

哈农

钢琴指法练习

HANON THE VIRTUOSO PIANIST FOR THE PIANO

钱仁康 译



SMPH
上海音乐出版社
WWW.SMPH.CN

SLAV
上海文艺音像电子出版社
WWW.SLAV.CN

哈农

钢琴指法练习

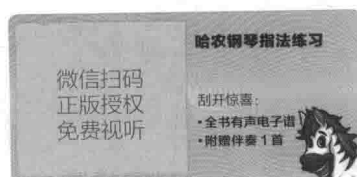
HANON THE VIRTUOSO PIANIST FOR THE PIANO

钱仁康 译

常州大学图书馆
藏书章

 **SMPH**
上海音乐出版社
WWW.SMPH.CN

 **SLAV**
上海文艺音像电子出版社
WWW.SLAV.CN



图书在版编目(CIP)数据

哈农钢琴指法练习(有声音乐图书版) / 钱仁康译序及说明词

—上海: 上海音乐出版社, 2017.8

ISBN 978-7-5523-1366-6

I. 哈… II. 钱… III. 钢琴—指法 IV. J624.16

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第104976号

哈农钢琴指法练习

钱仁康译序及说明词

出品人: 费维耀

责任编辑: 陶天 赵珺琳(助理编辑)

音像编辑: 陶天 赵珺琳(助理编辑)

封面设计: 翟晓峰

印务总监: 李霄云

出版: 上海世纪出版集团 上海市福建中路193号 200001

上海音乐出版社 上海市绍兴路7号 200020

网址: www.ewen.co

www.smph.cn

发行: 上海音乐出版社

印订: 上海中华印刷有限公司

开本: 890×1240 1/16 印张: 7.75 谱、文: 124面

2017年8月第1版 2017年8月第1次印刷

印数: 1—10,000册

ISBN 978-7-5523-1366-6/J·1263

定价: 33.00元

读者服务热线: (021) 64375066 印装质量热线: (021) 64310542

反盗版热线: (021) 64734302 (021) 64375066-241

郑重声明: 版权所有 翻印必究

编者的话

一 约定俗成的译名

《钢琴指法练习》的作者 Hanon，我国钢琴教师和学生惯常称他为“哈农”，其实 Hanon 的 H 是不发音的，正确的译名应该是“阿农”；正像前印度总理 Nehru 一样，我国报刊上惯常称他为“尼赫鲁”，其实 Nehru 的 h 也是不发音的，正确的译名应该是“尼鲁”。可是这两个错误的译名都已约定俗成，如果现在有人替他们正名为“阿农”和“尼鲁”，读者将茫然不知他们是何许人了。对于这种约定俗成的现象，先秦思想家荀子有一句话：“名无固宜，约之以命，约定俗成谓之宜，异于约则谓之不宜。”所以现在上海音乐出版社重新出版《钢琴指法练习》，只好遵从荀子的教导，依照社会共识来定名，仍旧将错就错，称“Hanon”为“哈农”。

二 哈农和他的钢琴练习曲

夏尔-路易·哈农(Charles-Louis Hanon)，1819年7月2日生于法国敦刻尔克附近的雷恩居尔，1900年3月19日卒于海上布伦城。哈农是19世纪法国著名的钢琴家和钢琴教育家。他长期从事钢琴教学，积累了丰富的教学经验，作有60首进阶练习曲，取名《琴艺渊薮》(Le Pianiste-Virtuose)，是一部切于实用、效果良好的钢琴练习曲，常被世界各国的钢琴教师作为供学生日常练习的教材，和车尔尼、克拉莫等人的练习曲同享盛誉。有人估计，《琴艺渊薮》经过将近100年的教学实践，将在21世纪继续发挥培育英才的作用。哈农还作有50首用于钢琴教学的乐曲，取名《钢琴基础教程》(Méthode élémentaire de piano)，也是一部有实用价值的钢琴教材。此外，他所编的《钢琴名作选粹》(Extraits des chefs-d'oeuvres des grands maîtres)，在音乐界享有很高的威望。

哈农所编流行最广的钢琴教材，就是《钢琴指法练习》。这本教材分60课，包括手指的基本练习和高级练习、音阶练习、琶音练习、重复音练习、颤音练习、手腕练习、断奏练习、三度音练习、八度音练习、震音练习等项目，目的是使左右手的五个手指平均发展，同样灵活有力，并使指触爽快灵敏，手腕松动自如。此书现已成为每个学生在日常练习中必须弹奏的钢琴教材。

钱仁康

序

现在钢琴的学习是这么普遍，优秀的钢琴家是这么多，因此平庸地演奏钢琴已成为不堪容忍的事；结果是，即使要想在非专业的听众之前演奏一首中等程度的曲子，也得先下八年或十年的苦功。

能花这么长的时间来从事学习钢琴的人是太少了！以下的情况是常有的：因缺乏充分的练习而演奏得粗糙而又错误；左手遇到较难的地方就弹不下去；第四和第五指几乎没有什么用处，由于缺乏专门的练习，这两个手指常较其他各指为软弱；学习者遇到含有八度进行、震音或颤音的乐句时就会感到困难和疲倦；结果是演奏得既不正确，又缺乏表情。

数年以来，编者试图把促使钢琴学生在较短的时期内完成技术训练的专门练习编成一集，藉以消除上述的现象。

要达到这个目的，必须解决如下的问题：如果每只手的五个手指平均发展，它们就能演奏一切为钢琴而写的作品，余下来的仅仅是指法上的困难，这是容易克服的。

这一问题的解决方案，可从 60 首《钢琴指法练习》中找到。

本书提供了使手指灵活有力、独立不倚和平均发展，以及使手腕松动自如所必需的练习。上述对于手指和手腕的要求，是学习正确的演奏技术所必不可少的；这些练习的另一目的，是使左手获得和右手同样的能力。这些练习是富于趣味而不会使学生感到厌倦的，它们不像大多数的五指练习那样，单调得只有大艺术家才有耐性和勇气去弹奏。

这些练习是以这样的方式写成的：只要看过几遍，就能以很快的速度弹奏出来，这样，它们就成为不必费研究功夫的卓越的手指练习。

如果高兴的话，所有这些练习可由若干演奏者在许多钢琴上同时弹奏，藉以引起竞争性，并使他们习惯于合奏。

本书中包含各种技术困难，这些困难是根据这样的原则而安排的：手指在前一练习中运用得疲倦以后，在下一练习中可以得到休息的机会。这样安排的结果，使一切技术困难不必特别费力或大感疲乏就能克服；经过这种练习以后，就会进步很快。

本书是供一切钢琴学生用的。每一学生经过一年的学习，就能顺利地弹完本书。进步较快的学生可以在很短的时间内熟习本书，那时他们不再感到手指和手腕的僵硬，这样就使他们能够克服技术上的最大困难。

没有充分时间练琴的钢琴家和教师，为了维持他们的演奏技术，只要把这些练习弹奏数小时，就能恢复手指的灵活性。花一小时的时间，可以把本书弹一遍，如能弹熟本书，并在若干时间内每天练习，困难就会像着了魔似的消失得无影无踪，随之而来的是指触的爽利、轻松、灵敏，这就是大演奏家成功的秘诀。

总之，编者向学习者提供本书，作为解决一切技术困难的钥匙。

因此，编者相信，向青年钢琴家、教师和学校领导者推荐本书——《钢琴指法练习》，乃是真正地为他们服务。

哈 农

目 录

编者的话	钱仁康
序	哈农
第一部分 使手指灵活、无拘束、坚强有力、 动作平稳、用力均匀的准备练习	
练习 1—5	4
练习 6—10	9
练习 11—15	14
练习 16—20	19
第二部分 为打好指法基础的高级练习	
练习 21—25	24
练习 26—31	34
练习 32—37 大拇指从他指下移过	45
练习 38 弹奏音阶的预备练习	50
练习 39 十二大调音阶和十二小调音阶	52
练习 40 半音阶	64
练习 41 大小二十四调中三和弦的琶音	67
练习 42 在减七和弦琶音进行中的手指伸张练习	71
练习 43 在属七和弦琶音进行中的手指伸张练习	72
第三部分 为克服技术上重大困难所必需的专门练习	
练习 44 三音一组的重复音	74
练习 45 二音一组的重复音, 分别运用五个手指	76
练习 46 颤音, 分别运用五个手指	78
练习 47 四音一组的重复音	81
练习 48 手腕练习·断奏的三度音	83
手腕练习·断奏的六度音	84
练习 49 两手第一、第四两指及第二、第五两指之间的伸张练习	85
练习 50 连贯的三度音	86
练习 51 平行八度音阶的预备练习	88
练习 52 常用各调的平行三度音阶	92
练习 53 大小二十四调的平行八度音阶	96
练习 54 平行三度音的四重颤音, 分别运用五个手指	101
练习 55 三重颤音	102
练习 56 用分裂八度弹奏的大小二十四调音阶	104
练习 57 大小二十四调八度进行的分解琶音	109
练习 58 持续的八度音·伴以断奏的音符	112
练习 59 平行六度音的四重颤音·两手第一、第四两指 及第二、第五两指并用	114
练习 60 震音	116

编者的话

一 约定俗成的译名

《钢琴指法练习》的作者 Hanon，我国钢琴教师和学生惯常称他为“哈农”，其实 Hanon 的 H 是不发音的，正确的译名应该是“阿农”；正像前印度总理 Nehru 一样，我国报刊上惯常称他为“尼赫鲁”，其实 Nehru 的 h 也是不发音的，正确的译名应该是“尼鲁”。可是这两个错误的译名都已约定俗成，如果现在有人替他们正名为“阿农”和“尼鲁”，读者将茫然不知他们是何许人了。对于这种约定俗成的现象，先秦思想家荀子有一句话：“名无固宜，约之以命，约定俗成谓之宜，异于约则谓之不宜。”所以现在上海音乐出版社重新出版《钢琴指法练习》，只好遵从荀子的教导，依照社会共识来定名，仍旧将错就错，称“Hanon”为“哈农”。

二 哈农和他的钢琴练习曲

夏尔-路易·哈农(Charles-Louis Hanon)，1819年7月2日生于法国敦刻尔克附近的雷恩居尔，1900年3月19日卒于海上布伦城。哈农是19世纪法国著名的钢琴家和钢琴教育家。他长期从事钢琴教学，积累了丰富的教学经验，作有60首进阶练习曲，取名《琴艺渊薮》(Le Pianiste-Virtuose)，是一部切于实用、效果良好的钢琴练习曲，常被世界各国的钢琴教师作为供学生日常练习的教材，和车尔尼、克拉莫等人的练习曲同享盛誉。有人估计，《琴艺渊薮》经过将近100年的教学实践，将在21世纪继续发挥培育英才的作用。哈农还作有50首用于钢琴教学的乐曲，取名《钢琴基础教程》(Méthode élémentaire de piano)，也是一部有实用价值的钢琴教材。此外，他所编的《钢琴名作选粹》(Extraits des chefs-d'oeuvres des grands maîtres)，在音乐界享有很高的威望。

哈农所编流行最广的钢琴教材，就是《钢琴指法练习》。这本教材分60课，包括手指的基本练习和高级练习、音阶练习、琶音练习、重复音练习、颤音练习、手腕练习、断奏练习、三度音练习、八度音练习、震音练习等项目，目的是使左右手的五个手指平均发展，同样灵活有力，并使指触爽快灵敏，手腕松动自如。此书现已成为每个学生在日常练习中必须弹奏的钢琴教材。

钱仁康

序

现在钢琴的学习是这么普遍，优秀的钢琴家是这么多，因此平庸地演奏钢琴已成为不堪容忍的事；结果是，即使要想在非专业的听众之前演奏一首中等程度的曲子，也得先下八年或十年的苦功。

能花这么长的时间来从事学习钢琴的人是太少了！以下的情况是常有的：因缺乏充分的练习而演奏得粗糙而又错误；左手遇到较难的地方就弹不下去；第四和第五指几乎没有什么用处，由于缺乏专门的练习，这两个手指常较其他各指为软弱；学习者遇到含有八度进行、震音或颤音的乐句时就会感到困难和疲倦；结果是演奏得既不正确，又缺乏表情。

数年以来，编者试图把促使钢琴学生在较短的时期内完成技术训练的专门练习编成一集，藉以消除上述的现象。

要达到这个目的，必须解决如下的问题：如果每只手的五个手指平均发展，它们就能演奏一切为钢琴而写的作品，余下来的仅仅是指法上的困难，这是容易克服的。

这一问题的解决方案，可从 60 首《钢琴指法练习》中找到。

本书提供了使手指灵活有力、独立不倚和平均发展，以及使手腕松动自如所必需的练习。上述对于手指和手腕的要求，是学习正确的演奏技术所必不可少的；这些练习的另一目的，是使左手获得和右手同样的能力。这些练习是富于趣味而不会使学生感到厌倦的，它们不像大多数的五指练习那样，单调得只有大艺术家才有耐性和勇气去弹奏。

这些练习是以这样的方式写成的：只要看过几遍，就能以很快的速度弹奏出来，这样，它们就成为不必费研究功夫的卓越的手指练习。

如果高兴的话，所有这些练习可由若干演奏者在许多钢琴上同时弹奏，藉以引起竞争性，并使他们习惯于合奏。

本书中包含各种技术困难，这些困难是根据这样的原则而安排的：手指在前一练习中运用得疲倦以后，在下一练习中可以得到休息的机会。这样安排的结果，使一切技术困难不必特别费力或大感疲乏就能克服；经过这种练习以后，就会进步很快。

本书是供一切钢琴学生用的。每一学生经过一年的学习，就能顺利地弹完本书。进步较快的学生可以在很短的时间内熟习本书，那时他们不再感到手指和手腕的僵硬，这样就使他们能够克服技术上的最大困难。

没有充分时间练琴的钢琴家和教师，为了维持他们的演奏技术，只要把这些练习弹奏数小时，就能恢复手指的灵活性。花一小时的时间，可以把本书弹一遍，如能弹熟本书，并在若干时间内每天练习，困难就会像着了魔似的消失得无影无踪，随之而来的是指触的爽利、轻松、灵敏，这就是大演奏家成功的秘诀。

总之，编者向学习者提供本书，作为解决一切技术困难的钥匙。

因此，编者相信，向青年钢琴家、教师和学校领导者推荐本书——《钢琴指法练习》，乃是真正地为他们服务。

哈 农

目 录

编者的话	钱仁康
序	哈农
第一部分 使手指灵活、无拘束、坚强有力、 动作平稳、用力均匀的准备练习	
练习 1—5	4
练习 6—10	9
练习 11—15	14
练习 16—20	19
第二部分 为打好指法基础的高级练习	
练习 21—25	24
练习 26—31	34
练习 32—37 大拇指从他指下移过	45
练习 38 弹奏音阶的预备练习	50
练习 39 十二大调音阶和十二小调音阶	52
练习 40 半音阶	64
练习 41 大小二十四调中三和弦的琶音	67
练习 42 在减七和弦琶音进行中的手指伸张练习	71
练习 43 在属七和弦琶音进行中的手指伸张练习	72
第三部分 为克服技术上重大困难所必需的专门练习	
练习 44 三音一组的重复音	74
练习 45 二音一组的重复音, 分别运用五个手指	76
练习 46 颤音, 分别运用五个手指	78
练习 47 四音一组的重复音	81
练习 48 手腕练习·断奏的三度音	83
手腕练习·断奏的六度音	84
练习 49 两手第一、第四两指及第二、第五两指之间的伸张练习	85
练习 50 连贯的三度音	86
练习 51 平行八度音阶的预备练习	88
练习 52 常用各调的平行三度音阶	92
练习 53 大小二十四调的平行八度音阶	96
练习 54 平行三度音的四重颤音, 分别运用五个手指	101
练习 55 三重颤音	102
练习 56 用分裂八度弹奏的大小二十四调音阶	104
练习 57 大小二十四调八度进行的分解琶音	109
练习 58 持续的八度音·伴以断奏的音符	112
练习 59 平行六度音的四重颤音·两手第一、第四两指 及第二、第五两指并用	114
练习 60 震音	116

第一部分

使手指灵活、无拘束、坚强有力、动作平稳、用力均匀的准备练习

左手第五、第四指上行及右手第五、第四指下行时，两指间张开的练习⁽¹⁾。

学习第一部分的二十个练习时，最初把节拍器调整为每分钟60次，逐渐把速度增加到每分钟108次；这就是每一练习开头的符号中两个数字的意思。

高高地并正确地抬起手指，每个音要弹得很清楚。

$\text{♩} = 60-108$

1

弹熟了练习 1，就可接着弹练习 2，不必停在这个音符上。

(1) 为简明起见，以后仅于每一练习的开头注明各该练习重点训练的手指数字，如练习2注明(3—4)，练习3注明(2—3—4)。

注意：在本书所有的练习中，左、右两手所弹奏的困难的手指进行是相同的；这样，左手就可以达到和右手同样的精练程度。而且，左手所弹奏的困难的上行进行，原封不动地搬到右手下行中去；这种新的练习方法使两手完全平均发展。

(3—4)弹熟这一练习后，再弹前一练习，并把两者连续不断地合弹四次；以后的练习也照这样弹法，这对于手指大有裨益。

(1)

The exercise is a piano study in 2/4 time, consisting of five systems of two staves each. It is marked with a large '2' on the left. Fingerings are indicated by numbers 1-5 above or below notes. The exercise involves ascending and descending scales and arpeggios for both hands. The first system includes a large '2' and fingerings like 1 2 5 4 3 4 3 2 in the right hand and 5 3 1 2 3 2 3 4 in the left. Subsequent systems show various patterns of eighth and sixteenth notes, with fingerings such as 1 2 5, 1 2, 5 3, and 1 3 5. The exercise concludes with a double bar line and a repeat sign.

(1) 第四及第五指生来比较软弱，注意这一练习与下面直到练习31为止的各练习，是想把它们练习到与第二、第三指一样地坚强和灵活。

(2—3—4) 弹奏练习3以前, 先把以前两个练习继续不断地弹一次或二次。练习3弹熟后, 接弹练习4, 再弹练习5, 这些练习都弹熟后, 至少要把它们连续不断地弹四次, 停在第6页最后的音符, 中间不要断。本书所有的练习都要照这样弹法, 当弹奏第一部分的各练习时, 只要在第5, 8, 11, 14, 17, 20, 及23页的最后的音符上作停顿。

3

The musical score for Exercise 3 is presented in five systems. Each system contains a treble staff and a bass staff. The time signature is 2/4. The piece begins with a treble staff melody and a bass staff accompaniment. The first system is marked with a large '3'. Fingerings are indicated by numbers 1-5 above or below notes. The piece ends with a double bar line and a repeat sign.

(3—4—5) 第三、第四及第五各指的特殊练习。

4

The exercise is written in 2/4 time and consists of five systems of two staves each. The first system is marked with a large '4' on the left. Fingerings are indicated by numbers 1-5 above or below notes. The exercise concludes with a repeat sign and a final whole note chord.

(1—2—3—4—5) 在这里再重复地说一遍：手指必须高高地并正确地抬起，直到本书弹奏熟练为止。

5

The musical exercise consists of five systems of grand staves in 2/4 time. The first system is marked with a large '5' on the left. Fingerings are indicated by numbers 1 through 5 above or below the notes. The exercise is a continuous scale-like pattern, with the first system showing the initial sequence of notes and fingerings. The subsequent systems continue the pattern, with fingerings changing as the scale progresses. The piece ends with a double bar line and a repeat sign.

(5) 为了使弹奏本书者获得所期望的良好效果起见, 已练过的练习每天至少要复习一次。

6

The musical score is a piano exercise consisting of five systems, each with a treble and bass staff. The time signature is 2/4. The exercise is characterized by a steady eighth-note flow in both hands. Fingerings are meticulously marked: the right hand typically starts with '1' and the left with '5'. The first system includes specific fingering sequences like '1 5 4 5 3 5 2 5' and '5 1 2 1 3 1 4 1' written above and below the notes. The piece concludes with a double bar line and a repeat sign.

(3—4—5) 对第三、第四及第五各指最重要的练习。

7

The exercise is written for the right hand in a single system of six systems, each containing a treble and bass staff. The key signature has one sharp (F#) and the time signature is 2/4. The exercise focuses on finger control for the 3rd, 4th, and 5th fingers. Fingerings are indicated by numbers 1-5 above or below notes. The first system is marked with a large '7'. The piece concludes with a double bar line and repeat dots.

(1—2—3—4—5) 对所有的五指都很重要的练习。

8

The exercise consists of six systems of two staves each, totaling 12 staves. The first system is marked with a large '8'. The exercises include ascending and descending scales, arpeggios, and patterns with specific fingerings indicated by numbers 1-5. The final system ends with a double bar line and repeat dots.