

# 二胡指法技巧训练

上册

赵寒阳 著



中央音乐学院『十五』『211工程』教材建设立项项目

中央音乐学院出版社

中央音乐学院『十五』『211工程』教材建设立项项目

# 二胡指法技巧训练

上册

赵寒阳 著

中央音乐学院出版社



图书在版编目(CIP)数据

二胡指法技巧训练. 上册/赵寒阳著. —北京: 中央音乐学院出版社, 2006.3

ISBN 7-81096-148-9

I. 二... II. 赵... III. 二胡一指法 IV. J632.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 028299 号

二胡指法技巧训练 (上册)

赵寒阳著

出版发行: 中央音乐学院出版社

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 毫米 16 开 印张: 15.25

印 刷: 北京美通印刷有限公司

版 次: 2006 年 6 月第 1 版 2006 年 6 月第 1 次印刷

印 数: 1—3,000 册

书 号: ISBN 7-81096-148-9

定 价: 35.00 元

中央音乐学院出版社 北京市西城区鲍家街 43 号 邮编: 100031

发行部: (010) 66418248 66415711 (传真)

# 前 言

专业音乐院校二胡教材建设的系统化和科学化，是关系到二胡音乐教育能否健康发展的关键所在。现代二胡教学要求教材呈体系化，以成套的练习来训练学生某一方面的演奏技艺。这一点，在中央音乐学院“211 教材建设工程”中，作为教材编写的一个原则被写入了科研任务书。当然，我并不否定独立的综合练习曲所具有的学术价值，但在学生的训练中，更需要的是具有针对性的系统教材，来强化他们正确的演奏动作，提高音乐的表现能力。随着中国音乐的发展和提高，专业教材的五线谱化已经成为必然的趋势，这对学生毕业后的就业是至关重要的。因此，这套“中央音乐学院系列教材”全部是用五线谱来出版的。

这本《二胡指法技巧训练》着重对二胡学习者的左手技法进行系统的训练，它与我的另一本《二胡弓法技巧训练》构成了一个完整的二胡基础技巧训练体系。全书分为七个章节，基本包含了二胡指法训练所需的各种项目。为了使教材更具系统性，本书是按照训练项目归类编排的，而并非按难易程度来编排。因此，在训练时应根据学生的具体情况来选择使用。本书在艺术院校二胡专业初、中级学生的课程中，大约占基础训练二年的练习量；如果是业余的二胡学习者，可根据本人的实际进度和需要适当地延长训练时间，或有目的地选用其中的部分曲目。

教材建设的系统化和科学化是我毕生的追求，它是一个系统工程，其工程量之大，远非几个人所能完成，甚至需要几代人的艰苦努力。我所能做的，只是尽自己的力量，为这个大厦添砖加瓦而已。由于本人的水平之限，本书一定存在许多不足之处，万望广大读者和同仁们提出批评建议，以便日后在再版时能更好地加以完善。

赵 寒 阳

2005 年 10 月于中央音乐学院

# 目 录

## 前 言

|                  |             |
|------------------|-------------|
| 第一章 持琴及按弦·····   | ( 1 )       |
| 第一节 手指按弦练习·····  | ( 2 )       |
| 1. 一指按弦练习·····   | 赵寒阳曲 ( 2 )  |
| 2. 一指切把按弦练习····· | 赵寒阳曲 ( 3 )  |
| 3. 二指按弦练习·····   | 赵寒阳曲 ( 4 )  |
| 4. 二指伸展按弦练习····· | 赵寒阳曲 ( 5 )  |
| 5. 三指按弦练习一·····  | 赵寒阳曲 ( 7 )  |
| 6. 三指按弦练习二·····  | 赵寒阳曲 ( 7 )  |
| 7. 四指按弦练习一·····  | 赵寒阳曲 ( 9 )  |
| 8. 四指按弦练习二·····  | 赵寒阳曲 ( 10 ) |
| 9. 四指按弦练习三·····  | 赵寒阳曲 ( 10 ) |
| 第二节 活指练习·····    | ( 15 )      |
| 1. 活指练习一·····    | 赵寒阳曲 ( 15 ) |
| 2. 活指练习二·····    | 赵寒阳曲 ( 16 ) |
| 第二章 音阶练习·····    | ( 18 )      |
| 1. 五声音阶练习一·····  | 赵寒阳曲 ( 18 ) |
| 2. 五声音阶练习二·····  | 赵寒阳曲 ( 23 ) |
| 3. 五声音阶练习三·····  | 赵寒阳曲 ( 28 ) |
| 4. 七声音阶练习一·····  | 赵寒阳曲 ( 32 ) |
| 5. 七声音阶练习二·····  | 赵寒阳曲 ( 39 ) |
| 6. 七声音阶练习三·····  | 赵寒阳曲 ( 43 ) |
| 7. 半音音阶练习一·····  | 赵寒阳曲 ( 48 ) |
| 8. 半音音阶练习二·····  | 赵寒阳曲 ( 48 ) |
| 9. 半音音阶练习三·····  | 赵寒阳曲 ( 50 ) |
| 10. 全音音阶练习一····· | 赵寒阳曲 ( 53 ) |
| 11. 全音音阶练习二····· | 赵寒阳曲 ( 55 ) |
| 12. 全音音阶练习三····· | 赵寒阳曲 ( 57 ) |
| 第三章 音程与琶音练习····· | ( 60 )      |

|                   |              |
|-------------------|--------------|
| 第一节 基础练习 .....    | ( 60 )       |
| 1. 小二度音程练习一.....  | 赵寒阳曲 ( 61 )  |
| 2. 小二度音程练习二.....  | 赵寒阳曲 ( 64 )  |
| 3. 小二度音程练习三.....  | 赵寒阳曲 ( 66 )  |
| 4. 大二度音程练习一.....  | 赵寒阳曲 ( 68 )  |
| 5. 大二度音程练习二.....  | 赵寒阳曲 ( 70 )  |
| 6. 大二度音程练习三.....  | 赵寒阳曲 ( 75 )  |
| 7. 小三度音程练习一.....  | 赵寒阳曲 ( 75 )  |
| 8. 小三度音程练习二.....  | 赵寒阳曲 ( 77 )  |
| 9. 小三度音程练习三.....  | 赵寒阳曲 ( 79 )  |
| 10. 大三度音程练习一..... | 赵寒阳曲 ( 81 )  |
| 11. 大三度音程练习二..... | 赵寒阳曲 ( 83 )  |
| 12. 大三度音程练习三..... | 赵寒阳曲 ( 85 )  |
| 13. 纯四度音程练习一..... | 赵寒阳曲 ( 87 )  |
| 14. 纯四度音程练习二..... | 赵寒阳曲 ( 88 )  |
| 15. 纯四度音程练习三..... | 赵寒阳曲 ( 89 )  |
| 16. 纯五度音程练习一..... | 赵寒阳曲 ( 90 )  |
| 17. 纯五度音程练习二..... | 赵寒阳曲 ( 93 )  |
| 18. 纯五度音程练习三..... | 赵寒阳曲 ( 96 )  |
| 19. 小六度音程练习一..... | 赵寒阳曲 ( 99 )  |
| 20. 小六度音程练习二..... | 赵寒阳曲 ( 101 ) |
| 21. 小六度音程练习三..... | 赵寒阳曲 ( 104 ) |
| 22. 大六度音程练习一..... | 赵寒阳曲 ( 105 ) |
| 23. 大六度音程练习二..... | 赵寒阳曲 ( 109 ) |
| 24. 大六度音程练习三..... | 赵寒阳曲 ( 111 ) |
| 25. 小七度音程练习一..... | 赵寒阳曲 ( 113 ) |
| 26. 小七度音程练习二..... | 赵寒阳曲 ( 115 ) |
| 27. 小七度音程练习三..... | 赵寒阳曲 ( 116 ) |
| 28. 大七度音程练习一..... | 赵寒阳曲 ( 118 ) |
| 29. 大七度音程练习二..... | 赵寒阳曲 ( 120 ) |
| 30. 大七度音程练习三..... | 赵寒阳曲 ( 122 ) |
| 31. 纯八度音程练习一..... | 赵寒阳曲 ( 124 ) |
| 32. 纯八度音程练习二..... | 赵寒阳曲 ( 126 ) |
| 33. 纯八度音程练习三..... | 赵寒阳曲 ( 128 ) |

|                            |            |
|----------------------------|------------|
| 第二节 中级练习.....              | (131)      |
| 1. 大三和弦分解练习.....           | 赵寒阳曲 (131) |
| 2. 大三和弦琶音练习.....           | 赵寒阳曲 (137) |
| 3. 增三和弦琶音练习.....           | 赵寒阳曲 (145) |
| 4. 小三和弦分解练习.....           | 赵寒阳曲 (151) |
| 5. 小三和弦琶音练习.....           | 赵寒阳曲 (157) |
| 6. 减三和弦琶音练习.....           | 赵寒阳曲 (163) |
| 7. 增四度以内的三全音练习.....        | 赵寒阳曲 (165) |
| 8. 增四度以内的半音阶练习.....        | 赵寒阳曲 (170) |
| 9. 含增四(减五)度音程的琶音练习.....    | 赵寒阳曲 (172) |
| 10. 小六度跳进与包含四个全音音程的练习..... | 赵寒阳曲 (173) |
| 11. 小六度跳进与半音阶练习.....       | 赵寒阳曲 (174) |
| 12. 小六度内的各种琶音练习.....       | 赵寒阳曲 (176) |
| 13. 大六度内的各种音程组合练习.....     | 赵寒阳曲 (180) |
| 14. 大六度内的半音阶练习.....        | 赵寒阳曲 (185) |
| 15. 大六度内的各种琶音练习.....       | 赵寒阳曲 (186) |
| 16. 小七度内包含五个全音音程的练习.....   | 赵寒阳曲 (189) |
| 17. 小七度内的各种音程组合练习.....     | 赵寒阳曲 (191) |
| 18. 大小七与小小七和弦琶音练习.....     | 赵寒阳曲 (194) |
| 19. 减七和弦琶音练习.....          | 赵寒阳曲 (196) |
| 20. 大七度内的各种音程组合练习.....     | 赵寒阳曲 (198) |
| 21. 大七度内的各种琶音练习.....       | 赵寒阳曲 (206) |
| 第三节 高级练习.....              | (208)      |
| 1. 小二度音程模进练习.....          | 赵寒阳曲 (208) |
| 2. 小二度滚指练习.....            | 赵寒阳曲 (209) |
| 3. 增二度音程练习.....            | 赵寒阳曲 (210) |
| 4. 增四度跳进与小二度级进的混合练习.....   | 赵寒阳曲 (214) |
| 5. 自然音程的大跳练习.....          | 赵寒阳曲 (216) |
| 6. 各种音程的颤指音练习.....         | 赵寒阳曲 (218) |
| 7. 伸展手指按纯五度的练习.....        | 赵寒阳曲 (220) |
| 8. 减七度跳进与减七和弦琶音练习.....     | 赵寒阳曲 (224) |
| 9. 琶音综合练习.....             | 赵寒阳曲 (226) |
| 10. 八度音程练习.....            | 赵寒阳曲 (229) |
| 符号说明一览表.....               | (232)      |

# 第一章 持琴及按弦

二胡的琴筒应该放在左腿靠紧小腹的位置上，琴杆正直，略向前倾；左臂自然弯曲，肘部不要过分抬高。在演奏上把位时，左臂与体侧应成 45 度角。手腕微微凸起，将琴杆置于虎口之中，手指自然弯曲呈半握拳状，以指尖与指面交合处触弦。因手指触弦面积的大小直接关系到发音的厚薄，因此我们在演奏中，可以利用调整手指的触弦面积来达到变化音色的目的。

在演奏上把位时，左手虎口要放在靠近千斤的位置上。因为在二胡演奏中，是以左手食指根部接触千斤作为第一把位归“零”的感觉标志的。有了这个标志，在经这多次换把以后，回到第一把位时都以它为标准回归“零”位，从而消除了多次换把后的误差积累，以更好地保证音位的准确。

在乐谱上，二胡的指法是以食指、中指、无名指和小指为序，用 1、2、3、4 来标明的。因此，食指也叫做一指，中指叫做二指，无名指与小指分别叫做三指和四指。不用手指按弦的音叫做空弦音，用 0 来表示。

手指在按弦时，各个关节要自然弯曲，其弯曲程度以食指为最大，按中指、无名指、小指为序逐个递减，到小指就几乎是伸直按弦了。左手的任何一个指关节都不允许反弯，但过分的正弯也是不科学的，它会造成手指不必要的紧张。手指的弯曲一定要以自然、松弛为原则。在四个手指中，唯有小指的按弦手形与其它三个手指略有不同。在小指按弦时，首先手掌要充分打开，就像我们平时用手比划说“五”时的手形，然后将食指、中指和无名指弯曲，小指保持伸直，拇指呈向上翘起的状态，以小指指肚的外侧触弦。

此外，小指因其短小、无力，所以在它按弦时，一般需有另一个手指保留在弦上加以辅助，它的原则是：①保留小指音前一个音符的按弦手指；②如果小指前一个音符是空弦音，那么无名指就要和小指同时按下。但要注意保留指动作的协同性，以免带出不必要的杂音。小指在按弦时，左手会处于相对紧张的状态，这是正常的，如果在乐句中小指不是频繁地使用，那么当小指完成按弦任务以后，左手要尽快地恢复到自然、松弛的状态；如果在乐句中小指频繁地使用，左手就要在此乐句中保持小指按弦时的手形。

左手拇指在不换把时，应呈持平状态，并轻轻夹紧琴杆，以防止手指在按弦过程中因把位移动而影响音准。在换把时虎口应微微松开，以减少换把时的磨擦阻力；一旦换把到位，要立即恢复夹紧琴杆的状态。在小指按弦时，因手掌充分打开，拇指就要向上翘起。但有些演奏者在演奏时，拇指向下弯曲勾住琴杆，这样不但使虎口在换把时打不开，而且会使手型变得较为紧张，从而影响其它四个手指的灵活性。还有些演奏者在演奏时左手拇指过于向上翘起，使虎口失去了锁定把位的功能，容易在演奏中跑音。因此，

左手拇指向下弯曲勾住琴杆或过于向上翘起都是不正确的。

手指的起落动作，要以左手的掌指关节运动为主，以手掌的运动为辅。手指的触弦应该是富有弹性的“击”弦，而不是僵硬的“按”弦。

音准是左手最大的难点之一，而保证音准需要两个重要的因素：一是正确的音准概念；二是要有敏捷的手指反馈能力。

二胡演奏者在持琴与按指方面要特别注意以下几点：

一、琴筒一定要放在左腿根部靠紧小腹的位置上，而不能放在左腿中间的位置上。

二、琴杆不可过于左斜、右斜或过于前倾、内收。

三、左臂要有一定的支撑力，不可靠虎口夹紧而吊挂于琴杆之上。

四、持琴时左手掌心不要贴近琴杆，使手指“躺”倒来按弦。这种不正确的手形将直接影响音准和手指的灵活性。

五、手指（尤其是无名指和小指）不可从弦的外侧来按弦，以致只按实了外弦，内弦却处于虚按状态，常常会因此而出现狼音。

六、演奏时左手没有必要始终保持手形，让手指“悬”在音位的上方，这样会使手指一直处于紧张的状态而得不到休息，不但容易降低手指的弹性和敏捷程度，还大大地加重了左手的负担。

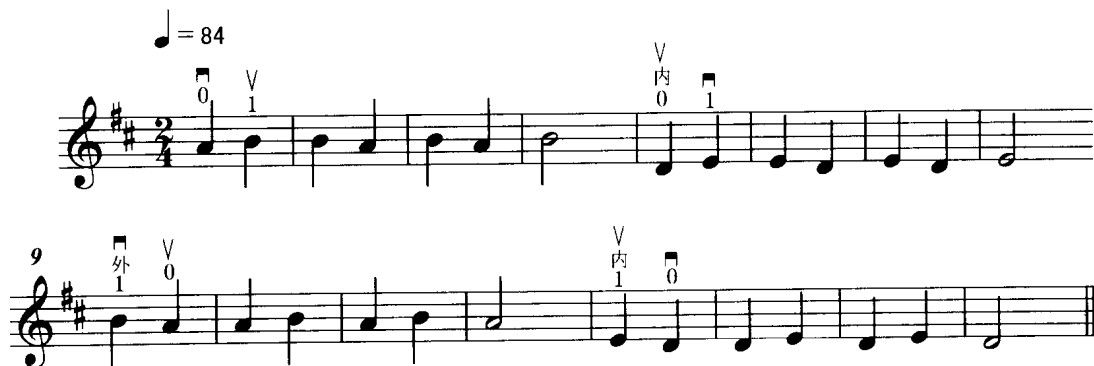
七、当一个手指按在弦上时，其它的手指不要蜷曲在掌心中，以避免增加不必要的动作。

八、持琴时大臂不要过分抬高，使左臂处于紧张而不自然的状态。

## 第一节 手指按弦练习

### 1. 一指按弦练习

赵寒阳曲



## 2. 一指切把按弦练习

赵寒阳曲

$\text{♩} = 96$

The musical score is written in G major (one sharp) and 3/4 time. It consists of eight staves of music. The tempo is marked as  $\text{♩} = 96$ . The score includes various fingering and technique markings:

- Staff 1:** Measures 1-5. Markings include  $\text{V}$  (pick),  $\text{0}$  (open),  $\text{1}$  (first finger), and  $\text{内}$  (inner). The key signature changes to D major (two sharps) at measure 4.
- Staff 2:** Measures 6-10. Markings include  $\text{V}$ ,  $\text{0}$ ,  $\text{1}$ , and  $\text{外}$  (outer).
- Staff 3:** Measures 11-15. Markings include  $\text{V}$ ,  $\text{0}$ ,  $\text{1}$ ,  $\text{内}$ , and  $\text{外}$ .
- Staff 4:** Measures 16-20. Markings include  $\text{1}$ ,  $\text{0}$ ,  $\text{1}$ , and  $\text{2}$ . The time signature changes to 2/4 at measure 17.
- Staff 5:** Measures 21-25. Markings include  $\text{0}$ ,  $\text{1}$ ,  $\text{V}$ , and  $\text{外}$ .
- Staff 6:** Measures 26-30. Markings include  $\text{1}$ ,  $\text{0}$ ,  $\text{1}$ ,  $\text{内}$ , and  $\text{外}$ .
- Staff 7:** Measures 31-35. Markings include  $\text{1}$ ,  $\text{2}$ ,  $\text{3}$ , and  $\text{内}$ .
- Staff 8:** Measures 36-40. Markings include  $\text{1}$ ,  $\text{2}$ ,  $\text{3}$ , and  $\text{内}$ .



### 3. 二指按弦练习

赵寒阳曲



# 4. 二指伸展按弦练习

赵寒阳曲

$\text{♩} = 90$

1 2 2 2 1 V

6 1 0 2 1 0 1 2 2 1

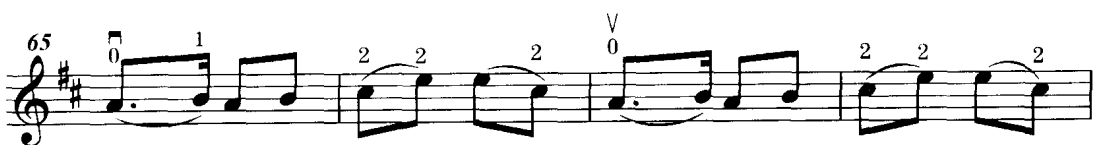
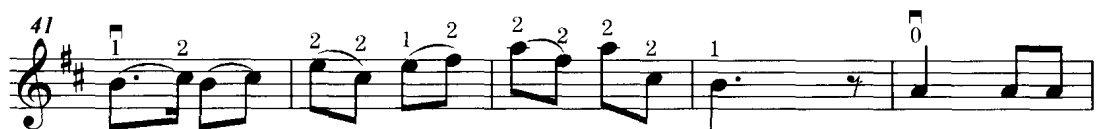
11 V 2 2 2

16 1 0 1 3 1 2 2 1

21 V 0 1 3 1 2 2 1 2 2

26 1 2 0 1 2 1 0

31 2 2 2 1 2 1 2 2 2



说明：此曲应尽量用二指伸展按弦而不要换把。

## 5. 三指按弦练习一

赵寒阳曲

$\text{♩} = 80$

6

11

## 6. 三指按弦练习二

赵寒阳曲

$\text{♩} = 132$

5

9

13

17





## 7. 四指按弦练习一

赵寒阳曲



## 8. 四指按弦练习二

赵寒阳曲

$\text{♩} = 80$

6

12

18

24

## 9. 四指按弦练习三

赵寒阳曲

$\text{♩} = 144$

5