

古筝

指法技巧训练指导

Guzheng Zhifa Jiqiao Xunlian Zhidao

刘颖 编著



金盾出版社
JINDUN CHUBANSHE

古筝指法技巧训练指导

刘 颖◎编著



金盾出版社

内 容 提 要

本书由中国十大青年古筝演奏家之一、中国音乐最高奖“金钟奖”金奖获得者刘颖女士编写。本书根据古筝学习者的现实需要,从大量的古筝作品中精选了部分传统民间筝曲、近现代筝曲、考级筝曲、专业比赛规定的筝曲,规范了筝曲的演奏指法,指导古筝学习者锤炼扎实的指法基本功与演奏技巧。本书不仅适用于广大古筝爱好者,而且可为专业学习者攻克高难度技巧提供专业的指导。

图书在版编目(CIP)数据

古筝指法技巧训练指导/刘颖编著. —北京:金盾出版社,2017.1
ISBN 978-7-5186-0998-7

I. ①古… II. ①刘… III. ①筝—指法 IV. ①J632.32

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 203100 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京印刷一厂

正文印刷:双峰印刷装订有限公司

装订:双峰印刷装订有限公司

各地新华书店经销

开本:880×1230 1/16 印张:12.75

2017 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~4 000 册 定价:43.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

本书音乐作品著作权使用费已交中国音乐著作权协会
联系地址:北京市东单三条 33 号京纺大厦 5 层(邮编 100005)
电话:(010)65232656—535

序 言

古筝艺术是中国传统音乐艺术的重要组成部分，它伴随着我国灿烂的文化经历了数千年的历史。其优美、浑厚的音色，富有张力的演奏形式，使它在中国器乐大家族中有着重要的地位。“忽闻江上弄哀筝，苦含情。遣谁听？烟敛云收，依约是湘灵。欲待曲终寻问取，人不见，数峰青。”（苏轼诗句）“却倚缓弦歌别绪，断肠移破秦筝柱。”（晏几道诗句）“秦弦络络呈纤手，宝雁斜飞三十九。”（贺铸诗句）……从这些诗句中可看出古筝在中国文人心目中有着很高的地位。

而今，随着时代的发展，古筝艺术逐渐进入了大众的生活，在人们的精神文化生活起着重要的作用。近年来，随着我国优秀的民族传统文化受到日益重视，古筝艺术得到了极大的发展。人们对音乐素质教育越来越重视，对民族传统音乐表现出极大的热情。此外，社会对古筝等传统民族乐器艺术教育的需求也在不断增长，一些艺术学校普遍增加了招生名额，群众性古筝普及教育蓬勃发展。

本书较其他同类书相比，从内容到形式都有自己的独到之处。首先，规范了初级到高级曲目的指法与弹奏技巧。其次，每个技巧配套考级作品以及近代创作作品的选段，作为分析性练习曲。第三，随着古筝艺术社会普及程度的提高，学习者的演奏水平与以往相比有了很大的提高。因此，本书不仅分析、指导考级作品中的指法与弹奏技巧，而且增加了近现代创作的专业性大赛的规定作品，不仅适用于考级学生，而且可帮助专业院校学生攻克高难度技巧。当代古筝发展无论从演奏技术，还是筝乐创作与以前相比有了质的飞跃，对古筝弹奏的技术性要求越来越高。为此，本书遵循由简到繁、由浅入深的原则编写，精选了传统民间筝曲、近现代创作筝曲、考级筝曲、专业比赛规定筝曲作为练习选段，帮助学习者逐一攻克每一个指法技巧，这是作者编写本书的动机。

本书作者为中国十大青年演奏家之一、中国音乐界最高奖“金钟奖”金奖获得者。成功举办了多场个人古筝独奏音乐会、古筝技巧运用讲学，演出与教学双向发展。多年的教学与实践，使她对广大古筝学习者在指法与弹奏技巧等方面存在的问题非常了解，所讲内容针对性强，可有效帮助学习者锤炼扎实的基本功。本书可作为古筝学习者必备的指法练习教材，亦可作为考级学生及音乐院校古筝专业学生的参考用书。

在编辑此书的过程中，王丽菲女士对书稿作了严谨、细致的校对工作，付出了辛勤的劳动，在此表示诚挚的谢意！

编 者

目 录

第一章 古筝概述	1
一、古筝简介	1
二、乐器结构	1
三、古筝的保养	2
第二章 基础演奏指法技巧训练	3
一、勾、托、抹、打	3
(一) 练习曲	3
练习曲一	曹 正编曲 3
练习曲二	阎 丽编曲 4
(二) 乐曲技巧运用分析与指导	5
在北京的金山上(节选)	西藏民歌 邱大成编曲 5
南泥湾(节选)	马 可曲 曹 正编订 5
虞美人(节选)	陕西郿鄠曲牌 曲 云订谱 6
开扇窗(节选)	潮州民间乐曲 杨秀明订谱 6
西江月(节选)	潮州筝曲 郭鹰筝演奏 7
渔舟唱晚(节选)	娄树华传谱 曹 正编订 8
浏阳河(节选)	唐壁光曲 张 燕改编 10
瑶族舞曲(节选)	刘铁山、茅 沅曲 尹其颖改编 11
香山射鼓(节选)	曲 云曲 13
寒鸦戏水(节选)	潮州筝曲 杨秀明传谱 14
茉莉芬芳(节选)	何占豪曲 15
将军令(节选)	浙江筝曲 王巽之编曲 项斯华演奏谱 17
二、揉、按、滑、颤	18
(一) 练习曲	19
练习曲一	王中山编曲 19
练习曲二	佚 名曲 20
(二) 乐曲技巧运用分析与指导	20
虞美人(节选)	陕西郿鄠曲牌 曲 云订谱 20
小鸟朝凤(节选)	河南古曲 曹 正订谱 21
开扇窗(节选)	潮州筝曲 杨秀明演奏谱 22

天下同(节选)	山东琴书前奏曲 张鹤鸣传谱 曹正记谱	23
西江月(节选)	潮州筝曲 郭鹰筝演奏	24
渔舟唱晚(节选)	娄树华传谱 曹正编订	24
纺织忙(节选)	刘天一曲	25
高山流水(节选)	浙江筝曲 王巽之传谱 项斯华演奏谱	26
浏阳河(节选)	唐壁光曲 张燕改编	28
花儿与少年(节选)	青海民歌 李婉芬编曲	28
香山射鼓(节选)	曲云曲	30
寒鸦戏水(节选)	潮州筝曲 郭鹰传谱	31
闹元宵(节选)	河南筝曲 曹东扶曲	32
秦桑曲(节选)	陕西筝曲 周延甲曲	33
将军令(节选)	浙江筝曲 王巽之传谱 项斯华演奏谱	34
三、大撮、小撮		35
(一) 练习曲		35
练习曲一	佚名曲	35
练习曲二	根据《小猫钓鱼》改编 王荣改编订指法	36
(二) 乐曲技巧运用分析与指导		37
开扇窗(节选)	潮州民间乐曲 杨秀明订谱	37
劳动最光荣(节选)	黄淮曲 史兆元改编	37
洞庭新歌(节选)	王昌元、浦琦璋编曲	39
山丹丹开花红艳艳(节选)	焦金海改编	40
丰收锣鼓(节选)	李祖基曲	42
茉莉芬芳(节选)	何占豪曲	43
幸福渠水到俺村(节选)	沈立良、项斯华、范上娥曲	46
雪山春晓(节选)	范上娥、格桑达吉曲	47
四、琶音		49
(一) 练习曲		49
练习曲一	王中山编曲	49
练习曲二	佚名曲	50
(二) 乐曲技巧运用分析与指导		51
浏阳河(节选)	唐壁光曲 张燕改编	51
瑶族舞曲(节选)	刘铁山、茅沅曲 尹其颖改编	52
幸福渠水到俺村(节选)	沈立良、项斯华、范上娥曲	54
雪山春晓(节选)	范上娥、格桑达吉曲	54
五、双手轮抹、轮撮		55
(一) 练习曲		55
练习曲一	阎丽编曲	55

练习曲二	葛德月编曲	56
(二) 乐曲技巧运用分析与指导		57
纺织忙 (节选)	刘天一曲	57
劳动最光荣 (节选)	黄 准曲 史兆元改编	58
洞庭新歌 (节选)	王昌元、浦琦璋编曲	59
春到拉萨 (节选)	史兆元曲	60
香山射鼓 (节选)	曲 云曲	62
闹元宵 (节选)	河南筝曲 曹东扶曲 曹永安、李 汴整理	63
战台风 (节选)	王昌元曲	63
将军令 (节选)	浙江筝曲 王巽之传谱	65
幸福渠水到俺村 (节选)	沈立良、项斯华、范上娥曲	68
雪山春晓 (节选)	范上娥、格桑达吉曲	69
六、托劈		70
(一) 练习曲		70
练习曲一	佚名曲	70
练习曲二	佚名曲	72
(二) 乐曲技巧运用分析与指导		73
春到拉萨 (节选)	史兆元曲	73
春到拉萨 (节选)	史兆元曲	74
闹元宵 (节选)	河南筝曲 曹东扶曲 曹永安、李 汴整理	75
秦桑曲 (节选)	陕西筝曲 周延甲曲	78
七、摇指		79
(一) 练习曲		79
练习曲一	佚名曲	79
练习曲二	古 月曲 雷 欢编曲	80
(二) 乐曲技巧运用分析与指导		81
花儿与少年 (节选)	青海民歌 李婉芬编曲	81
丰收锣鼓 (节选)	李祖基曲	82
春到拉萨 (节选)	史兆元曲	83
战台风 (节选)	王昌元曲	86
茉莉芬芳 (节选)	何占豪曲	87
将军令 (节选)	浙江筝曲 王巽之传谱 项斯华演奏谱	88
幸福渠水到俺村 (节选)	沈立良、项斯华、范上娥曲	89
雪山春晓 (节选)	范上娥、格桑达吉曲	90
八、扫摇		91
(一) 练习曲		91
练习曲一	佚名曲	91

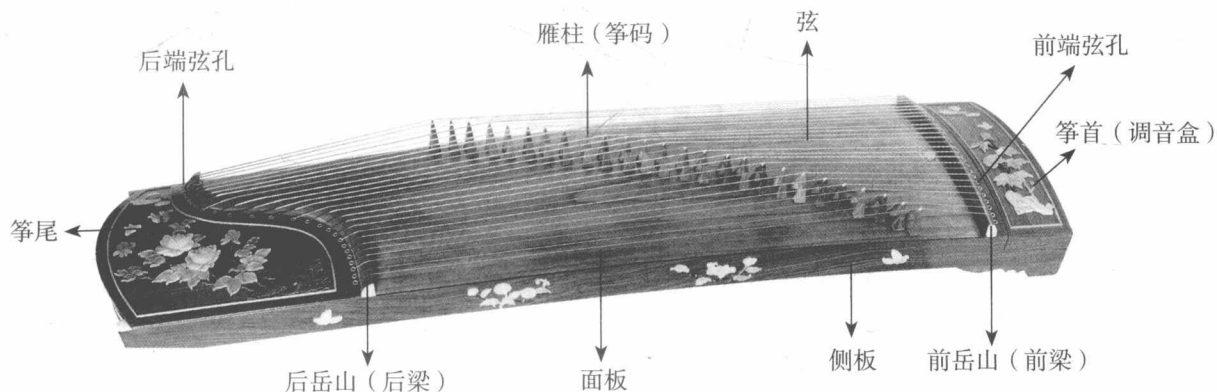
练习曲二	佚名曲	92
(二) 乐曲技巧运用分析与指导		93
战台风(节选)	王昌元曲	93
幸福渠水到俺村(节选)	沈立良、项斯华、范上娥曲	94
九、刮奏		94
(一) 练习曲		94
练习曲一	佚名曲	94
练习曲二	佚名曲	95
(二) 乐曲技巧运用分析与指导		95
高山流水(节选)	浙江筝曲 王巽之编曲	95
洞庭新歌(节选)	王昌元、浦琦璋编曲	97
战台风(节选)	王昌元曲	97
第三章 快速指序技巧训练分析		99
练习曲一	佚名曲	99
练习曲二	佚名曲	101
练习曲三	佚名曲	102
练习曲四	佚名曲	103
练习曲五	佚名曲	104
第四章 综合技巧练习——比赛规定作品弹奏技巧分析		107
1. 长相思	王建民曲	107
2. 黔中赋	徐晓林曲	116
3. 草原英雄小姐妹	刘起超、张燕曲	123
4. 林冲夜奔	王巽之、陆修棠曲 项斯华演奏谱	130
5. 井冈山上太阳红	艾南曲 赵曼琴改编	136
6. 云岭音画	王中山曲	142
7. 西域随想	王建民曲	157
8. 春到湘江	王中山改编	166
9. 幻想曲	王建民曲	174
10. 溟山	王中山曲	185
古筝弹奏常用指法记谱表		195

第一章 古筝概述

一、古筝简介

古筝，又名汉筝、秦筝、瑶筝、鸾筝，是汉民族传统乐器中的筝乐器，属于弹拨乐器，是中国独特、重要的民族乐器之一。其音色优美，音域宽广，演奏技巧丰富，具有相当强的表现力，深受大众的喜爱。现出现了小古筝、便携式古筝、迷你古筝、半筝、新筝、十二平均律转调筝。古筝由面板、雁柱（筝码）、筝弦、前岳山、弦轴、调音盒、筝足、后岳山、侧板、出音孔、底板、穿弦孔等组成。

筝的形制为长方形木质音箱，弦架“筝码”（即雁柱）可自由移动，一弦一音，按五声音阶排列，最早以25弦筝为最多（有分瑟为筝的说法），唐宋时有十三弦，后增至十六弦、十八弦、二十一弦等。目前，最常用的规格为二十一弦，通常，古筝的型号为S163-21，S代表S形岳山，由王巽之与缪金林共同发明，163代表古筝长度是163厘米左右，21代表古筝弦数为21根。



古筝结构图

二、乐器结构

古筝的统一规格为1.63米，21弦。古筝的面板大多采用河南兰考桐木制造，框架为白松，筝首、尾、四周侧板的材质有红木、老红木（缅甸枝）、金丝楠木、紫檀等名贵木材。古筝的音质取决于面板和琴弦，周边用料对古筝的音色略有改善，以老红木、紫檀、金丝楠木为佳。早期到近代也有过12、13、18、23、25弦等。不同地区的筝有多种定弦法，筝的新种类还有蝶式筝、转调筝等。

（1）面板

古筝面板阳面，是指将整株桐木置于水中，露出水面的一面为阳面，中段为最佳，去头斩尾为中段，一般以9~12年树龄的桐木为最佳，尤以河南兰考的桐木为最佳，木质疏松，利于音质的传导。

专业演奏的古筝面板以通纹为最佳，中音区纹理间距5~9厘米，高音与低音区间距以1.5~2.5厘米为最佳。面板厚度，高、中、低音的厚度一般为9mm、11mm、10mm，现面板大多采用弦切工艺。

（2）琴弦

早期的琴弦以马尾、鹿筋为原料，现以尼龙钢丝弦为主流，增加了音量，提高了韵味。琴弦以德国进口钢丝为主，含碳量均匀，寿命长，手感好，以敦煌牌为代表，得到市场及广大使用者的认可。

（3）箏码

一般来讲，红木古筝配套红木箏码，楠木古筝配套鸡翅木箏码，紫檀古筝配套紫檀箏码。亦有说法，以色木为箏码的最佳材料。箏码要求纹理垂直向下为最佳，上嵌牛骨，搁弦槽一般为对应琴弦的1/3深度为最佳。

三、古筝的保养

古筝属木质乐器，面、底板由松软的桐木制成，对外界环境的变化非常敏感，所以，需注意日常护理。

（1）千万不要让古筝面板沾水，雨天搬运时要做好防护措施。

（2）避免在阳光下暴晒，否则面板易受损。

（3）天气干燥时，可在古筝穿弦孔处及底板上涂抹一些乐器保湿膏，以预防开裂。天气较潮湿时将古筝存放在干燥通风处。

（4）弹奏时，保持手指干燥触弦，以免琴弦生锈。

（5）每次用完琴后用琴罩罩好，避免落上灰尘。

（6）长期不用或长途搬运时，可将箏码卸下，使琴弦得以休息，避免受损。

练习曲二

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

$\text{♩} = 100$

阎丽编曲

$\text{||:} \frac{2}{4} \overset{53216}{\text{c}} 1 \dot{1} \dot{1} \dot{2} | \dot{1} \dot{2} \dot{1} \dot{2} \dot{1} \dot{2} \dot{1} \dot{6} | 5 \underline{5} \overset{5}{5} | \overset{32165}{\text{c}} \underline{6} \underline{6} \underline{6} \dot{1} | \underline{6} \dot{1} \dot{6} \dot{1} \underline{6} \dot{1} \underline{6} 5 |$

$\underline{3} \underline{3} \overset{3}{3} | \overset{21653}{\text{c}} \underline{5} \underline{5} \underline{5} \underline{6} | \underline{5} \underline{6} \underline{5} \underline{6} \underline{5} \underline{6} \underline{5} \underline{3} | \underline{2} \underline{2} \overset{2}{2} | \overset{16532}{\text{c}} \underline{3} \underline{3} \underline{3} \underline{5} |$

$\underline{3} \underline{5} \underline{3} \underline{5} \underline{3} \underline{5} \underline{3} \underline{2} | \underline{1} \underline{1} \overset{1}{1} | \overset{65321}{\text{c}} \underline{2} \underline{2} \underline{2} \underline{3} | \underline{2} \underline{3} \underline{2} \underline{3} \underline{2} \underline{3} \underline{2} \underline{1} | \underline{6} \underline{6} \overset{6}{6} |$

$\overset{53216}{\text{c}} \underline{1} \underline{1} \underline{1} \underline{2} | \underline{1} \underline{2} \underline{1} \underline{2} \underline{1} \underline{2} \underline{1} \underline{6} | \underline{5} \underline{5} \overset{5}{5} | \overset{32165}{\text{c}} \underline{6} \underline{6} \overset{6}{6} | \overset{53216}{\text{c}} \underline{1} \underline{1} \overset{1}{1} |$

$\overset{65321}{\text{c}} \underline{2} \underline{2} \overset{2}{2} | \overset{16532}{\text{c}} \underline{3} \underline{3} \overset{3}{3} | \overset{21653}{\text{c}} \underline{5} \underline{5} \overset{5}{5} | \overset{32165}{\text{c}} \underline{6} \underline{6} \overset{6}{6} :|| \overset{53216}{\text{c}} \dot{1} \dot{2} \dot{1} \dot{2} |$

$\dot{1} \dot{2} \dot{1} \dot{2} \dot{1} \dot{2} \dot{1} \dot{2} | \dot{1} \dot{2} \dot{1} \dot{6} \underline{5} \underline{6} | \underline{5} \underline{6} \underline{5} \underline{6} \underline{5} \underline{6} | \underline{5} \underline{6} \underline{5} \underline{6} \underline{5} \underline{6} \underline{5} \underline{3} | \underline{2} \underline{2} \overset{2}{2} |$

$\overset{321}{\text{c}} \underline{6} \dot{1} \underline{6} \dot{1} | \underline{6} \dot{1} \dot{6} \dot{1} \underline{6} \dot{1} \dot{6} \dot{1} | \underline{6} \dot{1} \underline{6} 5 \underline{3} \underline{5} | \underline{3} \underline{5} \underline{3} \underline{5} \underline{3} \underline{5} | \underline{3} \underline{5} \underline{3} \underline{5} \underline{3} \underline{5} \underline{3} \underline{2} | \underline{1} \underline{1} \overset{1}{1} :||$

$\overset{532}{\text{c}} \dot{1} \dot{2} \dot{1} \underline{6} \underline{5} \underline{5} | \dot{6} \dot{1} \underline{6} 5 \underline{3} \underline{3} | \underline{5} \underline{6} \underline{5} \underline{3} \underline{2} \underline{2} | \underline{3} \underline{5} \underline{3} \underline{2} \underline{1} \underline{1} | \underline{2} \underline{3} \underline{5} \underline{6} \underline{3} \underline{5} \underline{6} \dot{1} | \underline{5} \underline{6} \dot{1} \dot{2} \dot{1} ||$

(二) 乐曲技巧运用分析与指导

在北京的金山上 (节选)

西藏民歌
邱大成编曲

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

中速 流畅地

手指虎口撑起固定, 手指独立弹奏

压弦弹奏

大指勾起

手背切不可跳, 要平稳

勾起

大指勾起

大指勾起

大指勾起

勾起

空拍放弦 大指勾起/6用\弹奏

p

南 泥 湾 (节选)

马 可曲
曹正编订

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

连托手指压下弦

提弹

勾托手指主动

提弹

手指靠胳膊带动

提前放弦

提弹 中指压下弦连弹

提起

提弹

提弹

提弹

I.

II.

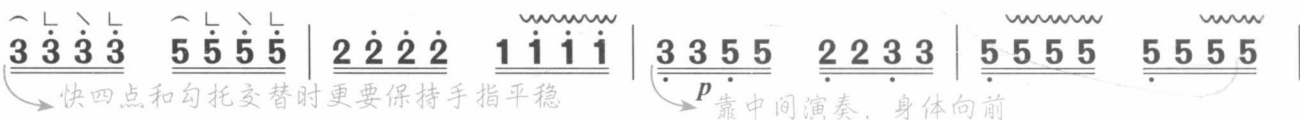
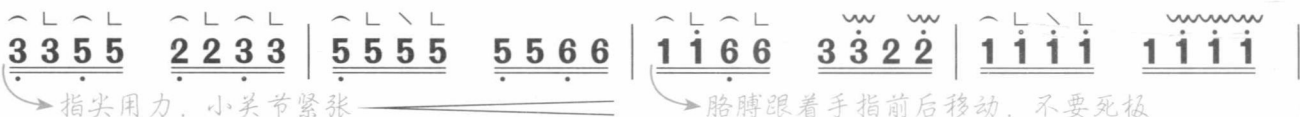
D.C.

虞美人(节选)

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

♩ = 60

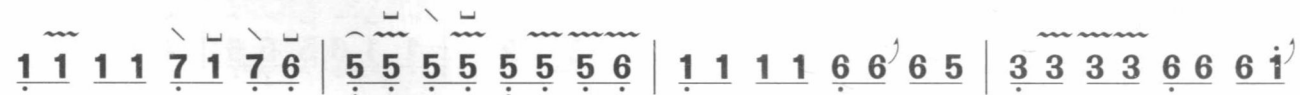
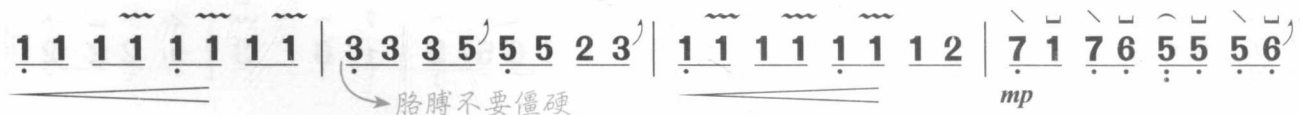
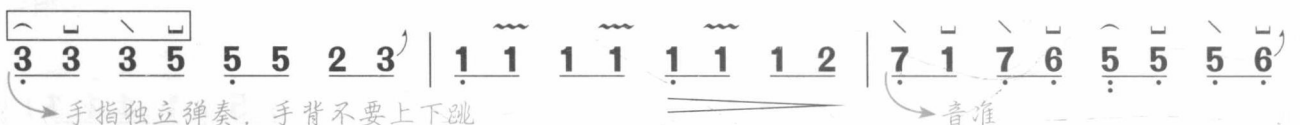
陕西郿鄠曲牌
曲 云订谱



开 扇 窗 (节选)

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

潮州民间乐曲
杨 秀 明订谱



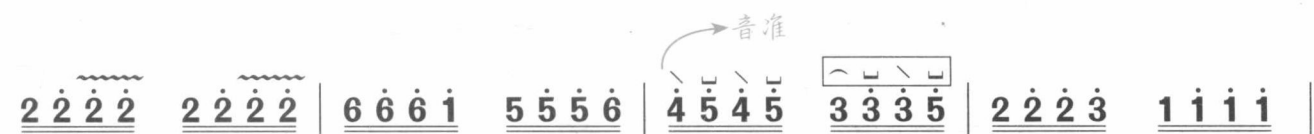
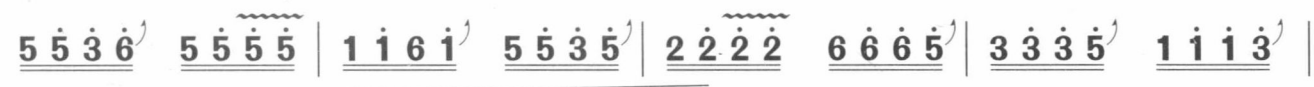
西江月（节选）

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

潮州筝曲
郭鹰筝演奏



演奏时左手按音要随右手移动



渔舟唱晚(节选)

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

娄树华传谱
曹正编订

花指 慢

① 左

花指接到下一个音

注意大指指尖竖立触

右

5 5 5 * | 1 1 1 * | 6 6 6 * | 2 2 2 * | 1 1 1 * | 3 3 3 * |

左手揉弦要跟随右手移动

2 2 2 * | 5 5 5 * | 3 3 3 1 | 6 6 6 * | 5 5 5 1 | 1 1 1 * |

速度渐快

5 5 5 1 | 6 6 6 * | 3 3 3 6 | 5 5 5 * | 2 2 2 5 | 3 3 3 * |

此段花指速

② 中速

① 右

1 1 1 3 | 2 2 2 * | 6 6 6 2 | 1 1 1 * | 5 5 5 * | 1 1 2 * |

度要快，但更要短

② 上滑音带附点，更俏皮

③ 花指轻盈

⑤

② 左

6 6 6 * | 2 2 3 * | 1 1 1 * | 3 3 5 * | 2 2 2 * | 5 5 6 * |

渐快

⑥

①

3 3 3 * | 6 6 1 * | 5 5 5 * | 1 1 2 * | 5 5 5 * | 6 6 1 * |

⑤

③

②

3 3 3 * | 5 5 6 * | 2 2 2 * | 3 3 5 * | 1 1 1 * | 2 2 3 * |

此段右手演奏，中指做为基点，手背保持平衡，胳膊配合前后移动伸展

③ 快

①

⑥

②

①

花指一带而过，触弦角度要浅

6 6 6 * | 1 1 2 * | 5 5 5 * | 1 1 2 * | 6 6 1 * | 2 2 3 * |

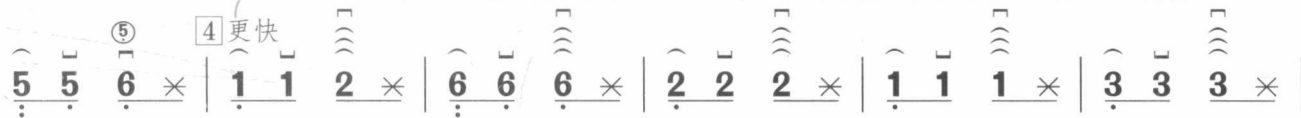
上滑音与右手臂同时按



渐快



此段中指尤为重要，中指压下弦要稳，手要整体移动，形成惯性演奏



花指短，触弦浅

