

陈兴华 著

胡

快速入门通用教程



SMPH
上海音乐出版社
WWW.SMPH.SH.CN

3J102

胡

陈兴华 著

快速入门通用教程

 SMPH

上海音乐出版社
WWW.SMPH.SH.CN

图书在版编目(CIP)数据

二胡快速入门通用教程 / 陈兴华著. — 上海: 上海音乐出版社, 2007.9

ISBN 978-7-80751-127-4

I. 二… II. 陈… III. 二胡 - 奏法 - 教材 IV. J632.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第136507号

书名: 二胡快速入门通用教程

著者: 陈兴华

责任编辑: 王亚平

封面设计: 陆震伟

上海音乐出版社出版、发行

地址: 上海市绍兴路74号 邮编: 200020

上海文艺出版总社网址: www.shwenyi.com

上海音乐出版社网址: www.smph.sh.cn

营销部电子信箱: market@smph.sh.cn

编辑部电子信箱: editor@smph.sh.cn

印刷: 上海市印刷十厂有限公司

开本 787 × 1092 1/16 印张 10.75 谱、文164面

2007年10月第1版 2007年10月第1次印刷

印数: 1—4,000册

ISBN 978-7-80751-127-4 / J.102

定价: 25.00元

告读者: 如发现本书有质量问题请与印刷厂质量科联系

电话: 021-65414992

前 言

中国的二胡是全世界所有拉弦乐器中声音最为独特且最为美妙的乐器之一。之所以如此,除了它的软质膜面外,还有两个原因:一是它带支点的、且垂直于振动面膜的运弓;二是在悬空的两条弦上的按指。前者导致了它的声音的动听程度,后者导致了它的韵味的美妙程度。但后者既导致了它的美妙,又导致了它的学习入手难度。如果我们的教学能将其入手难度降低,那就会有更多的人喜欢二胡,学习二胡,也会有更多的人能把二胡拉好。

这种可以显著降低二胡学习入手难度的教学方法就是“二胡直观教学法”。

二胡直观教学法首先将二胡的音准教学体现为四种直观的方法:

一、摆型法 按照音准关系确定指距、摆出手型的方法;**二、视看法** 摆出规范手型后目视观察加深印象,同时进行无声按指练习的方法;**三、标记法** 根据固定音高结合按指在琴杆上做出标记以进行位置提示的方法;**四、对照法** 应用可以与准确的练习声进行同音高响应的电子音准仪对照音准的方法,这是所以称之为直观教学的最重要的方法。

本教程还提出了**两端练习法、快慢练习法、慢速快练法和快速慢练法**等四种全面高效的练习方法,及其**需要慢、可能快**的概念,具体地指定了弓法练习的弓段位置和长度,应用节拍器以节拍时间对应弓段长度进行练习的方法,也体现了直观的特点。这些方法具有非常新颖的思维方式和实用价值,对于大幅度提高练习效率,从而真正实现快速进程有着十分重要的意义。

针对习奏者在练习过程中经常出现的问题,本教程也提出了三种解决方法:

一、提炼法 对曲目中的难点进行集中精练的方法;**二、分解法** 对

左右手难点进行分析分解,使之易于掌握的方法;**三、反复法** 提倡对曲目难点进行反复,而不要从头至尾低级重复的练习方法。

本教程的内容安排贯穿应用了以上方法。所精选的八首经典曲目及其制订的二胡考级秘笈,也应用以上有关方法设计了练习,以使习奏者尽快掌握这八首曲目,并具备在较短的习奏时间内考取较高级别的实际技术能力。

此外,本教程还提出了关于教学和训练方法的一些建议,相信通过这些方法的实际应用,二胡快速入门教学的目的是完全可以达到的。



2007年6月

目 录

前 言

二胡快速入门教学方法论 (1)

一、解决音准问题的四种方法 ... (1)

二、提升全面技能的练习方法 ... (4)

三、提高练习效率的三种方法 ... (7)

四、技术训练的进退原则 (9)

五、关于教程内容的提示 (10)

六、关于授课安排的建议 (11)

七、关于练习安排的建议 (12)

八、二胡教材内容设置的有关问题
..... (14)

九、快进教程进度设计和教学对象
..... (16)

二胡常用演奏符号表 (18)

四种常用弦式(调)第一把位

唱名音名对照表 (19)

第一章 认识二胡和使用二胡 (20)

一、认识二胡 (20)

二、使用二胡 (21)

第二章 基本姿式和运弓练习 (23)

一、基本姿式 (23)

二、运弓练习 (24)

第三章 1 5弦上把位(第一把位)

中半手型练习 (26)

一、分弦音阶 (26)

二、四种节奏音型练习 (27)

三、三度音型 (28)

四、连弓与重叠音型练习 (29)

五、1 5弦上把位音阶与分解和弦
..... (30)

六、级进旋律两首 (30)

七、跳跃的空弦 (31)

八、顺 (31)

颤 音 (31)

选用曲目

一、小星星 法国儿歌(32)

二、看 星 (33)

三、划小船 英国儿歌(33)

四、粉刷匠 波兰儿歌(34)

五、西班牙民歌 (34)

六、故乡的亲人 ... [美]福斯特曲(35)

七、可爱的家 [英]比肖普曲(35)

八、苏珊娜 [美]福斯特曲(36)

顿 弓 (36)

基本理论必知题 (36)

第四章 5 2弦上把位(第一把位)

混合手型练习 (37)

一、分弦音阶 (37)

二、底音式音型练习 (38)

三、三度音型 (38)

四、5 2弦上把位音阶与分解和弦
..... (39)

五、爬升及重叠音型练习 (39)

六、分解和弦的两种练习 (39)

七、优美的空弦 (40)

八、弹 (40)

选用曲目

一、跳 吧 捷克歌曲(41)

二、舞 曲 (41)

三、读书郎 宋 扬曲(41)

- 四、保尔的鸡 挪威民歌(42)
- 五、桔梗谣 朝鲜民歌(42)
- 六、牧童之歌 哈萨克民歌(43)
- 七、蜗牛与黄鹂鸟 林建昌曲(43)
- 八、心 恋 印尼民歌(43)

基本理论必知题 (44)

第五章 6 3 弦大把位(第一把位)

下半手型练习 (45)

- 一、两种分弦音阶 (45)
- 二、爬升音型 (46)
- 三、三度音型 (46)
- 四、连顿弓及附点音符练习 (46)
- 五、八种五声音型练习 (47)
- 六、6 3 弦大把位音阶与琶音 ... (48)
- 七、级进旋律 (48)
- 八、欢快的空弦 (49)

选用曲目

- 一、短 歌 内蒙民歌(50)
- 二、卖报歌 聂 耳曲(50)
- 三、快乐的罗嗦 云南民歌(50)
- 四、樱 花 日本民歌(50)
- 五、凤阳歌 安徽民歌(51)
- 六、长城谣 刘雪庵曲(51)
- 探 弦 (51)
- 七、四季歌 [日]荒木丰久曲(52)
- 八、紫竹调 沪剧曲牌(52)

滑 音 (53)

基本理论必知题 (53)

第六章 2 6 弦大把位(第一把位)混合手型及 2 6 弦空弦把位的练习

..... (54)

- 一、两种分弦音阶 (54)
- 二、2 6 弦大把位音阶与琶音 (55)
- 三、2 6 弦大把位三度音型 (55)
- 四、五声音型练习 (56)
- 五、2 6 弦 3 7 把位音阶与分解和弦 (56)
- 六、重叠音型练习 (56)

七、三全音的舞蹈 (57)

八、灵动的空弦 (57)

选用曲目

- 一、一只鸟仔 台湾民歌(58)
- 二、赶牲灵 陕西民歌(58)
- 三、扬基哪得儿 美国歌曲(59)
- 四、深深的海洋 ... 南斯拉夫民歌(59)
- 五、新春秧歌 陕北民歌(59)
- 六、二月里来 冼星海曲(60)
- 七、德国民歌 (60)
- 八、波兰圆舞曲 波兰民歌(60)

基本理论必知题 (61)

三至六章内容总结 (62)

第七章 5 2 弦两个把位的练习 (63)

- 一、两用练习·舒 (63)
- 二、5 2 弦两个把位五声音阶练习 (64)

换 把 (64)

- 三、两用练习·展 (64)
- 四、两用练习·趣 (65)
- 五、少年挑担者 (65)

选用曲目

- 一、摇篮曲 东北民歌(66)
- 二、月牙五更 东北民歌(66)
- 三、五哥放羊 陕西民歌(67)
- 四、三百六十五里路 ... 小 轩曲(68)
- 五、小城故事 汤 尼曲(68)

两端练习法与弱练 (69)

第八章 1 5 弦两个把位的练习 (70)

- 一、两用练习·拙 (70)
- 二、1 5 弦两个把位五声音阶练习 (70)
- 三、两用练习·扬 (71)
- 四、流畅的换把·D (71)
- 五、武林小子 (71)

选用曲目

- 一、丰收之歌 丹麦民歌(73)
- 二、剪羊毛 澳大利亚民歌(73)

三、游击军	冼星海曲(73)
四、可爱的蓝精灵	郑秋枫曲(74)
五、念故乡	[捷克]德沃夏克曲(74)

第九章 6/3 弦两个把位的练习 (75)

一、两用练习·俗	(75)
二、6/3 弦两个把位五声音阶练习	(75)
三、跳跃的换把	(76)
四、流畅的换把·F	(76)
五、刚劲之舞	(76)

拨弦 (77)

选用曲目

一、十朵鲜花	河北民歌(78)
二、无锡景	江苏民歌(78)
三、春江花月夜(片断)	古曲(79)
四、草原之夜	田歌曲(79)
五、星	[日]谷村新司曲(80)

第十章 2/6 弦两个把位的练习 (81)

一、两用练习·异	(81)
二、2/6 弦两个把位五声音阶练习	(82)
三、两用练习·同	(82)
四、好婆姨圆舞曲	(82)
五、民舞前曲	(83)

选用曲目

一、绣荷包	山西民歌(84)
二、打酸枣	山西民歌(84)
三、槐树花	山西民歌(85)
四、小白船	朝鲜民歌(85)
五、雪绒花	[美]罗杰斯曲(86)

第十一章 弦式与把位间的交叉转换

提升练习 (88)

一、两种调两个八度的两种音阶练习	(88)
二、优美的五声	(89)

三、简洁的级进	(91)
四、八度跳情	(92)

选用曲目

一、嘎达梅林	内蒙民歌(93)
二、第聂泊尔河	乌克兰民歌(93)
三、森吉德玛	内蒙民歌(94)
四、采花	四川民歌(96)

泛音 (97)

第十二章 加快音型 (98)

一、空弦把位及大把位上的音型	(98)
二、各个把位上定把的音型	(99)
三、两个把位的换把音型	(99)
四、各级把位的换把音型	(100)
五、不同空弦的五声音型	(101)
六、换弦练习	(101)
七、扩张指距练习	(102)

八首经典曲目及其准备练习 (103)

一、良宵	刘天华曲(104)
二、光明行	刘天华曲(107)
三、赛马	黄海怀曲(114)
四、山村变了样	曾加庆曲(121)
五、赶集	曾加庆编曲(127)
六、空山鸟语	刘天华曲(133)
七、豫北叙事曲	刘文金曲(138)
八、二泉映月	华彦钧原曲(147)

考级快进实用秘笈 (152)

一、二胡基本技术能力与考级的关系	(152)
二、二胡考级的技术基础	(153)
三、考级秘笈的具体设计	(154)
四级	(154)
五级	(155)
六级	(156)
八级	(157)

后记 (160)

二胡快速入门教学方法论

同所有的学问、技能一样,在二胡入门的技术训练中也没有捷径可走。但有没有可以进步快一些的方法呢?回答当然应该是肯定的。这是因为在任何一门学科的教学,对于方法的研究从来就没有停止过,所以出现新方法的可能性是始终存在的。而这些方法的动机和效果都是为了保证正确、节约时间、提高效率、加快进度。

拉弦乐器存在音准问题。而二胡,由于其悬弦结构的原因,使得它的音准不仅由按指位置所导致,而且由按指位置和按指力度共同导致,即二胡较其他拉弦乐器音准的制约因素要多,所以二胡是音准不易掌握的拉弦乐器之一。

二胡基本技术教学首先是解决音准问题。二胡基本技术训练的过程有多长,需要解决音准问题的过程就会有多长。而本教程通过以下四种方法的应用,把难以捉摸的二胡音准变得完全直观和具象,从而使音准对于我们的困扰大大降低,使习奏者解决音准问题的时间过程显著缩短。

一、解决音准问题的四种方法

(一)摆型法

按弦四手指指距所形成的左手状态叫做指距手型,正确的手型是正确音准关系的具体体现。在二胡的入门阶段,其左手基本技术的训练内容首先是指距手型,即固定手型。而这种训练在开始时有必要在静态时进行,这就是摆型法。作摆型法的同时可进行空弦练习,即拉空弦和摆手型交替进行,拉一会空弦,再摆一会手型。

四个按弦手指构成三个间距,这三个间距在常规指距时分别为自然音列中两个全音加一个半音的六种纯四度和三个全音的一个增四度,由于这个半音在按弦间距中所处的位置不同,就构成了三种纯四度的指距手型和一种增四度的指距手型。三种纯四手型分别是:半

音位于上方间距的如: $\overset{-}{3} \overset{二}{4} \overset{三}{5} \overset{四}{6}$ 或 $\overset{-}{7} \overset{二}{1} \overset{三}{2} \overset{四}{3}$ 的半、全、全的上半手型。半音位于中间间距

的如: $\overset{-}{2} \overset{二}{3} \overset{三}{4} \overset{四}{5}$ 或 $\overset{-}{6} \overset{二}{7} \overset{三}{1} \overset{四}{2}$ 的全、半、全的中半手型。半音位于下方间距的如: $\overset{-}{1} \overset{二}{2} \overset{三}{3} \overset{四}{4}$ 或

$\overset{-}{5} \overset{二}{6} \overset{三}{7} \overset{四}{1}$ 的全、全、半的下半手型。还有一种无半音间距的 $\overset{-}{4} \overset{二}{5} \overset{三}{6} \overset{四}{7}$ 的全、全、全的三全手型即增四手型(见四弦式第一把位练习附图)。

弦乐演奏是把品格乐器的音程关系建立在自己的手上。所以,四个按弦手指所构成的功能手型必须体现半音所在位置,必须体现半音和全音的区别。即在一个四度指距中,半音指距是全

音指距的一半,全音指距是半音指距的两倍。全音指距时两个手指离开有一定距离,半音指距时两个手指一般应靠在一起。

以上各种手型在弦上首先要以静态的方式摆出来,也可以让习奏者自己用右手帮助左手摆出。必须明白,正确的手型是正确音准关系的具体架构,而不正确的手型即说明对音程关系概念不清,和音阶、音程关系是无法契合的。

(二)视看法

这是反复审视摆型后的手型以加深印象的方法。在视看的同时也可以做无声的按指练习,由老师念出唱名,学生根据老师所念唱名做出相应的手指的抬按动作。做这种动作时一定要四手指全部排列保留在弦上,只有这样才能明确地体会按弦手指相互之间的关系。

在习奏过程中会发生这种情况,如: $\overset{\text{一}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{7}} \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{1}} \overset{\text{四}}{\underset{\cdot}{2}} \overset{\text{一}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{4}} \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{5}} \overset{\text{四}}{\underset{\cdot}{6}}$,在一定速度之内,学生可以把内中半、外上半手型及音程关系体现得清楚正确,而当加快速度时,内弦上的二、三指会张开一些,外弦上的一、二指也会张开,也就不能体现前述的音程关系了,此时马上提醒学生“看着手型拉”,当他们看着拉时,在保持已加快速度的同时,指距手型仍然可以变得正确,这就是视力干预手指动作所起到的作用。所以,应该要求学生尽可能背奏,以腾出眼睛观看手型。

视看法不仅在静止摆型时要用,在习奏、演奏过程中均有必要使用。

有必要说明的是:视看法主要是在基础训练和有必要时才使用,熟练后应该脱离视看,关键是我们能否达到不看即可的阶段,这个阶段就是:对基础把位及其各个把位位置上的指距音程关系了然于心,并成为下意识的动作习惯,闭着眼睛就能拉得好,这才是高境界。

在基础把位的练习中即可以尝试只对照而不视看。

(三)对照法

摆型的依据必须是固定音高。

用固定音高对照习奏音准,这是许多有心的老师一定要采用的教学方法。有的老师采用多管校音器来对照,有的采用键盘乐器陪练,还有专门论述将电脑音乐引入到二胡教学中来。

但是,这些方法均需要老师来共同操作,而学生单独练习时这一问题如何解决?于是,可对练习声进行同音高响应的音准训练仪就产生了。音准训练仪,它像一个就在我们跟前时刻提醒我们把音拉准的老师一样,从而一开始就可以让初学者把音拉准!

音准仪的使用方法很简单也很直观。音准仪的小屏幕可以显示音名,有音准刻度,有指示灯。当练习声响起时,屏幕上即显示该练习声的音名,如外弦为A时1⁵弦的 $\mathbf{6}$ 音,若一指按于 $\mathbf{6}$ 位,屏幕上将显示B音名(若练习声过于不准,屏幕上将可能显示 $\flat B$ 或C),同时音准刻度上下移动,形象地指示按弦手指上下移动,直至刻度对准中间为准,此时仪器对应响出B音,同时绿色指示灯点亮。叙述这一过程用了一二百字,其实与一个准确的练习声响对应音高响出和绿灯点亮、刻度对准只需四分之一秒的时间。

音准仪明确直观的提示,强制我们把音拉准,同时还导致了音名教学^①。在其使用过程中体现出追求欲(迫切地要求把音拉准)和达到目的(把音准仪拉响之后)的成就感。这一过程也具有

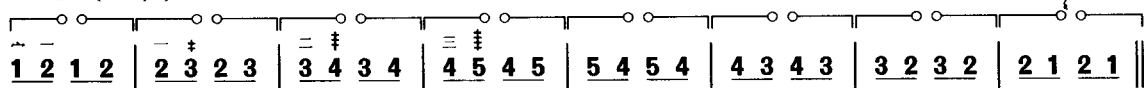
^① 见第19页“四种常用弦式(调)第一把位唱名音名对照表”。

如做游戏一样的趣味性。

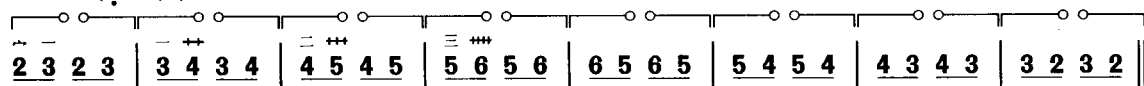
对照法主要是在练习音阶时应用。在使用音准仪作对照时,用多次重复的方法,如:

对照音型练习:

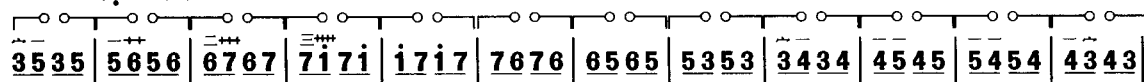
1 = D (15 弦)



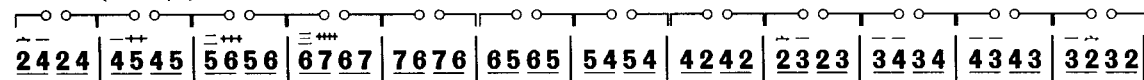
1 = G (5 2 弦)



1 = F (6 3 弦)



1 = C (2 6 弦)



注意要使用排指法^①,上行时手指依次叠加,下行时依次抬起。它种弦式、它种位置的对照音型,请老师根据需要自行设计,在此不再列举。

用这种音型把所有的手指位置固定强化。在进入换把后,可就一些关键位置、疑难音位进行对照。还可在较慢的曲调时,把音准仪开启,对照在较长时值的音时能否把其拉响。

使用音准仪对照音时一定要注意以下三点:一、要用快慢一致的长音长弓一音一弓地拉,若一弓没拉准,左手调整后再拉下一弓,而不要一直烦躁地来回拉蹭。二、按指一定不要内抠用力,而只要把音按实即可,且要注意上行和下行时按指触弦动作的角度和力度不要有所改变。三、找准一音后,该按指即保留位置不要抬起,即以此音位置为基准再找下一音。

开始对照时看着音准对照仪拉,其后应不看仪器拉,以检验音准。音准训练仪是响应准确声音的,不准即不响应,越准越灵敏地响应,在使用过程中体现音准的提高和进步。

我们明白,人类在弦乐演奏上的音准永远是只能相对准确,即越高级的演奏者音不准的机率和成分越少而已。而音准仪和对照法的使用,一般是在基础把位分弦音阶,在每秒一音及其更长的时值内把音对照准确(每天练习五至十分钟即可达到目的,其基本概念一旦建立即不必强调使用),藉此来提高演奏者的听辨能力,从而使演奏达到更高的准确程度,而决非是要用音准

① 排指法符号说明,见第 18 页“二胡常用演奏符号表”。

仪来苛求演奏者的每一个音。如果这样,那就会使音准仪的使用进入吹毛求疵的误区,这当然不可取也并非发明者的本意。但若连基础把位的分弦音阶都不能做到准确,那当然肯定是不可以的,那就是说其演奏的音将没有一个是准的!毋庸置疑,前述要求必须做到,在实际上也不难做到。

初学者在使用对照法时也会出现按指偏离过多的情况(如前所述,会存在偏离半音的可能),如此也不要紧,还有标记法可以帮助训练音准。

(四)标记法

标记法是运用对照法对应学生的按指找到音位之后在琴杆上做出音位标记的方法,可避免明显离开位置的按指,使用标记法应该注意的是,不管标记做得如何准确,也仅仅是一个提示而已,并不是一个不假思索(音高听辨)就可以认定的音准位置,它仅仅是对偏离过多位置起作用(这是因为偏离过多也是习奏者经常出现的问题),而较少的偏离视觉是不易分辨的,这时必须依靠听觉来最终判定音准。

这就是说,标记法的使用并不意味着视觉起主导作用,也决不能偏废听觉。所以,只有这样认识和使用标记法才不会产生负作用,也才会起到它的作用。

标记法只是在入手时使用,当演奏者对音程关系指距概念已经明白,音准问题基本解决以后,则可把标记去除。

上述四种音准教学的直观方法,在实际教学中是联合使用的,即:对照固定音高做出标记,摆出手型并反复视看。这是静态时即不拉奏时的方法。而在实际拉奏练习时这四种直观方法的体现方式是:视看标记、视看手型、按下音位,和音准仪进行对照直至拉准。

关于弦乐演奏的音准问题,其中既有技术因素,也有概念因素。本教程的直观方法,既解决技术问题,也解决概念问题。这一问题的终端概念是:只有听得准才能拉得准,拉不准实际上是听不准。以上直观方法的应用必然会导致听得准。在实际上完全听不准的学生几乎没有,而且,听辨能力通过训练也是完全可以提高的。所以,只要严格使用以上方法,二胡习奏出现音准问题的几率和程度将会大大降低和淡化。

二、提升全面技能的练习方法

技术全面的具体指标之一就是即能拉快又能拉慢,这也是一个基础的指标。但许多习奏者拉了数年,连续十六分音符尚不能拉到每分钟120拍。慢的当然就更不行,真正是无力驾驭,捉襟见肘。

本教材提供的以下几种方法除了着眼于基本技术训练中的效率问题之外,还可使技术能力得到全面性提高。

(一)弓的两头练习法(两端练习法)

为了最大可能地节约练习时间,提高效率,要么拉弓尖,要么拉弓根,中弓不必专门练。

许多演奏者已拉到相当程度,弓尖、弓根各有10厘米却用不上,须知弓的可用长度也就60厘米,这样三分之一的长度就没了,如何能将乐器的声音拉得响?

琴弓的长度是固定的,而通过特定的练习方法使用较短的弓长拉出较长弓长的效果;使用不易拉奏的弓段拉出易奏弓段的效果;如此可使较长弓长和易奏弓段的效果更好,这应该是弓法训练的重要内容,也是两端练习法及限定弓段练习法的理论基础。

这样练习的结果显而易见,两端拉好,中间自会更好。右手力度将大为增强,弓对琴弦的摩擦将大为贴切,右手对弓的操控能力将大为提高,弓法运用的自由度也将大为拓宽。

应当说明的是,两头练习法仍然是针对特定的练习材料而言,是对无谓地磨蹭中弓而言,中弓位置自然是难以回避的,而“游移法”的使用也可免除某些担心与争议。在演奏实践用弓的过程中,若发现弓的某一分段较弱,也可用相关方法专门练习这一弓段。

作为弓法的直观教学,若用弓根或弓尖或某一弓段的十六分之一拉好每秒一音(包括空弦),即能用八分之一弓拉两秒一音,四分之一弓拉四秒一音,半弓拉八秒一音,全弓拉十六秒一音。再者,用各种弓段长度,如:全弓、半弓、四分弓等分别对应各类音阶(也可拉空弦)的每秒一音、两秒一音、四秒一音等进行练习(仅此即可有九种组合的练习方式)。若能用这些方法耐心地进行练习,其作用和效果必将显而易见。可以负责任地说:如此练习必受益!还可尝试把本在全弓范围的演奏内容,限定弓长用半弓或四分弓练习,并尽可能拉顺,而后再用全弓范围,两相对比,看是何种效果。一定要通过前述有关方法的使用去增强对弓的支配能力,我们知道:在全面技术能力到达一定程度时,会感到左手内容不过如此,而右手功夫则好像永无止境,如果按照本教程对弓法的要求进行训练将会悟出这一点。

(二)一快一慢的练习方法(快慢练习法)

为了最大可能地节约时间,提高效率,要么练快,要么练慢,中速不必专门练。在一定的练习时间内,要么练习音阶等慢速内容,要么用可能快练习快速曲条内容,而回避不紧不慢的练习速度。

在相应的指距手型音准概念基本正确清晰之后,紧接着就要不断地致力于提高速度,在两年之内使连续十六分音符达到每分钟120拍及其以上。只有达到一定的速度,才有可能体现左右手的灵敏灵活程度,才能体现阶段性的教学水平和效果。

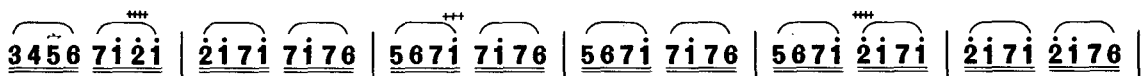
如“分弦音阶练习” $1\ 2\ 3\ 4\ |\ 5\ 4\ 3\ 2$,用限定弓段的全弓或半弓或四分弓拉两秒一音,即体现为慢练,练习五分钟之后,马上使用“加快音型” $1\ 2\ 3\ 4\ 3\ 4\ 3\ 2\ |\ 2\ 3\ 4\ 5\ 4\ 5\ 4\ 3$ 练尽可能快,此即快慢练习法。实践告诉我们,用中速即驾轻就熟的速度去练此例已毫无必要,这种原地踏步的练习对快、慢的功夫毫无增益,这是不合乎效率原则的。

还可将如下“手指练习”用八分之一或十六分之一的弓根或弓尖或某一限定弓段进行分弓或连弓练习,并不断加速。

手指练习

1=D (1 5 弦) $\frac{4}{4}$

$1\ 2\ 3\ 4\ 3\ 4\ 3\ 2\ |\ 1\ 2\ 3\ 4\ 3\ 4\ 3\ 2\ |\ 1\ 2\ 3\ 4\ 5\ 4\ 3\ 4\ |\ 5\ 4\ 3\ 4\ 5\ 4\ 3\ 2\ |\ 1\ 2\ 3\ 4\ 3\ 4\ 3\ 2\ |\ 1\ 2\ 3\ 4\ 3\ 4\ 3\ 2\ |$
 $1\ 2\ 3\ 4\ 5\ 4\ 5\ 6\ |\ 5\ 6\ 5\ 4\ 3\ 4\ 3\ 2\ |\ 1\ 2\ 3\ 4\ 3\ 4\ 3\ 2\ |\ 1\ 2\ 3\ 4\ 3\ 4\ 3\ 2\ |\ 1\ 2\ 3\ 4\ 5\ 6\ 7\ 6\ |\ 7\ 6\ 5\ 6\ 5\ 6\ 5\ 4\ |$
 $3\ 4\ 5\ 6\ 5\ 6\ 5\ 4\ |\ 3\ 4\ 5\ 6\ 5\ 6\ 5\ 4\ |\ 3\ 4\ 5\ 6\ 7\ 6\ 7\ 1\ |\ 7\ 1\ 7\ 6\ 5\ 6\ 5\ 4\ |\ 3\ 4\ 5\ 6\ 5\ 6\ 5\ 4\ |\ 3\ 4\ 5\ 6\ 5\ 6\ 5\ 4\ |$



此条练习可分别降 7 升 4 进行练习,再可降 73 或升 41,再可降 736 或升 415 进行练习。用四音连、八音连、十六音至更多音连弓的方法分别进行练习。

这样一快一慢的练习结果,当能使中速更加驾轻就熟,游刃有余。

应当说明的是:快慢练习法指的是相关的练习内容的练习方法,而其他中速内容当是不可能回避的。

前述两种方法,要么练快、要么练慢,要么拉弓尖、要么拉弓根,中速不必练,中弓不必练。这两种方法自然可以联合使用,即分别用弓根和弓尖去拉快或拉慢。这种练习方法在实际应用中还可进行“游移”,即在弓根练一会后一边拉一边“游移”至弓尖,在用弓尖拉一会后,如此再返回弓根,这是很有作用很有意思的。

(三)快速慢练法

所有的快速曲条以及乐曲中快速段落、乐句等都必须从慢速起练,并逐步加快至规定速度。之所以如此是必须给参与动作的肌肉协调能力一个逐步适应的过程,给双手配合的协调动作一个循序渐进的过程,给演奏内容一个熟悉的过程等。这种方法已为大家所熟知,在此不做赘述。关于快速慢练的进退原则后面将会述及。

(四)慢速快练法

这是本教程作者提供了一种全新理念的练习方法,然而又是一种在训练中具有太好效果的练习方法。

此前的慢速练习就是拉慢速长弓,但是现在的生活节奏太快,孩子们的学业负担很重,可以拿出来练琴的时间很有限,有无可能去拉空弦慢弓?一个应用慢弓就需要五秒钟,要将练习慢弓拉到十秒钟,一分钟才能拉三个来回,而孩子们又能有几分钟来这样练?

所以,本教程提出了既对快有效又对慢有效,用特定的练习方法和并非慢速的练习内容而达到增长慢速功夫的目的的慢速快练法。

具体的练习方法有三种:一是以音阶为练习内容(也可拉空弦),以八分之一或十六分之一的弓尖或弓根或某一限定弓段拉每秒一弓一音,练至得心应手,像自由弓段拉的一样,这就意味或等于全弓拉到八秒或十秒以上,同时又进行了音阶练习。

第二是以连续十六分音符为练习内容(如“加快音型”)。以 2 厘米至 5 厘米长度的弓尖或弓根或某一限定弓段,做分弓练习,拉至每分钟 120 拍,即每秒两拍八个十六分音符,每个音用弓长度 2 厘米,即八分之一秒弓速 2 厘米,一秒钟弓速为 16 厘米,全弓长为 60 厘米,这就等于用快弓的弓速把一个全弓拉至四秒钟,这是一种多么饱满的概念?这时,再改用自由弓段拉一拉相同内容,就会感到你的右手是多么有力、多么自如,你的发音会多么饱满多么清晰。

第三是以连弓十六分音符为练习内容,如前述“手指练习”,用八分之一或十六分之一的弓根或弓尖或某一限定弓段拉一小节八个音,反复练习,熟练后,就可知道用全弓拉三十二个音、六十四个音都会是小菜一碟,须知《月夜》的连弓也才是十六个音。

以上四种方法明确地指定了弓段弓长的具体位置,并使其与节拍时间对应进行练习,从而体现出弓法练习上的直观方法。这些方法也可以归纳为一种方法,即不管是快速、慢速,快速慢练还是慢速快练均放在弓的两头进行,即可以得到如下多种效果,一、省略了拉空弦慢弓的时间,即节约。二、拉了快速就等于练了慢速。一举两得。三、使用了真正意义上的全弓。四、如前所述使右手能力得到大幅度提高。五、再使用自由弓段后可使所练曲条曲目更加熟练,表现能力更强。

这不正是我们所追求的高效率吗。

以上有关方法不一定一下子就可以掌握,但在练习过程中即可体现出进步和效果,而一旦掌握即高下立判、优劣明见了。

三、提高练习效率的三种方法

许多习奏者在练琴中毫无方法可言,其经常出现的现象是:他们不知道练习的重点和难点在哪里,也不知道怎样去练习难点以及解决难点。还有一些地方并非难点,可是由于概念不清楚以致造成难点。他们的练琴也习惯从头至尾盲目地反复。这种不会突出和强调重点的练习,由于练习了无须多练的通常又较多的篇幅,从而大量地浪费了时间,降低了效率。本教材提出的以下三种方法就是为了解决这些问题的。

(一)提炼法

这是发现难点并将难点提炼综合使之易于练习的方法。

发现难点容易,即“阿是法”(如同中医针灸的“阿是穴”)哪里有问题哪里就是难点,拉不下去的地方就是难点。这时候就应该把这个难点单独拿出来练。但是一些时候难点会处于高把位,单独去练时上手较难,而要是把前后句一块练又有些多余和浪费,这就需要把有关难点提炼综合起来,且通过前后连接音的设计使之成为一个节约练习时间,易于上手练习又能够有针对性地解决技术难点的小型练习曲,这个工作当是由有经验和能力的老师来完成。如《良宵》

$\overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{5}} \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{1}} \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{7}} \mid \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{5}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{5}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{5}} \mid \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{2}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{1}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{2}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{2}} \mid \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{1}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{5}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{7}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{6}} \mid$ 这四小节的两次

换把是难点,但这两个难点首尾相接是八度大跳,无法上手进行反复练习,从头至尾四小节也嫌

较长。而若将这两次换把提炼成这样的两小节 $\overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{1}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{2}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{2}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{1}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{5}} \mid \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{5}} \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{5}} \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{2}} \mid$ 就可以反复练习,

又易于上手练习,也可同时解决那两个难点,又节约了一倍练习时间。再如《三门峡畅想曲》第五

段 $\overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{1}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{2}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{2}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{5}} \mid \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{5}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{1}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{1}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{2}} \mid \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{5}} \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{1}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{2}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{5}} \mid \overset{\text{四}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{四}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{四}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{四}}{\underset{\cdot}{6}} \mid$ 这四小节原型同样由于

前述原因难于练习,而如提炼成为 $\overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{5}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{1}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{1}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{2}} \parallel \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{5}} \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{1}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{2}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{5}} \mid \overset{\text{四}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{四}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{四}}{\underset{\cdot}{5}} \overset{\text{四}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{1}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{1}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{2}} \parallel$ 这样

的三小节实际仍为两小节,就易于练习了,同时也节约一倍(两小节)的练习时间。此例还可以提

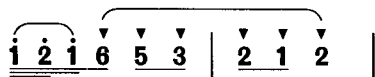
炼成 $\overset{\text{四}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{四}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{四}}{\underset{\cdot}{5}} \overset{\text{四}}{\underset{\cdot}{6}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{1}} \overset{\text{二}}{\underset{\cdot}{2}} \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{3}} \overset{\text{三}}{\underset{\cdot}{5}} \mid$ 这样更为精练的一小节。

以上举例说明,使用提炼法将难点提炼集中,从较低把位起动又首尾相连的(“无穷动”式的)小型练习曲,可以使练习的难度降低,但又保证胜任应用难度。这种使难点集中,起点较低易于练习又实用的提炼法是完全可以达到节约练习时间,又提高练习效率的目的。

(二)分解法

这是分析难点将其拆散使之易于练习的方法。

有一些时候曲目中只是存在着疑点,由于概念的模糊而致成为难点。如《光明行》



刘天华先生在这里之所以这样记谱,当有他的用意和道理,但这个节奏在速度并不慢时,实际上是 $\overset{12}{i}$ 6 5 3 或 $\overset{12}{i}$ 6 5 3 的效果,记谱也可如是。那

么,这就一下子好拉了。所以,在给学生上课时,可以先让学生练 $\overset{12}{i}$ 6 5 3 | 2 i 2 | 之

后在 $\overset{12}{i}$ 音上加波音就行了。该曲第 21 小节分析及演奏方法相同。

在初练此例时也必须进行分解: $\overset{\text{二二四三}}{7} \overset{\text{四四三二}}{2} \overset{\text{内外}}{4} \overset{\text{四三二}}{7} 2$ 必须要将 7 音的内弦位, 4 音的外弦位, 2 音的内弦位这三个位置的内外上下的音程关系给学生讲清,才能使学生心中有数,把有关音位找到。

否则,此例是很困难的。再如 $\overset{\text{内四二四二}}{7} \overset{\text{四二四二}}{2} \overset{\text{内四}}{4} \overset{\text{四四}}{7} 2$, 7 4 5 在弦段上分别是三个位置,均由四指按奏,如此内容必须认真分析讲解,才可清楚理解。

(三)重复法

是将难点之处进行多次(超过八次或不计其数)反复以尽快熟练的方法。

这个方法很简单,但一些学生仍然不会用。如《豫北叙事曲》 $\overset{\text{三三}}{2} \overset{\text{三三}}{2} 7 | 6 \overset{\text{三三}}{6} 7 | 3 \overset{\text{三三}}{3} 5 |$
6 $\overset{\text{三三}}{7} 2$ | 这四小节有两次三指下伸,有习奏者拉到此处的伸指不到位,又拉一遍仍不到位,

这就需要重视了。这一乐句属该曲目第一部分的第一段,就这一段演奏一遍要近一分钟,这样一遍遍地拉伸指不能到位,那么他还能拉几遍?他会有多少练琴时间?也就是说,这样低级反复的

练习方法是难于解决问题的。这一例可以这样去练习,即将 $\overset{\text{三三}}{7} 2 \overset{\text{三三}}{7} 2$ 先慢练,向下伸指要到位,准确后连续练习十遍以上且加快,肯定解决这一问题,自此一劳永逸。

对于疑难段落,老师应给学生具体制定如何进行反复练习的规划,如某一小节或某几小节反复,或某个段落反复,或某个动作反复等。对于一些音型练习,可以使用依次复合的反复方法。如第三章第四曲条,可以逐拍进行依次复合的反复练习:

$\overset{\circ}{1} \overset{\circ}{2} \overset{\circ}{3} \overset{\circ}{1} \overset{\circ}{2} \overset{\circ}{3} \overset{\circ}{4} \overset{\circ}{2}$, 再 $\overset{\circ}{2} \overset{\circ}{3} \overset{\circ}{4} \overset{\circ}{2} \overset{\circ}{3} \overset{\circ}{4} \overset{\circ}{5} \overset{\circ}{3}$, 再 $\overset{\circ}{3} \overset{\circ}{4} \overset{\circ}{5} \overset{\circ}{3} \overset{\circ}{4} \overset{\circ}{5} \overset{\circ}{6} \overset{\circ}{4}$ 如此等等,可以很快地达到熟练程度,最后再从头至尾进行通奏。实践证

明,将某种音型的四至八个音,快速地(可能快)无数遍重复的练习方法,可使这个音型马上熟练,并可使手指尽快活动起来,这是练琴所应该采用的小窍门(见第十二章《加快音型》)。

我们应该认识到,基本练习材料的量是一个可以计算的数学概念,而通常所说拉够大量的东西指的是艺术累积的概念。从一定意义上说,基本技术教学的内容并不在于量,而是在于练。所以,认住一条拉好、拉熟(拉快)应该成为我们练琴的至用法门。就是在一般情况下,我们也不要采用从头至尾的练习方法,而是应分段练习,分行练习,直至分小节练习,以较快地达到较高的熟练程度。

以上这三种方法仍然可以联合使用,就是把曲目难点分析分解,提炼综合并多次进行反复的方法。这些方法是针对练习过程中出现的马马虎虎、不求甚解、低级重复、效率不高,甚至是毫无效率的问题所提出的,而认真使用这些方法,是可以收到事半功倍的效果的。

四、技术训练的进退原则

二胡基本技术过程阶段性的步骤是把位,基本技术是否熟练的具体体现是速度。

把位提升过程中的进退原则正是不进则退。在进入第二把位时如果出现问题,那就应退回到第一把位,如果换把中出现问题,就应退回到定把练习。

关于速度的进退原则本教材提出这样的两个概念:一是**需要慢**,二是**可能快**。这两个概念都是相对概念,是由练习进程中的练习成效所决定的,而并非是规定速度的概念。

需要慢是起练速度,是要符合快速慢练的原则的,而可能快是当时所能达到的最高速度。也就是说,在用某种速度起练时,这个速度是需要慢,而实际上这个速度也是当时的可能快。如每分钟 60 拍才能拉得准确、均匀、清晰,而 70 拍 65 拍就不可以,那么 60 拍就是需要慢,在当时也就是可能快。在经过练习之后,可能达到每分钟 80 拍,而更高则不行,那这个 80 拍就是可能快,这个过程就是从每分钟 60 拍的需要慢练至每分钟 80 拍的可能快。

所以需要慢是一个保证准确的速度,可能快是一个以此为前提的无止境的不断加速的速度。

速度的进退原则是从需要慢练至可能快。若不可能快则应退至需要慢。

可以用八个字来概括速度的进退原则,即:**宁慢勿错,准确可快**。

还应该直奔主题地去认识:什么是熟练?熟练就是快。所以,应该明确地提出:**必须尽早地且持续不断地追求提高速度**。在现今的二胡演奏中,没有速度是不可能的,速度的高低就是二胡演奏基本技术蓄势的高低。当然拉慢也体现技术蓄势。所以本教程如前提出了快慢练习法,这些方法的系统采用对于提高效率、加快进度及技术能力的全面提高有着至关重要的作用。

现在的电子节拍器不仅可以调节节奏快慢,还可显示音符时值,以此来对应相关音型进行练习(如第三章、第四章及其他章节的相关音型),会感到很方便,省心省力。也可提高学生的练习兴趣,更可取得良好的、显著的,有别于传统练习方法的练习成效。一定要充分认识并发挥现代科技成果在音乐教学中的这种作用。