

用手机、ipad
看高清教学视频

从零学音乐入门丛书
CONG LING XUE YIN YUE RU MEN CONG SHU

从零起步

学

非洲鼓

轻松入门

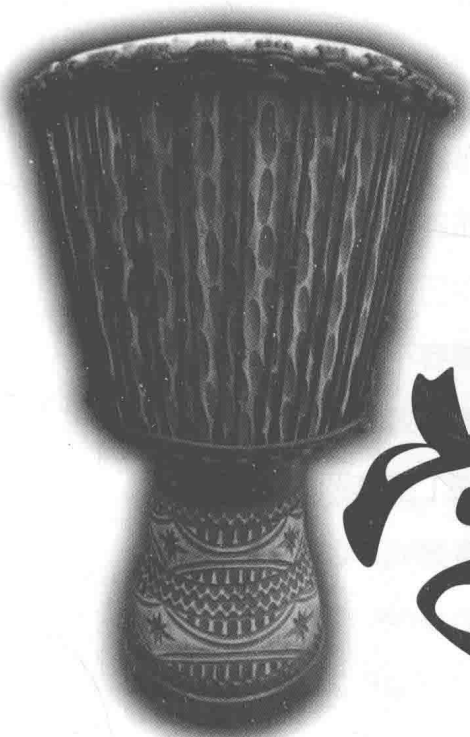
刘 雍 编著



上海音乐学院出版社

从零学音乐入门丛书

CONG LING XUE YIN YUE RU MEN CONG SHU



从零起步

CONG LING QI BU
XUE FEI ZHOU GU

学非洲鼓

轻松入门

刘雍 编著



上海音乐学院出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

从零起步学非洲鼓 / 刘雍编著. —上海 :
上海音乐学院出版社, 2017. 11

ISBN 978 - 7 - 5566 - 0268 - 1

I. ①从… II. ①刘… III. ①鼓-奏法
IV. ①J632. 52

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 281488 号

书 名: 从零起步学非洲鼓

作 者: 刘 雍

责任编辑: 陈 欣

封面设计: 王月裕

出版发行: 上海音乐学院出版社

地 址: 上海市汾阳路 20 号

印 刷: 北京柯蓝博泰印务有限公司

开 本: 880 × 1230 1/16

印 张: 7

字 数: 谱文 103 面

版 次: 2018 年 5 月第 1 版 2018 年 5 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 5566 - 0268 - 1/J. 1243

定 价: 38.00 元

序



PREFACE

自从非洲鼓进入中国以来，深受广大国人的喜爱，越来越多的人通过学习发现，非洲鼓不但能培养节奏感，还能使身心获得健康。目前国内现有的非洲鼓教材还不能满足人们的需求，缺乏师资，初学者只是根据自己的喜好，停留在流行乐(歌曲)伴奏阶段，而正统西非曼丁的教材又不容易看懂。

我们通过走访了解到，喜爱非洲鼓的朋友们日益增多，对学习正统西非曼丁鼓乐的呼声也越来越高……能够通过一部简单易懂又不失严谨的非洲鼓专业教材来入门，是众人所望。

刘雍作为国内最早一批推广非洲鼓的老师，为国内非洲鼓发展所做的贡献有目共睹。为了帮助广大非洲鼓初学者找到正确的学习方法，由他编写的这部实用教材现已问世，通过此教材的学习，将会对我国非洲鼓的推广和发展带来深远影响……“打击乐在音乐领域中占有至关重要的位置，因为有了它，世界将多一些欢乐，因为有了它，音乐将更加激情。”

谢胜利

2018年3月6日

作者简介



刘雍，男，1980年出生于新疆。从小随父亲学习各种乐器，16岁进入西安音乐学院进修钢琴。先后加入老F乐队、森林深处乐队、五行乐队任鼓手与键盘手。21岁至24岁之间做了三年流浪歌手，唱遍大半个中国。2004年来到北京，从事乐器教学及酒吧歌手工作。2006年创立出直观的教学鼓谱。2008年起全职从事非洲鼓教学推广工作至今。2009年3月起，创办“后海鼓聚”，从不足十人发展至动辄四五十人，成为后海一道风景线，多年来风雨无阻，从未间断，参与活动人次逾万，是当今中国手鼓圈活动中的旗帜队伍。



刘雍非洲鼓网络教学视频已推出“基本节奏”、“基本功”、“鼓曲”、“Solo”四个系列，首发及转发点击量已过亿。国内绝大多数初学者都是从刘雍非洲鼓教学视频开始学习的，全国34个省市自治区及台湾香港地区均有学员。近年在国内已推出多届中国非洲鼓大师班及精品班，学员来自中国各地的爱好者及非洲鼓老师。

- 中国非洲鼓 Djembe 的标志性人物
- 中国知名度最高的非洲鼓老师及推广者之一
- 历届中央音乐学院打击乐教师资格认证课程讲师及考官
- 历届中国非洲鼓大赛评委
- 执掌国内鼓聚最大活动“后海鼓聚”
- 业内各知名平面及电视媒体最多关注和曝光



目录

CONTENTS

第一章 刘雍鼓谱	1
第二章 三个基本音	5
第三章 打鼓姿势	9
第四章 手顺	11
第五章 律动	13
基本功练习	15
基本节奏	42
第六章 Solo 短句	52
第七章 长 Solo	64
第八章 曼丁鼓曲	71
第九章 曼丁鼓曲 moribayassa	76
第十章 曼丁鼓曲 lolo	80
第十一章 曼丁鼓曲 Baga gine	84
第十二章 曼丁鼓曲 fatuyo	88
第十三章 曼丁鼓曲 kuku	91
第十四章 曼丁鼓曲 Bala kulandyan	96
第十五章 刘雍自创鼓曲 Millet	100


01




第一章 刘雍鼓谱

这套非洲鼓谱是刘雍在2004年为架子鼓发明的，发明这套鼓谱的原因是国内的架子鼓教材没有统一的鼓谱。比较常见的是五线谱鼓谱，而把五线谱作为架子鼓的鼓谱，并不是最合理的，尤其是对于初学者来说不容易看得懂。而刘雍发明的鼓谱，即使是幼儿园的孩子，也能在短期内掌握并熟悉。还有一个特点是写谱简单，用纸笔书写鼓谱时效率很高。后来刘雍根据非洲鼓的特点和需要，把这套鼓谱改动完善后，就形成了目前最简单、最直观、最容易掌握的非洲鼓鼓谱。为了方便介绍，我们把这套鼓谱称之为刘雍鼓谱。


中国人普遍对简谱比较熟悉，所以刘雍鼓谱表达时值的方式是借鉴了简谱，我们先来看看几种常见的时值表达方式：

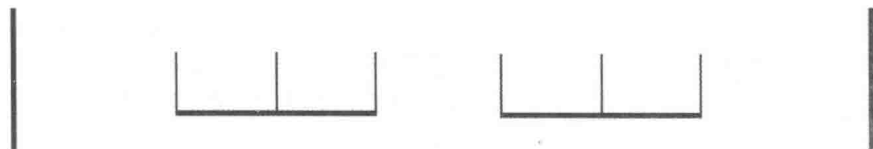
 八分音符的 $\frac{4}{4}$ 拍



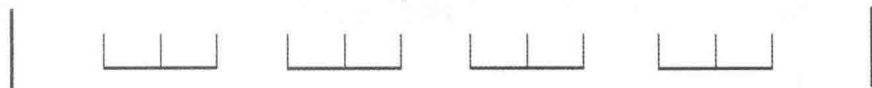
 十六分音符的 $\frac{4}{4}$ 拍



 八分音符 $\frac{6}{8}$ 拍



八分音符 $\frac{12}{8}$ 拍



这4种节拍就基本上够用了，这些节拍就相当于节奏的基本框架，我们把需要的音符放在这些框架相应的位置上，就是鼓谱了。

接下来，我们来认识一下各种音符和符号。

低音：● 低音的符号是黑色实心圆

中音：○ 中音的符号是空心圆圈

高音：△ 高音的符号是空心三角形

右手：R 表示用右手来打

左手：L 表示用左手来打

开始记号：↑

节奏不一定从第一拍开始打，这个符号放在哪里就从哪里开始。

三连音符号：

三连音符号在谱子中有可能涵盖一拍，有可能涵盖两拍，有可能涵盖四拍。

重复手顺符号：→

意思是后面的手顺和前面相同。

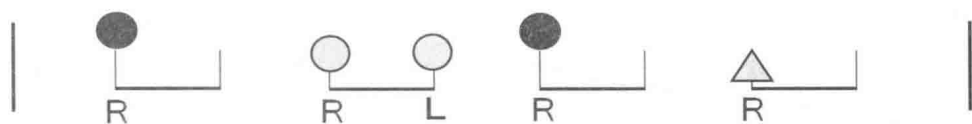
反复记号：



反复记号就是两个黑点，像一个大的冒号，只要出现反复记号就一定有一个开始和一个结束，它涵盖的中间的这些内容要重复演奏。有时会在右上角标注重复多少遍。

再来了解一下音符在谱子中的位置。我们在打鼓的时候，低音对我们来说是比较靠前、靠上的位置，所以我把低音在谱子中的位置也设计得靠上一些。相反，我们打鼓时中音和高音的位置相对靠后、靠下一些，所以中音和高音的位置在谱子中也靠下一些。

这样无论你是怎样的思维方式，都能快速的辨认高中低音。如下图所示：



一般情况下，每一个音符下面都会写一个字母，R 或者 L

R 指右手，L 指左手，下面标注哪只手我们就该用哪只手来打这个音符。^①

十六分音符的 $\frac{4}{4}$ 拍谱子



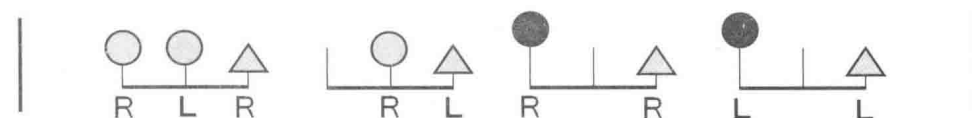
三拍的两种常用谱子：

$\frac{6}{8}$ 拍



$\frac{6}{8}$ 拍的谱子相对来说并不常用。

$\frac{12}{8}$ 拍



$\frac{12}{8}$ 拍的谱子相对来说更常用。

墩墩鼓由大中小 3 个组成，大的叫 dununba，中的叫 sangban，小的叫 kenkeni。

下面认识一下墩墩鼓的音符。

实音●：实音是鼓棒正常打在墩墩鼓皮上迅速弹起发出的音，实音是最常用的音。

^① 我是用右撇子的方式来标注的左右手打法，如果你是左撇子，请用相反的手。

止音●：止音的符号是在实音符号的基础上加一个斜杠，止音是鼓棒打在墩墩鼓皮上不弹起发出的音。

牛铃X：牛铃的符号就是一个叉。

墩墩谱如下图：





第二章 三个基本音

低音

低音的要点是手掌要平，整个手掌除了大指以外都要接触鼓面，力量基本是平均分布在手掌上的，大指要张开翘起来。手掌接触鼓面的时间越短越好，打下去以后要马上弹起来。13寸和13寸以上的鼓，低音的位置并不是在正中间，是正中间稍微偏自己这边一点，12寸和12寸以下的鼓，低音的位置是正中间。



中音

我在7年前制作过中音的教学视频，那时建议大家手腕要放低，只是所有的手指进入鼓面，这是中音的其中一种手法。而现在我对中音有了更新的理解，更好的中音是手掌要平，手腕不用放低，手指的根部要进入鼓面一些，也就是整个手掌再往里面伸一些，鼓面的边缘应该在手指根部和横掌纹之间，手掌应该进去鼓面多少，每个人都是不一样的，要根据自己的手的情况来慢慢摸索。手指是并拢不放松的，击打鼓面时，力量是平均分散在手掌上。这种手法中音和高音唯一的区别就是手指的放松与不放松，

其他都是一样的。所以这种手法在速度上也会有所提升，打出来的音质也更有穿透力。在练习这种手法时，一开始并没有什么效果，需要练习一年以后，音质才会有明显的提升。



高音

我在7年前制作过高音的教学视频，那时建议大家手掌和鼓皮之间是有角度的，手指靠惯性打在鼓皮上，这是高音的其中一种手法。现在我对高音有了更新的理解，更好的高音是手掌要平，手腕不用放低，手指的根部要进入鼓面一些，也就是整个手掌再往里面伸一些，鼓面的边缘应该在手指根部和横掌纹之间，手掌应该进去鼓面多少，每个人都是不一样的，要根据自己手的情况来慢慢摸索。手指是放松微微张开的，击打鼓面时力量是平均分散在手掌上。这种手法中音和高音唯一的区别就是手指的放松与不放松，其他都是一样的。所以这种手法在速度上也会有所提升，打出来的音质也更有穿透力。在练习这种手法时，一开始并没有什么效果，需要练习半年以后，音质才会有明显的提升。



给非洲鼓初学者的建议

DJEMBE（非洲手鼓）对中国人来说还是比较陌生的，想学习的人一般也不知道怎样开始学习。现在有越来越多手鼓老师办班开课教学生，但真正会打非洲鼓的老师却很少。非洲鼓和中国的相声有很多相似之处，都是有很深的文化在里面，都是需要用很多年刻苦练习基本功的。但很多老师就像很多相声演员一样，没有怎么接触过传统，没有怎么练过基本功就想干点什么了，接下来就是整个行业被搞垮。

有很多人认为刘雍反对打流行伴奏，这其实是对我的误解。我从来没有反对过打流行伴奏，我自己有时也玩伴奏。我反对的主要是两个方面的：

第一反对的是老师没有告诉学生自己教的不是非洲鼓而是流行伴奏。每个人想怎么打鼓是自由的，这是自己的事，但是不能随便拿来教别人，这样会误人子弟。学生一般不清楚后果的严重性，这个我早有体会，我的学生里进步最慢的就是以前打过一段时间流行伴奏的，有的人打伴奏打得很好，但就是很难再学会 DJEMBE 了，为什么？

肌肉记忆！肌肉记忆这件事太厉害了，我们生活中一些事情直接影响到我们的肌肉记忆，这个人的本能，所以不要小看平时怎么打鼓，哪怕就是玩儿一会儿，也直接影响到我们的肌肉记忆。其实基本功主要指的就是肌肉记忆，如果这个记忆总是错乱的话，会影响自己达到目标。一旦养成了错误的手法 and 习惯是非常难改正的，还不如零基础，通常需要两年以上的时间去改正手法和意识，比零基础的人要多用很长时间。

好比有一个会点花拳绣腿的人想要教别人少林功夫，你想学少林功夫，于是找到他。半年后你见到少林大师了，才意识到你的老师教的好像不是少林功夫，于是你不跟他学了，去少林寺找大师学真功夫，但是大师很可能不收你，为什么？因为你已经废了，已经走火入魔了。也许有好心的大师收你为徒，但他需要用更多的精力去先帮你把你以前的功夫忘掉，然后你用比别人多的精力和时间去练基本功。所以，教别人花拳绣腿的老师应该提前告诉学生我是什么门派的，我教的是什么，要么真的误人子弟。

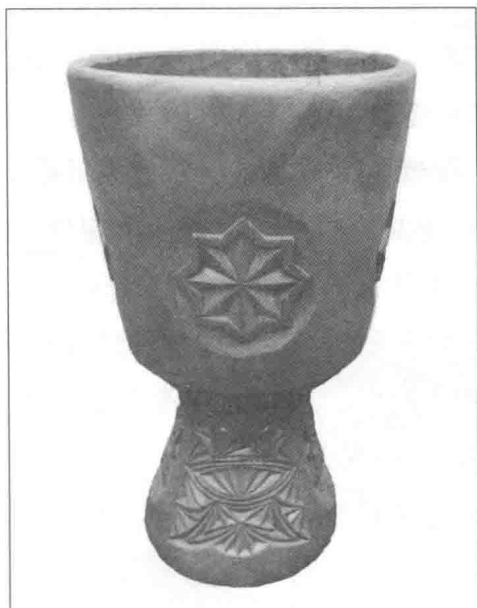
第二反对的是正在学习正统曼丁鼓乐的人也打流行。这样其实是在害自己，干嘛非得给自己下套，给自己安放绊脚石呢！学曼丁鼓乐的人要想玩儿流行，最起码要达到中高级的水平，再怎么玩儿流行手上也不会再受影响的水平，再去玩就没问题了。

我给初学者的建议是：如果你想学习正统的 DJEMBE，请你找真正懂 DJEMBE 的老师学习。如果你只是想学流行伴奏，以后也确定不再学习正统 DJEMBE，那么跟谁学习都一样，都能打得好听。

非洲手鼓的介绍

非洲手鼓的名字叫 DJEMBE (坚贝)。源自十三世纪由西非洲曼丁人建立的马利王朝。后来因为战乱，马利王朝被分成了几个国家，曼丁人也分散在了这几个国家里。地理位置涵盖了目前非洲的马里、几内亚、布吉纳法所、象牙海岸以及冈比亚。这几个国家的木材也非常适合用来制作坚贝鼓，尤其是马里和几内亚的林克木和巴拉风木。其他比较好的木头是加拉木、伊洛克木、哈利木、丁巴木、德古拉木等等。

坚贝鼓是一个掏空的树干上面蒙上一张羊皮制成，是徒手来演奏的。根据马里的巴马纳人所说，DJEMBE 字面上的翻译为“所有的人召集在一起”。还有一种说法 DJEMBE 是“木头和羊皮”的意思。



演奏坚贝鼓时，坚贝鼓应该斜放在地面，或者悬空背着，这样才能打出声音来，如果平放在地面声音是出不来的，坐着打鼓时鼓应该向自己的前方倾斜，然后用两腿夹住。

坚贝鼓有 3 个基本音，低音、高音、中音。一个鼓手的水平如何，首先听的就是他的音色。曼丁鼓乐是曼丁人用多只坚贝鼓和墩墩鼓来完成的一种交响形式的打击乐曲，一首曼丁鼓乐通常包括前奏、间奏、尾奏、Solo、至少两个手鼓节奏、至少三个墩墩节奏、唱歌和舞蹈。

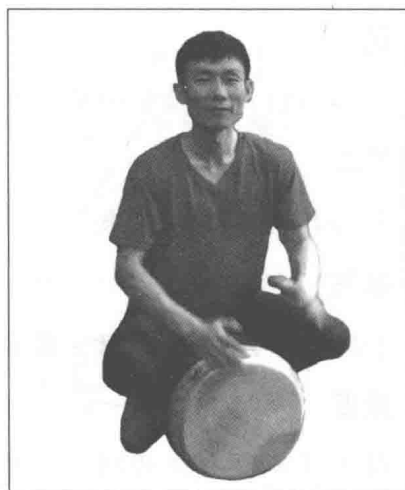
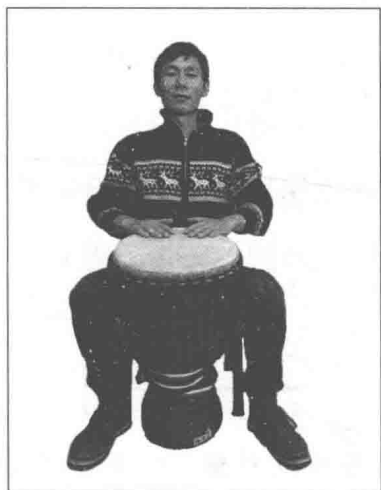
传统中，坚贝音乐出现在受洗、婚礼等等的节庆或仪式里，向来都是有唱歌有跳舞一起的，而且一般没有观众，因为参加典礼的人都多少以一些形式加入演出。西非音乐不是独立存在的形式，它是一种生活方式，通常和歌谣、舞蹈、村落活动融合在一起。这一点和我们熟知的西方音乐有很大的不同。

03



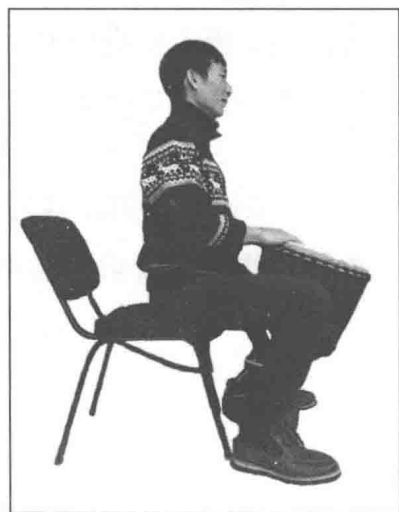
第三章 打鼓姿势

打鼓常见的姿势有三种，一是坐着打，二是背着打，三是把鼓放倒在地骑在鼓上打。



对初学者来说，先坐着打比较好。坐着打鼓时鼓怎样放呢？首先椅子的高度要合适，一般情况下，高度45厘米的椅子最合适。但也有特殊情况，如果你的个头不高，或者你的鼓比较矮，那么就需要稍微矮一点的椅子。坐在椅子上的时候你的屁股不能占满整个椅子，你要坐在椅子的前半部分，甚至要坐在前面的 $\frac{1}{3}$ 处就可以了。

坐好后，先把鼓平放在自己的前面，然后把鼓往自己裤裆的位置拉，拉到不能拉了为止，然后把鼓面向前推，使鼓倾斜，用两腿大腿至膝盖部位夹住鼓，然后把腰板挺直。这就是坐着打非洲鼓的基本姿势。也许你觉得看非洲人打鼓是很随意的，也没有坐得很直，为什么你要坐得直，要按照这些规矩来呢！因为这都是最基础的基本功，你需要先把基本功练习扎实，等以后你成为一个专业的鼓手，躺着打鼓都可以。



接下来就是更重要的，你要留意你的胳膊、手掌，以及上面每一个关节的放松程度、角度。我们先从手掌开始，你先把整个手掌平放在鼓面的中间，手掌的每一块地方都要接触到鼓面，这时候请留意你的手腕，手腕的角度不能向内撇，应该是直的，肘关节自然地撑开。接下来把你的大拇指张开翘起来，无论在打任何一个音的时候，我们的大拇指是不接触鼓皮和鼓的任何一个部位的，所以在打非洲手鼓时，大拇指一直是张开翘起来的。然后把你的左手也放在鼓面上，让你的左手和右手所有的部位都一样。现在就是非洲鼓的基本演奏姿势了。

需要注意的是以下几点：

第一

鼓面向前向后倾斜的角度很关键，太向前不容易打到，太向后手容易累。

第二

大拇指要张开翘起来。

第三

手腕关节不要向内撇，要直。

第四

肘关节不要夹在两肋处，要抬起来一些，如果你的手腕关节向外撇了，肘关节自然就抬起来了。

第五

腰板挺直。

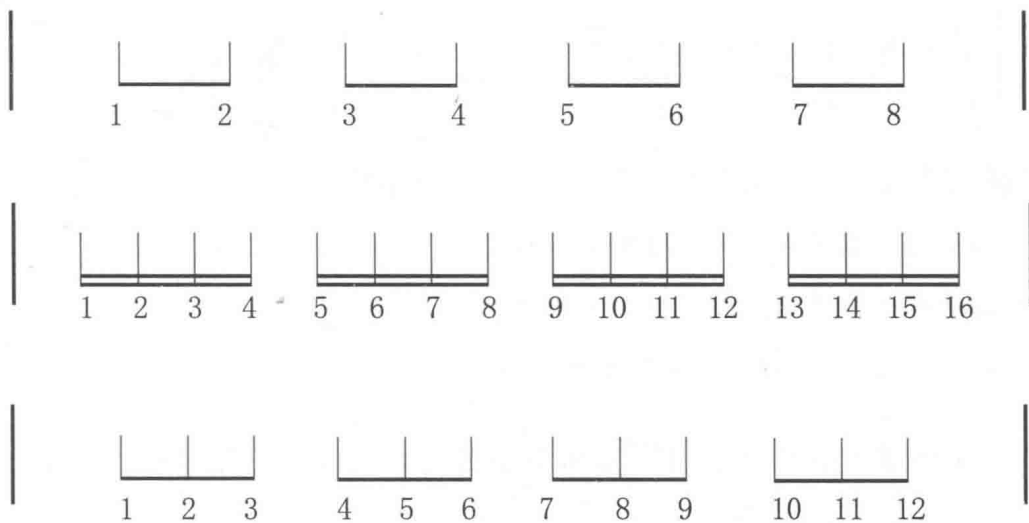
以上这几点在刚开始学鼓时是不容易做到的，练鼓的时候不能同时留意到这几项，你可能会觉得大拇指的侧面很疼，因为它会磕到鼓边。不过出现这些问题没有关系，几乎所有人一开始学鼓都是这样的，你坚持练习一段时间后，这些问题就解决了。



第四章 手順

手順的意思就是打鼓时的出手顺序。非洲鼓的手顺在中国常见的有三种：一种是西非传统手顺，是按照特定的规律计算出来的。第二种是多数人认为比较方便的手顺，虽然有些非洲大师反对用这种手顺，但这种手顺有它的方便之处，会感觉出手更合理。另一种是按照自己的习惯来安排的不同于前两者的手顺，这种手顺我不提倡使用，因为它一定是不合理的，对以后水平的提高会有影响。

西非传统手顺规则：



西非传统手顺规则计算方法其实很简单，前面这三种时直线是最常见的，每一根竖线下面都有相应的数字，所有奇数上面的音用右手来打，所有偶数上面的音用左手来打。也就是说如果竖线上面有一个音符，你只需要考虑这个音符所在的位置是奇数（单数）的位置还是偶数（双数）的位置就可以了。^①

^① 如果你是左撇子，可以考虑用相反的手顺。