流时留影。右起：田耕时、王省吾、罗九香、曹东扶、苏文贤、赵玉斋、周延甲、曹正、王巽之、王今如、高自成、何宝泉。



图2 筝各流派杰出代表人物

在1961年文化部委托西安音乐学院召开的“全国古筝教材会议”上筝界精英们留影。左起：王巽之、王今如、田耕时、何宝泉、曹东扶、王省吾、苏文贤、高自成、周延甲、罗九香、曹正（右一）、赵玉斋（右二）。

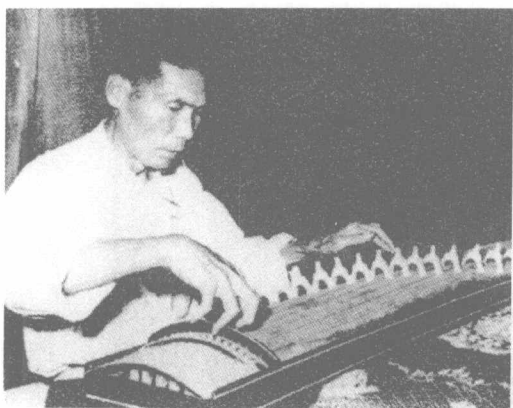


图3 箏独奏

曹东扶先生（教育家、民族音乐大师、“曹派箏”创始人，中央音乐学院民乐系奠基者之一），1961年摄于西安音乐学院。



图4 箏重奏

左起：曹永安、李汴，1995年摄于北京。



图5 箏与二胡重奏

左起：陈传容、李汴，2001年摄于北京。



图6 箏与箫重奏

曹杨（右）等，1999年摄于中国音乐学院。



图8 小合奏

左起：陈传容、陈希垚、李汴，2001年摄于北京。



图7 小合奏

陈希垚（左前一）等，1997年摄于日本。



图9 箏齐奏

李汴（前排一）与众女箏手，1992年摄于中央电视台。



图10 箏协奏

李汴与中国煤矿文工团民族管弦乐队，1996年摄于北京音乐厅。

目 录

一、古筝简介·····	(1)
(一) 古筝各部位名称·····	(1)
(二) 古筝简史·····	(1)
(三) 怎样戴假指甲·····	(2)
(四) 怎样上筝弦·····	(3)
(五) 筝的定音、定调·····	(3)
(六) 筝的转调方法·····	(5)
(七) 需要注意的几点问题·····	(5)
二、演奏姿势·····	(6)
三、指法练习·····	(7)
(一) 勾指(ㄣ)·····	(7)
(1) 勾指练习 1·····	(8)
(2) 勾指练习 2·····	(8)
(3) 勾指练习 3《红公鸡》·····	陈天戈曲 陈希垚订谱 (8)
(4) 勾指练习 4《喇叭调》(湖北民歌)·····	李汴订谱 (9)
(二) 托指(ㄥ)·····	(9)
(1) 托指练习 1·····	(10)
(2) 托指练习 2·····	(10)
(3) 托指练习 3《打电话》·····	汪玲曲 陈希垚订谱 (10)
(4) 托指练习 4《小白菜》(河北民歌)·····	李汴订谱 (11)
(三) 抹指(ㄣ)·····	(11)
(1) 抹指练习 1·····	(11)
(2) 抹指练习 2·····	(11)
(3) 抹指练习 3《好朋友》(彝族儿歌)·····	陈希垚订谱 (12)
(4) 抹指练习 4《秧歌》(陕北民歌)·····	李汴订谱 (12)
(四) 抹托(ㄣㄥ)·····	(12)
(1) 抹托练习 1·····	(12)
(2) 抹托练习 2·····	(12)
(3) 抹托练习 3《排排坐》·····	佚名曲 陈希垚订谱 (13)

(4) 抹托练习 4《捡豆豆》	李汴曲 (13)
(五) 勾托、托勾(ㄣ)	(13)
(1) 勾托、托勾练习 1	(13)
(2) 勾托、托勾练习 2	(14)
(3) 勾托、托勾练习 3《牧童》(江苏民歌)	陈希垚编订 (14)
(4) 勾托、托勾练习 4《太阳》(四川民歌)	李汴编订 (14)
(六) 小撮(ㄣ)	(14)
(1) 小撮练习 1	(15)
(2) 小撮练习 2	(16)
(3) 小撮练习 3《小铃铛》	佚名曲 陈希垚编订 (16)
(4) 小撮练习 4《我的家在日喀则》(藏族民歌)	李汴编订 (16)
(七) 大撮(ㄣ)	(16)
(1) 大撮练习 1	(17)
(2) 大撮练习 2	(17)
(3) 大撮练习 3《摇啊摇》	韩得常曲 陈希垚订谱 (17)
(4) 大撮练习 4《乌拉山》(内蒙古民歌)	李汴订谱 (18)
(八) 颤音(ㄣ)	(18)
(1) 颤音练习 1	(18)
(2) 颤音练习 2	(19)
(3) 颤音练习 3《小花狗》	育苗曲 陈希垚订谱 (19)
(4) 颤音练习 4《故乡的亲人》(片段)(美国歌曲)	李汴编订 (19)
(九) “4”、“7”按变音	(19)
(1) “4”、“7”按变音练习 1	(20)
(2) “4”、“7”按变音练习 2	(20)
(3) “4”、“7”按变音练习 3《故乡》(日本歌曲)	陈希垚订谱 (20)
(4) “4”、“7”按变音练习 4《牧童》(捷克民歌)	李汴编订 (21)
(十) 连托、连抹(ㄣ、ㄣ)	(21)
(1) 连托、连抹练习 1	(22)
(2) 连托、连抹练习 2	(22)
(3) 连托、连抹练习 3《小看戏》(节选)(东北民歌)	陈希垚编订 (22)
(4) 连托、连抹练习 4《花鼓》(安徽民歌)	李汴编订 (23)
(十一) 上滑音()	(23)
(1) 上滑音练习 1	(24)

(2) 上滑音练习 2	(24)
(3) 上滑音练习 3《大悟山高又高》(湖北民歌)	陈希垚改编 (24)
(4) 上滑音练习 4《一只鸟仔》(台湾民歌)	李汴改编 (25)
(十二) 劈指(ㄣ)	(25)
(1) 劈指练习 1	(26)
(2) 劈指练习 2	(26)
(3) 劈指练习 3《溜溜山歌》(安徽民歌)	陈希垚改编 (26)
(4) 劈指练习 4《嘎达梅林》(内蒙古民歌)	李汴改编 (27)
(十三) 下滑音(ㄣ)	(27)
(1) 下滑音练习 1	(28)
(2) 下滑音练习 2	(28)
(3) 下滑音练习 3《河北民歌》	陈希垚编订 (29)
(4) 下滑音练习 4《打黄羊》(陕西民歌)	李汴编订 (29)
(十四) 双手弹奏	(30)
(1) 双手弹奏练习 1	(30)
(2) 双手弹奏练习 2《麦克唐纳》(美国歌曲)	陈希垚改编 (30)
(3) 双手弹奏练习 3《大黄牛》(安徽民歌)	李汴改编 (31)
(4) 双手弹奏练习 4	(31)
(5) 双手弹奏练习 5《我有一只小羊羔》(美国歌曲)	陈希垚改编 (32)
(6) 双手弹奏练习 6《丢丢铜》(台湾民歌)	李汴改编 (32)
(7) 双手弹奏练习 7	(33)
(8) 双手弹奏练习 8《丢手绢》	关鹤岩曲 陈希垚改编 (33)
(9) 双手弹奏练习 9《小雨沙沙》	王天荣曲 李汴改编 (34)
(10) 双手弹奏练习 10	(34)
(11) 双手弹奏练习 11《上学歌》	北京市小学唱歌教研组集体词曲 陈希垚改编 (34)
(12) 双手弹奏练习 12《斑鸠调》(江西民歌)	李汴改编 (35)
(十五) 四点(ㄣㄣㄣㄣ)	(35)
(1)“四点”练习 1	(35)
(2)“四点”练习 2	(36)
(3)“四点”练习 3《小松树》(内蒙古儿歌)	陈希垚编订 (36)
(4)“四点”练习 4《绣荷包》(山西民歌)	李汴编订 (36)
(十六) 花指(※、\)	(36)
(1) 花指练习 1	(37)

(2) 花指练习 2·····	(37)
(3) 花指练习 3《鄂伦春族小唱》(鄂伦春族民歌)·····	陈希垚改编 (37)
(4) 花指练习 4《刮地风》(甘肃民歌)·····	李汴改编 (38)
(十七) 刮奏(/ \ / \)·····	(38)
(1) 刮奏练习 1·····	(38)
(2) 刮奏练习 2·····	(39)
(3) 刮奏练习 3《春天里》·····	惊涛曲 陈希垚改编 (39)
(4) 刮奏练习 4《春天》(希腊民歌)·····	李汴改编 (39)
(十八) 摇指(ㄣ ㄣ ㄣ)·····	(40)
(1) 摇指练习 1·····	(40)
(2) 摇指练习 2·····	(40)
(3) 摇指练习 3《小白船》(朝鲜童谣)·····	陈希垚编订 (41)
(4) 摇指练习 4《沂蒙山好风光》(山东民歌)·····	李汴改编 (41)
(十九) 双托、双抹(ㄣ ㄣ)·····	(41)
(1) 双托、双抹练习 1·····	(42)
(2) 双托、双抹练习 2·····	(42)
(3) 双托、双抹练习 3《韭菜开花》(福建民歌)·····	陈希垚改编 (42)
(4) 双托、双抹练习 4《陇东小调》(甘肃民歌)·····	李汴改编 (43)
(5) 双托、双抹练习 5·····	(43)
(6) 双托、双抹练习 6《下滩号子》(四川民歌)·····	李汴改编 (43)
(二十) 双食点奏(双食抹奏)·····	(44)
(1) 双食点奏练习 1·····	(44)
(2) 双食点奏练习 2·····	(44)
(3) 双食点奏练习 3《采茶谣》(江西民歌)·····	陈希垚改编 (45)
(4) 双食点奏练习 4《织手巾》(甘肃民歌)·····	李汴改编 (45)
(二十一) 和弦(和音)·····	(45)
(1) 和弦(和音)练习 1·····	(46)
(2) 和弦(和音)练习 2·····	(46)
(3) 和弦(和音)练习 3《太阳出来喜洋洋》(四川民歌)·····	陈希垚编订 (46)
(4) 和弦(和音)练习 4《月亮月亮》(朝鲜族民歌)·····	李汴改编 (47)
(二十二) 分解和弦·····	(47)
(1) 分解和弦练习 1·····	(48)
(2) 分解和弦练习 2·····	(48)

(3) 分解和弦练习 3《小兔乖乖》(传统儿歌)	陈希垚改编 (48)
(4) 分解和弦练习 4《仙鹤》(达斡尔族民歌)	李汴改编 (49)
(二十三) 琶音 ({})	(49)
(1) 琶音练习 1	(49)
(2) 琶音练习 2	(50)
(3) 琶音练习 3《小河淌水》(云南民歌)	陈希垚改编 (50)
(4) 琶音练习 4《采茶山歌》(安徽民歌)	李汴改编 (50)
(二十四) 扫弦 (x)	(51)
(1) 扫弦练习 1	(51)
(2) 扫弦练习 2	(51)
(3) 扫弦练习 3《十朵鲜花》(河北民歌)	陈希垚改编 (51)
(4) 扫弦练习 4《拔萝卜》(节选)(传统儿歌)	李汴改编 (52)
(二十五) 泛音 (o)	(52)
(1) 泛音练习 1	(52)
(2) 泛音练习 2	(52)
(3) 泛音练习 3《红蜻蜓》	[日]山田耕曲 陈希垚订谱 (53)
(4) 泛音练习 4《湖光》	李汴曲 (53)
(二十六) 扫摇 (㊤㊤)	(53)
(1) 扫摇练习 1	(53)
(2) 扫摇练习 2	(54)
(3) 扫摇练习 3《好朋友》(彝族儿歌)	李汴改编 (54)
(4) 扫摇练习 4《凤凰与麒麟》(内蒙古民歌)	李汴改编 (54)
四、乐曲	(55)
1. 茉莉花(江苏民歌)	李汴编订 (55)
2. 幸福拍手歌(美国民歌)	李汴改编 (56)
3. 罐舞(斯里兰卡乐曲)	李汴改编 (57)
4. 花笠舞调(日本民歌)	李汴改编 (59)
5. 快乐的啰唆	李汴编曲 (61)
6. 雪绒花(美国电影《音乐之声》插曲)	李汴改编 (64)
7. 关山月(古曲)	李汴改编 (66)
8. 小放牛	李汴编曲 (68)
9. 桔梗谣	陈希垚编曲 (72)
10. 童年	罗大佑曲 陈希垚编曲 (73)

11. 让我们荡起双桨.....刘炽曲 陈希珪编曲 (75)
12. 舞动的旋律.....陈希珪曲 (78)
13. 小剪剪花(双箏).....曹杨编曲 (81)
14. 双叠翠(双箏).....曹杨编曲 (83)
15. 自由花(双箏).....曹杨编曲 (85)
16. 上楼(双箏).....曹东扶编曲 曹永安 李汴整理 曹杨编配 (87)
17. 绣金匾(陕北民歌).....曹永安改编 (90)
18. 太阳出来照四方.....傅庚辰曲 曹永安改编 (93)
19. 《白毛女》组曲.....马可曲 曹永安改编 (95)
20. 草原红花(片段).....吴应炬原曲 曹永安编曲 (99)
21. 打不尽豺狼决不下战场(京剧《红灯记》选段).....曹永安改编 (103)
22. 浏阳河.....徐叔华曲 曹永安改编 (107)
23. 中花六板(民间乐曲).....曹永安改编 (109)
24. 婚礼场面.....吴祖强 杜鸣心原曲 曹永安改编 (111)
25. 延边之歌.....金凤浩原曲 曹永安 李汴编曲 (115)
26. 变奏秧歌.....曹东扶改编 曹永安 李汴整理 (121)
27. 高山流水.....曹东扶编曲 曹永安 李汴整理 (124)
28. 打雁.....曹东扶编曲 曹永安 李汴整理 (126)
29. 苏武思乡.....曹东扶编曲 曹永安 李汴整理 (128)
30. 陈杏元和番.....曹东扶编曲 曹永安 李汴整理 (130)
31. 闹元宵.....曹东扶曲 曹永安 李汴整理 (132)
32. 开扇窗(潮州箏曲).....杨秀明演奏谱 (138)
33. 西江月(潮州箏曲).....杨秀明演奏谱 (140)
34. 三十三板(浙江箏曲).....项斯华演奏谱 (142)
35. 高山流水(浙江箏曲).....王巽之传谱 项斯华演奏谱 (143)
36. 汉宫秋月(山东民间乐曲)..... (147)
37. 渔舟唱晚.....姜树华传谱 曹正订谱 (148)
38. 纺织忙.....刘天一曲 (150)
39. 洞庭新歌(湖南民歌).....王昌元 蒲琦璋编曲 (152)
40. 瑶族舞曲.....刘铁山 茅源曲 尹其颖编曲 (157)
- 箏指法及演奏符号说明..... (165)



一、古筝简介

(一) 古筝各部位名称

筝有一个扁扁的长方形音箱，在面板上张上弦，每根弦下面用一个筝码支起来，筝码是活的，可以左右移动调整音高。筝的面板一般多用桐木制成，底板材料不限。筝弦古时候多用蚕丝制作，后来也有采用铜丝和钢丝做筝弦的，目前常用的是钢丝外面缠尼龙的尼龙缠弦。

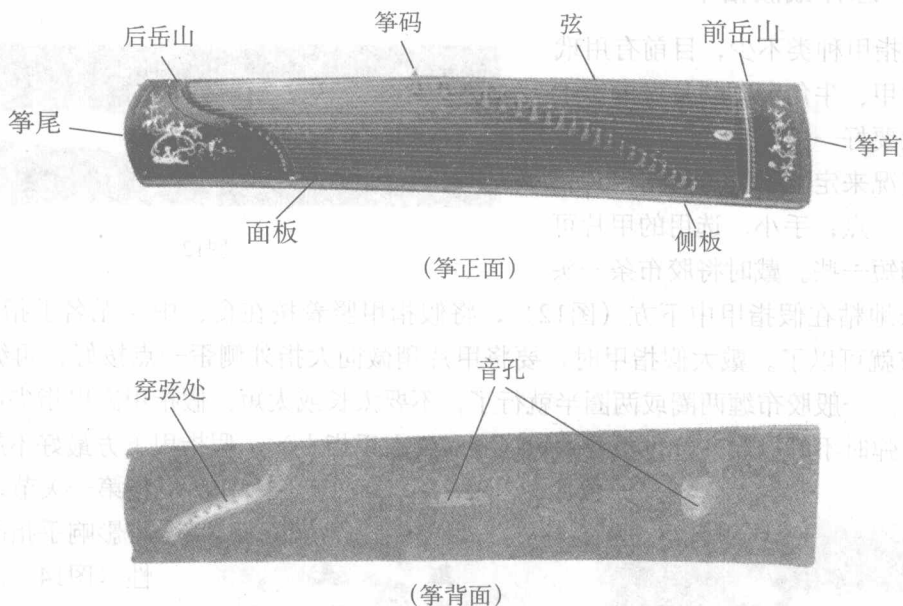


图 11

(二) 古筝简史

筝（也叫古筝）是我国民族乐器百花园中傲立群芳、绚丽夺目的花朵。两千多年来，它在祖国的黄土地中生根发芽、遍地开花，倾吐着浓郁的芳香。今天，筝更是得到了众人的倍加喜爱。

筝由于发音“铮铮”而得名。早在公元前四世纪的战国时期，筝已在当时的秦国也就是现在的陕西省一带广为流传，因此历史上也有“秦筝”的叫法。千百年来，筝的弦数一直在不断的变化。曾经出现过5弦筝、12弦筝、13弦筝、14弦筝，后来增加到15弦筝、16弦筝、18弦筝。目前21弦筝较为普遍。另外，现在还有25弦筝、44弦筝、49弦筝手



搬、脚踏、十二平均律等多种转调筝。随着筝音域的不断扩大，再加上还可以转调，它的表现力越来越丰富了。在演奏形式上，筝不仅能独奏、重奏、齐奏，而且在乐队里也起到不小的作用（图3—图10）。

筝在我国流传非常广泛，多年来逐渐形成了不同的流派。每个流派都有鲜明的、独自具有的地方特色，以及由于不同风格而产生的独特的、浓郁的韵味。影响较大的流派以及该流派的代表人物分别是：河南筝——曹东扶先生、任清志先生等；山东筝——高自成先生、赵玉斋先生等；广东客家筝——何育斋先生、罗九香先生等；广东潮州筝——苏文贤先生、郭鹰先生等；以及后起之秀的浙江筝、陕西筝与少数民族地区的蒙古筝以及伽倻琴等（图1、图2）。

（三）怎样戴假指甲

筝假指甲种类不少，目前有用玳瑁、穿山甲、牛角和塑料片做的。玳瑁的质量要好一些。选购时可根据各自手的情况来定，手大可选用甲片稍厚、稍长一点；手小，选用的甲片可稍薄、稍短一些。戴时将胶布条一头

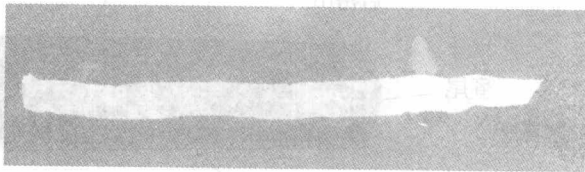


图12

短一头长地粘在假指甲中下方（图12），将假指甲竖着按在食、中、无名手指肚上，缠好胶布就可以了。戴大假指甲时，要将甲片稍微向大指外侧歪一点按好，再缠胶布（图13）。一般胶布缠两圈或两圈半就行了，不要太长或太短。假指甲露出指尖部分不要太长（弹时不好控制），也不要太短（容易弹在手指上）。假指甲下方最好不超过手

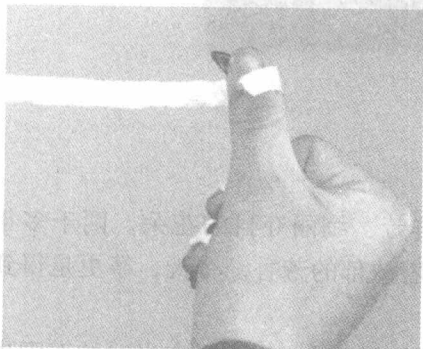


图13

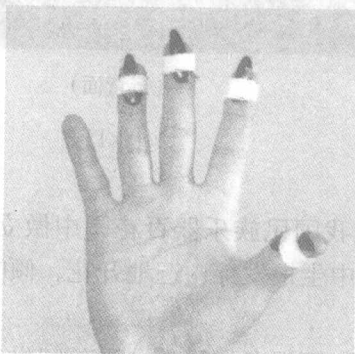


图14

指第一关节，否则将影响手指的灵活性（图14）。关于假指甲所戴数量没有统一规定。右手一般可以戴四个，左手戴与不戴可以自己选择。



(四) 怎样上筝弦

1. 先将没有小铁块的一头弦从筝尾处的穿弦孔中穿出来，再将弦拉向筝首方向，然后将弦穿入筝首上的弦孔，再穿入筝轴上的小孔，可将弦头稍稍拉出一点，压在弦下面后，再向前方转动筝轴将弦上紧。

2. 紧筝轴时要时刻注意弦的紧度，防止一下把弦上得太紧将弦上断。待差不多时可将筝码支上，边听音边紧轴，然后反复在筝码左、右两边用力压压弦，直到将音调准。

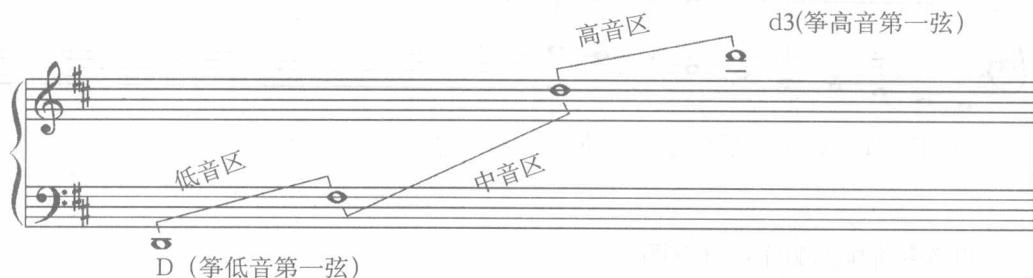
3. 轴上得太紧时可先将轴向外松几圈，再穿上弦紧轴。

4. 轴太松也会跑音，可将弦头拉出轴外，将轴先向里紧紧再穿弦，如果仍然不行，就需换一个粗轴了。

5. 上弦时要注意弦口袋上的序号，有的厂家把最粗的一根定为“1弦”，有的厂家把最细的一根定为“1弦”，不要上错弦。

(五) 筝的定音、定调

筝一般按照Do、Re、Mi、Sol、La五声音阶来定音，Fa和Si两个音需要由左手按下码子左边的弦来取得。21弦筝的音域为四个八度，分为高音区、中音区、低音区。与钢琴谱表对照，筝的最高音是钢琴上小字第三组“d3”；最低音是钢琴上的大字组“D”。

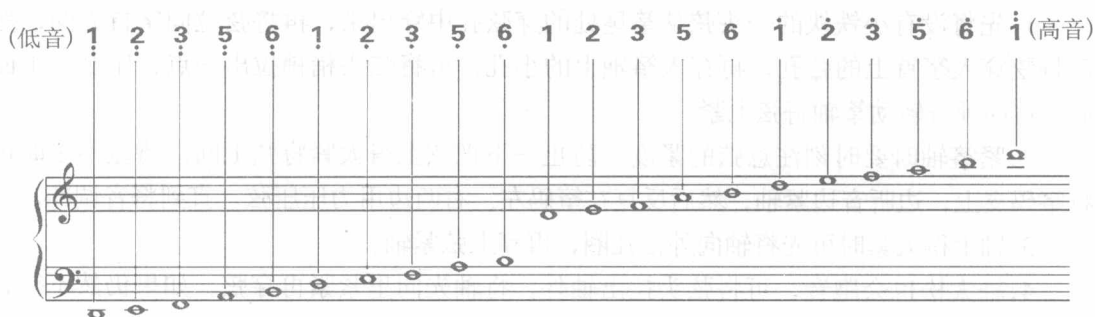


调音时可先把筝上的绿弦按固定音高“A”调准，然后再以这根绿弦为基础将这一组的其他四个音调好。也可以采用八度法调音，或者采用四度、五度调音等。初学者开始阶段最好请老师帮助调音，以防自己调不准音就练习，这样对耳朵很不好。另外，也可以买一个电子校音器来帮助调音。

筝一般将常用调定为D调、G调，初学时可以先将这两个调练熟，然后再去练C调、F调等。

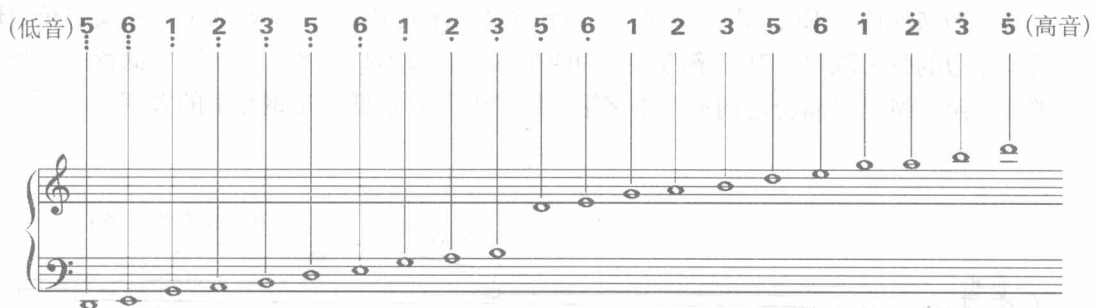


D调筝音阶排列顺序：（首调）



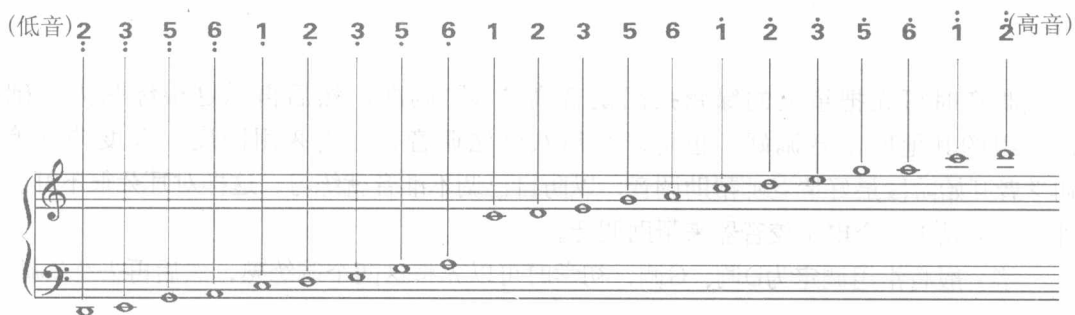
D E $\sharp$ F A B (后面依次类推)

G调筝音阶排列顺序：（首调）



D E G A B (后面依次类推)

C调筝音阶排列顺序：（首调）



D E G A C (后面依次类推)