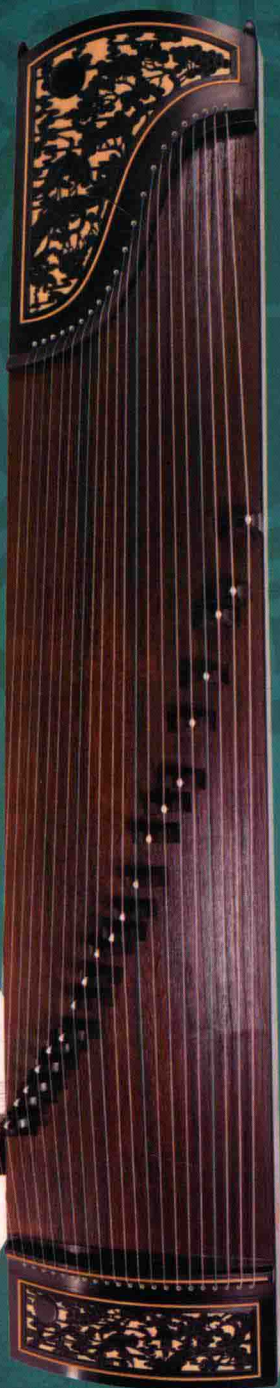


BEST
TEACHING MATERIAL

GETTING
STARTED FAST

IMPROVE
AND BREAK THROUGH



Chinese Zither 1 【考级辅导1、4级】

专业名师手把手言传身教
指拨行云流水，轻弹婉转悠扬

常识速览+初级指法详解+考级曲弹奏技巧解析

从零开始，快速入门

初等考级重点、难点一一击破



壹

自学教程

DVD
名师伯乐，悉心指导
生动演示，轻松入门

孙静静 编著



成都时代出版社
CHENGDU TIMES PRESS

Chinese Zither 1

古筝自学教程 1

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. 1 / 孙静静编著. — 成都: 成都时代出版社, 2015. 9

ISBN 978-7-5464-1490-4

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219511号

古筝自学教程1

GUZHENG ZIXUE JIAOCHENG 1

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	于燕飞

出版发行	成都时代出版社
电 话	(028) 86621237 (编辑部)
	(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	6
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 978-7-5464-1490-4
定 价	48.00元

著作权所有·违者必究

本书若出现印装质量问题, 请与工厂联系。电话: (0755)82598449

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，6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，使读者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，学习者既可以规范学习方法、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。这是一套不可多得古筝自学与考级辅导辅助教材。





第一章

铮然有声谓之

箏

古箏常识速览



第一章 铮然有声谓之“箏” ——古箏常识速览

一、初识古箏	2
古箏的历史与传承	2
古箏各部位的构造	2
古箏指甲	5
二、演奏姿势	8
坐姿	8
手的姿势	9

第二章 勾抹托劈学其“法” ——初级指法详解

一、勾托抹托	11
二、大撮小撮	14
三、大指托劈	16
四、连托、连抹	17
五、上滑音、下滑音	20
六、4、7的按音	22
七、琶音	24

第三章 悠然古朴赏其“曲” ——初级考级箏曲弹奏技巧

一、古箏艺术中音色的重要性	27
何为音色	27
获得理想音色的途径	27

在北京的金山上.....	30
凤翔歌	32
千声佛	33
齐步走	34
小鸟朝凤.....	35
挤牛奶	36
三十三板.....	38
开扇窗	40
扫雪	42
汉宫秋月.....	44
西江月	46
劳动最光荣.....	49
柳青娘	52
渔舟唱晚.....	54
河南八板.....	56
浏阳河	58
高山流水.....	62
秋思.....	67
娃哈哈	70
洞庭新歌.....	73
平沙落雁.....	78

附录

一、古筝常用指法符号.....	82
二、古筝的选购及日常维护	84
古筝购买常识	84
古筝养护常识	86
三、如何正确对待古筝考级	88
不急于求成、急功近利.....	88
避免贪多求快、马虎过关的心态	88
古筝1-4级考试提示及要求	88

箏，是我国最古老的弹拨乐器之一，至今已有两千多年的历史。它既善于表现优美抒情的曲调，又能够抒发气势磅礴的乐章。古人曾用『弹箏奋逸响，新声妙入神』『坐客满筵都不语，一行哀雁十三声』等生动诗句，来描绘那令人心旷神怡的古箏演奏技艺。



一、初识古筝

古筝的历史与传承

筝在我国有着古老的历史渊源。早在公元前四世纪的战国时期，筝就已流行于秦、齐、赵等国。其中又以秦国最为盛行，故有“真秦之声”“秦筝”之称。

关于筝的命名，史料中说法不一。有说筝是根据乐器本身的音响效果命名的；有说是二人争瑟取其相争的“争”字而得名；也有说是因“秦皇奇之，立号为筝”；还有说是“蒙恬（将瑟）中分之，令各取半，因名秦筝然”（唐代刘餗《大乐令壁记》）……

历史上，我国一直有着以音响效果命名乐器的习惯。如磬，是按以物击石发出的“铿、铿”一类音响命名的；瑟则发出了浑厚、柔和的“瑟、瑟”之音，故名为“瑟”。所以在筝得名的几种说法中，以音响效果具有“琤琤”的特点而命名的论断比较合理。东汉刘熙《释名》一书中对“筝”字的解释为“筝，施弦高急，筝筝然也”，也是这一说法的佐证。

在古代，筝还被称为瑶筝、银筝、云筝、素筝等。后来，因其历史久远、具备浓郁的民族特色，且遗留下来丰富的传统筝曲给人们留下了古朴雅致的情趣，因此又被人们称为“古筝”。这种叫法一直沿用至今。

经过2000多年的淬炼和洗礼，古筝艺术在中国遍地开花，并与各地戏曲、说唱和民间音乐融汇，形成了各种具有浓郁地方风格的流派。传统的筝乐被分成南北两派，现一般分为九派，如陕西筝、河南筝、山东筝、潮州筝、客家筝、浙江筝、福建筝等，各派的筝曲及演奏方法各具特色。

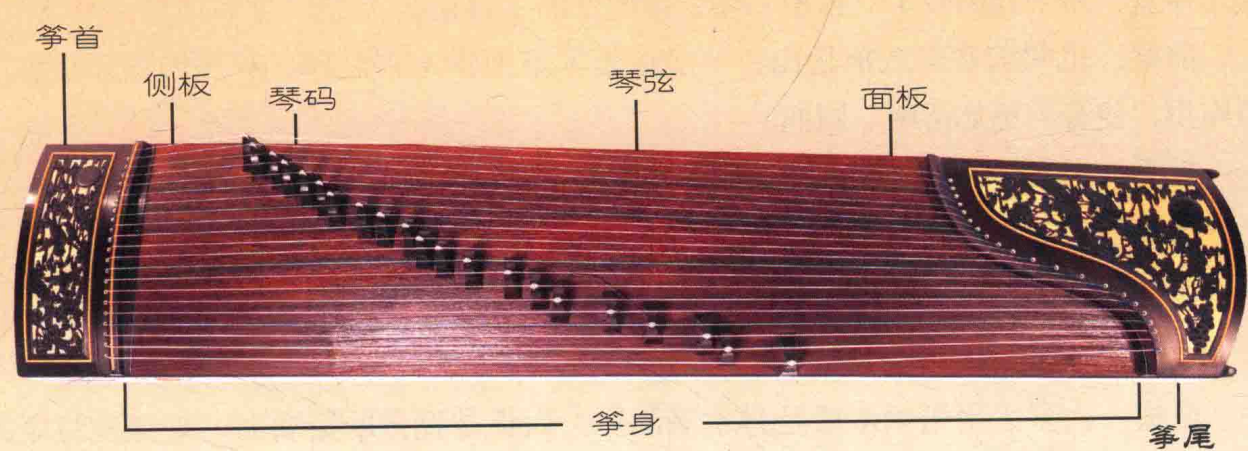
古筝除了在中国国内广为流传之外，还漂洋过海，传到朝鲜、日本、越南等国。

随着社会的发展与进步，古筝的演奏艺术也有了突飞猛进的发展。各界对古筝的改革也进行了多种实验，制作出了各种优质精美的古筝（如四川筝、上海筝、苏州筝）。同时，在古筝的转调上也进行了多方面的尝试，这些改进扩大了古筝的表现力，使之不仅适于独奏，也更适于合奏和伴奏。

古筝各部位的构造

古筝的形制为长方形木质音箱，弦架“筝柱”（即琴码），可以自由移动。古筝一弦一音，按五声音阶排列。最早以二十五弦筝为最多，唐宋时有十三弦筝，后增至十六弦、十八弦、二十一弦等。目前最常用的为S形二十一弦筝。

古筝各部位结构及名称如下：



◎ 琴首

琴盒：用来收纳扳手、指甲、琴弦等配件的工具箱。

前梁：也叫前音梁或前岳山，一般由松木或泡桐木来制作，起到增强面板抗压的作用，使音质更加清晰、圆润。

扳手：用来转动拴弦轴，调节弦的音高的工具。

拴弦轴：金属材料制成，用来上弦、调弦之用。

前穿弦孔：起到穿弦的作用。

◎ 琴身

面板：大多采用梧桐木或是杉木来制作。面板是发音的振动面，其材质与厚度直接决定了筝音量的大小、音质的好坏。

琴弦：古筝为一弦一柱的弹拨乐器，琴弦从高音到低音，弦的粗细、长短都有一定的比例。近现代古筝琴弦多为钢丝弦或尼龙钢丝缠弦（以不同型号的钢丝外缠上尼龙丝制成）。因为它们柔韧耐压，能够承受较大的压力及张力，而且具有扩大音量的声学性能，使音色变得明亮清脆、富有弹性。

琴码：起到支撑琴弦的作用。琴码的排列犹如“一”字形大雁列队飞翔，故而被称为“筝排雁柱”，也叫燕足、雁柱。琴码也有大小之分，一般分为3组，从低音最粗的琴弦开始到高音最细的琴弦，由大到小依次排列下来。琴码一般采用红木嵌牛骨，或嵌象牙的材料制作。

侧板：一般为桐木制成。



◎ 箏尾

后梁：也叫后音梁或后岳山，作用与前梁相当。

后穿弦孔：与前穿弦孔一样，起到穿弦的作用。

◎ 箏背

底板：由整块木材制作，是古筝振动的折射面，与面板、侧板构成一个长方箱体，形成一个完整的共鸣箱。

音箱：在底板的左、中、右处各有三个不同形状的出音孔，它们相当于古筝的音箱，起到扩大音量的作用。

穿弦槽：底板尾部的出音孔，也是用来穿琴弦的槽口。

◎ 琴架

凳式架：由一高一低两个像马扎一样的架子组成，高的放在琴头位置，低的放在琴尾位置，方便演出携带。

板式架：由一大一小两个侧板和一个横板拼插而成。不仅外观典雅大方，而且比凳式架更稳固。

古筝指甲

弹奏古筝时需要佩戴专用的假指甲（也叫“义甲”）。戴假指甲弹筝并非今人所创，自古以来就有先例。唐诗人杜甫就有“银甲弹筝用，金鱼换酒来”的诗句，其中“银甲”就是假指甲的一种。现今，人们弹奏古筝时多会戴上假指甲，它的好处在于减少真甲的磨损，还能增强乐器的音色和音量，更能体现出古筝的特色。

当然，也有一些老辈演奏家、艺术家不戴假指甲弹奏，特别是在表现一些传统的乐曲时，为了体现宁静、空灵、渺远、幽深等意境，让风格更显拙朴，会直接用真指甲结合指肚来演奏，但这毕竟只是少数情况。因此，如何选择一副合适的假指甲，也是古筝爱好者们的必修课。

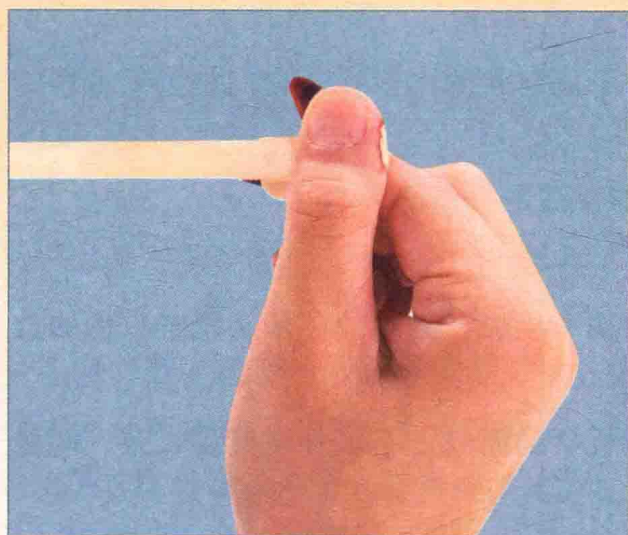
古筝假指甲的长度一般在两三厘米，有小、中、大三种型号，以四个为一套（小指一般不戴指甲）。除大拇指略弯，类似牛角形，其余三指都是梨形长条状。假指甲指根宽大，便于与手指指肚很好地贴合起来，以防脱落。甲尖与边侧光滑圆润，以便触弦发音时尽量减少不必要的杂音。

假指甲的材质多样，有用牛角、玳瑁壳、穿山甲鳞片等材料制成的，也有用有机合成材料，如合成树脂、塑料片等材料制造而成的。目前使用的假指甲以玳瑁壳的居多。因其硬度与真甲比较接近，且有韧性，不易断裂，弹奏出来的音色也较为柔美，亮而不燥，所以玳瑁指甲最受欢迎。

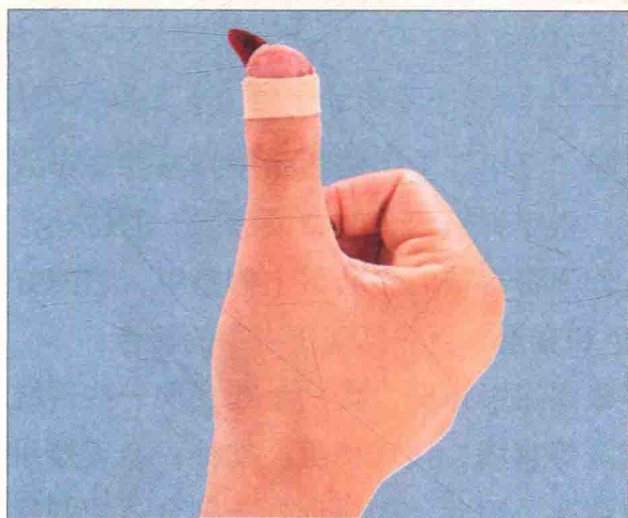
在挑选玳瑁指甲时要注意：首先，要看指甲的大小是不是适合选购者手指的长度；第二，看指甲两边的弧度，双面弧用起来比较顺手；第三，要看两种颜色的分布是否均匀，黑色太多或者太少都不好。

选好假指甲后，该如何佩戴呢？下面用图解的方式详细说明。

◎大指指甲的戴法：



①取一段宽约1厘米的胶布，将指甲粘于距胶布右端大约2厘米处，指甲上端露出胶布大约1.5厘米，下端露出大约0.5厘米。



②将指甲的底部置于大指的指肚中间，指甲顶端稍倾斜1厘米。不要垂直粘贴，要稍稍倾斜一点。如果是右手大指的指甲，则弯度朝左；如是左手大拇指的指甲，则弯度朝右。

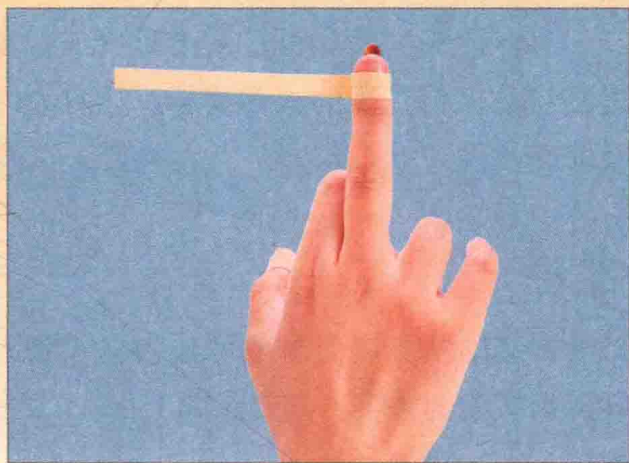


③将胶布顺势缠于大指上，起到固定作用。缠的过程中注意避免胶布缠绕时用力过大而使指甲偏离指肚中间。

④检查大拇指指甲的底部是否置于大指指肚中间。

◎其他手指指甲的戴法:

其他手指指甲的粘贴方法与大指指甲的粘贴方法基本相似,只是其他手指的指甲在粘贴时不需要倾斜,指甲上端露出手指1厘米左右,垂直粘贴即可。



怎样挑选古筝指甲

“工欲善其事,必先利其器”,所以,古筝指甲的好坏对古筝的演奏至关重要。最为常用的是玳瑁指甲,其发出的声音亮而不燥,较有弹性。

指甲在手上用胶布来固定,胶布分为纸胶布、布胶布、防过敏胶布等几种,一般多选用布胶布,因为它固定性好,不易脱落。

现在最为常用的玳瑁指甲表面是两种颜色相间的,我们在挑选的时候,首先,要看指甲的大小是不是适合选购者手指的长度;第二,要看指甲两边的弧度,双面弧用起来比较顺手;第三,要看两种颜色的分布是否均匀,黑色太多或者太少都不好。

二、演奏姿势

演奏姿势正确与否，直接影响到演奏者音乐技巧的发挥。因此，初学者一定要提醒自己保持正确的演奏姿势，让身心时刻保持在最佳状态，从而取得最好的练习及演奏效果。

坐姿

古筝的演奏姿势一般可分为立式和坐式两种，其中坐式运用得更广泛。本教材即以坐式为例讲解。其要点如下：



①椅子高度要适中。选择可以随意调节高矮的专业琴凳，高度以演奏者坐下时，膝盖能自然弯曲，并与地面呈直角为好。若是儿童学琴，可在脚下垫一张小凳，以弥补高度的不足。此时，筝的琴码大致与演奏者腰部齐平。

②坐下时只坐琴凳的1/2，身体与琴之间相隔6~10厘米，给身体、手留有活动的余地。



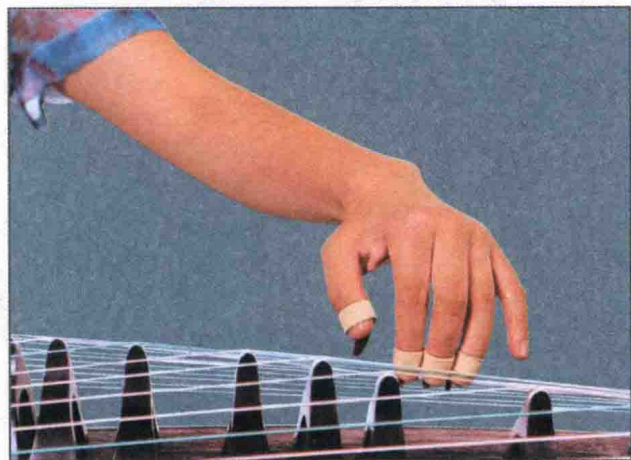
③弹奏时全身自然放松，腰背挺直，头略俯视，不耸肩、双臂自然下垂，身体的重心随弹奏的音高位置而前后移动。需要注意的是，正式的演奏中肢体语言的表现也是必不可少的，此时要求动作要潇洒大方、自然而流畅，展现出一种张弛有度、赏心悦目的美感。

手的姿势

弹奏时还要注意双手在琴弦上演奏的位置：



①右手一般在离前梁三四个手指宽度的位置上弹奏。



②左手如果是在琴码右侧，则一般在离右手15~20厘米的位置上演奏；如果是在琴码左侧，则一般在离琴码10~20厘米的位置上演奏。