

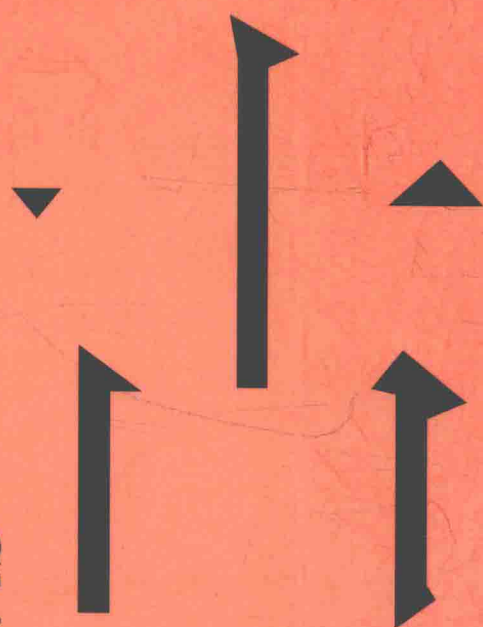
BEST  
TEACHING MATERIAL

GETTING  
STARTED FAST

IMPROVE  
AND BREAK THROUGH

DVD

专业名师，示范指导  
顶级教程，高手过招



Chinese Zither 3

【考级辅导9、专业级】

专业名师手把手教弹

奏响独具魅力之音 演绎听众共鸣之乐

培养演奏个性+五线谱基础知识+考级筝曲弹奏技巧解析

高等考级重点、难点一一击破



参



自学教程



# Chinese Zither 3

# 古筝自学教程 3

孙静静 编著

 成都时代出版社  
CHENGDU TIMES PRESS

图书在版编目(CIP)数据

古筝自学教程. 3 / 孙静静编著. — 成都 : 成都时代出版社, 2015. 9  
ISBN 978-7-5464-1493-5  
I. ①古… II. ①孙… III. ①筝—奏法—教材 IV. ①J632.32  
中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第219493号

古筝自学教程3  
GUZHENG ZIXUE JIAOCHENG 3  
孙静静 编著

---

|      |                                              |
|------|----------------------------------------------|
| 出品人  | 石碧川                                          |
| 责任编辑 | 李林                                           |
| 责任校对 | 朱成均                                          |
| 装帧设计 | ◎中映良品 (0755) 26740758                        |
| 责任印制 | 干燕飞                                          |
| 出版发行 | 成都时代出版社                                      |
| 电 话  | (028) 86621237 (编辑部)<br>(028) 86615250 (发行部) |
| 网 址  | www.chengdusd.com                            |
| 印 刷  | 深圳市福圣印刷有限公司                                  |
| 规 格  | 889mm×1194mm 1/16                            |
| 印 张  | 8                                            |
| 字 数  | 200千                                         |
| 版 次  | 2016年6月第1版                                   |
| 印 次  | 2016年6月第1次印刷                                 |
| 印 数  | 1-15000                                      |
| 书 号  | ISBN 978-7-5464-1493-5                       |
| 定 价  | 48.00元                                       |

---



# 古筝

东方钢琴，

众乐之冠

筝被誉为“众乐之冠”，是中国最古老、最富有特色的民族乐器之一，因其历史久远，现称“古筝”。最初流行于战国秦地，故又称“秦筝”。古人曾用“秦筝何慷慨，齐瑟和且柔”“珠联千拍碎，刀截一声终”这些生动诗句，来描绘那令人心旷神怡的古筝演奏技艺。自古以来，人们都将弹筝视作高雅之事，是陶冶情操、提高文化艺术修养的重要方式。又因其入门简单，现今已然成为学习人数仅次于钢琴的乐器，被称作“东方钢琴”。

古筝演奏强调“以韵补声”，通过轻、重、急、缓、长、短、虚、实、软、硬、大、小的控制自如，产生出明、暗、浓、淡、清、俏，古朴、拙涩、刚、柔等各种音色。再加上在力度、速度、时间上的准确配合，细腻娴熟，恰到好处，就产生出或激越、或清雅、或柔美、或空灵的音响效果。但是，要完美地诠释出一首筝曲的魅力，光靠高超的演奏技巧是不够的，还需要用心去体会古筝的音乐语言，领悟其中独特的意境，方能演奏出打动人心的乐曲。丰富的演奏技巧以及对筝曲意境的把握，都是古筝考级中的拦路虎。如何才能掌握并获得突破呢？本书将给你作出正确的指引。

本书作者孙静静，六岁开始习筝，曾师从赵曼琴、曹桂芬、李萌等多位中国著名古筝演奏艺术家，熟练掌握了古筝各个流派的特征与演奏技法。多年来，孙老师专注于古筝教育，培养了大批优秀学生，其中包括多位古筝教师。

这套古筝自学教程汇集了孙老师多年的演奏和教学经验。教程一函三册：Ⅰ册针对1-4级、Ⅱ册针对5-8级、Ⅲ册针对9级及以上（含专业演奏级）。三册教程从指法技巧、演奏风格与方式、对口的练习曲和中外名曲等方面逐一分析讲解，循序渐进，在踏实打好演奏基础上稳步提升演奏技艺。通过这套教程的学习，既可以帮助学习者规范学习方法，养成好习惯，又可以更好地掌握古筝弹奏的方法和技巧，领会古筝演奏的独特情怀与魅力，轻松克服考级的重点与难点，是不可多得的古筝自学与考级辅导辅助教材。



第一章

弦弹切切，  
清音指下  
来

高级演奏要点与特殊技巧



第一章 弦弹切切，清音指下来  
——高级演奏要点与特殊技巧

|                       |                    |
|-----------------------|--------------------|
| 一、高级演奏曲目需达到的标准.....1  | 音级.....4           |
| 为什么要培养演奏风格?.....1     | 音符和休止符.....5       |
| 如何保证乐曲的完整性与流畅性?.....2 | 附点音符和附点休止符.....6   |
| 二、五线谱基础知识.....3       | 三、高级演奏技巧——轮指.....7 |
| 认识五线谱.....3           |                    |
| 谱号.....3              |                    |

第二章 筝声袅袅，流水觅知音  
——高级考级筝曲讲解与赏析

|             |              |
|-------------|--------------|
| 黔中赋.....11  | 莲花谣.....62   |
| 茉莉芬芳.....18 | 溟山.....74    |
| 林冲夜奔.....24 | 箜篌引.....87   |
| 幻想曲.....35  | 西域随想.....100 |
| 长相思.....46  | 风之猎.....110  |
| 彝族舞曲.....54 |              |

附录

|                        |
|------------------------|
| 古筝9~10级考试提示及要求.....121 |
| 古筝常用指法符号.....122       |

## 一、高级演奏曲目需达到的标准

简单地说，演奏的基本要素包括技法和情感，两者是互为前提和基础的。有了熟练的技法，才能将乐曲的情感表达出来，而只有准确表达对乐曲的理解和情感，才能更好地诠释弹奏技法。让作曲者、演奏者和听众三者之间通过音乐可以无障碍地交流，获得共同的情感升华，这也是所有乐器学习者们追求的最高梦想。



### 为什么要培养演奏风格?

伟大的诗人、戏剧家莎士比亚曾说过：“一千名观众眼中有一千个哈姆雷特。”同理，同一首古筝作品，同样的技巧，由不同的人来演绎，必定会有不同的感觉。越是有名的演奏家，其演奏风格也越明显。

在一首作品中，能够按照老师教的，熟练地施展演奏技巧，并完整地演奏完毕，充其量可赞一句“稳妥”。这样的演奏中规中矩，没有错漏，但终究缺了些灵性。没有灵性的作品就像没有灵魂，终究是难以动人心弦的。

事实上，古筝演奏除了作品本身应该遵循弹奏方法外，演奏者还可结合自己的文化和艺术修养、审美和领悟力、性格和演奏习惯等，对作品进行二度创作。通过这个创作的过程，把自己所能感受到的美尽量表现出来——这就是“个性”，是每个人表现出来的独特韵味。当然，这种“独特”并不是标新立异或惊世骇俗的，它的本质依然是为了表现出人类共同的审美，并引起他人情感的共鸣。

对古筝音乐认识愈深，相关经验和知识愈丰富，对古筝的认识就会改变。无论在哪一阶段、属于哪种程度，演奏者都有相应的能力可以感受古筝之美。这种能力每个人都具备，跟技巧高低不一定成比例，区别只在于你是否用心去发掘而已。



## 如何保证乐曲的完整性与流畅性？

应该说，演奏时保证一首作品的完整性与流畅度是最起码的要求。可为什么直到古筝高级学习时才来讨论这个问题呢？这是因为进入高级学习后，这一要求就更加严格了。

所谓的完整性，不仅是指从头到尾演奏一遍，没有漏掉一个音符，它还包括在整个演奏过程中表情是否到位、肢体语言是否合理、舞台形象是否具备美感等等细节。这些细节在初级演奏中就要开始培养。到了高级演奏时，要能做到演奏与表情浑然一体，音乐如行云流水、动人心弦，舞台形象赏心悦目，这才算是一场“完整”的演出。

流畅性虽说算不上一个难点，但其波动性比较大，跟每个人的心态和定力有关。心态好的学习者，不管是平时练习，还是上台表演，都能很淡定地正常发挥，甚至超常水平地让演奏更完美。而心态不稳定的人，则容易受外界的影响，致使原本私底下练习相当熟练的曲子，一到台上就弹得磕磕巴巴，大失水准。

因此，要保证演奏的流畅性，拥有一个良好的心态是非常重要的。当然，前提是你已经把曲子“啃”得烂熟了，所有技巧和变化都成竹在胸。这样，只要放松心情，正常发挥就可做到。

除此之外，还有一个办法可巧妙保持演奏的流畅性，那就是“随机应变”。一般情况下，演奏时如果只漏掉其中的一两个音符，那么不必太过在意，手下不要停顿，马上忘掉这个小瑕疵，继续下面的演奏。这一点特别适合用在考级的突发状况中。

可如果临时大脑空白，忘记了好几个小节该怎么办呢？不要惊慌！此时可以巧妙地重复前几小节的内容，延长演奏时间，让自己回想；或干脆灵活运用平日所学的技巧，对这几个小节进行“二度创作”，几个琶音、几段刮奏……想尽一切办法在契合乐句原本风格的情况下，巧妙连接上后面的句段。

当然，不管以上哪种办法，前提一定是建立在平时扎实的基本功上的。“台上一分钟，台下十年功”，学习乐器没有捷径，唯有铭记四个字——“勤学苦练”！



## 二、五线谱基础知识

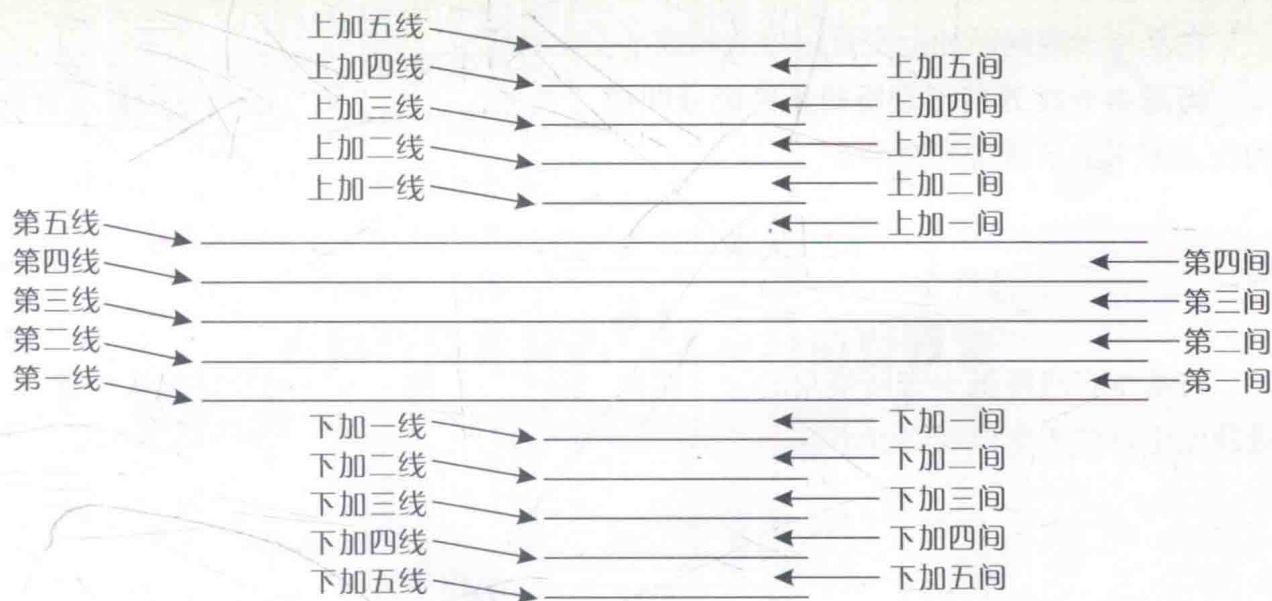
进入高级曲目的演奏后，乐谱基本都是五线谱视谱了，这也是为了和国际接轨，增强演奏者的识谱能力。

### 认识五线谱

五线谱是由五条线组成的乐谱。在五线谱中，五条间距相等的平行线由下至上依次命名，它们用于区分音的高低。最下面第一条线叫做“第一线”，往上数第二条线叫“第二线”，再往上数是“第三线”“第四线”，最上面一条线是“第五线”。

线与线之间则称为“间”，也由下至上依次命名。

为了标记过高或过低的音，在五线谱的上面或下面还要加上许多短线，这些短线叫加线。在五线谱上面的叫上加线（上加线越多表示音越高）；下面的叫下加线（下加线越多表示音越低）。



### 谱号

谱号是五线谱上确定音的高低的符号，放在五线谱的开头位置。

谱号有三种：高音谱号（G谱号）、中音谱号（C谱号）和低音谱号（F谱号）。古筝一般使用高音谱号记谱。

高音谱号，也称为G谱号，其中心位置记在第二线上，表示确定第二线为G音，即简谱中的5（sol）。



## 音级

乐音体系中的各音，叫做音级。音级可分为基本音级和变化音级。

### ◎ 基本音级

在乐音体系中，记录音的高低的符号称为音符。每个音符代表一个音级。在音列中，有七个具有独立名称的音级叫做基本音级，简谱中它们分别用1、2、3、4、5、6、7表示，音名为C、D、E、F、G、A、B，唱名依次为do、re、mi、fa、sol、la、si，级数为I、II、III、IV、V、VI、VII。



|     |    |    |     |    |     |    |     |
|-----|----|----|-----|----|-----|----|-----|
| 简谱: | 1  | 2  | 3   | 4  | 5   | 6  | 7   |
| 音名: | C  | D  | E   | F  | G   | A  | B   |
| 唱名: | do | re | mi  | fa | sol | la | si  |
| 级数: | I  | II | III | IV | V   | VI | VII |

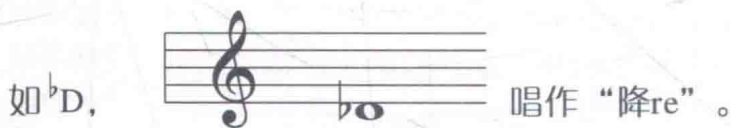
### ◎ 变化音级

在基本音级前面加上变音记号就构成了变化音级。

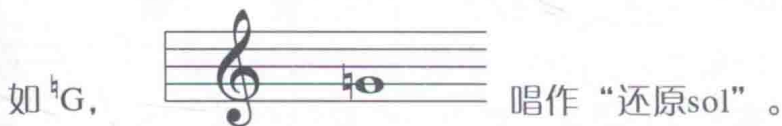
将基本音级升高半音所使用的记号叫做“升号”，用“#”记号写在基本音级的左上方来表示该音升高半音。



将基本音级降低半音所使用的记号叫做“降号”，用“b”记号写在基本音级的左上方来表示该音降低半音。



还原号用“<sup>♮</sup>”记号写在音符的左上方来表示。还原号是将变化的音级还原为基本音级，即无论该音级是升、降、重升、重降，只要有还原号，就回到基本音级，而不管它升高或降低的是半音还是全音。





除了以上三种常用的，还有另外两种变音记号：

重升号“x”，表示升高一个全音。

重降号“bb”，表示降低一个全音。

注：

①升降记号写在谱号的后面叫调号，它表明整首乐曲中相应的这个音都要升高或降低半音。

②升降记号或还原记号写在音符前，它的作用是临时的，只对本小节中该音符及其后面同音高的音符起作用。

### 音符和休止符

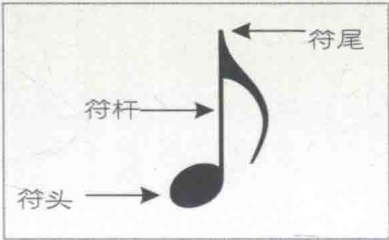
音符是用来记录乐曲旋律的符号，可以分为全音符、二分音符、四分音符、八分音符、十六分音符等，而休止符是记录音乐停顿的符号。

以八分音符为例，五线谱中的音符由三个部分组成。

符头：空心的或实心的椭圆形标记。

符杆：连接符头与符尾的垂直的短线。

符尾：连在符杆一端的旗状标记。



下面是常用音符与休止符的写法和时值对照表：

音符与休止符的写法和时值对照表

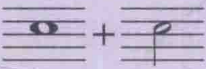
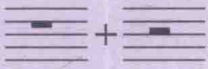
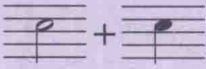
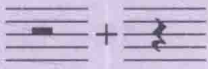
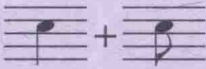
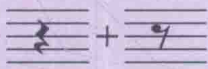
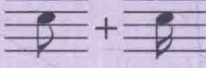
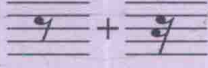
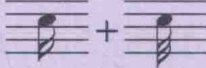
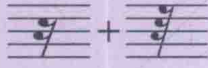
| 音符名称            | 五线谱记法 | 时值（以四分音符为一拍） |
|-----------------|-------|--------------|
| 全音符<br>全休止符     |       | 4拍           |
| 二分音符<br>二分休止符   |       | 2拍           |
| 四分音符<br>四分休止符   |       | 1拍           |
| 八分音符<br>八分休止符   |       | 1/2拍         |
| 十六分音符<br>十六分休止符 |       | 1/4拍         |

## 附点音符和附点休止符

附点是记在音符或休止符右下方的小圆点。带有一个附点的音符，弹奏时增长原有音符时值的二分之一；带有两个附点的音符（较少见），弹奏时增长原有音符的四分之三。

带有附点的音符与休止符分别被称为“附点音符”、“附点休止符”。下面是常用附点音符和附点休止符的记法和时值对照表：

附点音符和附点休止符的记法和时值对照表

| 名称      | 写法                                                                                  | 时值                                                                                  | 名称       | 写法                                                                                    | 时值                                                                                    |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 附点全音符   |   |   | 附点全休止符   |   |   |
| 附点二分音符  |  |  | 附点二分休止符  |  |  |
| 附点四分音符  |  |  | 附点四分休止符  |  |  |
| 附点八分音符  |  |  | 附点八分休止符  |  |  |
| 附点十六分音符 |  |  | 附点十六分休止符 |  |  |



### 三、高级演奏技巧——轮指

除小指外，其他四指（或三指）依次轮流弹奏而成的一组指法，被称为轮指。乐谱中一般用“ $\dot{\text{十}}$ ”记号来表示。

轮指可分为三指轮和四指轮两种。

#### ◎三指轮

三指轮是用中、食、大拇指三指，按照其各自的单指法“勾、抹、托”的顺序；或无、中、食三指，按其单指法“打、勾、抹”的顺序反复提弹的一种指法。标记为“ $\text{人}$ ”，记在音符上方。

在演奏中，通常每一拍（以四分音符为一拍）演奏两轮（每轮为三个音），如“ $\dot{6}$ ”演奏为“666666”；“ $\dot{6}$ ”演奏为“666”。



#### ◎四指轮

四指轮是用无名、中、食、大拇指四指按照其单指法“打、勾、抹、托”的顺序反复提弹的一种指法。乐谱上标记为“ $\dot{\text{十}}$ ”。

在演奏中，四指轮通常也是每一拍（以四分音符为一拍）演奏两轮（每轮为四个音），如“ $\dot{3}$ ”演奏为“33333333”，“ $\dot{3}$ ”演奏为“3333”。

需要注意的是，轮指弹奏时，手指要在一条直线上。以手指第二关节和指尖运动发力，力点在指尖，手指的动作尽量要小。弹奏时手腕要低于手背，每个音的力度要均匀。

乐曲中到底该用三指轮，还是用四指轮，需要演奏者根据旋律的需要灵活选择。

# 轮指练习

选自《抒情幻想曲》

Piano

The sheet music is for a piano piece in D major, 4/4 time. It features a '轮指练习' (Finger Rolling Exercise) section. The music is marked 'mf' (mezzo-forte) and 'mp' (mezzo-piano). The notation includes a variety of fingerings, including sixths and triplets, and a dynamic range from mezzo-forte to mezzo-piano. The piece is in 4/4 time, with a key signature of two sharps (F# and C#). The notation includes a variety of fingerings, including sixths and triplets, and a dynamic range from mezzo-forte to mezzo-piano.

### 三轮指练习

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

$\overset{\frown}{5\ 5\ 5\ 5\ 5\ 5}$   $\overset{\frown}{3\ 3\ 3\ 3\ 3\ 3}$  |  $\overset{\frown}{2\ 2\ 2\ 2\ 2\ 2}$   $\overset{\frown}{1\ 1\ 1\ 1\ 1\ 1}$  |  $\overset{\frown}{3\ 3\ 3\ 3\ 3\ 3}$   $\overset{\frown}{2\ 2\ 2\ 2\ 2\ 2}$  |

$\overset{\frown}{1\ 1\ 1\ 1\ 1\ 1}$   $\overset{\frown}{6\ 6\ 6\ 6\ 6\ 6}$  |  $\overset{\frown}{2\ 2\ 2\ 2\ 2\ 2}$   $\overset{\frown}{1\ 1\ 1\ 1\ 1\ 1}$  |  $\overset{\frown}{6\ 6\ 6\ 6\ 6\ 6}$   $\overset{\frown}{5\ 5\ 5\ 5\ 5\ 5}$  |

$\overset{\frown}{1\ 1\ 1\ 1\ 1\ 1}$   $\overset{\frown}{6\ 6\ 6\ 6\ 6\ 6}$  |  $\overset{\frown}{5\ 5\ 5\ 5\ 5\ 5}$   $\overset{\frown}{3\ 3\ 3\ 3\ 3\ 3}$  |  $\overset{\frown}{6\ 6\ 6\ 6\ 6\ 6}$   $\overset{\frown}{5\ 5\ 5\ 5\ 5\ 5}$  |

$\overset{\frown}{3\ 3\ 3\ 3\ 3\ 3}$   $\overset{\frown}{2\ 2\ 2\ 2\ 2\ 2}$  |  $\overset{\frown}{5\ 5\ 5\ 5\ 5\ 5}$   $\overset{\frown}{3\ 3\ 3\ 3\ 3\ 3}$  |  $\overset{\frown}{2\ 2\ 2\ 2\ 2\ 2}$   $\overset{\frown}{1\ 1\ 1\ 1\ 1\ 1}$  |

$\overset{\frown}{5\ 5\ 5\ 1\ 1\ 1}$   $\overset{\frown}{6\ 6\ 6\ 2\ 2\ 2}$  |  $\overset{\frown}{1\ 1\ 1\ 3\ 3\ 3}$   $\overset{\frown}{2\ 2\ 2\ 5\ 5\ 5}$  |  $\overset{\frown}{3\ 3\ 3\ 6\ 6\ 6}$   $\overset{\frown}{5\ 5\ 5\ 1\ 1\ 1}$  |

$\overset{\frown}{6\ 6\ 6\ 2\ 2\ 2}$   $\overset{\frown}{1\ 1\ 1\ 3\ 3\ 3}$  |  $\overset{\frown}{2\ 2\ 2\ 5\ 5\ 5}$   $\overset{\frown}{3\ 3\ 3\ 6\ 6\ 6}$  |  $\overset{\frown}{5\ 5\ 5\ 6\ 6\ 6}$   $\overset{\frown}{1\ 1\ 1\ 1\ 1\ 1}$  |

$\overset{\frown}{1\ 1\ 1\ 5\ 5\ 5}$   $\overset{\frown}{6\ 6\ 6\ 3\ 3\ 3}$  |  $\overset{\frown}{5\ 5\ 5\ 2\ 2\ 2}$   $\overset{\frown}{3\ 3\ 3\ 1\ 1\ 1}$  |  $\overset{\frown}{2\ 2\ 2\ 6\ 6\ 6}$   $\overset{\frown}{1\ 1\ 1\ 5\ 5\ 5}$  |

$\overset{\frown}{6\ 6\ 6\ 3\ 3\ 3}$   $\overset{\frown}{5\ 5\ 5\ 2\ 2\ 2}$  |  $\overset{\frown}{3\ 3\ 3\ 1\ 1\ 1}$   $\overset{\frown}{2\ 2\ 2\ 6\ 6\ 6}$  |  $\overset{\frown}{1\ 1\ 1\ 6\ 6\ 6}$   $\overset{\frown}{5\ 5\ 5\ 5\ 5\ 5}$  |  $\overset{\frown}{5\ 5}$  - ||

### 四轮指练习

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

$\overset{+}{5}$   $\overset{+}{6\ i}$  |  $\overset{+}{2}$   $\overset{+}{2\ 3}$  |  $\overset{+}{1}$   $\overset{+}{1\ 6}$  |  $\overset{+}{5}$  - |  $\overset{+}{5}$   $\overset{+}{6\ i}$  |  $\overset{+}{3\ .}$   $\overset{+}{5}$  |  $\overset{+}{1}$   $\overset{+}{6\ i}$  |  $\overset{+}{2}$  - ||

$\overset{+}{5}$   $\overset{+}{3\ i}$  |  $\overset{+}{2\ .}$   $\overset{+}{3}$  |  $\overset{+}{1\ 2}$   $\overset{+}{1\ 5}$  |  $\overset{+}{6}$  - |  $\overset{+}{6\ 2}$   $\overset{+}{1\ 6}$  |  $\overset{+}{5\ 6}$   $\overset{+}{i}$  |  $\overset{+}{2\ i}$   $\overset{+}{6\ i}$  |  $\overset{+}{5}$  - ||





第二章

箏声袅袅，  
流水觅知音

高级考级箏曲讲解与赏析

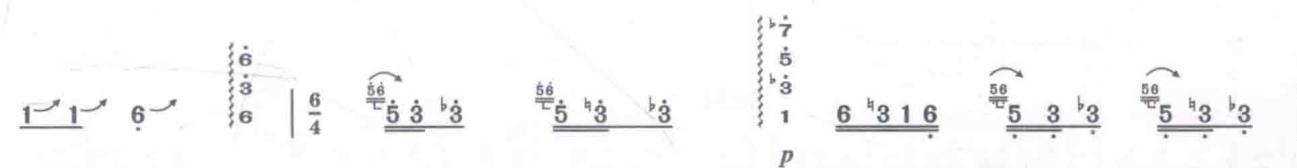
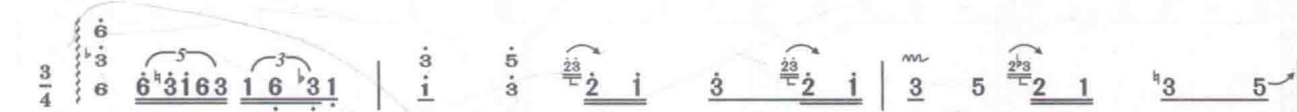
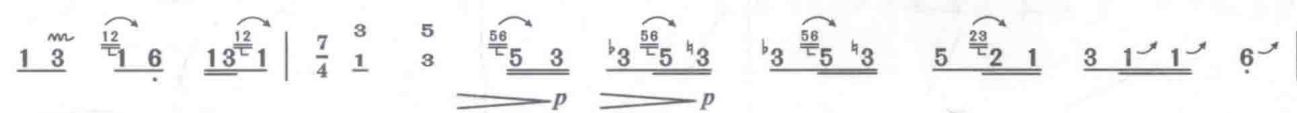
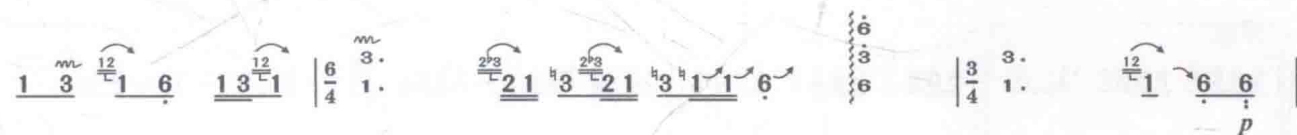
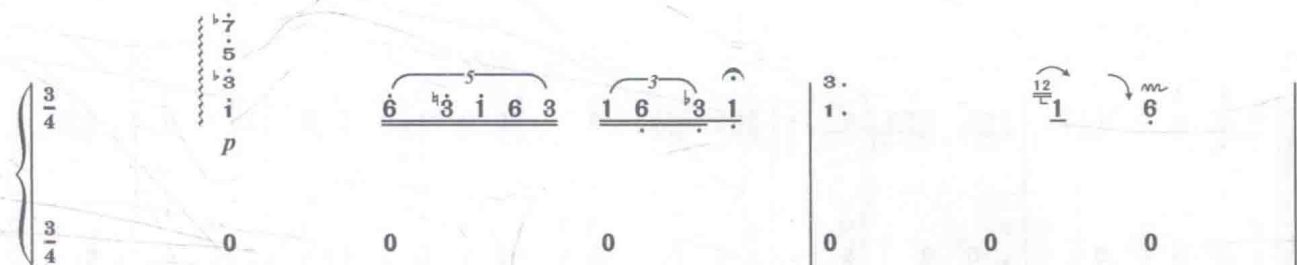
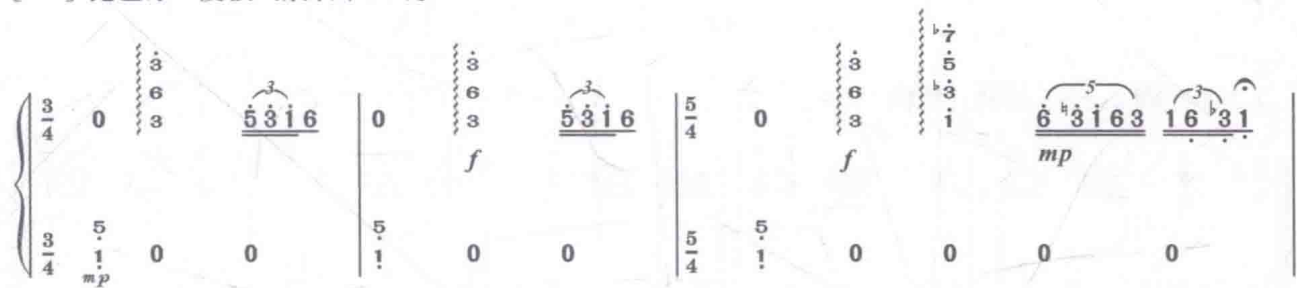
# 黔中赋

1=D

徐晓林 曲

(定弦: 1 2 3 5 6 1  $\flat$ 3  $\sharp$ 3 5 6 1 2 3 5 6 1  $\flat$ 3  $\sharp$ 3 5 6  $\flat$ 7)

[一] 琵琶咏 慢板 稍自由 ♩=40



稍快 渐激动

