

古筝基本技法

训练与示范

姚宁馨 著

ARTIME
时代出版

时代出版传媒股份有限公司
安徽文艺出版社

古筝基本技法 训练与示范

GUZHENG JIBEN JIFA XUNLIAN YU SHIFAN

姚宁馨 著



时代出版传媒股份有限公司
安徽文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

古筝基本技法训练与示范/姚宁馨编著. —合肥:安徽文艺出版社,2016.1

ISBN 978-7-5396-5476-8

I. ①古… II. ①姚… III. ①筝—奏法 IV. ①J632.32

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 163391 号

出 版 人:朱寒冬

责任编辑:陶彦希

装帧设计:徐 睿

出版发行:时代出版传媒股份有限公司 www.press-mart.com

安徽文艺出版社 www.awpub.com

地 址:合肥市翡翠路 1118 号 邮政编码:230071

营 销 部:(0551) 63533889

印 制:合肥创新印务有限公司 (0551)64456946

开本:889×1194 1/16 印张:6.5 字数:120 千字

版次:2016 年 1 月第 1 版 2016 年 1 月第 1 次印刷

定价:20.00 元(附光盘)

(如发现印装质量问题,影响阅读,请与出版社联系调换)

版权所有,侵权必究

前 言

无论学习任何一种乐器,基本技法的训练都是最重要的。演奏者的演奏水平最终能达到什么样的高度完全取决于其基本功的扎实程度。所谓掌握基本功夫,实际上就是要掌握全部技法演奏的正确方法和能力。

古筝作为最有代表性的中国民族乐器之一,已经在中国越来越普及。据民间统计,当下学习古筝的人高达 500 万之多。然而,作者在多年的古筝教学过程中发现,大多数习筝者对基本功的训练不太重视,他们感觉练基本功较为枯燥,都希望能够早些演奏悠扬动听、脍炙人口的乐曲,孰不知再好听的曲子都是由各种不同技法的配合运用而组成的。没有扎实的基本功,无论演奏什么曲子都很难达到令人满意的效果。另外,在没有专业老师亲临指导的情况下,许多人在学习、掌握那些较难的技法中很容易走弯路,常常会造成徒劳无功或收效甚微。

大多数学习古筝的人在日常练琴过程中遇到问题,不可能随时有专业老师进行面对面的指导和示范。作者正是本着方便广大习筝者的需要,编写了这本专门训练基本功的书。本书精选了 88 首针对古筝所有技法训练的练习曲,并为每首练习曲的训练方法和要求给出详细的文字说明,这些都是作者在多年古筝教学实践中摸索出的经验结晶,它们能为习筝者指点迷津。更值得一提的是本书附有配套的视频逐句示范功能的软件,将软件安装到电脑中,点击窗口界面,出现菜单,从菜单上选择曲名,相应的练习曲乐谱就会显现。在学习过程中点击乐谱中的任何一个乐句,对应的视频示范就会自动播放,方便学习者使用。

姚宁馨

2015 年 7 月

目 录

前言.....	1
第一节 古筝演奏技法记谱符号表.....	1
第二节 古筝转调示意表.....	3
第三节 右手基本技法练习.....	4
第四节 左手基本技法练习.....	33
第五节 双手综合技法练习.....	42
后记.....	95

第一节 古筝演奏技法记谱符号表

符 号	技法名称	符号说明	谱 例
L	托	大拇指向外弹弦	$\begin{array}{c} \text{L} \\ \underline{\underline{3}} \end{array}$
┐	劈	大拇指向里弹弦	$\begin{array}{c} \text{┐} \\ \underline{\underline{3}} \end{array}$
\	抹	食指向里弹弦	$\begin{array}{c} \backslash \\ \underline{\underline{3}} \end{array}$
^	打	无名指向里弹弦	$\begin{array}{c} \wedge \\ \underline{\underline{3}} \end{array}$
⌒	勾	中指向里弹弦	$\begin{array}{c} (\\ \underline{\underline{3}} \end{array}$
ㄥ	肉指拨弦	左手无名指或小指的肉指向里拨弦	$\begin{array}{c} \text{ㄥ} \\ \underline{\underline{3}} \end{array}$
ㄣ	大撮	大拇指向外,中指向里同时弹两弦	$\begin{array}{c} \text{ㄣ} \\ \underline{\underline{3}} \\ \underline{\underline{3}} \end{array}$
ㄤ	小撮	大拇指向外,食指向里同时弹两弦	$\begin{array}{c} \text{ㄤ} \\ \underline{\underline{6}} \\ \underline{\underline{3}} \end{array}$
LL	双托	大拇指向外同时弹两弦	$\begin{array}{c} \text{LL} \\ \underline{\underline{6}} \\ \underline{\underline{1}} \\ \underline{\underline{1}} \\ \underline{\underline{1}} \end{array}$
┐┐	双劈	大拇指向里同时弹两弦	$\begin{array}{c} \text{┐┐} \\ \underline{\underline{6}} \\ \underline{\underline{1}} \\ \underline{\underline{1}} \\ \underline{\underline{1}} \end{array}$
ㄥㄥ	双抹	食指向里同时弹两弦	$\begin{array}{c} \text{ㄥㄥ} \\ \underline{\underline{1}} \\ \underline{\underline{1}} \\ \underline{\underline{1}} \end{array}$
⌒⌒	双勾	中指向里同时弹两弦	$\begin{array}{c} \text{⌒⌒} \\ \underline{\underline{2}} \\ \underline{\underline{3}} \\ \underline{\underline{3}} \end{array}$
L-----	连托	大拇指向外由高音往低音连续弹数弦	$\begin{array}{c} \text{L-----} \\ \underline{\underline{5321}} \end{array}$
\-----	连抹	食指向里由低音往高音连续弹数弦	$\begin{array}{c} \backslash----- \\ \underline{\underline{5612}} \end{array}$
⌒-----	连勾	中指向里由低音往高音连续弹数弦	$\begin{array}{c} \text{⌒-----} \\ \underline{\underline{5612}} \end{array}$
	刮奏	大拇指或中指快速弹奏上行或下行音阶	$\begin{array}{c} \text{3} \quad \text{3} \\ \text{3} \quad \text{3} \end{array} = \underline{\underline{356123}} \quad \underline{\underline{321653}}$
*	花指	由高音向低音的连托,音多少不定	$\begin{array}{c} * \\ \text{3} \end{array} = \underline{\underline{2165}} \text{3} \text{ 或 } \underline{\underline{32165}} \text{3}$

ㄥ	摇指	大拇指或食指连续向里,向外快速弹弦	$3\text{ㄥ} = \underline{\underline{\underline{33333333}}}$
ㄣ	大指摇	大拇指连续快速地托劈	$\text{ㄣ} = \underline{\underline{\underline{33333333}}}$
ㄤㄣㄣ	扫摇	中指由里快速弹几根弦的同时大拇指在上方八度的弦上摇指	$\text{ㄤㄣㄣ} = \underline{\underline{\underline{5555}}} = \underline{\underline{\underline{5555}}}$
ㄥ	扫弦	一指或多指同时向外快速弹数弦	$\text{ㄥ} = \begin{matrix} 2 \\ 1 \\ 6 \\ 5 \end{matrix}$
ㄣㄣㄣ	轮抹	双手食指快速交替弹弦	$\underline{\underline{\underline{3333}}}$ 或 $\underline{\underline{\underline{5533}}}$
+	四指轮	无名指、中指、食指、大拇指在同一弦上循环弹奏,形成长音	$\text{+} = \underline{\underline{\underline{55555555}}}$
人	三指轮	中指、食指、大拇指在同一弦上循环弹奏,形成长音	$\text{人} = \underline{\underline{\underline{33333333}}}$
ㄣ	琶音	无名指、中指、食指、大指四指依次由低音到高音或由高音到低音快速弹弦	$\begin{matrix} \dot{1} & \dot{6} \\ 5 & 3 \\ 3 & 1 \\ 1 & 6 \end{matrix}$
ㄣㄣㄣ	颤音	右手弹弦时,左手食指、中指在柱外弦段上下快速、轻微、紧张地颤动筝弦	$\underline{\underline{\underline{3}}}$
ㄣㄣㄣ	重颤音	加重颤音的力度并加快颤音的频率	$\underline{\underline{\underline{3}}}$
ㄣ	上滑音	先弹后按,按滑至上方弦的音高	$5\text{ㄣ} = \underline{\underline{5\ 6}}$
ㄣ	下滑音	左手先按音到所需的音高,右手弹出音后左手滑回原音	$\text{ㄣ}5 = \underline{\underline{6\ 5}}$
ㄣ	上回滑音	与揉弦相似,不同的是只滑一次	$\text{ㄣ} = \underline{\underline{5\ 6\ 5}}$ 或 $\underline{\underline{5\ 6\ 5}}$
u	下回滑音	左手按弦到所需音高,右手弹弦,然后左手随弦的弹性放松弦,接着再将弦按至所需音高	$\text{u} = \underline{\underline{3\ 5\ 3\ 5}}$
ㄣ	揉弦音	是上、下滑音相结合的按弦方法,按弦的频率通常由慢渐快	$\text{ㄣ} = \underline{\underline{5\ 6\ 5\ 6\ 5\ 6\ 5\ 6\ 5}}$
ㄣ	点音	右手弹弦的同时或弹弦后,左手轻轻点按柱外弦段,点按即离,使音波动	$\text{ㄣ} = \underline{\underline{5\ 5}} = \underline{\underline{565}}$
ㄣ	按音	右手弹弦时,左手下按圈内弦段,发出上方弦的音高	$\text{ㄣ} = \underline{\underline{5\ 1}} = \underline{\underline{(3)\text{ㄣ}(6)\text{ㄣ}}}$
。	泛音	右手弹弦的同时,左手在发音弦 1/2、1/4 处轻触该弦,一点即起而得之	$\text{。} = 5$
⊕	柱音	右手弹弦时,左手食指轻按筝柱头,发出哑闷声	$\text{⊕} = 5$
K	K 音	用左手或右手的无名指(小指)在靠近码子处按弦,同时食指弹弦,产生打击乐的效果	$\text{K} = 5$

第二节 古筝转调示意表

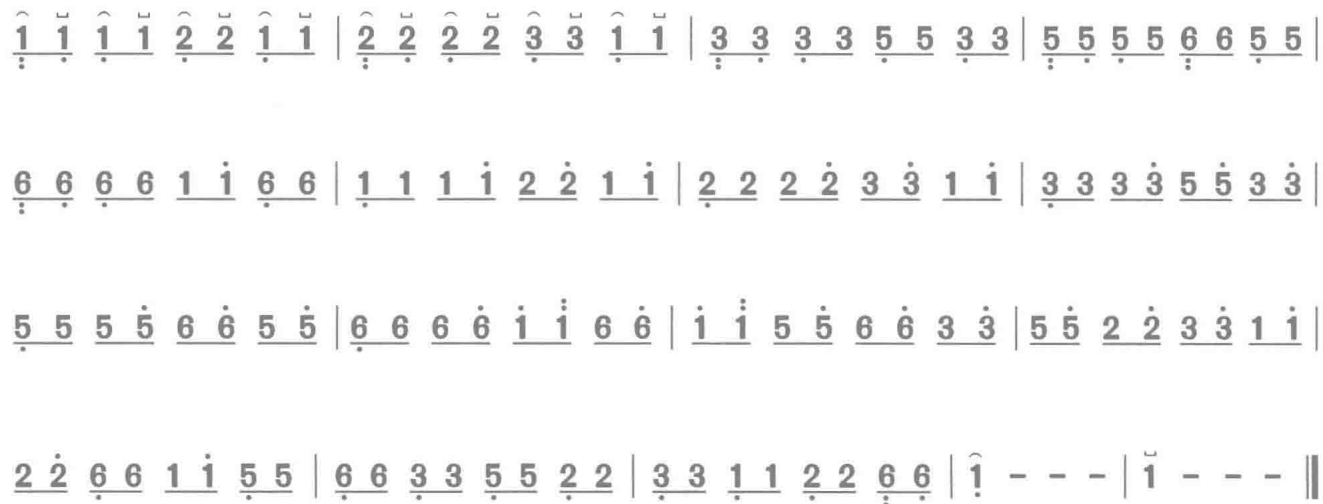
下表以 D 调定弦的二十一弦古筝音高、弦序说明各调转调时,琴码向左或向右移动的情况,“→”表示向右移动琴码使音升高小二度,“←”表示向左移动琴码使音降低小二度。

弦序 由低向高	E 调	A 调	D 调 简谱唱名	D 调 基本音高	G 调	C 调	F 调	B 调	弦序 由低向高
1	←	←	$\dot{1}$	D					1
2			$\dot{2}$	E			→	→	2
3			$\dot{3}$	$\sharp F$	→	→	→	→	3
4	←		$\dot{5}$	A				→	4
5			$\dot{6}$	B		→	→	→	5
6	←	←	$\dot{1}$	d					6
7			$\dot{2}$	e			→	→	7
8			$\dot{3}$	$\sharp f$	→	→	→	→	8
9	←		$\dot{5}$	a				→	9
10			$\dot{6}$	b		→	→	→	10
11	←	←	$\dot{1}$	d^1					11
12			$\dot{2}$	e^1			→	→	12
13			$\dot{3}$	$\sharp f^1$	→	→	→	→	13
14	←		$\dot{5}$	a^1				→	14
15			$\dot{6}$	b^1		→	→	→	15
16	←	←	$\dot{1}$	d^2					16
17			$\dot{2}$	e^2			→	→	17
18			$\dot{3}$	$\sharp f^2$	→	→	→	→	18
19	←		$\dot{5}$	a^2				→	19
20			$\dot{6}$	b^2		→	→	→	20
21	←	←	$\dot{1}$	d^3					21

第三节 右手基本技法练习

1. 勾托练习

1 = D $\frac{4}{4}$

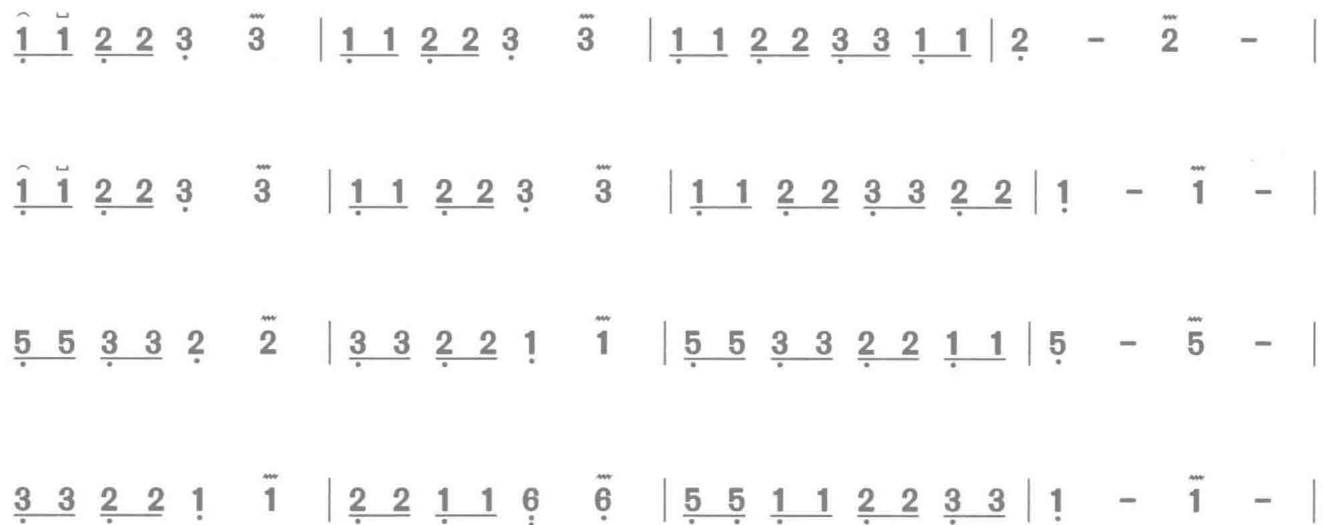


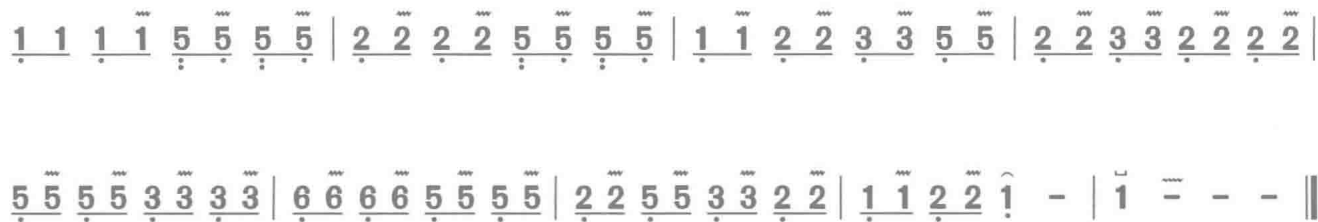
2. 勾托练习

1 = D $\frac{4}{4}$

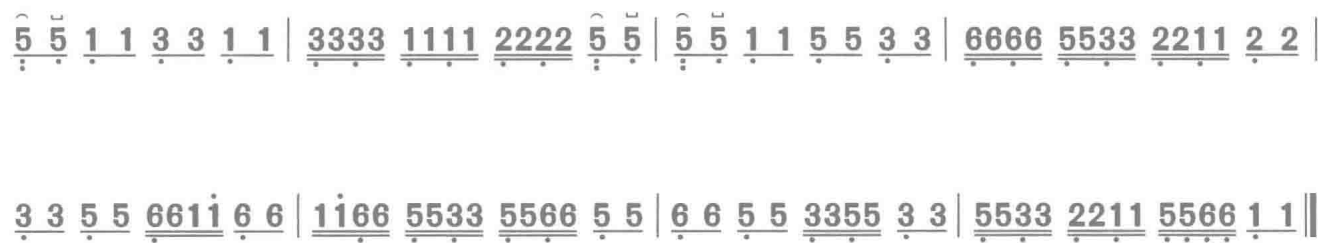
林 玲 选编

$\bullet = 80$





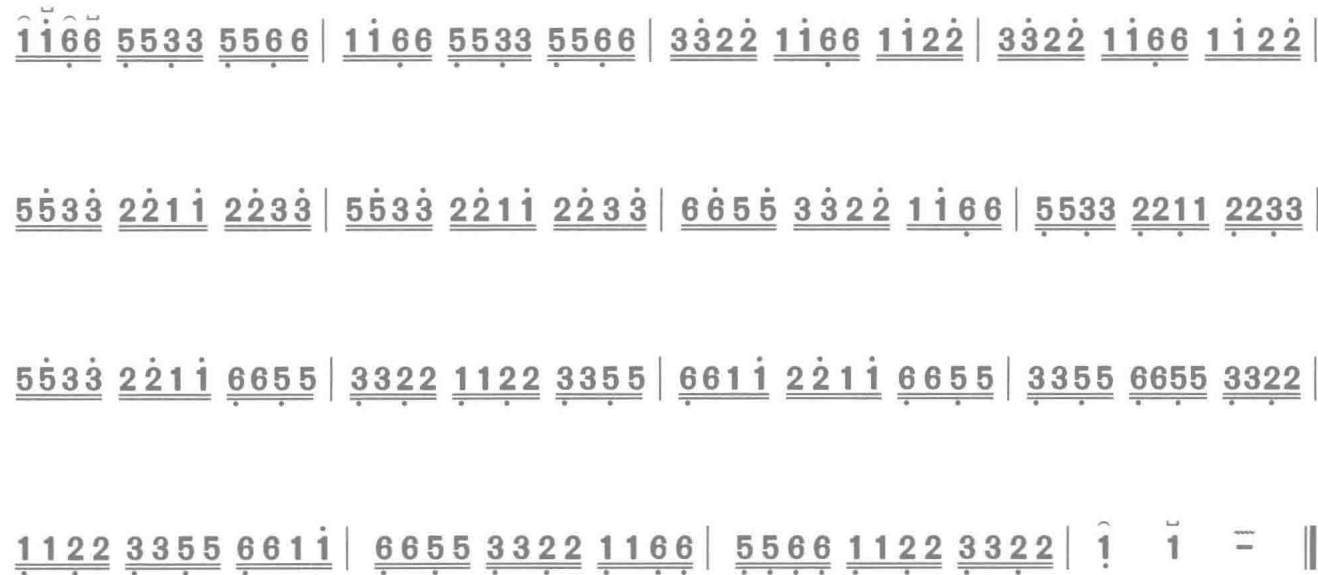
3. 勾托练习

$$1 = D \frac{4}{4}$$


4. 勾托练习

$$1 = D \frac{3}{4}$$

 = 80



技法练习指导:

勾托是古筝演奏中最基本的技法,传统曲目中运用得很多。通常我们把中指的弹奏称为“勾”,大拇指的弹奏称为“托”。中指“勾”与大拇指“托”这一组合主要用于演奏八度旋律,中指在低音,大拇指在中指音的高八度。

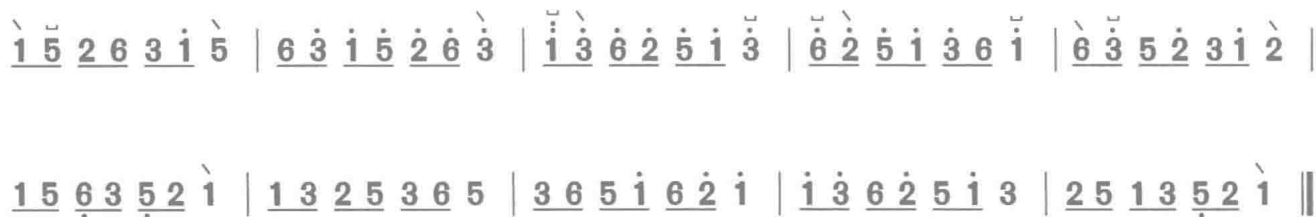
在练习时,首先要保持良好的演奏姿态,把整条手臂沉下来,手腕保持平稳——不凸、不凹,手自然弯曲呈半握拳状。有一点要注意的是,义甲入弦的深浅会影响到拨弦的角度和弹奏的音色,义甲入弦大概在琴弦与肉指指尖持平的位置。

最重要的一点就是要弄清主要是用中指、大拇指的哪个关节来带动拨弦的。在中指演奏时,手指保持着屈曲的状态,中指掌指关节带动指间关节,并由近侧指间关节发力,向身体方向拨弦。义甲在拨动前是垂直于琴弦的,力量要集中在指尖,向身体方向拨弦,声音要很有弹性。拨弦时不可以向手心勾弦,这样会使音色发干。大拇指的掌指关节是起到支撑作用的,演奏的时候指尖同样要集中力量,依靠指间关节把指尖力量拨动出去,它的拨弦方向是相反的,是向外拨弦。中指与大拇指演奏时力度要统一。建议一开始用贴弦的方式演奏,这样可以帮助手还不太稳定的学琴者对手的控制,并且还能更好地感受指关节的拨弦力量。当勾托连起来演奏时要避免的是:中指大拇指不可以在一条线上,这样会改变中指的拨弦角度,每个手指应摆在它的自然延伸线上。离弦弹奏的练习要注意,中指与大拇指拨动琴弦时,指关节的摆动是有控制的摆动,手指摆动到义甲经过弦,是一个连贯的过程,义甲经过弦的速度要快,过弦那一刹那指尖力量要集中。

以上就是演奏勾托练习时的基本技法要求,习筝者在练习时一定要用这些要求来规范自己,才能达到练习的目的。

5. 抹托练习

1 = D $\frac{4}{4}$

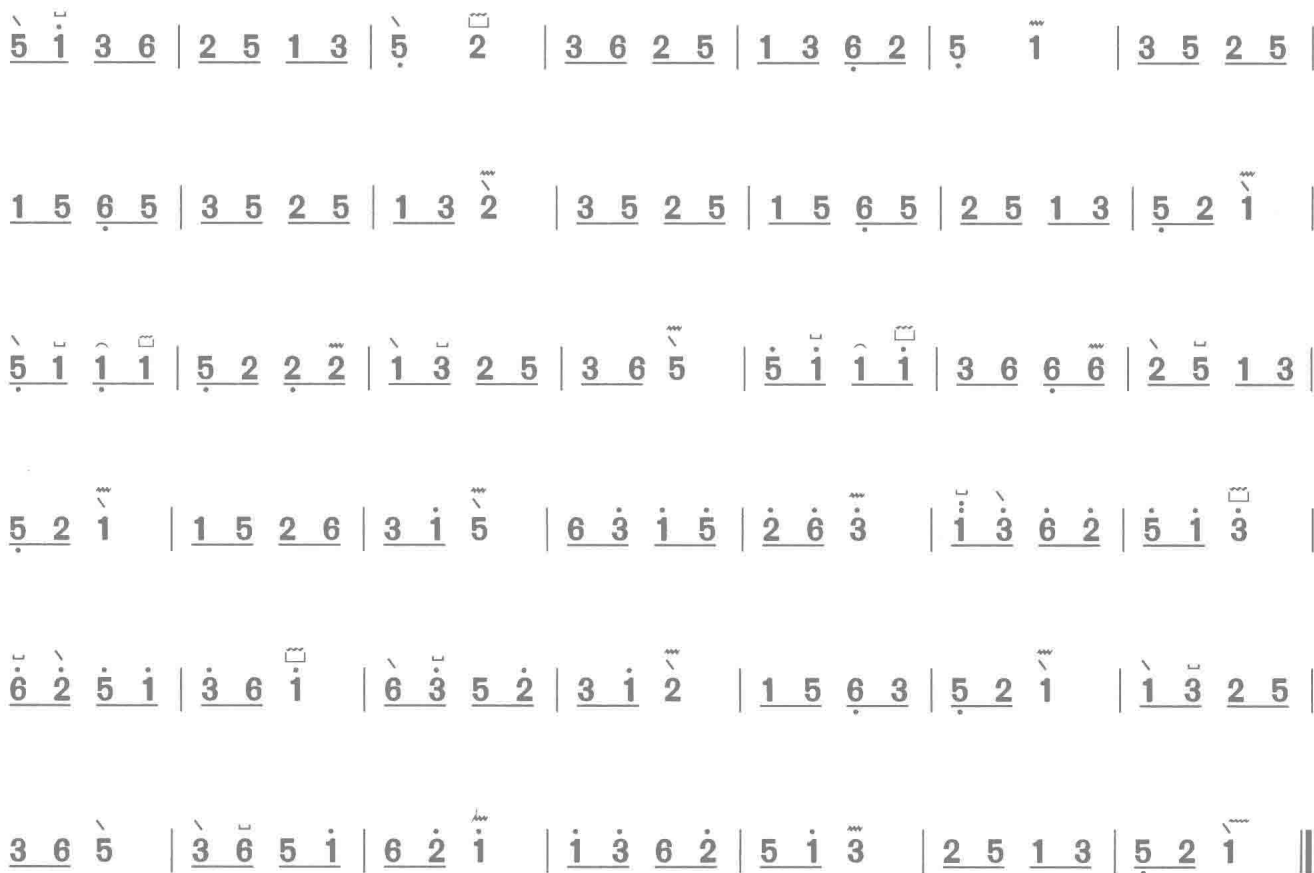


6. 抹托练习

1 = D $\frac{2}{4}$

林 玲 选编

♩ = 80



技法练习指导:

这两首曲子是针对抹托组合训练的练习曲。食指向身体方向拨弦称为“抹”。食指抹弦时的手型要求和中指勾弦是一样的,因为这两个手指的基本结构类似。抹托组合主要是在八度以内演奏,比如说,2 5。弹奏时,食指的远侧指间关节(小关节)不要扁下来,近侧指间关节要保持自然弯曲,掌指关节带动指间关节,并由近侧指间关节发力。大拇指由指尖关节发力,向外拨弦。两个手指的拨弹力量要平衡,声音要有弹性,指尖力量在琴弦上集中到拨动出去是一个连贯的过程。

在食指抹、大拇指托演奏时,避免在同一直线上,以免义甲互相碰撞,出现杂音。

在练习曲 6 的抹托练习中,一开始是以抹、托这样的指序排列进行的,要注意的是到后半部分有几小节的指序有所改变,变成先弹大拇指托,后弹食指抹,这是因为旋律上的变化,每一拍的两个音的音区颠倒,所以在转换时注意手型仍要保持稳定。这两首练习曲仍然需要初学者贴弦弹奏,在通过一段时间练习、演奏技法稳固后再逐步进行离弦演奏的训练。

$\begin{array}{c} \overline{3} & \overline{3} & \overline{6} & \overline{2} \\ \underline{3} & \underline{3} & \underline{6} & \underline{2} \end{array} \mid \begin{array}{c} \overline{1} & \overline{1} & \overline{5} & \overline{6} \\ \underline{1} & \underline{1} & \underline{5} & \underline{6} \end{array} \mid \begin{array}{c} \overline{1} & \overline{1} & \overline{6} & \overline{1} \\ \underline{1} & \underline{1} & \underline{6} & \underline{1} \end{array} \mid \begin{array}{c} \overline{1} & \overline{3} & \overline{2} \\ \underline{1} & \underline{3} & \underline{2} \end{array} \mid \begin{array}{c} \overline{3} & \overline{3} & \overline{6} & \overline{2} \\ \underline{3} & \underline{3} & \underline{6} & \underline{2} \end{array} \mid \begin{array}{c} \overline{1} & \overline{1} & \overline{5} & \overline{6} \\ \underline{1} & \underline{1} & \underline{5} & \underline{6} \end{array} \mid \begin{array}{c} \overline{1} & \overline{1} & \overline{3} & \overline{2} \\ \underline{1} & \underline{1} & \underline{3} & \underline{2} \end{array} \mid \begin{array}{c} \overline{1} & \overline{6} & \overline{5} \\ \underline{1} & \underline{6} & \underline{5} \end{array} \mid$

$\frac{3}{3} \frac{3}{3} \frac{6}{6} \frac{2}{2} \mid \frac{1}{1} \frac{1}{1} \frac{5}{5} \frac{6}{6} \mid \frac{1}{1} \frac{1}{1} \frac{6}{6} \frac{1}{1} \mid \frac{1}{1} \frac{3}{3} \frac{2}{2} \mid \frac{3}{3} \frac{3}{3} \frac{6}{6} \frac{2}{2} \mid \frac{1}{1} \frac{1}{1} \frac{5}{5} \frac{6}{6} \mid \frac{1}{1} \frac{1}{1} \frac{3}{3} \frac{2}{2} \mid \frac{1}{1} \frac{6}{6} \frac{5}{5} \mid \mid$

♩=100

$$\begin{array}{|c|c|c|c|} \hline \underline{\underline{3}} & \underline{\underline{5}} & \underline{\underline{0}} & \underline{\underline{6}} \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{|c|c|c|c|} \hline \overset{\cdot}{\underline{\underline{1}}} & \overset{\cdot}{\underline{\underline{2}}} & \overset{\cdot}{\underline{\underline{1}}} & \overset{\cdot}{\underline{\underline{1}}} \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{|c|c|c|c|} \hline \overset{\cdot}{\underline{\underline{6}}} & \overset{\cdot}{\underline{\underline{5}}} & \overset{\cdot}{\underline{\underline{1}}} & \overset{\cdot}{\underline{\underline{3}}} \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{|c|c|c|c|} \hline \overset{\cdot}{\underline{\underline{5}}} & \overset{\cdot}{\underline{\underline{5}}} & \overset{\cdot}{\underline{\underline{0}}} & \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{|c|c|c|c|} \hline \underline{\underline{3}} & \underline{\underline{5}} & \underline{\underline{0}} & \underline{\underline{6}} \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{|c|c|c|c|} \hline \overset{\cdot}{\underline{\underline{1}}} & \overset{\cdot}{\underline{\underline{2}}} & \overset{\cdot}{\underline{\underline{1}}} & \overset{\cdot}{\underline{\underline{1}}} \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{|c|c|c|c|} \hline \underline{\underline{6}} & \underline{\underline{5}} & \underline{\underline{1}} & \underline{\underline{3}} \\ \hline \end{array}$$
$$\begin{array}{|c|c|c|c|c|c|c|c|} \hline \underline{5} & \underline{5} & 0 & \underline{\dot{2}} & \underline{\dot{3}} & \underline{\dot{1}} & \underline{\dot{3}} & \underline{\dot{2}} & \underline{\dot{2}} & \underline{0} & \underline{\dot{2}} & \underline{6} & \underline{\dot{1}} & \underline{\dot{1}} & \underline{\dot{3}} & \underline{\dot{2}} & \underline{\dot{2}} & \underline{0} & \underline{\dot{2}} & \underline{3} & \underline{6} & \underline{\dot{5}} & \underline{5} & \underline{5} & \underline{6} & \underline{1} & \underline{\dot{1}} \\ \hline \end{array}$$

0 3 2 1 | 6 1 5 6 | ¹1 1 3 2 6 | ¹1 0 | 3 3 1 1 | 3 3 1 1 |

$$\begin{array}{cccc|cccc|c|cccc|c|cccc|cccc|} \mathbf{0} & \mathbf{\bar{3}} & \mathbf{\bar{2}} & \mathbf{\bar{1}} & \mathbf{6} & \mathbf{\bar{1}} & \mathbf{5} & \mathbf{6} & \mathbf{\bar{1}} & \mathbf{\bar{3}} & \mathbf{\bar{2}} & \mathbf{\bar{1}} & \mathbf{\bar{3}} & \mathbf{\bar{2}} & \mathbf{6} & \mathbf{\bar{1}} & \mathbf{0} & \mathbf{\bar{3}\bar{3}\bar{3}\bar{5}} & \mathbf{\bar{5}\bar{5}\bar{5}\bar{6}} & \mathbf{\bar{1}\bar{1}\bar{1}\bar{2}} & \mathbf{\bar{1}\bar{1}\bar{1}\bar{1}} \end{array}$$

6656 1136 | 5555 5555 | 3335 5556 | 1112 1111 | 6656 1136 | 5555 5555 |

2223 1113 | 2222 2222 | 6661 1113 | 2222 2222 | 3336 5555 | 5556 1111 |

1113 2221 | 6661 5556 | 1111 3332 | 1113 2262 | 1111 1111 | 3333 1111 |

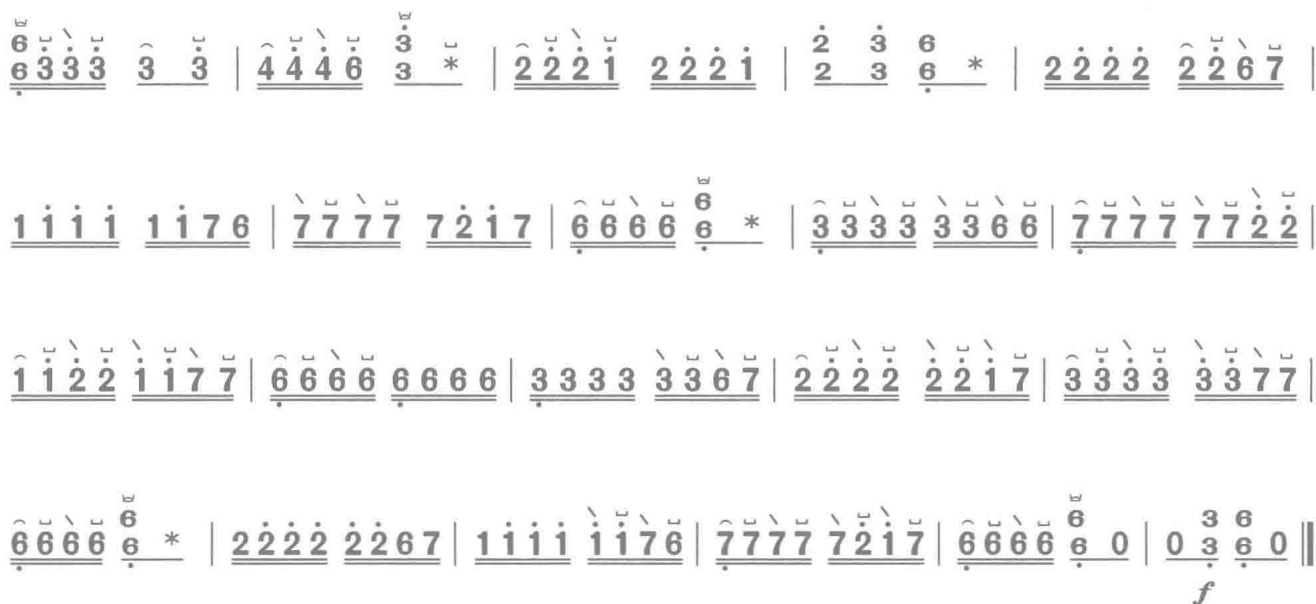
3 3 3 3 1 1̇ | 0 3̇ 2̇ 2̇ 1̇ | 6 1̇ 5 6 | 1̇ 3̇ 3̇ 2̇ | 1̇ 3̇ 3̇ 3̇ 2̇ 6 | 1̇ - ||

9. 勾托抹托和抹托练习

《娃哈哈》片段

1 = D $\frac{2}{4}$

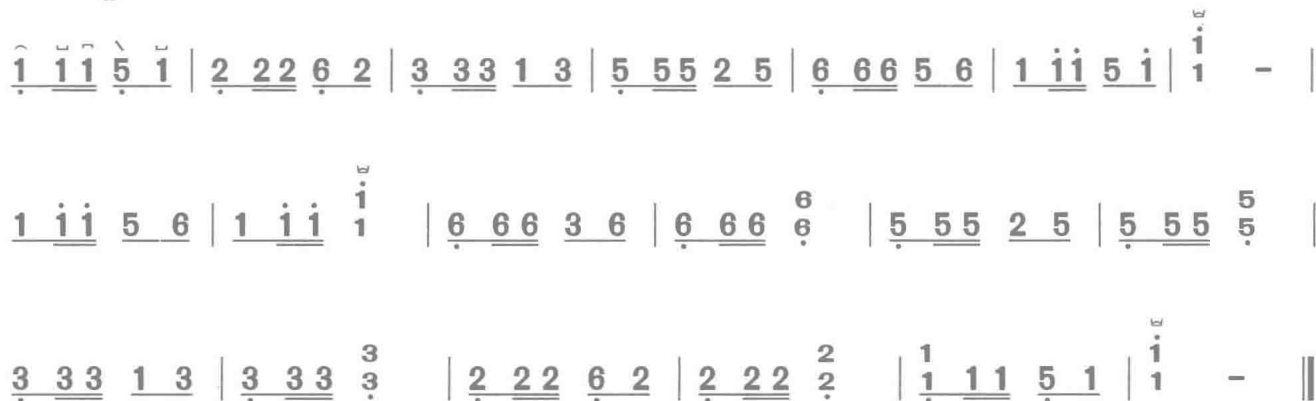
♩ = 84

郭石夫 曲
李婉芬 改编

技法练习指导:

练习曲 9 要严格按照对勾、托、抹、托的技术要求进行练习。注意第二小节的 $\dot{4}\dot{4}$, 这两个音连起来演奏, 需要左手同时按两个音区的 4 音。左手的食指、中指、无名指三个手指按中音 4, 大拇指按高音 $\dot{4}$, 要同时按下去。中音的 4 琴弦较硬, 因此按的力量要大一些。大拇指力量稍小一些, 耳朵要敏锐些, 以快速判断两个 4 音的音高, 以便及时调整。熟练后要准确一步按到位。在第 10、19 小节两个音区 7 的按音也用同样的处理方式, 特别要注意的是第 19 小节, 在第 18 小节最后半拍上有 7、6 两音, 这个 7 音就要用大拇指来按, 不然就会影响紧接着的下一小节的低音 7。

10. 托劈练习

1 = D $\frac{2}{4}$ 

技法练习指导:

练习本曲中十六分音符的托、劈时,大拇指远侧关节(第一关节)不要弯曲,大拇指的掌指关节发力。注意大拇指掌指关节不能塌陷。

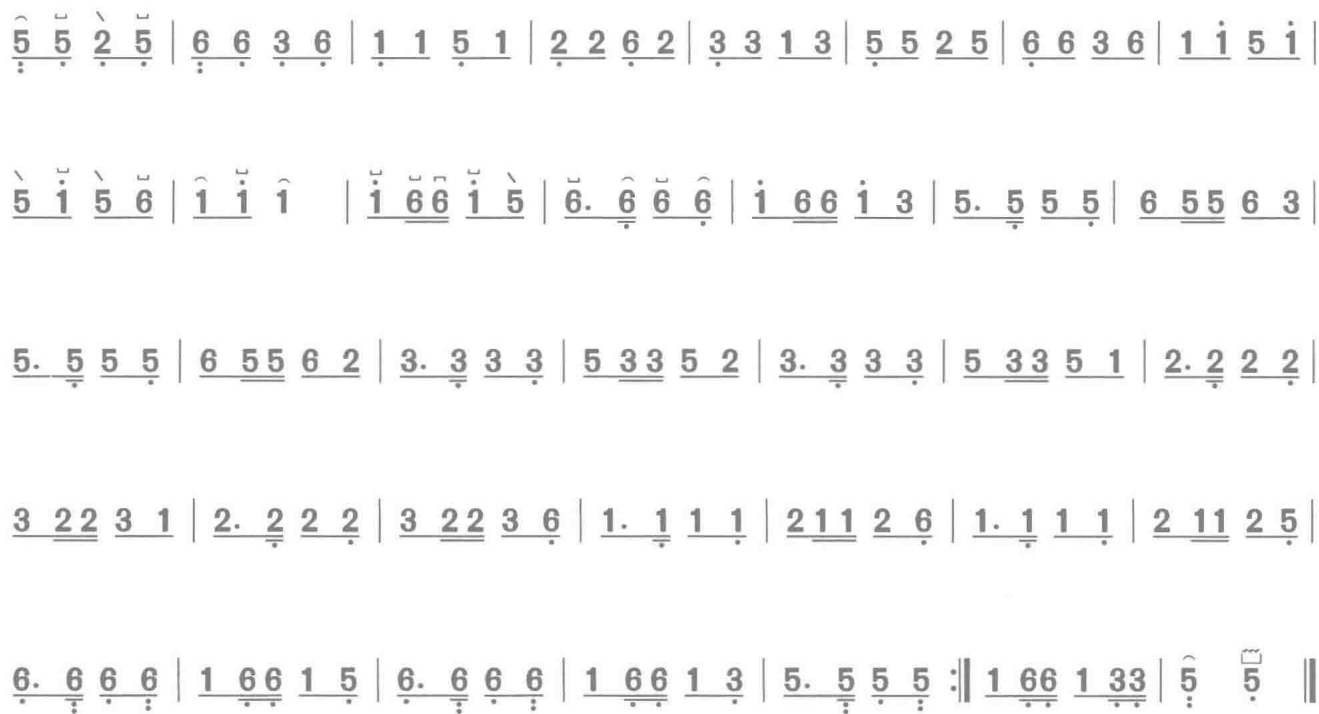
演奏时,大拇指要撑起来,先弹托,托是用压弦的方式,手指过弦后把手指的力量完全沉在最邻近的下行方向的琴弦上。劈时集中指力由掌指关节发力,快速过弦。托的力量比较好掌握,可能刚开始劈的力量并不太好控制,劈的时候一定要有爆发力,托劈连用时力度、音色要尽可能一致,要严格按乐谱标识的时值要求来演奏。

11. 勾托抹托和托劈练习

曹 正 选编

1 = D $\frac{2}{4}$

♩ = 80



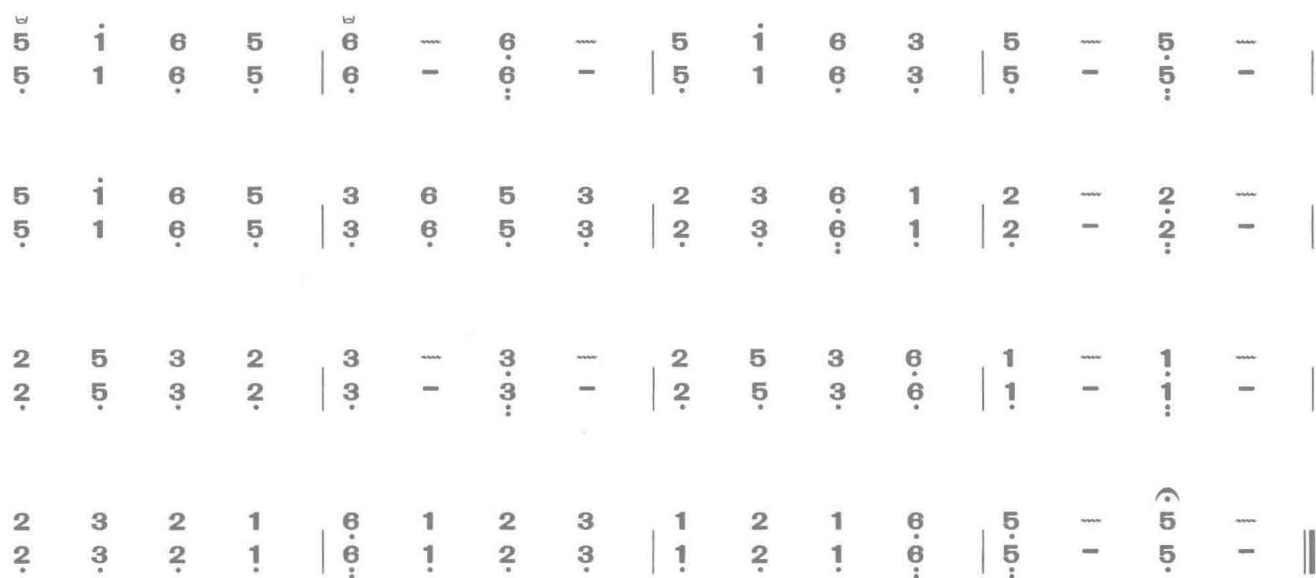
技法练习指导:

这条练习曲是集中了勾托、抹托和托劈几种技法的一个综合练习,这里勾托与抹托连用是另一种组合形式,我们称为套指或四点。这一指法的运用很普遍,特别是在潮州筝曲和浙江筝曲中,它的指序是中指勾、大拇指托、食指抹、大指托。演奏时在三个手指力量平衡的基础上,强拍上的音力量稍大一点,音与音之间要保持均匀的节奏律动。

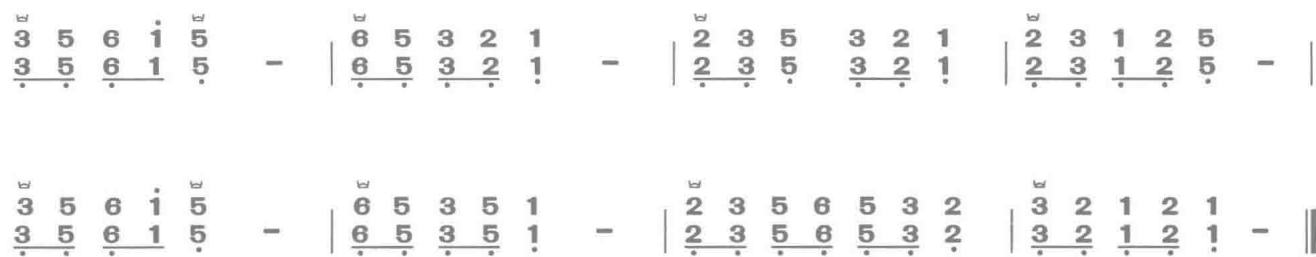
12. 大撮练习

 $1 = D \frac{4}{4}$

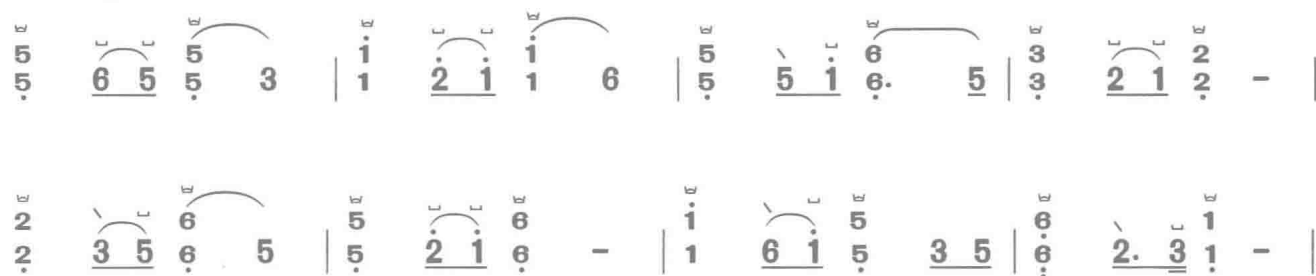
林 玲 选编

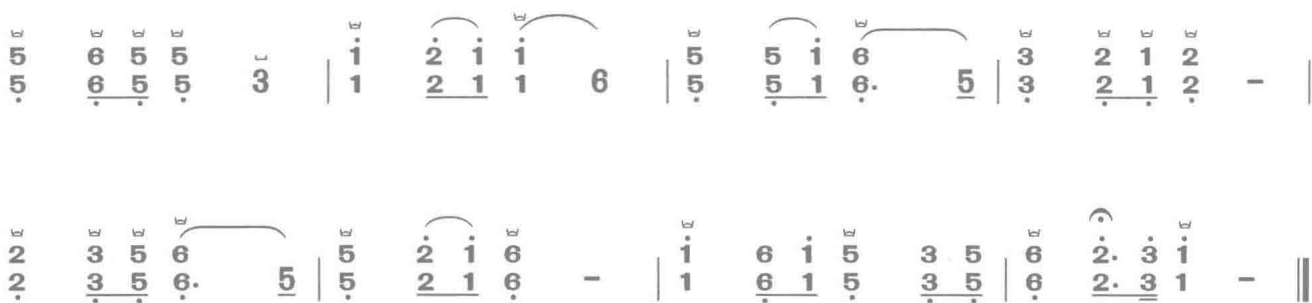
 $\text{♩} = 80$


13. 大撮练习

 $1 = D \frac{4}{4}$


14. 大撮练习

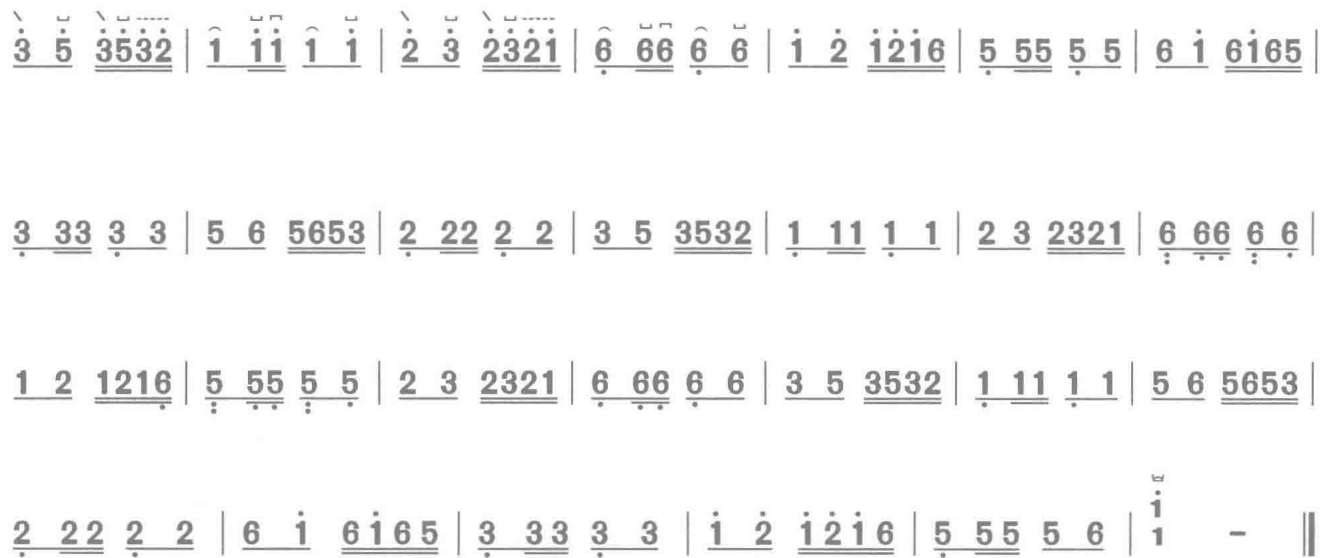
 $1 = D \frac{4}{4}$




技法练习指导:

中指勾与大拇指托同时弹奏八度和音,我们把这样的弹奏方式称为“大撮”。在大撮中,中指与大拇指的拨弦方向和勾托练习中的拨弦方向是一样的,中指向里即身体方向,大拇指向外。演奏时手指自然弯曲,虎口呈圆形;注意大拇指与中指不要一条线上,分开一些;大拇指也不能太塌,要横过来,如果大拇指压得太狠,肌肉就会很紧张,要立起来一些,这样演奏的声音会松弛些。手指要提前放弦,弹奏时两个手指用力统一,并且要同时演奏。初学者还有一个经常会出现的问题,就是在弹奏大撮的过程中手腕向下压,这样会把一部分力量耗损在手腕这个位置,使指关节的力量很难完全释放出来。因此在演奏过程中,手腕要保持平稳。

15. 连托练习

1 = D $\frac{2}{4}$ 

技法练习指导:

练习连托技法时,要把手臂的力量集中在指尖上,大拇指要保持支撑力,顺着琴的弧度,由高音向低音推进。要特别注意的是,弹奏时音与音之间要保持均匀的力度。