

中央音乐学院、中国音乐学院、中国音乐家协会等
二胡考级通用教材

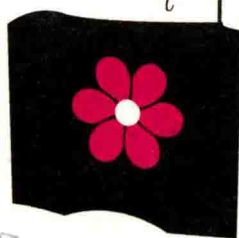
二胡

全国 考级进阶教程

Graded Courses for
National Erhu Examinations

下册

刘长福◎编



 **SMPH**
上海音乐出版社
WWW.SMPH.CN

中央音乐学院、中国音乐学院、中国音乐家协会等

二胡考级通用教材

二胡

全国 考级进阶教程

*Graded Courses for
National Erhu Examinations*

下册

刘长福◎编

 **SMPH**
上海音乐出版社
WWW.SMPH.CN

图书在版编目 (CIP) 数据

全国二胡考级进阶教程 (下册) / 刘长福编 - 上海: 上海音乐出版社, 2018.1

ISBN 978-7-5523-1378-9

I. 全… II. 刘… III. 二胡 - 奏法 - 水平考试 - 教材 IV. J632.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 145978 号

书 名: 全国二胡考级进阶教程 (下册)

编 者: 刘长福

出 品 人: 费维耀

责任编辑: 龚 蓓 陈 盼 (助理编辑)

封面设计: 五行设计

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 上海市打浦路 443 号荣科大厦 200023

网址: www.ewen.co

www.smph.cn

发行: 上海音乐出版社

印订: 上海新开宝商务印刷有限公司

开本: 890×1240 1/16 印张: 17.25 谱、文: 276 面

2018 年 1 月第 1 版 2018 年 1 月第 1 次印刷

印数: 1 - 3,000 册

ISBN 978-7-5523-1378-9/J · 1274

定价: 50.00 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

前 言

二胡是我国人民最为喜爱的民族乐器之一。几百年来，它都是在戏曲、曲艺和歌舞等表演艺术中以伴奏乐器的形式而存在。直到上个世纪二十年代，伟大的民族音乐家刘天华先生率先创作了十首著名的二胡独奏曲（俗称“十大名曲”）和四十七首练习曲，并将二胡纳入了高等院校的音乐课堂，使这件“地本庸微，不足以登大雅之堂”（刘天华语）的胡琴一跃成为了音乐会上颇受欢迎的民族拉弦乐器。近百年来，二胡经历了“初创”“兴盛”到“繁荣”几个重要的发展阶段，其演奏技巧已日臻成熟，音乐表现的深度和广度也已获得极大地拓展，并更为广大群众所喜闻乐见。

几十年来，我国的音乐考级活动已经成为人们艺术生活中不可或缺的重要内容。考级活动不但为专业的音乐院校输送了大批优秀的人才，也相应地提高了广大青少年的音乐水准，同时对国民素质的提升也起到了积极的作用。目前，全国的二胡考级活动是依照教材内容的差异和分级的区别而分别进行着。为了使考生更扎实地掌握全面的演奏基本功，并拥有内容更加丰富的演奏教材，我们编选了这套《全国二胡考级进阶教程》（上册、下册），目的是使学习者在打好演奏基本功的前提下能够适应不同单位的考级要求。为了方便演奏者在参加不同单位主办的考级活动时能够选择到适合的内容，同时也为了使学习者掌握更加全面的演奏技巧和更丰富的内容，本套教程不设具体的级差，演奏者可根据自己所掌握的演奏内容报考相应的考级级别。

这套进阶式的考级教程由上、下两个分册组成，其中每个分册都包含了“文字”“练习曲”和“乐曲”三个部分。上册的文字部分集中讲解和阐释了各种基础弓法技巧和指法技巧的基本演奏方法，这也是为演奏者掌握二胡的基础演奏技巧所编写的重要内容；下册的文字部分主要是对正确的坐姿、放松与用力、音准的把握、技术难点与解决方法等演奏要领方面进行的分析和阐释，目的是帮助演奏者更明确和更生动地进行演奏。与此同时，大部分练习曲和乐曲之后在演奏技巧等方面都有简单的演奏提示说明，以帮助演奏者更好地掌握这些曲目内容和演奏技巧。本教程基本包含了各种考级所需的内容即练习曲和乐曲，同时也兼顾了较为全面的技术和技巧的训练内容，使学习者能够适应不同单位的考级，同时也能够基本掌握“专业”二胡的演奏和教学思路。

客观地说，业余的二胡演奏者一般较难具备系统训练的条件，而编选这套教程目的正是帮助他们更为全面地学习与掌握二胡的演奏技巧。希望这套教程能够为二胡学习者在考级活动中发挥积极的作用，同时也能够成为二胡教师们的教学参考教材。

刘长福

2016.10

目 录

前 言	刘长福
-----------	-----

第一部分 二胡基本演奏要领

1. 坐姿与自然协调的演奏动作	(3)
2. 关于一把好二胡的断想	(4)
3. 谈谈“急功近利”	(5)
4. 放松与用力	(6)
5. 关于音准	(7)
6. 演奏中主要技术障碍及其解决	(7)

第二部分 练习曲

1. 两手配合练习	刘长福曲 (11)
2. 琶音综合练习	赵砚臣编曲 (12)
3. 两手配合练习	王国潼曲 (13)
4. 综合练习	唐 峰曲 (14)
5. 分解和弦换把练习	王永德曲 (15)
6. 五声音阶快速练习	刘长福曲 (16)
7. 四度音程指距练习	王宜勤曲 (17)
8. 常用调转换练习	刘长福曲 (18)
9. 半音音阶练习	王国潼曲 (19)
10. 垫指滑音练习	周 皓、赵砚臣编曲 (19)
11. 八度换把练习	杨光熊曲 (20)
12. 综合练习	赵砚臣曲 (21)
13. 长弓练习	闵惠芬曲 (22)
14. D 大调练习	[法] 克莱采尔曲 (25)
15. 换弦与指距练习	王国潼曲 (26)
16. 快速换指练习	刘长福曲 (27)
17. 三连音换弦练习	赵砚臣曲 (28)
18. 运用保留指的换弦练习	[法] 克莱采尔曲 李双彦改编 (30)

19. 换弦练习	杨光熊曲 (31)
20. 恰尔达什	[意] 蒙蒂曲 (32)
21. 快弓练习	金伟曲 (33)
22. 快速换把与跳把练习	赵寒阳曲 (35)
23. 四度音程快速分弓练习	程秀荣曲 (36)
24. 快速正反弓向练习	孙奉中曲 (38)
25. 快弓与跳把练习	刘长福曲 (39)
26. $\flat E$ 调快弓练习	张泽伦曲 (40)
27. 跳弓与快速换把练习	刘长福曲 (41)
28. 快弓与转调练习	刘长福曲 (42)
29. 八度换把练习	杨光熊曲 (44)
30. 纯八度练习	赵寒阳曲 (45)
31. 混合弓法练习	刘长福曲 (47)
32. D 大调综合练习	宋国生曲 (48)
33. 固定唱名记谱转调练习	周耀昆曲 (50)
34. 五声音阶练习	赵砚臣曲 (51)
35. 各调琶音练习	王国潼曲 (53)
36. 小二度音程模进练习	赵寒阳曲 (55)
37. 自然跳弓练习	刘长福曲 (56)
38. 琶音综合练习	赵砚臣编曲 (57)
39. 五声音阶快速换把练习	王国潼曲 (58)
40. 快速大跳练习	刘长福曲 (59)
41. 快速分弓练习	金伟曲 (60)
42. 《开塞》练习曲 (作品 29)	赵寒阳移植 (61)
43. 轻快的练习	苏汉兴曲 (62)
44. 五声音阶模进与转调练习	刘长福曲 (64)
45. 八度练习	果俊明曲 (66)
46. 增二度音程练习	赵寒阳曲 (67)
47. 八度及换弦综合练习	田再励曲 (69)
48. 非传统指距及八度音程练习	张尊连曲 (71)
49. 大跳与变化音练习	金伟曲 (72)
50. a 小调协奏曲 (第一乐章)	[德] 巴赫曲 刘长福移植、订谱 (73)
51. 综合练习	孙奉中曲 (76)
52. 综合练习	刘长福曲 (78)
53. 自然音程大跳练习	赵寒阳曲 (80)

54. 转调与综合练习 刘长福曲 (82)
55. 音乐会练习曲 周耀铨曲 (84)
56. 无穷动 (D 调片段) [意] 帕格尼尼曲 严洁敏移植 (87)
57. 野蜂飞舞 [俄] 里姆斯基-科萨科夫曲 佚名移植 (88)

第三部分 乐曲

1. 二泉映月 华彦钧传谱 杨荫浏记谱 储师竹、黎松涛订指法 (93)
2. 红军哥哥回来了 张长城、原野曲 (96)
3. 椰岛风情 陈军曲 (99)
4. 战马奔腾 陈耀星曲 (103)
5. 寒春风曲 华彦钧传谱 曹安和记谱 储师竹订指法 (108)
6. 火——彩衣姑娘 刘文金曲 (111)
7. 影调 李秀琪、刘钧编曲 (114)
8. 秦风 金伟曲 (117)
9. 皮影调 赵砚臣编曲 (120)
10. 兰花花叙事曲 关铭曲 (123)
11. 新婚别 张晓峰、朱晓谷曲 闵惠芬订弓指法 (130)
12. 长城随想 刘文金曲 (138)
13. 天山风情 王建民曲 (153)
14. 阳光照耀着塔什库尔干 陈钢编曲 刘天华移植 刘长福改编 (159)
15. 随想曲第一号——思乡 高韶青曲 (167)
16. 江河云梦 梁云江曲 (172)
17. 如来藏——袍修罗兰 刘文金曲 (179)
18. 红梅随想曲 吴厚元曲 (183)
19. 第一二胡狂想曲 王建民曲 邓建栋订弓指法 (192)
20. 流浪者之歌 [西] 萨拉萨蒂曲 佚名移植 (200)
21. 第一二胡协奏曲 关乃忠曲 (204)
22. 第二二胡狂想曲 王建民曲 邓建栋订弓指法 (217)
23. 第二二胡协奏曲——追梦京华 关乃忠曲 (224)
24. 雪山魂塑 刘文金曲 (237)
25. 第三二胡狂想曲 王建民曲 邓建栋订弓指法 (243)
26. “卡门”主题幻想曲
..... [法] 比才曲 [西] 萨拉萨蒂改编 高韶青移植 赵寒阳订谱 (249)
27. 引子与回旋随想曲 [法] 圣-桑曲 于川移植 (259)

第一部分
二胡基本演奏要领

1. 坐姿与自然协调的演奏动作

目前二胡演奏者的坐姿除传统的“架腿式”之外，大都采用“平腿式”的坐姿进行演奏，这是因为“平腿式”的坐姿更便于全身动作的松弛协调和灵活自如。一个演奏者除了要有自然松弛的坐姿之外，更要有良好的演奏习惯，即美观大方的演奏姿势和优美协调的演奏动作。但不幸的是，我们经常还是在许多场合（无论是舞台上的正式演出还是平时的练习当中）看到这样的情景：忘情的二胡演奏者全然不顾演奏的实际效果和观众感受，他们有的由于用左脚尖支地而造成腿的抖动和身体的紧张，有的摇头晃身前仰后合或左右摆动，有的拼命用脚打拍子；更有甚者，或端肩驼背、或夹肘歪头，所谓“千姿百态”。这当中既有少年儿童也有年长者，既有业余爱好者也有专业音乐院校的学生和文艺团体的二胡演奏人员。有一件事尤其使我难忘：前些年在一个全国性的民族器乐大赛上，一个青年女选手在舞台上演奏时竟然将左脚的鞋根（她穿的是高跟鞋）挂在了连接椅子腿的横棍上！当时弄得评委们面面相觑、哭笑不得……应该说造成上述不自然坐姿和不协调演奏动作的原因是多方面的，但无论如何教师的责任不可推卸。从根本上来说，以上种种不正常的演奏姿势和形象都是由于演奏者在学习和舞台实践的过程中长期形成了不良的演奏习惯。要想获得好的演奏效果必需要掌握协调美观的演奏姿势和良好的演奏习惯，这在初学二胡时就应在教师的正确指导下逐渐确立，其中包括自然大方的坐姿、松弛协调的演奏方法和优美的演奏动作。

为了让广大二胡演奏者尤其是初学的小朋友们更加明确了解拉二胡时优美大方的演奏姿势，以及松弛自然的演奏动作，下面谈谈我的看法。

（1）“架腿式”“平腿式”与坐具的选择

传统的二胡演奏是作为戏曲和曲艺的音乐伴奏或以民间的重奏及合奏的形式出现的（更多地是为戏曲和曲艺伴奏），由于演奏中不需要频繁的快速换把，也很少有激烈、大幅度的力度及速度的变化，同时也为了在腿上置琴的感觉更加稳定（过去的二胡下面没有琴托），此时多采用“架腿式”（左腿架在右腿上面）的坐姿。这种坐姿有时也可配合靠着椅背的方式进行演奏，它的优点是身体的感觉和置琴的状态较为稳定；但由于琴的位置太高，在演奏时两手和左右双臂也随之抬高，有“高高架起”的感觉，因此在用力的分寸、力度及速度的变化乃至动作的灵敏性等方面就显得不那么通畅和自然。同时作为二胡独奏节目，“架腿式”的姿势也容易给人“高高在上”的感觉，不便于和观众做情绪上的自然交流。

随着表现人们现代生活情趣的乐曲不断的涌现和二胡演奏技巧的不断发展，松弛大方的“平腿式”坐姿逐渐为大多数演奏者所选择。这种坐姿能适应演奏中频繁、大幅度的速度、力度变化以及快速的上下换把等纷繁复杂的演奏技巧的发挥，使演奏者感到用力通畅、动作自如。同时由于增加了琴托，使乐器在腿上的置放也较为稳定；演奏者在舞台上的演奏形象也显得更加舒展大方，无形中也拉近了与观众的距离。然而，不少的演奏者虽然采用了“平腿式”的坐姿，但拉琴时左脚根仍然翘起而且越翻越高，这到底是什么原因呢？我想这除了坐具不合适（椅子或凳子过高）之外，琴托太滑也是一个因素。此外，置琴的位置不稳定（应将琴筒放在左大腿根部紧贴小腹处）、演奏时力量的传导不通畅（身体不放松，力量憋在身上下不来）等也是导致左脚根翘起的各种因素。为此，我们若想拥有松弛的坐姿和自然通畅的演奏状态，首先要选择合适的坐具，一般以坐正后大腿能够平放的坐具为适宜。坐具太高琴身不易稳定，坐具太低则肢体不易舒展。一些小学生在初学二胡时，由于个子不够高、坐具的选择也不合适，往往习惯于将左脚根抬起（脚尖支地）以适应乐器在腿上的平稳感觉。须知这样的坐姿不但不能使演奏状态稳定和松弛，反易导

致他们演奏时全身的紧张及演奏机制的不平衡。因此，在学生初学的阶段，教师一定要帮助他们选择好合适的坐具以使其在演奏之初就具备了自然顺畅的身体状态；琴托太滑有时也是演奏中妨碍左腿状态稳定的重要因素，遇此情况时要用胶布、海绵或表面较涩、阻力较大的胶皮贴在琴托的表面以增强乐器在腿上的附着力和稳定感；此外，乐器在腿上置放的位置一定要稳定而舒适，只有这样演奏动作和用力的感觉才会顺畅自如。总之，在演奏中左脚根翘起的问题是多种因素造成的，我们只有耐心和细致地分析研究并因人而异地具体解决才会在教学和学习的过程中起到实际的、行之有效的作用。

（2）正确的演奏姿势

松弛、协调、自然、舒展是大家共同追求的理想演奏状态。在实际演奏中每个人的姿势不尽相同，有时在一首乐曲中随着音乐情绪的不同，演奏者的姿势也充满了变化。因此可以说：在二胡演奏中没有所谓绝对正确的姿势，在实际演奏过程中姿势应因人而异、依情绪的需要而变化。但无论怎样变化，只要做到了松弛、协调、自然、舒展并与音乐的情绪融洽统一就是好的、正确的姿势。我们这里所说的“正确姿势”是指在初学二胡时，演奏者应以稳定的静态姿势为主，按照松弛、协调、自然和舒展的原则，在教师的正确指导下做到两腿平放、两脚自然着地（左脚稍前、右脚稍后像“稍息”的姿势），持弓与持琴方法松弛自然，身体状态协调大方等基本要领。在实际演奏中我们还可以就演奏者拉琴时的自我感觉、观众（或教师及其他懂得音乐的人）的感受以及实际的演奏效果三个方面为标准来检验每个演奏者演奏姿势的状况：当演奏者感觉自己的状态自然协调，观众（教师和其他人）也觉得他的姿势松弛大方，同时演奏的效果（声音和音乐效果）也很好时，他的演奏姿势就可以说是好的。以上三个方面相辅相成、缺一不可。如果演奏者自我感觉良好而别人觉得他不自然或演奏效果并不好，或有时别人认为还不错而他自己感觉不够放松协调甚至觉得效果一般时，都不应算做理想的演奏姿势。

总之，二胡演奏的姿势既是演奏效果的必要前提又是演奏者舞台形象和表现不同音乐情绪的重要环节。理想的演奏姿势既能体现松弛、协调、自然、舒展的演奏状态，又能够密切配合音乐情绪的细微变化。让我们更加重视二胡演奏的基本姿势，为涌现出更多方法科学规范、姿势优美大方的青少年二胡演奏家而共同努力。

2. 关于一把好二胡的断想

凡是拉了几年二胡或从事专业二胡演奏的人都希望自己能有一把甚至几把得心应手的好琴，因为好琴的声音比一般的琴更加优美动听。一把好琴会令人爱不释手，它不但能使演奏锦上添花，而且还能够作为工艺品供人们欣赏和收藏。那么好琴的标准是什么呢？就二胡而言我想不外乎这么几个方面：（1）优美的音色（亮而不噪、柔而不虚）。（2）较大的音量（响而不空）。（3）较好的木质和做工（无论紫檀、乌木或红木，其木质均匀细密、纹路顺畅，各部件严丝合缝、工艺较为细腻）。（4）整体造型美观大方（乐器各部件比例协调）。（5）手感好（发音敏锐而且容易控制），等等。总之，声音好听、材料好、做工细、外型好看、发音敏锐又好控制是大家普遍追求的好琴标准。其实一把好琴还不止这些方面，细讲究起来里面的学问也大着呢！比如琴皮：薄了不行、厚了不行，蒙得过松过紧、张力不均匀也不行，鳞纹（皮子表面的小方格）大了不行、小了不行，不均匀也不行；再如琴轴：机械轴（铜轴）要松动滑润而不跑弦，木轴要里外（大小）口合适而拧起来不涩。更为重要的是：一把新琴无论其原料（木质和琴皮等）多么好、做工多么细腻，还只是这把琴的基本条件。更重要的在于如何将其调试成声音优美、发音敏锐并容易控制且音色符合演奏者的特定需要等等，这其中的关键又在于对琴码、制音垫和千斤等部件的选择与调试上。

许多著名的二胡演奏家所使用的乐器是相同师傅或厂家制作的,乐器的型制(六角形或前八角后圆形)也相同,但却可以发出各具特色的音响。这其中除了一般因素(琴码的形状及材料、制琴用的木料及其纹路、琴皮及其纹路不同等)之外,个人在音色趣味(对于音色的独特爱好)方面的选择更是决定性的因素。为什么有时我们一听到二胡的声音便马上会辨别出是谁演奏的?这是因为一个演奏者一旦形成或确立了自己的音色趣味,那么无论在演奏生涯中更换了多少把琴,他(她)都会按照自己喜欢和追求的音色去精心地调试,这就是我们有时一听就会想到是谁在拉琴的缘故。当然,一个演奏者声音个性的确立除了乐器的音素外主要还取决于他(她)的演奏方法、技巧手段、文化基础、艺术修养以及艺术趣味等多个方面(另拟文详述),这篇文章里就不一一赘述了。

二胡在我国的流传追溯起来已有一千多年的历史了,但真正有制琴方面的文献记载资料却如凤毛麟角。尽管如此,我国的制琴技术还是经过民间的制琴作坊和制琴艺人们一代又一代的继承而发展起来。在我的印象里上海和北京制作的二胡在新中国刚成立时就比较流行了,后来苏州等地的二胡制作技术也赶了上来,再后来天津、武汉、扬州、沈阳等许多乐器厂也开始了二胡的制作工艺,为此各地也涌现了不少著名的二胡制作师。如今,不但制作二胡的厂家越来越多,而且技术也越来越精、质量越来越好,并初步形成了不同体制(国营、集体和个体)、多种形式的二胡制作规模。技师们互相学习、取长补短,共同为我国的二胡制造事业贡献自己的力量。

我从事二胡演奏和教学工作已四十多年了,作为二胡的使用者我首先要感谢制琴的师傅们为我国民族器乐的制作、改革和发展以及为二胡事业做出的贡献,并衷心的希望与他们携起手来共同为未来中国二胡事业的蓬勃发展而努力。我曾使用过许多把北京不同制琴师做的二胡,在这些师傅中既有年长的经验丰富并具较高知名度的如满瑞兴、董恒茂师傅,也有以王铁树师傅为代表的一批中青年后起之秀。他们做的琴一般质量都比较高,都可以作为优质二胡面向广大专业的二胡演奏者。当然我前面已经讲过:不经过精心调试的琴只能作为工艺品放在那里展览,却还不能算做真正在舞台上发出优美的音响并使观(听)众为之陶醉的好琴。人与琴的关系就如同人与大自然的关系一样,你越是珍惜它、爱护它就越可以得到好的回报和奉献。如果你一味的只管使用它而不加以保养和精心的调试,那么说不定在什么时候和什么场合你就会遭到它严厉的报复,甚至会破坏你整个演奏。一把好琴就如同训练有素的战马和百发百中的好枪一样,是每一个二胡演奏者得心应手的武器和伙伴,有了它我们的演奏将更具魅力、更加动人,但是我们必须爱护它、善待它。

现在学二胡的孩子们多半只会拉琴(有的甚至拉了好几年还不会定音),很少有会对琴弓或乐器做小的修理或调整。不像我们小的时候弓毛脏了要自己清洗梳理(当然要在老师的指导下),有时为了拉琴时有更好的控制甚至还要自己调整弓杆的弯曲度;此外,自己制做和修理琴码以及选择制音垫等都是我们必须掌握的基本技能。只有自己学会了调试、调整和保养乐器,我们手中的二胡才会发出更加优美的、符合我们需要的音响。古人所说的“工欲善其事,必先利其器”就是这个道理,让我们为拥有更加优美动听音质的二胡而共同努力吧!

3. 谈谈“急功近利”

当今在许多领域和行业都能看得到急功近利的现象。那么究竟什么是“急功近利”?人们又是怎样对待它的呢?词典上说“急功近利”是贪图眼前的成效和利益。为此我们也可以理解为:它是不顾长远的成效和利益的行为。这方面的历史教训应该引起我们的警惕,我这样讲绝不是危言耸听:当年我们国家的

“大跃进”不就是典型的“急功近利”的行为吗？！而后的那些破坏生态平衡、对于森林资源的乱砍滥伐，那些只贪图眼前利益而不顾环境污染后果、肆无忌惮地向江河湖海大排污水的工矿企业的违法行为不也是典型急功近利的体现吗？！那些垮掉的“豆腐渣”桥梁和大楼不也是急功近利的作品吗？！不仅如此，在其他领域和行业里也能举出许许多多急功近利的例子来，在学习音乐方面也是如此。一些家长、老师，甚至学习音乐的学生，对于音乐“陶冶情操和开发智力”的功能不屑一顾，他们抛开音乐的自身规律，单从主观的愿望出发，只把学习和从事音乐的活动当作短期的行为或获取名利的手段。一些教师不是踏踏实实、按部就班地针对每一个学生定出教学计划，而是“骑驴看唱本——走着瞧”，在教学中不管学生的情况如何，什么曲子新教什么、什么曲子有效果教什么。有的干脆为了应付考试和比赛，不管学生在演奏方法、学习方法或音乐上存在什么具体问题，一律布置一样的曲子。这样做的结果就是掩盖了矛盾，许多该解决的问题没有得到解决，致使学生在演奏中力不从心、各种问题积累了一大堆。等到工作以后想解决问题时为时已晚，不但影响了工作，而且葬送了学生的艺术前途，此类事例举不胜举。

综上所述，在教师的教学和学生的学习中一定要遵照客观的规律，循序渐进地进行。俗话说：一锹挖不出井来，只要我们讲究科学的学习方法、按照规律进行教学工作，一定会“事半功倍”地取得好成绩。

4. 放松与用力

“放松”与“用力”几乎是二胡教师和二胡演奏者们常谈的话题，这足以说明了它们的重要性。那么，什么是“放松”？什么是“用力”？这两者之间又有什么关系呢？乍看起来这些问题似乎很好回答，但实际上它们在二胡演奏中与发音、音准等问题一样，是最难解决的。在现实演奏中，人们很容易把这两个问题对立起来，认为“放松”就不能用力或少用力，“用力”就不能做到真正的放松，诸如此类。其实，这是把放松和用力对立了起来。在音乐会中经常可以看到一些演奏者全神贯注、满头大汗地拼命用力演奏，结果是全身紧张、噪音不断，演奏效果极其糟糕。还有一些人在演奏时用不上力，全身松懈、发音虚浮、毫无感染力可言……这些演奏者的问题到底出在哪？我们知道，世间任何事情都是相对的，比如大和小、黑和白、冷和热、快和慢、松和紧等等。二胡演奏中的放松和用力也是相对的，无论是放松还是用力都要有个底线和尺度。过分“放松”就是松懈，过分“用力”就是僵持，这是个极其复杂的问题。拉二胡就好像以上肢为主的劳动或做事情，要以具体的内容为依据。原则上说，慢速和较抒情的旋律需要以相对松弛的演奏状态和不太大的力度进行演奏，快速和富有激情的旋律则要求以相对控制的演奏状态及较大的力度进行演奏。人体是一个非常复杂的杠杆系统，无论做任何事情都需要相关的各个部分（部位）进行细微的协调和平衡。在二胡演奏中，不同的弓法和指法技巧都需要两手与演奏的相关部位细致配合，尤其是在演奏乐曲时，各种弓、指法的复杂变化就要求演奏者进行多方面松弛和用力状态的协调和变化。比如在演奏以抒情性旋律为主的乐曲（如《月夜》）时，除了以相对松弛协调的身体状态进行演奏之外，在旋律的起伏过程中用力的状态、部位和分寸也要有相应的变化，这才是乐曲的内容和情绪所需要的。而在演奏（如《长城随想》第二乐章）快速和激情的旋律时，则需要高度控制的身体状态和协调的演奏动作的配合中将快弓和快频率揉弦为主的演奏技巧具体落实到乐曲的内容和情绪中。这时，身体和两手的用力状态和分寸也应相对的平衡。否则，如果用力过大、身体状态僵持则演奏效果肯定不好，不但会出现杂音和噪音，而且还会造成音响的“饱和感”和听众的“听觉疲劳”。客观地说，在演奏中做到真正的“放松”和最有效的“用力”并不容易，这其中牵涉到许多因素，比如对各种弓、指法等演奏技巧掌握的状况，对不同情绪中“用力”分寸的控制状态以及临场演奏的心理状态等都是直接影响演奏

效果的因素。如果对技术、技巧掌握得不到位,对演奏中各种需“用力”的感觉体验不细致,就会在演奏中引起紧张或失控状态。演奏者的心理素质不好或临场时心存杂念等也会直接影响演奏的效果。为此,我们在进行练习和舞台演奏时首先要考虑到“放松”和“用力”的具体内容与安排:哪里放松、怎样放松,哪里用力、怎样用力。要对旋律中需用的具体技巧做具体的分析,而后再目的明确地进行更细致的安排,从而以完整、有把握的技巧状态进行演奏。总而言之,“放松”和“用力”是二胡演奏中至关重要的环节,它们关系到演奏的效果和感染力。让我们将“放松”和“用力”的技巧和演奏中复杂的分寸感相辅相成地应用到实际的演奏中,为更细腻、更深刻感人的演奏而努力。

5. 关于音准

音准是二胡演奏的灵魂,是衡量演奏质量的重要标志之一。一个演奏者如果在演奏中控制不好音准,那么虽然他的各种演奏技巧很娴熟但也于事无补,也是失败的演奏。因为音不准不但会破坏演奏的效果,甚至会刺激听众的听觉,无法带给他们美丽听觉享受。和吉他、琵琶及阮族的乐器相比,二胡由于没有任何固定的品位,演奏时要靠演奏者在无指板的琴弦上以按音手指的力度来平衡琴弦的张力状态,这便给音准的控制带来一定的困难。尤其在演奏传统乐曲和风格性较强的乐曲时,一些演奏者更多地注意乐曲的风格韵味,有时由于不同音律和不同揉弦方式的混用而造成了演奏中的音不准确。还有些演奏者由于未经过严格的音准训练,在演奏时音高的标准和概念不清,造成了演奏中的音律不稳和音准不严格,由此降低了演奏的效果。在现代创作的二胡曲中,过去较少应用的快速八度音演奏、连续频繁的快速换把和换弦技巧、复杂的变化音、快速的经过句等难度较大的技巧,这些对演奏中的音准都提出了更高的要求。

有些演奏者对这些新作品和具有高难度的演奏技巧认识不足,其中对音准细微的控制问题就具有一定的普遍性。须知在演奏中音准解决不好就很难达到完美的演奏效果。造成音不准现象的原因有许多方面,其中听觉不敏锐、缺乏严格的训练就是主要的问题。一些演奏者由于未经过系统的听觉训练,对半音、增二度、增四度等音程概念含混不清,因此在演奏这些音程时就显得有些茫然。此时,演奏者的听觉已经失去了主动的控制感,致使演奏中音准的控制不到位,甚至对不准的音毫无感觉。解决的办法首先是要进行严格的听觉训练,由培养“音高辨别力”和“音程感受力”开始,逐渐培养敏锐而稳定的“内心听觉”,继而在二胡上进行准确按音的相关训练。应从各调的自然音阶开始练习,逐渐拓展至五声音阶、七声音阶、琶音及分解和弦等练习。

还有些演奏者在拉琴时力不从心,明明听到或感到音不准,但就是控制不好,他们大多在快速换把、大跳把、快速经过句以及半音、变化音和伸缩指距的演奏中没有把握。解决这一问题的方法只有是经过系统、严格的训练,训练的过程应该从慢练开始,逐渐熟悉各个调的音位、把位和指距关系,继而结合换把、换弦和跳把等演奏技巧共同解决好音准问题。

6. 演奏中主要技术障碍及其解决

在二胡演奏中,各种弓法和指法技巧及其组合是以相对稳定的“动力定型”状态为基础。在平日的练习中,由于各种因素的干扰难免会遇到一些困难,出现一些技术障碍。这其中“急于求成”思想导致练琴时精神过于急躁,不讲究“慢练”和“细练”以及不善于动脑筋分析问题是造成演奏困难的主要原因。现将演奏中容易出现的主要问题予以归纳分析,并提出解决的办法。

（1）音准控制不好

由于二胡既无指板又无固定的品位，因此给演奏中的音准控制带来了一定的困难。具体针对如下几个方面的现象，提出一些解决方法：

① 按音时音程关系不准确

遇到此问题时，要多借助有固定音高的乐器如钢琴或电子琴等，以“练耳”的方式进行不同音程和音高的反复对比听辨。要尽力牢记不同音程和音高的区别，通过准确的音程和音高记忆调整和训练听觉能力，并逐渐培养敏锐的“内心听觉”。其次要注意左指按音的力度感觉和把握好指距关系，在稳定的听觉控制中进行有效的练习。

② 习惯性按音偏高或偏低

在演奏中常常会遇到这样的情况：当空弦音出现时总是显得音不准，特别是在揉弦后的空弦音，不是偏高了就是偏低了。原因之一是没有以调准的空弦音为标准进行演奏，其二是在揉弦时没有考虑到琴弦的张力变化因素。遇此问题时一定要通过“慢练”的方法，在按音时经常有意识地对照空弦的音高或适当借助自然泛音来调整和校正按音的准确性。最好的办法还是多练不同调的音阶和琶音，这样更容易发现和校正不准的音。

③ 半音关系不严格

这个问题最初主要表现在用首调曲谱即简谱的演奏中，一般三、四级和七、八级音的自然半音音程都显得比较宽，演奏中容易给人音不准或缺乏听觉满足的感觉；其次是表现在有升降号的变化音半音中，这些主要都是缺乏对半音音程的听觉训练和演奏训练。遇此情况要多做各调中自然半音关系和有升降号变化音中的半音训练，使演奏者在练习中逐渐适应之后在乐曲中频繁出现的变化音，继而以准确的音高关系进行演奏。

（2）快速换把和快速换弦动作不协调

一些演奏者在拉琴时感到对快速换把和快速换弦动作的掌握不够自如，有的甚至在演奏时出现身体紧张和僵持的状态。究其原因一是在慢练的过程中身体的有关部位缺乏协调自然的感觉和规范自如的演奏方法。无论换把和换弦动作，其动作的重心（主导部位）都应以小臂靠近腕关节处（而不是肘关节），同时换把和换弦时腕关节和指关节都不能疲软（腕关节呈凹凸动作），而应呈松弛的可控状态。在加速演奏时，着力的位置也应适当上移、以整体的协调感觉进行换把和换弦动作。

（3）拉快弓紧张

这个问题是初学二胡的人普遍存在和遇到的，其原因有心理和生理两个方面。心理原因其一是有些演奏者练琴时心里浮躁、在技术把握不大的情况下“急功近利”，其二是对快弓方法的掌握不当导致了恐惧心理，从而破坏了正常的演奏。解决的办法首先要在奏快弓时做到握弓松弛（而不是紧捏）、重心稳定（在小臂靠近腕关节处），以类似用较快的速度敲锣时（左右动作）的感觉运弓发音。还有一点需要提及的是：根据琴弓在琴弦上的杠杆效应，奏快弓时运弓的部位应根据演奏的速度自然安排。速度不太快时（每分钟100~120拍）用中弓部位演奏，速度较快时应在中弓稍偏左的部位演奏。如演奏速度超过每分钟160拍时，快弓就可在琴弓的左三分之一处进行。

第二部分

练习曲

