

长笛

高级练习58课



何声奇 编著

F L U T E



器乐经典练习曲库



长笛 高级练习58课

何声奇 编著

人民音乐出版社 · 北京

Changdi Gaoji Lianxi 58 Ke

图书在版编目(CIP)数据

长笛高级练习58课 / 何声奇编著. — 北京: 人民音乐出版社, 2018.6

ISBN 978-7-103-05503-8

I. ①长… II. ①何… III. ①长笛-吹奏法 IV. ①J621.16

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第084315号

责任编辑: 刘沐粟

责任校对: 袁 蓓

人民音乐出版社出版发行

(北京市东城区朝阳门内大街甲55号 邮政编码: 100010)

Http://www.rymusic.com.cn

E-mail: rmyy@rymusic.com.cn

新华书店北京发行所经销

北京美通印刷有限公司印刷

880×1230毫米 16开 15.25印张

2018年6月北京第1版 2018年6月北京第1次印刷

印数: 1—2,000册 定价: 63.00元

版权所有 翻版必究

凡购买本社图书, 请与读者服务部联系。电话: (010) 58110591

网上售书电话: (010) 58110654

如有缺页、倒装等质量问题, 请与出版部联系调换。电话: (010) 58110533

目 录

序.....	(2)
一、长笛演奏的制高点.....	(4)
1. 吹奏时的气息转化	(4)
2. 吹奏时的身体转化	(4)
3. 吹奏时的姿势和手指	(4)
4. 吹奏时对音程的辨别	(4)
5. 音乐表达的技术原理	(5)
二、长笛高级练习 58 课	(6)
附录：音乐表情与速度术语中外文对照表.....	(238)

目 录

序.....	(2)
一、长笛演奏的制高点.....	(4)
1. 吹奏时的气息转化	(4)
2. 吹奏时的身体转化	(4)
3. 吹奏时的姿势和手指	(4)
4. 吹奏时对音程的辨别	(4)
5. 音乐表达的技术原理	(5)
二、长笛高级练习 58 课	(6)
附录：音乐表情与速度术语中外文对照表.....	(238)

序

从我学习长笛起至今，应该有四十多年了。其中在上海音乐学院担任长笛主课教学 25 年，之前在西安音乐学院任教多年，还曾任中国广播交响乐团（中国爱乐的前身）首席长笛多年。在这四十多年里，我们的国家发生了翻天覆地的变化，我们的人民从来没有像现在这样充满着欢乐和自信，享受着改革开放带来的巨大变化，迈着中华民族从未有过的前进脚步，唱响着动听而美丽的中国梦幻曲。

庆幸这四十多年来，自己一直在坚持做长笛的事而从未涉及其他，庆幸自己这 25 年来一直在教学岗位上努力而桃李丰硕，庆幸自己这些年从教室又走到了舞台，向国际国内展示中国的实力；感谢这么多国际上的长笛大师对我的特别信任和厚爱，尤其是瑞士的尼柯莱（Aurele Nicolet）和爱尔兰的詹姆斯·高威（James Galway），还有柏林爱乐首席长笛 E. 帕胡德（Emmanuel Pahud）对我的深厚情谊以及与我的频繁交往，把我推向了世界，同时他们也帮助我国的长笛走向国际，提升了影响力，我与这些长笛大师们的交往也成为了乐坛佳话和传奇。

中国的习笛者从当年的寥寥无几到如今的千军万马，得益于中国的进步和发展，得益于人民生活水平的大幅提高，得益于人们对文化精神的追求，得益于社会的进步。

可是，至今我们的演奏理论似乎进步不大，理念更新不够，教材选择仍然很少，甚至缺少系统性。这次受人民音乐出版社的邀请，出版一套长笛教学的系列教程，以弥补这方面的不足。我本人曾经在人民音乐出版社出版过长笛教材《长笛练习 100 课》，深得广大长笛爱好者和长笛老师们的喜欢，很多长笛演奏者都是通过学习这本长笛教材而走上长笛演奏之路。这次我将在《长笛练习 100 课》的基础上，编写了这套完整的更加具有专业性的长笛系列教材，使得学习者可以更加有序、有益、有依靠、有目的地学习，少走弯路，这也是我作为一个专业长笛工作者的责任。

这套长笛专业练习曲教材分为《长笛初级练习 100 课》《长笛中级练习 88 课》《长笛高级练习 58 课》三本，共有 246 课练习曲。这是一个针对社会最基础最广泛层面的最为专业性的选编著述，246 课练习曲完全按照由浅入深、循序渐进原则进行专业性编排，来源都是出自世界上历史悠久、使用广泛、最经典和权威的教科书。只要拥有这套系列练习曲，足够保证学习者的专业性学习和使用，足够保证学习者获得全面的演奏能力。

此套初级、中级、高级三册共 246 首长笛练习曲，选自于加里波地（G.Gariboldi）、贝比圭埃（Berbiguier）、科勒（E.Kohler）、胡格斯（L.Hugues）、波姆（Th.Boehm）、安德森（J.Andersen）、让让（P.Jeanjean）、艾勒特（S.K.Elert）、莫伊斯（M.Moyse）、帕格尼尼（N.Paganini）等曲作者，他们都是历史上长笛的经典教程作者，有着举足轻重的地位和作用，做出了不可磨灭的贡献。他们是世界长笛的共有财富，是世界长笛发展的基石。今天，我们有幸享用前人的教材，是我们的福气，我们怀着无比以崇敬之心来练习这些教材，也是对前人的敬仰和追随。

《长笛初级练习 100 课》是一本最基础的长笛学习教材，它是为零起点的学生开始学习而准备的，由浅入深，循序渐进，其中展现了我现在的吹奏新解以及教学理念、方法和观点，这是经过二十多年高层次教学和高规格国际交流的心得和分享。如果一周能够很好地完成一课练习曲，用两三年的时间完成这本 100 课的练习曲，你将可以胜任一般性的演奏，譬如中小学管乐队和管弦乐队的演奏，可以演奏较低程度的独奏乐曲，大概在业余考级中属于 5 级左右水平，可以达到专业音乐院校附中的报考程度。

《长笛中级练习 88 课》，此书综合了长笛各种技能的训练，循序渐进地编排，使长笛的演奏水平和综合能力得到明显提高。在这册书中，我更加进一步阐述了对长笛演奏的各个部分新解，细分了很多要求和重点，提出了训练的关键点，可以更加明确长笛演奏的细节和过程，可以使学习者更加有目的、有依据、有效地练习。如果一周能够有质量地完成一课练习曲，用两年的时间完成这本中级练习 88 课，就可以演奏很多具有一定难度的曲目，具有合奏能力和独奏能力，在业余考级中具备十级左右的水平；也可以达到专业音乐院校的报考程度，甚至达到一般性综合艺术院校的毕业程度。有了此基础和能力，走向真正高水平专业甚至职业的路就在脚下了。在此册中，我也毫不吝啬地展示了自己长笛演奏、教学、学习的新观点和新方法。

《长笛高级练习 58 课》，此书是本真正的高级别、高难度且具有全面性的专业性长笛教材，具有多样性和经典性，里面的很多练习曲都是很经典和著名的，很多首都具有独立性和独奏性。如果你经过细细打磨和精心雕琢而达到要求和有品质地演奏好任何一首，都是值得赞扬和自豪的。按照要求而完成此书，从技术上来讲，演奏将随心所欲、无所不能，可以演奏任何高难度、高水准、大篇幅的长笛作品以及各种合奏，可以达到任何专业院校的毕业水平。如再加以音乐上的训练和培养，以及你的音乐天赋和对音乐的忠诚热爱，真正的演奏家离你很近了，真正的职业道路在等着你，真正的舞台将永远为你开放。

在我几十年的教学经历和国际交流中得知，伟大的演奏家们在一生的学习过程中，也不会多于 300 首练习曲，因此，如能顺利完成这 246 课经典练习曲，你的演奏必将达到和超越长笛的应有技术要求，如果你能够有质量地完成这 246 课练习曲，必将成为一个卓越的长笛演奏家。

这些年来，我一直有很多冲动的时刻，对我们长笛包括吹奏界长期以来的吹奏理论有辩论一番的冲动，有与时俱进的变革冲动。现在有此机会在这套系列教材中，提出很多长笛演奏全新的理念和思考方式以及吹奏方法，花很大的篇幅来解释这些新思维的形成和意义，可谓抛砖引玉了。这些新理念和新思维都是在大量的国际交流和演奏实践中，包括大量的教学实践中得到的体会和收获，是心血之积累，是精神之体现。希望引起大家的思考和反响，更好更快地推动中国长笛界包括吹奏界演奏和理论的发展进步，更确实地与国际水准接轨。

希望这套长笛学习系列教材能够给你带帮助！能够给你带来成功！

在此我要感谢我的学生和 807 团队对这套教材的完成所做的贡献！感谢他们的工作和帮助，使得这套长笛教材得以顺利进行！

在此我更感谢上海音乐学院！由于学院一直以来对我教学和长笛管理工作给予信任和支持，使我的长笛教学和管理工作进行得无比顺利和快乐！

我还要特别感谢人民音乐出版社，二十多年来对我的信任和支持！

何声奇

2016 年 6 月 8 日完成于上海圣淘沙

一、长笛演奏的制高点

1. 吹奏时的气息转化

在《长笛初级练习 100 课》和《长笛中级练习 88 课》书中，我尽可能地诠释了与众不同的气息新解，那么在长笛吹奏时，气息又是如何的呢？其实我们经过长期的气息训练后，气息的进出和控制已经成为了一种条件反射的习惯动作了，那么我们还得到了什么？我的回答是肌能或者叫肌肉感，我一直以为我们的演奏需要肌肉感，需要肌肉带给我们对声音质感的控制力，我们不能只有纤细和柔软的声音，我们还需要如炮弹似的有肌肉感的声音，这种肌肉感是通过气息训练而得来，所以，当我们的气息转变成一种肌肉感和控制力，我们的音色就会既妩媚又性感。因此，要在演奏时重视气息的连续性和完整性，把气息转化成一种全身共鸣腔体的肌肉感，是我们气息的最高境界，而绝不仅仅是我们的气要如何从横膈膜吹出来。

2. 吹奏时的身体转化

当我们在吹奏时，如何使用和保持我们的身体作用是件很艰难的事情，这种身体的作用由于音符的不同而造成身体细节的转变是很不容易做到，既会顾此失彼，又难以协调。这种对声音与身体的掌控和协调能力是吹好长笛很重要的保证。

每一个音有每一个音的身体位置，就像钢琴箱体里的每一个音的琴弦都在不同的位置上一样，钢琴是预先设计固定好的，可是我们吹长笛时是看不见甚至于摸不着的，每一个音的身体位置都需要在吹奏时找到想到和做到，这是非常需要专注力，并且是艰难困苦的。当然，只要我们坚持每一次练习都去努力找到、想到和做到音在身体里的位置，久而久之，我们会变成条件反射，会成为一种自然的记忆，会成为一种习惯，会做得很自然。你做到了，你吹出来的音就会有足够好的音质、被掌控的音准、足够丰富的音色、足够大小的音量。长笛的声音都在我们自己的身体里，而不是在长笛上。

3. 吹奏时的姿势和手指

我一直以为，就长笛而言，我们的每一根手指，每一根手指在长笛上的形态、形状，每一根手指的运行和着力点，都对我们的吹奏音色起到很大的作用，都对我们吹奏长笛时的身体协调力起到很大的作用。我们身体各部位的力是相通的、互动的，因此在演奏时要特别注意和重视持笛手型和吹奏姿势，及每一根手指的形态、形状。手指既要松弛又要有力度传送，既要掌控又要贯通流畅，每一根手指既要独立性又要与其他手指有连贯连通性。所以，我再次强调，在演奏长笛时，对持笛姿势的重要性和每根手指的形态、形状、着力点、重心都要十分重视。

4. 吹奏时对音程的辨别

首先明确，长笛的音程就是指这个音到下一个音的距离。在我们吹奏长笛时，是否能够明确意识到吹奏

出来的音与音之间的距离和变化，是个非常高难度和高水准的标志，是判断你的演奏水平的标准。这不仅是音准问题，更是音的色彩和音乐问题，是长笛演奏的最高级别表现问题。在理解这个问题时，要重新仔细地再次阅读前面初中级练习书中的有关章节。

音和音的距离，就是身体里音的位置与位置的距离。音和音的色彩变化，就是身体共鸣腔体的协调作用的结果。身体里的每一个共鸣腔体都有它自己的特点。腹腔出来的音，浑厚结实带有磁性；胸腔出来的音，温暖甜美带有柔性；鼻腔头腔出来的音，高亢明亮带有金属性。这些腔体各具特色，也造就了我们长笛每一个音之间的音色差别，也就容易让我们对音程有了更加直觉的判断和辨别。

5. 音乐表达的技术原理

音乐的表达，不仅是指作品技术的完成如何，手指是否清晰、节奏是否稳健、速度是否达到要求，其实音乐的表达从技术上来讲，上述的要点都要做到、做好，更重要的是你的每一个音是否到达这个音应有的位置，是否在这个音的共鸣空间，是否有这个音的身体机能，这个音是否从身体应有的位置发出来，当然最高境界的音不仅是身体而是从心里发出来的。从身体上升到心里和头脑里，这就是音乐表达的技术原理。

音乐表达的技术原理加上音乐表达的理论原理，再加上音乐表达者的人生阅历，这就是至高无上的音乐。把我们所有的演奏技术加上人生经历和情感积淀，那就是音乐表达的全部要素。

二、长笛高级练习 58 课

Allegro molto vivace





91

96

101

106

111

116

121

126

131

136

Musical staff 136-140. Treble clef, key signature of three sharps (F#, C#, G#). The staff contains a series of eighth and sixteenth notes, mostly beamed together. There are some accidentals (flats) and a double bar line at the end of the staff.

141

Musical staff 141-145. Treble clef, key signature of three sharps. The staff contains a series of eighth and sixteenth notes, mostly beamed together. There are some accidentals (flats) and a double bar line at the end of the staff. The dynamic marking *ff* is present below the staff.

146

Musical staff 146-150. Treble clef, key signature of three sharps. The staff contains a series of eighth and sixteenth notes, mostly beamed together. There are some accidentals (flats) and a double bar line at the end of the staff.

151

Musical staff 151-155. Treble clef, key signature of three sharps. The staff contains a series of eighth and sixteenth notes, mostly beamed together. There are some accidentals (flats) and a double bar line at the end of the staff.

156

allarg.

Più mosso

Musical staff 156-160. Treble clef, key signature of three sharps. The staff contains a series of eighth and sixteenth notes, mostly beamed together. There are some accidentals (flats) and a double bar line at the end of the staff. The dynamic marking *f con robustezza di voce* is present below the staff.

161

Musical staff 161-165. Treble clef, key signature of three sharps. The staff contains a series of eighth and sixteenth notes, mostly beamed together. There are some accidentals (flats) and a double bar line at the end of the staff.

166

Musical staff 166-170. Treble clef, key signature of three sharps. The staff contains a series of eighth and sixteenth notes, mostly beamed together. There are some accidentals (flats) and a double bar line at the end of the staff.

171

Musical staff 171-175. Treble clef, key signature of three sharps. The staff contains a series of eighth and sixteenth notes, mostly beamed together. There are some accidentals (flats) and a double bar line at the end of the staff. The dynamic marking *p* is present below the staff, and the word *cresc.* is present at the end of the staff.

176

Musical staff 176-180. Treble clef, key signature of three sharps. The staff contains a series of eighth and sixteenth notes, mostly beamed together. There are some accidentals (flats) and a double bar line at the end of the staff.

181

Musical staff 181-185. Treble clef, key signature of three sharps. The staff contains a series of eighth and sixteenth notes, mostly beamed together. There are some accidentals (flats) and a double bar line at the end of the staff.

Allegro giusto

2.



3



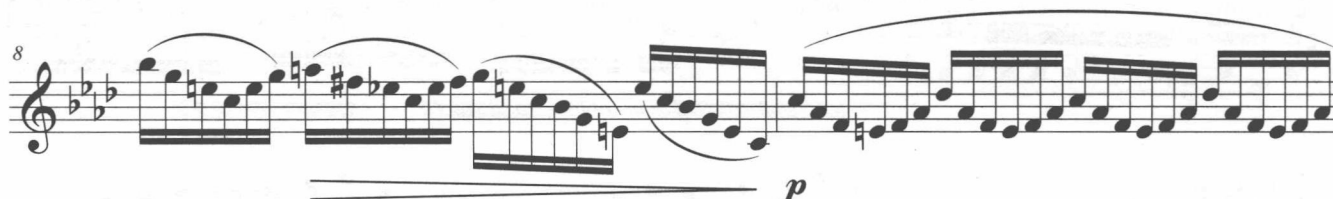
5



7



8



10



12



14



16



18

19

20

21

22

23

25

27

28 *poco allarg.*

This musical score consists of nine staves, each containing a single melodic line. The key signature is B-flat major (two flats). The notation includes various note values (quarter, eighth, and sixteenth notes), rests, and accidentals (sharps and flats). Measures 18 through 22 feature long, sweeping slurs that encompass multiple measures of music. Measure 23 contains two distinct slurs, each covering a phrase of eighth notes. Measures 25 and 27 also feature long slurs. Measure 28 begins with the instruction 'poco allarg.' (poco allargando), indicating a slight slowing of the tempo. The notation is clean and professional, typical of a printed musical score.

a tempo



41

43 *allarg.*

fp

45 *a tempo*

47

48 *f*

49

con tutta forza

51

53 *p*

55 *pp*