

青少年学古筝

QING SHAO NIAN XUE GU ZHENG

(第二版)

郭雪君 编著



青少年学古筝

QING SHAO NIAN XUE GU ZHENG

(第二版)

郭雪君 编著

贵州师范学院内部使用

图书在版编目 (CIP) 数据

青少年学古筝 (第二版) / 郭雪君编著. - 上海: 上海音乐出版社, 2019.3

ISBN 978-7-5523-1698-8

I. 青… II. 郭… III. 筝 - 奏法 - 青少年读物 IV. J632.32-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 043503 号

书 名: 青少年学古筝 (第二版)

编 著: 郭雪君

出 品 人: 费维耀

责任编辑: 张佳玥

封面设计: 邱 天

印务总监: 李霄云

出版: 上海世纪出版集团 上海市福建中路 193 号 200001

上海音乐出版社 上海市打浦路 443 号荣科大厦 200023

网址: www.ewen.co

www.smph.cn

发行: 上海音乐出版社

印订: 上海叶大印务发展有限公司

开本: 889×1194 1/16 印张: 8.25 谱、文: 132 面

2019 年 3 月第 1 版 2019 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5523-1698-8/J · 1570

定价: 35.00 元

读者服务热线: (021) 64375066 印装质量热线: (021) 64310542

反盗版热线: (021) 64734302 (021) 64375066-241

郑重声明: 版权所有 翻印必究

贵州师范学院内部使用

目 录

音乐入门知识·····	(1)
古筝简史·····	(3)
古筝的构造和上弦·····	(4)
古筝的定弦和音域·····	(6)
二十一弦古筝常用调五声音阶及首调唱名·····	(8)
古筝的调音方法·····	(9)
古筝的弹奏姿势·····	(10)
双手戴义甲的方法·····	(12)
古筝常用指法符号·····	(13)
第一节 右手大指“托”、食指“抹”奏法 ·····	(15)
第二节 右手中指“勾”、无名指“打”奏法 ·····	(17)
第三节 左、右手八分音符的练习·····	(19)
第四节 左、右手“撮弦”奏法·····	(21)
第五节 左手“揉弦”奏法·····	(24)
第六节 左、右手“四点”奏法·····	(26)
乐 曲 劳动号子 ·····	(27)
打夯歌 ·····	(27)
上学歌 ·····	(27)
愉快地劳动 ·····	(28)
小白菜 ·····	(28)
孟姜女 ·····	(28)
鄂伦春小唱 ·····	(28)

杨柳青	(29)
小喇叭	(29)
第七节 十六分音符和附点音符的练习	(30)
乐 曲 前进的步伐	(34)
小饼干之舞	(34)
第八节 左手“fa、si”按音奏法	(35)
第九节 夹弹法和大指“劈”奏法	(38)
第十节 古筝的和弦及琶音奏法	(39)
第十一节 左手上、下滑音奏法	(44)
第十二节 右手“花指”奏法和左、右手“历音”(刮奏)奏法	(46)
乐 曲 凤翔歌	(48)
龙船谣	(48)
一点红	(49)
娃哈哈	(50)
小猫钓鱼	(50)
上 楼	(51)
小鸟朝凤	(51)
卖报歌	(52)
洋娃娃和小熊跳舞	(52)
世上只有妈妈好	(53)
第十三节 D 调转 G 调方法	(54)
第十四节 右手大指“摇指”奏法	(57)
第十五节 左手双按音和回转滑音奏法	(61)
第十六节 左、右手食指轮抹(点指)奏法	(63)
第十七节 古筝常用的泛音、点音、煞音、柱音奏法	(65)
乐 曲 三十三板	(67)
杨柳春风	(68)
剪靛花	(69)
天下同	(70)
妆台秋思	(70)

	紫竹调	(71)
	快乐的啰嗦	(72)
	纺织忙	(73)
	彩云追月	(74)
	八月桂花遍地开	(75)
第十八节	G 调转 C 调方法	(77)
第十九节	古筝的“扫弦”奏法	(81)
第二十节	古筝的“扫摇”奏法	(82)
乐 曲	高山流水	(98)
	寒鸦戏水	(100)
	出水莲	(103)
	河南八板	(104)
	渔舟唱晚	(105)
	梅花三弄	(107)
	春江花月夜	(109)
	北国之春	(113)
	浏阳河	(115)
	故乡的亲人	(117)
	采蘑菇的小姑娘	(118)
	红星闪闪	(121)
后 记		(125)

音乐入门知识

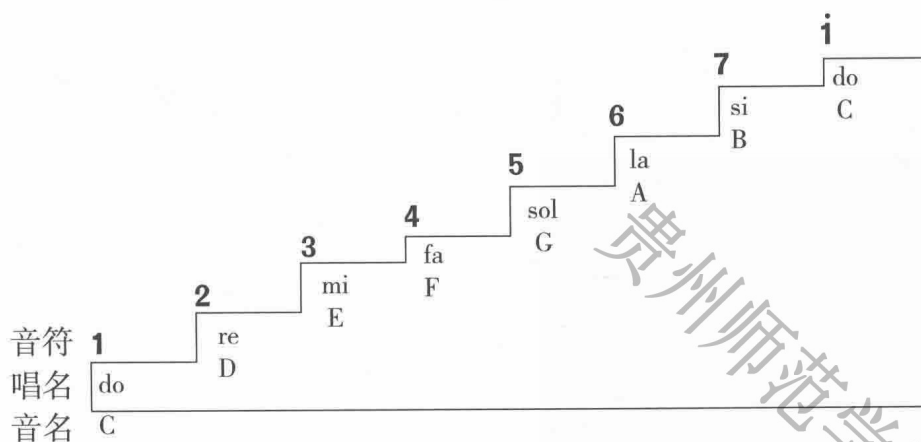
音符：用阿拉伯数字**1 2 3 4 5 6 7**表示音的高低及相互关系的音乐符号叫音符。音符的相互关系除**3 4**、**7 i**为半音（小二度）外，其他均为全音（大二度）。

音名：C D E F G A B

唱名：do re mi fa sol la si

为了标记音高这七个音符称为中音，在它们上方加小圆点“·”，表示该音高升高一个八度，称作高音；加两个小圆点“:”，表示该音高升高两个八度，称作倍高音；在音符下方加记小圆点“·”，表示该音高降低一个八度，称作低音；加记两个小圆点，表示该音高降低两个八度，称作倍低音。这些都是常用音符，例如中音**1**、高音**i**、倍高音**i**、低音**1**、倍低音**1**。

音阶：乐音按照音高次序（上行或下行）由主音到主音的排列叫音阶。



常见音符记法、时值和拍数

名 称	全音符	二分音符	四分音符	八分音符	十六分音符
记 法	5 - - -	5 -	5	5	5
拍 数 (以四分音符为一拍)	四拍	二拍	一拍	二分之一拍	四分之一拍

名 称	全休止符	二分休止符	四分休止符	八分休止符	十六分休止符
记 法	0 0 0 0	0 0	0	0	0
拍 数 (以四分音符为一拍)	四拍	二拍	一拍	二分之一拍	四分之一拍

音符后的附点

名 称	附点二分音符	附点四分音符	附点八分音符
记 法	5 - . (5 - -)	5. (5 5)	5. (5 5)
拍 数 (以四分音符为一拍)	三拍	一拍半	四分之三拍

等

休止符后的附点

名 称	附点二分休止符	附点四分休止符	附点八分休止符
记 法	0 0. (0 0 0)	0. (0 0)	0. (0 0)
拍 数 (以四分音符为一拍)	三拍	一拍半	四分之三拍

等

小节线 终止线



反复记号



(指记号内反复)



(指从头反复)

$\frac{2}{4}$ 四分音符为一拍，每小节二拍，或称四二拍子。

$\frac{3}{4}$ 四分音符为一拍，每小节三拍，或称四三拍子。

$\frac{4}{4}$ 四分音符为一拍，每小节四拍，或称四四拍子。

$\frac{3}{8}$ 八分音符为一拍，每小节三拍，或称八三拍子。

$\frac{6}{8}$ 八分音符为一拍，每小节六拍，或称八六拍子。

变音记号

用来表示升高或降低基本音级的记号，叫作变音记号。

$\sharp$ (升号): 表示将基本音级升高半音。

$\flat$ (降号): 表示将基本音级降低半音。

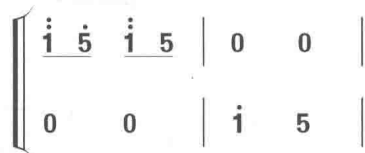
$\natural$ (还原号): 表示将已经升高或降低的音还原。



C $\sharp C$ $\flat C$ C $\flat C$ $\sharp C$

do $\sharp do$ $\flat do$ do $\flat do$ $\sharp do$

乐谱或练习曲，若用两行记谱，则上面一行谱由右手弹奏，下面一行谱由左手弹奏，如：



古 箏 简 史

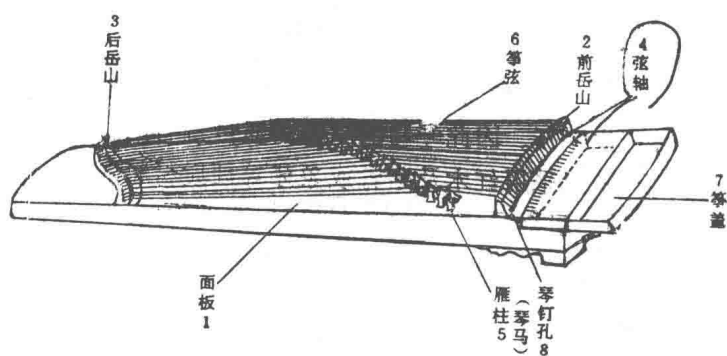
箏是我国古老的弹拨乐器之一，流传至今已两千多年的历史，故被俗称为“古筝”。远在战国时代的秦国境内（现在的陕西省），箏就已经流行，当时称为“秦箏”。此后，又流传到了河南、山东、广东、浙江、内蒙古等地。由于历史的变迁和地域的影响而造成了地方风格、演奏技法等的不同，并因此形成了当今各种不同的古筝流派，使古筝的发展日趋繁荣。

箏在汉、晋以前设十二弦（见魏·阮瑀《箏赋》“弦有十二”）。隋唐时期，箏由十二弦增至十三弦（见唐·岑参《秦箏歌，送外甥萧正归京》“汝不闻秦箏声最苦，五色缠弦十三柱”）。明清以后逐步增至十五弦，清光绪年间出版的《大清会典》记载：“秦箏十五弦，似瑟而小……”清末至民国初出现了新制的十六弦箏，这种十六弦箏也就是我国近百年来流行的传统箏。1949年以后，箏这件古老的民间乐器，通过演奏家们与有关专家的推敲研究在对其形制与弦质改革的基础上，成功地研制出S型二十一弦尼龙钢丝缠弦箏。这种箏由于共鸣体加大，弦数增加，明显丰富了演奏的音响效果和发音的厚度。千古流传的箏，更显得委婉动听，富于神韵。S型二十一弦尼龙钢丝缠弦箏是目前我国和世界各地普遍流行的常用箏。

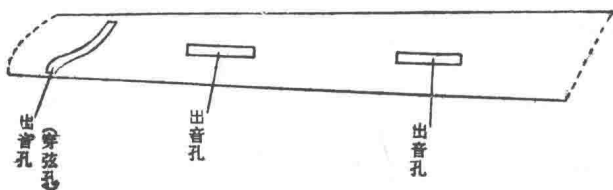
箏的音域很宽，大致有四个八度，其音色甜润、秀美：高音清脆明亮，中音柔和雅致，低音浑厚深沉。它既能表现活泼流畅、典雅抒情的曲调，如韩江丝竹《寒鸦戏水》与充满江南情调的《高山流水》等，又能奏出气势磅礴、铿锵有力的曲调，如《霸王卸甲》与《战台风》等。它不仅用于独奏，还在各种形式的重奏、合奏中与其他乐器互相呼应，丰富充实了乐曲多层次的表现深度和艺术感染力。箏越来越受到人们的青睐，不愧为民族乐器中的佼佼者。

古筝的构造和上弦

筝是由一个庞大的共鸣箱构成的一个良好的发音体，它由面板、底板、筝头、筝尾、岳山、雁柱（琴马）、弦轴、出音孔等部位组成。



图一



图二

古筝属于弦板共振乐器一类，它的面板随琴马传递来的弦的振动而振动，因此筝的面板、琴马、琴弦的质量都直接影响古筝的音色和音量。

面板 面板与底板、边板（框架板）组成一个完整的共鸣体。面板是发音的振动面，它的材质与厚度是决定古筝音质好坏、音量大小的重要因素。面板一般采用梧桐木制成，以放置年数较长的自然时效处理和人工速成处理相结合的方法，取干而松的木质，其音质最佳。

底板 底板作为振动的折射面，一般采用整块的梧桐木或松木制成。底板的两边开有出音孔。

边板 用较厚的木板做成边框，和面板及底板组成长方形的共鸣箱体。

音梁 音梁也叫岳山，它镶嵌在箏面板的箏头和箏尾，是共鸣箱面板与底板的支撑结构，以增强面板的抗压性能，使音质清晰、圆润。泡桐或松木均可用来制作音梁。

雁柱 雁柱也叫琴马。琴弦的振动就是通过琴马传导给面板，并产生共振。因此琴马的材料与质量、高低与厚薄都将直接影响音质，一般采用红木及牛骨或象牙等硬质材料制作。

弦轴 用金属材料制成，起拴弦、调弦作用。

琴弦 箏是一弦一柱的弹拨乐器，从高音至低音，弦的粗细、长短有一定的比例。传统的箏弦采用丝弦或钢丝弦，现在大多已采用尼龙钢丝缠弦。这种琴弦具有钢丝弦和丝弦相结合的优点，音色清晰明亮，富于弹性，并扩大了音量，较之传统弦有更大的发展潜力。

箏的上弦，通常是将琴弦的一端通过箏尾的穿弦孔固定琴弦，另一端通过箏头琴钉孔穿入弦轴，用调音扳手将弦上紧，然后将琴马按弦的张力所需放在琴弦下。以S型二十一弦箏为例，通常按正常人臂长，最高音有效弦长（指高音部位的第一弦琴马至前岳山弦的长度）约16厘米；最低音有效弦长（低音部位的第二十一弦琴马至前岳山弦的长度）约88厘米。琴马应尽量放在前岳山、后岳山置弦的两点所构成的直线上，这样可避免弦歪或琴马跳动，导致走音。

古箏应放在通风干燥的地方，潮湿之处容易引起脱胶、变形。如果经常受到太阳直晒或暖炉的烘烤等，也容易引起干裂，以致影响琴的音色。

古筝的定弦和音域

定弦是指把弦定到一定的音高位置，定弦的音高标准可借鉴固定音高乐器如钢琴或调音器作为调音定弦的依据。

古筝是以我国传统的五声音阶宫商角徵羽（即**1 2 3 5 6**）的顺序定弦的。

在传统筝曲中，D调居多，用简谱的调号标记是**1=D**，用五线谱的调号标记则是把变音记号记在谱号的后面 ，调号为两个升号的就是D调。古筝的高音部位在里边，中音部位在中间，低音部位在外边，由高音部位的第一根弦向外数，弦序是一、二、三、四、五……二十一。见表一：

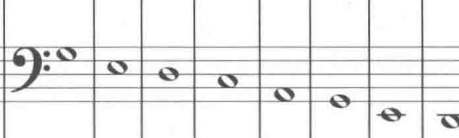
表一 D调五声音阶音位表

弦序	一	二	三	四	五	六	七	八	九	十	十一	十二	十三	十四	十五	十六	十七	十八	十九	二十	二十一
音名	d ³	b ²	a ²	#f ²	e ²	d ²	b ¹	a ¹	#f ¹	e ¹	d ¹	b	a	#f	e	d	B	A	#F	E	D
唱名	re	si	la	#fa	mi	re	si	la	#fa	mi	re	si	la	#fa	mi	re	si	la	#fa	mi	re
五线谱																					
简谱	$\dot{1}$	$\dot{6}$	$\dot{5}$	$\dot{3}$	$\dot{2}$	$\dot{1}$	6	5	3	2	1	$\dot{6}$	$\dot{5}$	3	2	1	$\dot{6}$	$\dot{5}$	3	2	1

表二 G调五声音阶音位表

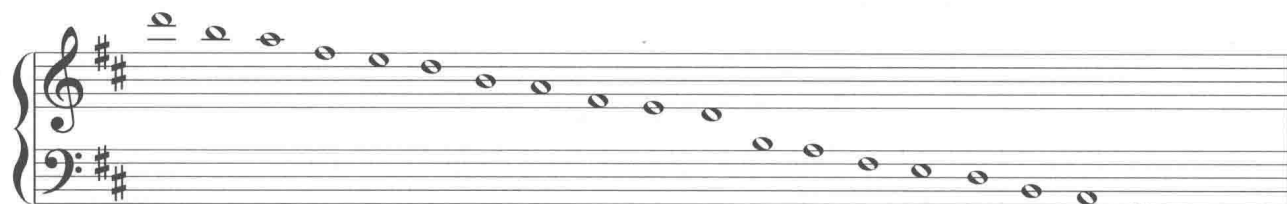
弦序	一	二	三	四	五	六	七	八	九	十	十一	十二	十三	十四	十五	十六	十七	十八	十九	二十	二十一
音名	d ³	b ²	a ²	g ²	e ²	d ²	b ¹	a ¹	g ¹	e ¹	d ¹	b	a	g	e	d	B	A	G	E	D
唱名	re	si	la	sol	mi	re	si	la	sol	mi	re	si	la	sol	mi	re	si	la	sol	mi	re
五线谱																					
简谱	$\dot{5}$	$\dot{3}$	$\dot{2}$	$\dot{1}$	6	5	3	2	1	$\dot{6}$	$\dot{5}$	3	2	1	$\dot{6}$	$\dot{5}$	3	2	1	$\dot{6}$	$\dot{5}$

表三 C 调五声音阶音位表

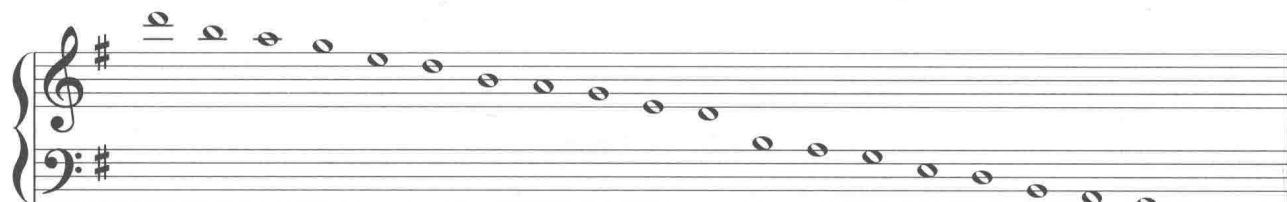
弦序	一	二	三	四	五	六	七	八	九	十	十一	十二	十三	十四	十五	十六	十七	十八	十九	二十	二十一
音名	d ³	c ³	a ²	g ²	e ²	d ²	c ²	a ¹	g ¹	e ¹	d ¹	c ¹	a	g	e	d	c	A	G	E	D
唱名	re	do	la	sol	mi	re	do	la	sol	mi	re	do	la	sol	mi	re	do	la	sol	mi	re
五线谱																					
简谱	$\dot{2}$	$\dot{1}$	$\dot{6}$	$\dot{5}$	$\dot{3}$	$\dot{2}$	$\dot{1}$	6	5	3	2	1	$\underline{\dot{6}}$	$\underline{\dot{5}}$	$\underline{\dot{3}}$	$\underline{\dot{2}}$	$\underline{\dot{1}}$	$\underline{\dot{6}}$	$\underline{\dot{5}}$	$\underline{\dot{3}}$	$\underline{\dot{2}}$

音域是指人声或器乐能发出的最低音到最高音之间的范围。以二十一弦常用箏D调五声音阶为例，从它的最低音起至最高音止，就有四个八度的音域，称为四组音。每组音用有颜色的琴弦（如绿色）隔开，分别为第三、第八、第十三、第十八弦，这样便于认识各音符在箏上的位置。以有颜色的琴弦第八弦为例：音符音名为A，固定唱名为la，首调唱名即简谱为“6”。

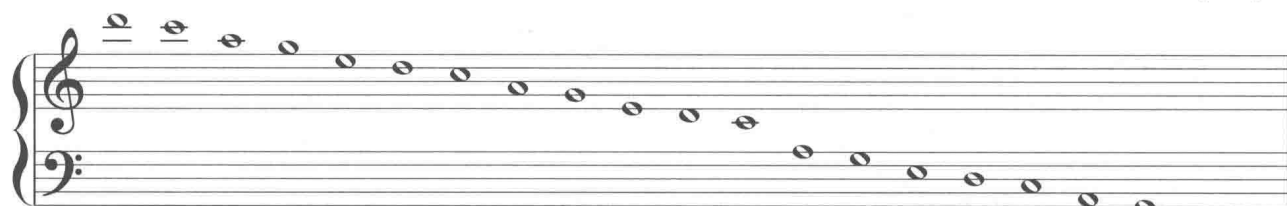
二十一弦古筝常用调五声音阶及首调唱名



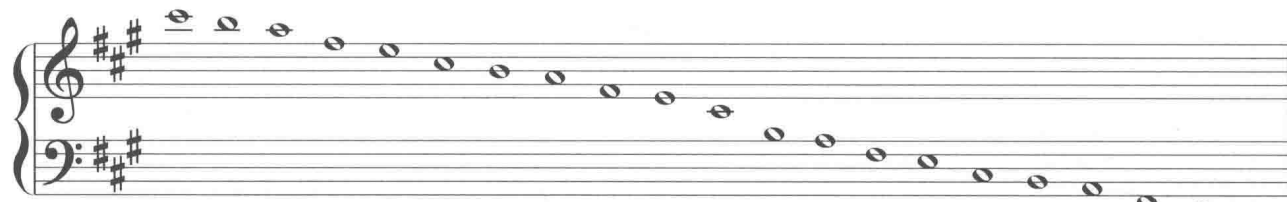
D调 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇



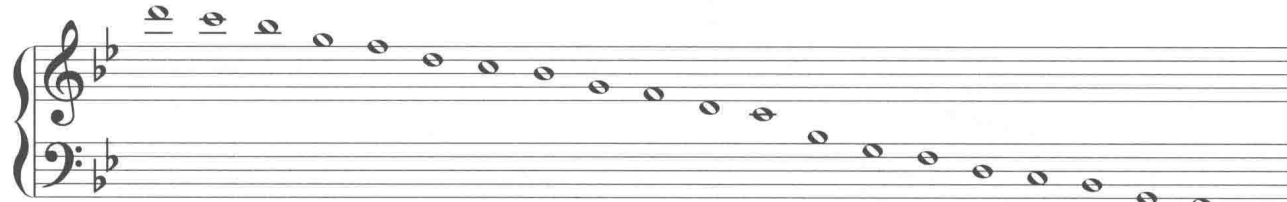
G调 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇



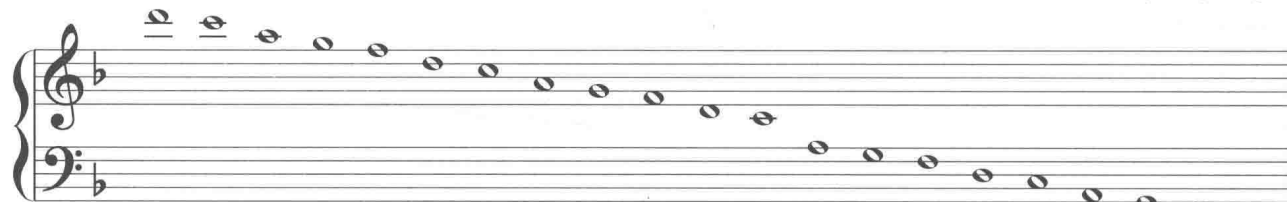
C调 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇



A调 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇



B调 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇



F调 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇ 5̇ 3̇ 2̇ 1̇ 6̇

古筝的调音方法

演奏古筝，音准是重要的因素之一。初学者需要接受严格的听觉训练，能唱准、听准各种调的五声音阶及七声音阶，同时还需要努力学会古筝的调音方法，逐步做到能自己调音，并且准确。

初学古筝，需备一个调音器，它是用五线谱的音名和唱名标记的，因此初学者需先熟悉音名，如D调五声音阶**1 2 3 5 6**的音名分别是D E $\sharp$ F A B，这也是初学者需牢记的，并学会调音时运用它。

在传统古筝D调五声音阶定弦中，通常把绿色弦定为440音分，以其作为标准音，这也是D调首调中的“**5**”音。按照传统古筝的定弦宫、商、角、徵、羽（简谱为**1 2 3 5 6**，唱名为do re mi sol la，五线谱固定音名是D E $\sharp$ F A B）五音的顺序排列调音，分别把D E $\sharp$ F A B都定为440音分就可以了。请看古筝的定弦和音域表一所示，分别是简谱D首调五声音阶音位表和五线谱D固定调五声音阶音位表。可通过扳手和弦轴把音调准，也可通过琴马向前岳山方向移动使音升高，琴马向相反方向移动使音降低来调准弦音。但移位时，琴马要避免直接与面板摩擦，否则会造成马脚不稳，反而影响音准。

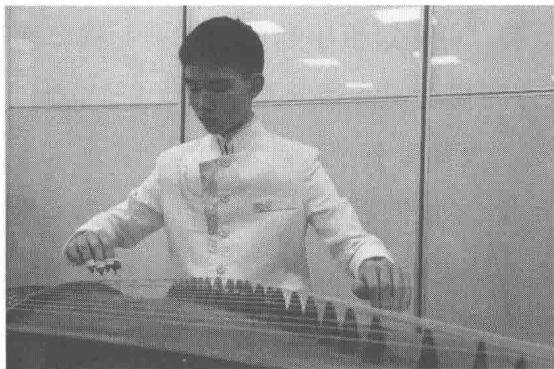
在学习古筝的过程中，需要不断训练和提高听力，尽量依靠听觉去判断音程，而不是单一依靠调音器。比如调音对弦时，必须等一个音的余音结束再弹第二个音。如对八度音**5— $\dot{5}$** ，当确立**5**是 a^1 音时，在弹完**5**音后，等余音消失，再弹高八度 $\dot{5}$ 音，若两个音的余音比较一致，才算定准了。

古筝的弹奏姿势

正确的弹筝姿势要求自然与放松，才有利于练习、演奏以及展示风度的大方、美观。

现在，筝一般都是平置于筝架上，演奏者坐于筝首一端，身体右侧大致与前岳山对齐，全身自然坐正，两肩放松，腰挺，头部略俯视，两脚前后着地，以维持身体平衡。弹筝时，为使身体上部有前、后、左、右活动的余地，坐凳部位以一半或三分之一为宜，且坐位与筝体应保持一定的距离。

双手弹奏古筝是一个整体，当右手单独弹弦时，左手必须在琴马左侧相应的琴弦上，或按弦或尾随右手一起走弦，以保持整体平衡、优雅的演奏状态。注意，务必从初学开始就要重视弹奏姿势。



图三 a



图三 b

弹筝手型：弹筝同样要求自然放松的手型。例如当手什么事也不做时，就是手型最自然的状态，又如双臂自由垂于体侧时的手型也是自然手型。因此弹筝时，双手置于筝或弦面上，手掌向下，关节微微突起，手指自然弯曲，似呈半握拳状，就是左、右手弹奏或左手按弦或尾随右手走弦的基本手型。

由于每个人的手指长短、手掌大小不一样，没有绝对一样的手型，就是在演奏过程中，因音乐的需要，也会适时改变手型的。但是初学时还是必须强调学习基本手型，在学习过程中，不断纠正和规范正确的自然手型，因为这有利于稳定手型和手指各部关节活动的能力。



图三 c

箏架高度约 55 厘米，箏架过高容易造成手臂高抬、两肩耸起而呈紧张状态；反之，容易造成低头弯腰。因此，箏架的高低是否合适这一点很重要，一般以演奏者的腰与箏体大致齐平较为适合。特别是少年儿童，更应注意调整箏架的高低，以确保基本演奏姿势的自然放松。