

零基础快速自学一本通

弹奏自学教程

畅销升级版

吉他

Basic Music Theory of
Guitar Playing



书+DVD
+在线视频

超好学!

资深琴师全程示教
直观生动 轻松掌握

独一无二，吉他魅力

眼看、耳听、手弹，三位一体轻松学

吉他是世界第三大乐器，音色独特，风格百变！

〔基本功练习〕+〔弹奏技巧〕+〔名师指点〕+〔名曲精粹〕

快速上手

提升突破

系统教程

张小龙 编著



成都时代出版社
CHENGDU TIMES PRESS

吉他

Basic Music Theory of
Guitar Playing

弹奏自学教程

升级版

常州大学图书馆
藏书章

张小龙 编著



成都时代出版社
CHENGDU TIMES PRESS

图书在版编目(CIP)数据

吉他弹奏自学教程 / 张小龙编著. -- 成都 : 成都时代出版社, 2016. 7

ISBN 978-7-5464-1689-2

I. ①吉… II. ①张… III. ①六弦琴—奏法—教材
IV. ①J623. 26

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第158492号

吉他弹奏自学教程

JITA TANZOU ZIXUE JIAOCHENG

张小龙 编著

出品人	石碧川
责任编辑	张旭
责任校对	周慧
装帧设计	●中映良品 (0755) 26740758
责任印制	干燕飞
出版发行	成都传媒集团·成都时代出版社
电 话	(028) 86621237 (编辑部) (028) 86615250 (发行部)
网 址	www.chengdusd.com
印刷	深圳市福圣印刷有限公司
规格	889mm×1194mm 1/16
印 张	11
字 数	160千
版 次	2016年9月第1版
印 次	2016年9月第1次印刷
印 数	1-15000
书 号	ISBN 978-7-5464-1689-2
定 价	48.00元

著作权所有·违者必究。

本书若出现印装质量问题, 请与工厂联系。电话: (0755)29550097



学吉他原来并不难

吉他的六弦音是这个世界上最为优美的乐声之一，因为吉他的操作简便，弹奏的乐声轻快、悦耳动听，素来深受年轻人的喜爱。

想要学好吉他，你需要一本如良师益友一般的好教材，首选的是这本书，能提供一个严谨全面的教学体系供你快速掌握。

如果你是一个初学者，本书为你提供了最佳入门捷径。从吉他的鉴别、分类、挑选，到最基础的站姿、坐姿、左手按弦、右手拨弦的要领……图文并茂，详解弹奏吉他必备背景知识。

本书系统讲解吉他的基础乐理，提供尽可能多的简便曲目练习，并配有精彩的有声教学光碟。建议你在掌握基础的乐理知识后，再按照本书的指导进行简短的乐曲练习。

如果你是一个想提升吉他演奏技能的人，本书会着重辅导你突破吉他最难攻克的和弦关与调号关。建议你花上尽可能多的时间，不要放过任何一个和弦与调号弹奏练习的机会。在你熟练掌握这些技能之后进而强化左右手的速度，磨炼左右手技巧，提高和弦转换的熟练度，掌握民谣吉他最常用到的“民谣摇滚”的弹奏要领……

建议你按照如下的方法操作使用本教材：

在开始练习前，找一个略懂吉他的人作为带人者，这样可以避免更多错误的摸索。本书提供了非常宽广的入门途径，并配有众多难易程度不一的练习曲目，再配有有声教学进行辅导，帮你锁定每天练习流程。

首先是基本功练习（简便的说法是热身），具体的内容可以做24种指法练习、跨弦练习、扩指练习；其次是音阶练习（常用的C大调与A小调是必须要掌握的），最后才是曲目练习。当然，如果你不是初练者，以前学过的曲子也应该拿出来温习。

最后需要提醒的是：一定要有信心。伴随最开始的甜头往往随之而来的是艰难的“瓶颈期”，和弦与音阶是很多人被“卡住”的地方，刚开始一定会遇到些困难，但坚持练习，一定会有所突破。

第一章 吉他基础入门

一、快速认识吉他	2
1. 吉他概述 2. 吉他的类别 3. 民谣吉他构成速览	
二、吉他的弹奏姿势	5
1. 持琴要领 2. 坐的姿势 3. 站的姿势	
三、吉他左、右手弹奏技巧	6
1. 左手按弦方法 2. 右手拨弦方法	
四、使用拨片 (Pick) 来弹奏	9
1. 拨片的分类 2. 拨片的握法与弹奏方式 3. 初学者适用的拨片	
五、换弦与调音	10
1. 如何换弦 2. 如何调音	
六、吉他的选购与保养	11
1. 吉他的选购 2. 吉他的保养原则	
七、变调夹 (Capo) 的应用	13
1. 运用原理 2. 变调夹的功效 3. 变调夹的使用记号	
八、吉他学习速成方法	14
1. 挑选一把好吉他 2. 熟悉乐理知识 3. 舍弃会让你“事半功倍”的变调夹 4. 不要疏于音阶的练习 5. 熟能生巧 6. 适时的模仿, 大胆地创新	

第二章 吉他弹奏基础乐理

一、先来认识一下自然音阶	17
二、识记五线谱中的常用记号	18
1. 变音记号 2. 拍号 3. 调号 4. 速度记号 5. 力度记号 6. 曲式记号 7. 其他记号	
三、乐谱知识	21
1. 音的高低 2. 音的长短 3. 音的强弱 4. 音的休止	
四、吉他六线套谱 (TAB) 上的指法与奏法	24
1. 手指标记 2. 六线谱记谱法	
五、和弦	26
1. 和弦示意图 2. 记谱的形式、主根音位置 3. 初学者必学的15个和弦 4. 和弦指法中的横按	

六、音阶及练习	31
1. 大调音阶与小调音阶 2. 关系大小调 3. C大调与A小调	
4. 练习曲: ◎生日快乐 ◎小星星 ◎乡间小路 ◎欢乐颂 ◎四季歌	
◎莫斯科郊外的晚上◎半个月亮爬上来 ◎小城故事 ◎在水一方	
七、扫弦伴奏	40
1. 概念 2. 扫弦方法 3. 节奏型扫弦 4. 扫弦中的切音技巧	
5. 弹唱练习: ◎兰花草◎四季歌	

第三章 吉他弹奏练习及练习曲	47
一、左右手速度强化练习	48
二、左右手技巧练习	50
1. 左右手弹奏技法 2. 左右手运用技法练习	
三、和弦转换练习	52
1. 和弦转换技巧 2. 和弦转换练习曲	
◎流浪歌手的情人 ◎雪绒花 ◎月亮代表我的心 ◎送别	
四、民谣摇滚	63
1. 指法与节奏 2. 基础练习 3. 乐曲练习	
◎童年 ◎为你难过 ◎在雨中 ◎挪威的森林 ◎痛哭的人 ◎蓝莲花	
五、乐曲综合练习	79
◎爱的罗曼史 ◎卡农 ◎天空之城	

第四章 吉他练习乐曲粹选	86
一、经典民谣	87
◎北京的冬天 ◎一生有你 ◎那些花儿 ◎外面的世界 ◎橄榄树	
二、摇滚	97
◎礼物 ◎完美生活 ◎一块红布 ◎有多少爱可以重来	
三、国外	104
◎More than words ◎Tears in heaven ◎Hey Jude	
◎Hotel california ◎Nobody's home ◎Complicated	
四、流行	124
◎小情歌 ◎夜曲 ◎寂寞的季节 ◎稻香 ◎晴天 ◎彩虹 ◎轨迹 ◎真的受伤了	
◎旅行的意义 ◎她来听我的演唱会 ◎拥抱 ◎爱我别走 ◎旋木 ◎遇见 ◎情非得已 ◎死了都要爱	

第一章
Chapter One

吉他基础入门
Guitar Introduction

一、快速认识吉他

Quick Know about Guitar

1. 吉他概述

吉他是英文“Guitar”的中文谐音，它既是最为流行又是最为古典的演奏乐器之一。它优美的声音及舒缓的节奏曾经填满了无数人的青春记忆，见证了一段段青涩的年代，也承载了无数浪漫的梦想。当然，很多人的摇滚梦想也是始于吉他的。

关于其起源，有一种说法是中世纪由阿拉伯流入欧洲的，虽然已经无法考证其真实性，但是在南欧大陆历史上，吉他却曾经有过非常辉煌的年代，特别是在意大利和西班牙，从皇室到平民都为它而痴迷。一大批技艺高超的演奏家开始涌现，如卡尔西、塞戈维亚；一些音乐巨擘也为吉他写过乐曲，如舒伯特、柏辽兹。不过，直到有“现代吉他音乐之父”之称的西班牙古典大师塔雷加给吉他演奏带来清新的时尚之风，加入大量的现代元素，才真正将吉他推向艺术的高峰，并使其得以在世界范围内流传。

吉他在20世纪初传入我国，不过真正风靡却是在改革开放之初。伴随着各种文艺思潮的复兴与崛起，吉他也开始在年轻人中流传起来，校园民谣开始出现并且风靡，那时候人们相信抱着一把吉他可以走遍大江南北，吉他里青春的思绪、淡淡的感情，记录了一代人的憧憬和梦想。当年“摇滚教父”崔健也是抱着一把吉他，用他嘶哑的吼声，一鸣惊人出一个“一无所有”的时代。

从外形和演奏的形态上分，吉他有三种，除了最为常见的民谣吉他，还有古典吉他和电吉他两类。

对于沉醉在网络世界里的新一代年轻人，或许已经不再熟悉老狼、朴树或崔健，不过，吉他一点儿也不过时，不论是想秀一下才艺、耍酷扮帅，还是因为喜爱而想成为真正从事的专业——总之，一把吉他在手，绝对可以为生活增添浪漫色彩。想要邂逅更多年轻的喝彩、演绎属于自己的动人故事，就从拨动吉他那动人的六弦音色开始吧……



Tips 近代吉他之父塔雷加

作为吉他史上里程碑的人物，西班牙吉他演奏家、作曲家弗朗西斯科·塔雷加（Francisco Tarrega）（1852~1909）被称为“近代吉他之父”。

在演奏技法上，塔雷加开发了许多吉他的特殊演奏技巧，如左手独奏、大鼓奏法、小鼓奏法以及轮指的演奏等。他还改进了吉他的演奏姿势，把吉他放置姿势的重心移到了左脚，成为了今天吉他演奏的标准姿势。他还使泛音奏法，尤其是8度的泛音奏法成为吉他常用的一种演奏技法，丰富了吉他在音色方面的表现性能，使当时已没落的吉他演奏重获新生，将吉他这把古老的乐器提升到了前所未有的高度。

1885年，塔雷加定居巴塞罗那，致力于吉他创作；1888年，他完成其代表作《阿拉伯风格随想曲》；1896年，创作了吉他名曲《阿尔罕布拉宫的回忆》。

2. 吉他的类别

古典吉他



亦称其为“传统吉他”，它从西方贵族社会中流出。在外形上，古典吉他的指板宽且厚，从指板的第1品位延伸到琴肩处为12品格。多用于古典音乐或者是佛拉明哥形态的音乐中，琴弦为尼龙弦。其音色柔和、优美。

民谣吉他

也称为“民歌吉他”，是民间歌手自娱自乐的产物。在外形上，民谣吉他指板较窄且薄，从第1品延伸到琴肩处为14品位，使用钢弦。多用于民谣歌曲、摇滚乐、蓝调音乐、爵士乐等形态音乐的演奏中。奏法多样，有手指弹奏、拨片弹奏、手指拨片混合弹奏。可以用来独奏及自弹自唱。结合变调夹使用，其音色表现更为丰富。

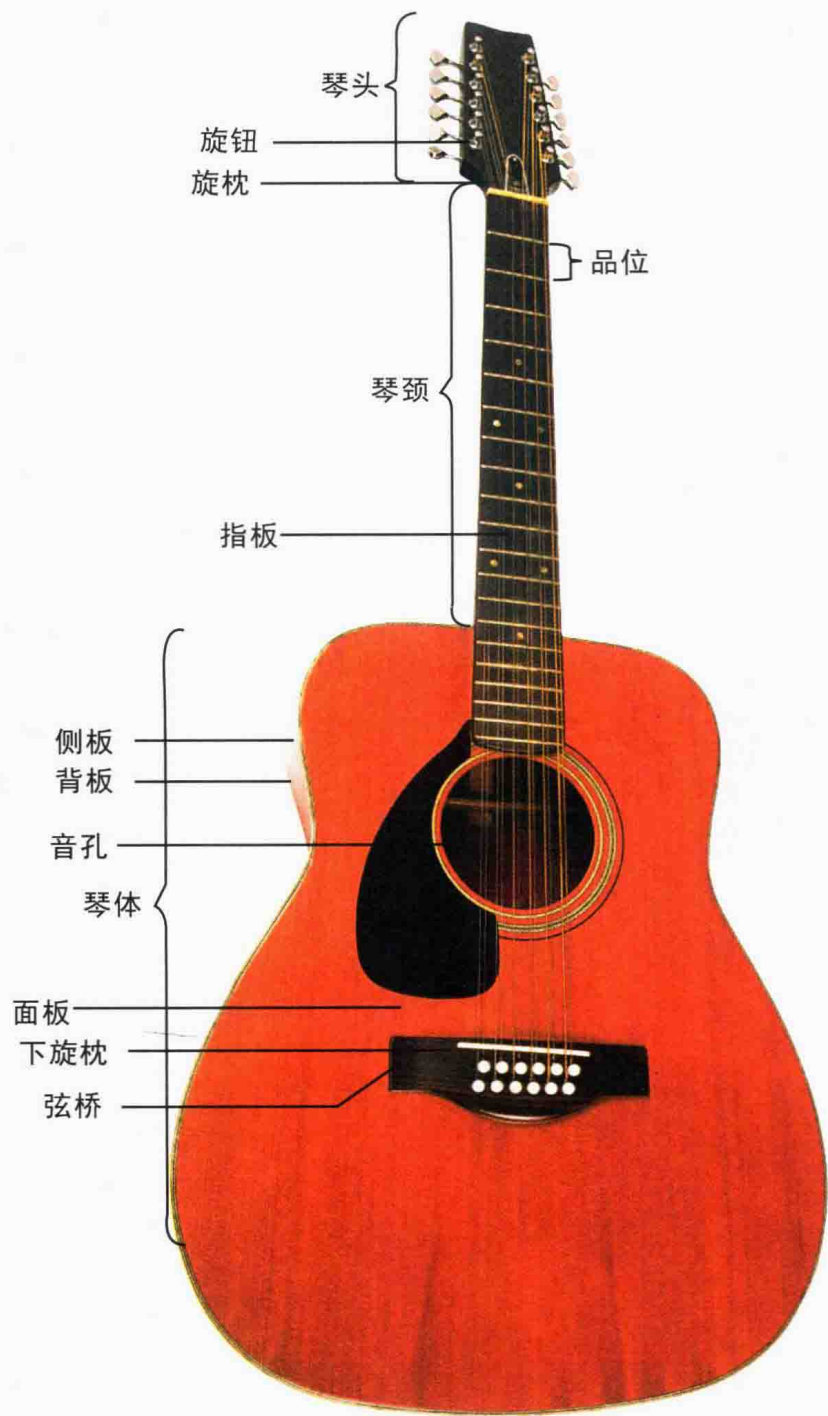


电吉他



又称之为“摇滚吉他”，它是传统工艺与现代电子技术完美结合的产物。在外形上，指板较其他普通吉他细且长，从指板的第1品延伸到琴体为22品（也有24品）。使用钢弦，在琴身上配置有电子扩音器（Pick-ups），有时候必须搭配音箱扩大器、效果器来一起使用。电吉他是现代电声乐队与摇滚乐队中必不可少的乐器之一。

3.民谣吉他构成速览



Tips 吉他演奏两大世界流派

演奏者或坐或站，使用左手按弦、右手拨弦的弹奏方法，这是当今世界最流行、最普及的吉他奏法，它的学名是“西班牙吉他奏法”。

另一种虽不常见，但绝对风味独特：演奏者坐在一把高低适中的椅子上，把琴平放在腿上，左手持金属滑音棒按弦，右手套金属指甲拨弦。它的学名是“夏威夷吉他奏法”。



二、吉他的弹奏姿势

Guitar Playing Posture

1. 持琴要领

吉他的弹奏姿势分为两种：坐姿和站姿。两种姿势各有要领。正确的演奏姿势，是好的琴音的第一要素，也是琴技提高的基础。不管你使用的是哪种演奏姿势，都要切记，小臂不可紧贴在吉他面板上，胸部同样不可紧贴在吉他的背板处，要保持自由挥动的空间。要知道吉他的共鸣都是通过这上下的木板产生的，紧靠的结果将使吉他的声音变得“闷”而且“短”。

2. 坐的姿势



将右脚跷在左脚上，音箱凹部放在右腿上；也可以左脚跷在右腿上。这个姿势是民谣吉他的常用姿势。



浅坐在椅子上，把两腿稍放开，音箱凹部放在右腿上。此法适合身高比较矮及手比较短的人。

3. 站的姿势



可以使用吉他背带（Strap）挂在左肩上以安定琴身。此姿势是民谣吉他演唱时的常用姿势。



使用椅子辅助，将脚放在椅子（或其他辅助物）上，把音箱凹部放于右腿上。此为民谣吉他演唱时另一种常用站姿。

三、吉他左、右手弹奏技巧

Guitar Playing Skills of the Both Hands

1. 左手按弦方法

左手按弦的要领有三个：手指在按弦过程中与弦形成的角度、按弦的部位、大拇指摆放的位置。

按弦的角度 按弦的好坏与否，直接影响弹奏音色的好坏与音准。只有好的按弦角度才能弹出纯正、饱满的发音。



屈起的指关节与弦呈现90度角，事实证明这是最佳的角度。



大于90度或小于90度都需要纠正，不过也要区别对待，大、小横按除外。

按弦部位 按弦的正确与否同样是决定音色、音准的关键所在，一旦失去规范就难以弹出纯正、饱满的发音。

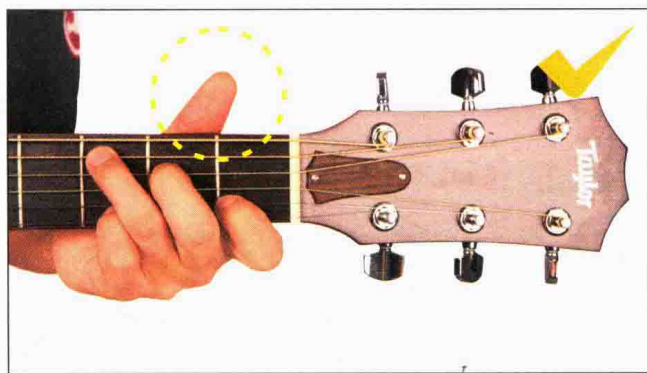


按弦的手指应靠近品位。



远离、超出或是压在品位上，都需要纠正。

拇指的位置 大拇指的摆放位置得当与否，也是衡量吉他弹奏水平的标准。拇指的摆放位置得当，能保证按弦的手指轻松、自如。



正确的拇指摆放位置应在琴颈的中心线（即③④弦的正中央），并且与中指的位置相对。

高手的练习 除了上述3个基础要领在演奏中必须具备之外，要想拓展自己的演奏技巧，还要在扩展性、独立性、协调性、准确性、灵活性上多下苦工夫。

扩展性是指左手在做一些跨度较大的按弦时仍能使手指准确到位，同时保证所发的音纯正、饱满。

独立性是指左手在按弦时各指的分工要具备独立能力。

协调性是指左手在按弦时各指的分工要合理，给人以协调的美感。

准确性是指左手在按弦时要做到轻松、自如、准确到位。

灵活性是指左手在按一些较密集的音符时都能使手指轻松、自如，并能准确到位，同时保证所发的音纯正、饱满，而且个数清楚。

2.右手拨弦方法

正确的右手拨弦要领有三个：手指在拨弦过程中与弦形成的角度、触弦的部位、拨弦的区域。

拨弦的角度 拨弦的手指与弦所形成的角度大小直接影响其音色、音质及音量。角度好则保证所发的音音色优美、音质纯净、音量浑厚，反之就达不到理想的效果。

拨弦的手指与弦形成45度为最佳角度，凡是大于或小于45度都属于不正确角度，需纠正。



正确的拨弦角度



错误的拨弦角度

触弦的部位 手指的触弦部位正确与否，也是决定其音色、音质及音量的关键所在，并直接关系音色的优美、音质的纯净与音量的浑厚。

大拇指用拇指外侧触弦，其他3个手指用指头末梢触弦。凡是用其他部位都属于不正确部位，需纠正。



拨弦的区域 经验证明：在音孔前面弹出的声音浑浊、缺少层次感；在音孔后面弹出的声音尖锐、缺少柔和感；在音孔中间弹出的声音音色优美、音质纯净、音量浑厚，给人以美的享受。

凡是在音孔前后拨弦都属于不得当区域，需纠正。



正确姿势



错误姿势

靠弦奏法和勾弦奏法 除了具备上述三个基本要领，靠弦奏法和勾弦奏法对初学者来说也至关重要。

靠弦奏法和勾弦奏法在弹奏过程当中除了拨弦的方向和动作不同外，其概念同属弹拨类型。

靠弦奏法主要是针对大拇指而言。其动作要领为：大拇指拨弦，拨弦后的手指轻松自如地停靠在相邻的下根弦上。比如：大拇指拨完⑥弦后就停靠在⑤弦上；拨完⑤弦后就停靠在④弦上；为了不影响正常发音，拨完④弦后就不要停靠在③弦上，而是做一个往食指第一关节停靠的动作。靠弦奏法弹出的声音饱满、有力度，极具稳定性。



靠弦前



靠弦后

勾弦奏法主要是针对食、中、无名指而言。其动作要领为：食、中、无名指拨弦，拨弦后的手指不是停靠在相邻的下一根弦上，而是自然向掌心方向弯曲。比如：食指拨完③弦后就自然向掌心方

向弯曲；中指拨完②弦后就自然向掌心方向弯曲；无名指拨完①弦后就自然向掌心方向弯曲。勾弦奏法弹出的声音清脆、嘹亮，极具层次感。



勾弦前



勾弦后

四、使用拨片 (Pick) 来弹奏

Playing with Pick

如上文所述，吉他的弹奏形式有两种，一种是刷法，另一种是指法。所谓刷法即使用拨片在琴弦上弹奏，而指法即是使用手指直接在琴弦上弹奏。

1. 拨片的分类

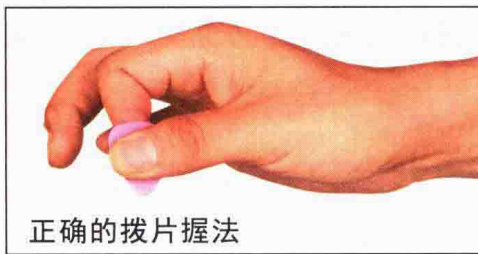
拨片可以分为一般型拨片与拇指型拨片（俗称指套）两种。初学者使用一般型的拨片居多，在一些需要低音的乐曲中，使用指套来代替拇指，会更有特色。

拨片的品类以厚薄来分，主要分为三类：薄的（0.46mm~0.58mm），中等的（0.58mm~0.72mm），厚的（0.72mm~1.2mm）。

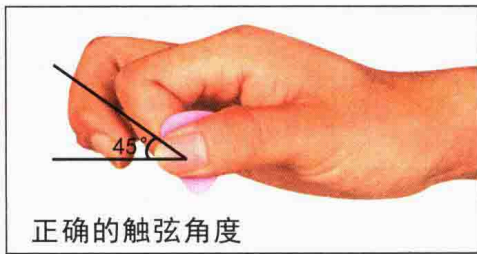
较薄的拨片，可弹出较清脆的声音，多用于民谣吉他刷和弦时使用。

较厚的拨片，弹出的音色较扎实，多用于民谣吉他或电吉他独奏时使用。

2. 拨片的握法与弹奏方式



正确的拨片握法



正确的触弦角度

使用拇指与食指将拨片夹住，这是最常使用的方式。正确握法是握住拨片面积的三分之一。

使用拨片弹奏吉他，最为重要的是拨片与弦的接触角度，这是能否弹奏出完美音色的先决条件。

拨片与弦的接触角度以45~60度为最适宜，不管下拨或是上拨都应保持这样的角度，手腕不需要特别刻意地转动，只要保持拨片拿在手上的柔软度即可。

使用食指与中指分别靠紧拨片的两侧，这样弹奏时拨片不容易旋转。

使用指套拨片可以让低音弦更为饱满，特别是在许多手指技法演奏的场合下，搭配指法来使用效果尤佳。

3.初学者适用的拨片

一般初学时建议使用薄的拨片来弹奏，这样有助于你对拨片的掌控，当练到手臂、手腕可以完全放松时，再慢慢增加拨片的厚度。增加拨片的厚度，可以让你弹奏出来的音乐更为饱满。

使用厚的拨片比较容易掌握速度。当然，不同厂牌、不同材质的拨片也会对音色产生不同的影响，选择最适合自己的拨片，对弹奏一定会有帮助的。

五、换弦与调音

Changing Strings and Tuning

要知道，掌握一些基础的换弦与调音知识，对一个初学者来说是很有必要的。虽然这些事在最开始一定有人代劳，不过，一劳永逸就别想了。再说，只有你自己明白自己最适合什么。

1.如何换弦

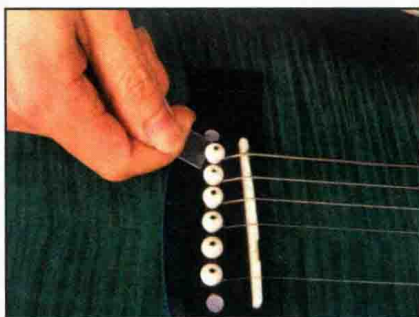
吉他弦是属于消耗品的一种，一旦变黑氧化、生锈、断弦，就应进行更换。换弦时，请尽量保持一条弦一条弦地换，并在换完一条新弦后，立即将该弦调至标准音高。为了避免琴颈所受到的张力忽然改变而造成弯曲变形，应尽量避免将弦全部拆下后才全部装上。

如果你的吉他只断了一根弦，请尽量使用和旧弦同一厂牌的琴弦。换装不同厂牌的吉他弦，应同时使用六角扳手调整琴颈之弯曲程度，使吉他达到最适合弹奏的状况。

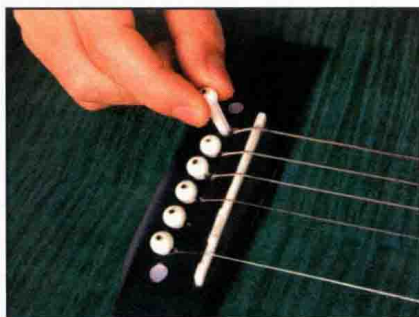
换弦的步骤



①使用卷弦器或用手将弦松开。



②使用硬质塑胶片将弦栓挖起。



③将弦放入孔中后塞入弦栓，弦栓凹槽处应对准弦的方向。



④将弦另一端插入该弦对应的旋钮孔中。



⑤拧转旋钮，将弦转紧。注意不要太紧，要留有一定的余地。



⑥再将各弦依照顺序调至其标准音高即可。