

赵松庭 编著

笛子演奏技巧 十讲

文化艺术出版社

笛子演奏技巧十讲

赵松庭 编著

文化艺术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

笛子演奏技巧十讲/赵松庭编著. —北京: 文化艺术出版社, 2001. 1
ISBN 7-5039-1988-4

I. 笛… II. 赵… III. 笛子—吹奏法 IV. J632.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 84373 号

笛子演奏技巧十讲

编 著 赵松庭
责任编辑 冯京丽 高海洋 (特邀)
封面设计 嘉世立创
出版发行 文化艺术出版社
地 址 北京市朝阳区惠新北里甲 1 号 100029
电子邮件 whysbooks@263.net
电 话 (010) 64813345 64813346 (总编室)
(010) 64813384 64813385 (发行部)
经 销 新华书店
印 刷 北京振兴华印刷有限公司
版 次 2001 年 1 月第 1 版
2004 年 8 月第 2 次印刷
开 本 638 × 930 毫米 1/8
印 张 18.5
乐 谱 141 面
书 号 ISBN 7-5039-1988-4/J·597
定 价 32.00 元

版权所有, 侵权必究。印装错误, 随时调换。

前 言

竹笛是中国人民非常熟悉的民族乐器，在我国流传已有几千年的历史。竹笛具有丰富的表现力，有许多独特的演奏技巧，其乐器本身又较为简便。因而，在长期的、极为广泛的流传中，竹笛成为人民用以表达自己的思想感情和反映社会生活、为群众所喜爱的乐器。人民喜爱竹笛，把它的形象描绘成“玉龙喷霜”，把它的声音比喻成“凤鸣”、“龙吟”，它成了人民生活中不可缺少的亲密伙伴。可惜，今天我们却很少看到真正的古代笛谱。无数的艺术明珠像水珠般地消失了！

在唐朝末年这一段近古音乐史中，戏曲盛行，竹笛成了戏曲伴奏的重要乐器。因而在表现力和演奏技巧上，相对地缺乏进取性和独立性。一直到建国以后，笛子艺术才得到充分的发展，无论在创作、演奏、理论、作曲和改革教学等多方面都取得了卓越的成就。

竹笛并不难学，一般来说，经过一年半载的练习就有希望演奏得悠扬动听了。不过假如你要想攀登艺术高峰，精益求精，那么即使花一辈子的精力也是值得的。因此，目的不同，学习的方法、要求、措施等也就不大相同。如果你是业余爱好者，学习的目的是为了丰富自己的生活，你不可能有很多的时间投入艺术劳动，那么你一定希望自己的学习能够很快地收到成效，演奏起来既使自己心旷神怡，对听者也是一种艺术享受；如果你是一个立志献身于竹笛演奏的专业工作者，有志于攀登艺术高峰，那么就应该踏踏实实地打好基础，基础打得越坚实越好。这两种学习方法是不同的，要求也不一样，不同的地方在于：首先，训练的时间不一样。专业者至少要保持每天三个小时以上，需要高标准、严要求，有系统、有步骤、有措施；而业余者则要根据自己的兴趣和需要进行训练，不能那么严格。当然，业余者也可能成为专业的，这要看他们的发展怎样。我们有许多吹笛子的专业者，过去也是业余的。训练的动机、目的、要求可以不一样，但总的都希望有一个比较科学的训练方法。什么是比较科学的训练方法呢？这个问题对竹笛演奏训练来说，目前还没有完全统一的认识。有的认为民乐重在风格，不必有严格的基础训练；有的认为必须像西洋管乐器一样，有系统、有步骤、严格地从基础训练开始。我的意见倾向于后一种，当然还要从实际出发。中国竹笛这一乐器本身，也还在不断地发展，比如说，半音阶不完整，因此还不能以严格的步骤和方法来

训练半音阶。中国竹笛种类庞杂，演奏的风格五花八门，如果用西洋长笛的框框来“改革”、“统一”竹笛的规格，或者照搬长笛的训练方法，那显然是不正确的，也是行不通的。

基于以上认识，我编写了这本业余与专业相结合的笛子教材。所选内容着重基础训练及竹笛的独特演奏技巧两个方面，希望能对业余和专业的演奏者都有所帮助，希望能对同行们提供一些可以参考的东西。另外，这本教材曾于1983年由广播出版社首次印刷三万多册，并由中央人民广播电台文艺部音乐组作为教材连续播出了两次，在全国范围内产生较大影响，很多专业院校已采用为教本。十几年过去了，通过教学实践，发现本教材中存在问题需要进行修改。1995年，应中央音乐学院环球音像出版社之邀，重新删补、修正了教材内容，并录成音像。如今，修订后的《笛子演奏技巧十讲》，由文化艺术出版社推出。既为了“继往”，更是为了“开来”。但愿中国民族艺术的光芒，不是削弱而是更加灿烂地闪耀在世界民族艺术之林！

赵松庭

2000年10月于北京

目 录

第一讲	竹笛的历史沿革和基本演奏方法	(1)
第二讲	气功	(11)
第三讲	气、指、舌结合训练	(19)
第四讲	震、叠、赠、打及南方风格的演奏	(38)
第五讲	圆滑音	(50)
第六讲	垛音	(62)
第七讲	转调、变化音阶	(81)
第八讲	气息控制及循环换气	(90)
第九讲	形形色色的笛子	(101)
第十讲	怎样演奏《早晨》	(112)
结束语		(117)
附 录	笛曲五首	(118)

第一讲 竹笛的历史沿革和基本演奏方法

有关笛子的起源、沿革、形制、名称等，历来众说纷纭，这里仅做一个简单的介绍。早在八千年前，我国就有了骨制笛子。有横开一个孔、两个孔、三个孔甚至六个孔的笛子（浙江河姆渡出土文物、河南舞阳出土文物证明了这一点），至迟到殷周时代就有了音阶完整的竹制笛子。汉朝以后，吸取了羌笛的形制，称竹笛为“横吹”。嗣后，根据音律学的理论又制成了长短不同的笛子。当时的著名演奏家列和演奏的长笛长达三尺二寸。魏晋时期，蔡邕、荀勖、梁武帝等人制造的十二律笛，都是根据音律的理论制成的。这时期已经有了“顺笛”（竖吹，管子里面加一块有槽的木头，一吹就会发音）和“手笛”（高音笛）。隋朝有了十二孔笛，一根笛能吹十二个调子。唐朝的吕才制成“尺八”，凡十二枚，在当时颇为流行，并随唐朝的雅乐传到日本。唐朝的刘系作七星管，贴上笛膜以助声，这恐怕是笛子贴膜的最早记载。到了宋朝又出现了吹孔在中间、两手交叉起来演奏的“叉手笛”，又名“拱宸管”。宋元以后，戏曲盛行，竹笛成了戏曲伴奏的重要乐器，伴奏梆子戏的称为“梆笛”，伴奏昆曲的称为“曲笛”，这种称呼一直流传至今。由于当时还没有发明计量单位“赫兹”，因而未能标明各种音名的频率高度，所以梆笛、曲笛是什么调就很难说清楚。相对而言，短小的称为“梆笛”，第三孔的高度约为 f^2 、 g^2 、 a^2 的，通常称它们为 F 调梆笛、G 调梆笛、小 a 调梆笛，以 g^2 梆笛为中心；较长的则称为“曲笛”，第三孔的高度约为 c^2 、 $\sharp c^2$ 、 d^2 、 e^2 ，以 d^2 曲笛为中心。

传统的调名称呼，不管笛子长短以及发音的高低，凡是以第三孔（从下数上）作主音 1 的，统称为“小工调”；第四孔作主音的称“凡字调”；第五孔作主音的称“六字调”；第六孔（即顶孔）作主音的称“正宫调”；筒音作主音的称“乙字调”；第一孔作主音的称“上字调”；第二孔作主音的称“尺字调”。这种命调的方式，只能在六孔竹笛上适用，如果有七个孔就不适用了，而且也不能标出音调的高低。目前生产的竹笛，大都标有音名。仍按习惯以第三孔作为命调点，如大 C 调就是第三孔的音高为 $c^2 523$ ，D 调就是第三孔音高为 $d^2 587$ ，这两种都属于曲笛；又如 F 调梆笛就是第三孔音高是 $f^2 698$ ，G 调梆笛就是第三孔音高为 $g^2 784$ ，这两种都属于梆笛；第三孔的音高超过 c^3 的都称为高音小笛，如小 c 调、小 d 调等。第三孔音高低于 b^1 的称为大笛，如大 A 调、大 G 调等。按人的手指生理条件，小的可以小到小 d 调，大的可以大到倍大 G 调，最低音达到低音谱表下加二间。

从声学理论上来说，竹笛属于横吹的开管乐器。它的声学特点是，通过人体吹气并经过唇部的控制，使气流成为一束，以斜面的角度射入管的吹端，从而产生边棱振动，在管内形成驻波，因而发出与管长相对应的频率。凡是以此类形式振动发声的都称为笛类乐器，无论横吹还是竖吹，性质都是一样。我国历史上对于笛是竖吹还是横吹争论不休，箫和笛的概念也混淆不清。其实，它们都是同一性质的乐器。为了区别笛和箫这两个概念，我建议不管历史上的争论，凡是横吹的都称为“笛”、竖吹的则称为“箫”。如果是加上簧振动的，那就不属于笛类乐器。有些人把唢呐也称为“箫”，把管子称为“闷笛”，把黑管也称

为“竖笛”，这显然是不妥当的。

中国竹笛经历了几千年的变化和发展，至今还在不断变化发展着。我们不必急于求得有一个统一的规格，要避免带着一个框框去进行“改革”，而是应该从实际需要出发，进行各种各样的尝试，逐步地按照艺术科学的标准，使它进一步完善起来。

既然竹笛是一件还在发展中的乐器，因此，在开始练习这种乐器时，就要对此有所准备：

1. 注意两手的拇指、小指，不要放任自流，除了摆好位置外，还要有意识地培养它们的活动能力。
2. 注意练耳。培养多种律的音乐感觉，不要停留在五声音阶或单一的律制止。
3. 除简谱外，要学会看线谱，首调的观念和固定调的观念都要训练。

从目前的情况来说，对如何进行改革、统一规格等问题，还没有一致的认识。因此，在学习这种乐器时，应该尽可能多方面地了解，对各种类型的笛子以及各种演技，首先要有一个学习、继承的过程，然后才会有提高和发展的过程。

练习前要准备好常用笛一套，以大C调曲笛为主，以便对照录音进行训练。

大C调笛的音域为：基音 g^{392} — c^{2092} (见图1)。

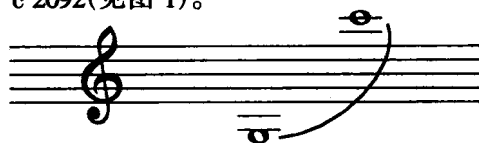


图1 大C调笛的音域

笛子的各部分名称(大小笛子都一样)(见图2)：

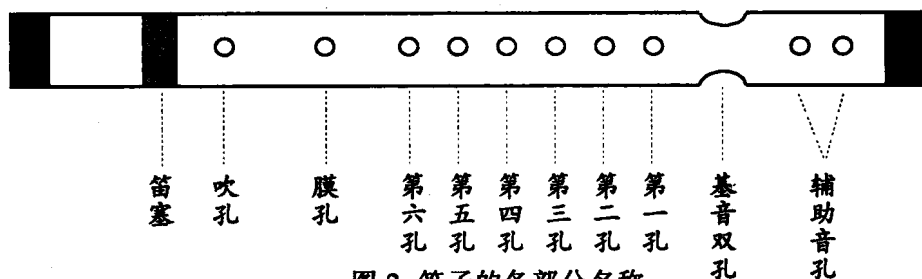


图2 笛子的各部分名称

基本调第三孔作1 (首调唱名)，即小工调，指法如下：

- | | |
|----------------|----------------------|
| 5 全按 | 1 开第一、二、三孔 |
| 6 开第一孔 | 2 开第一、二、三、四孔 |
| 7 开第一、二孔 | 3 开第一、二、三、四、五孔 |
| 1 开第一、二、三孔 | 4 开第一、六孔(4 常用开半孔法吹奏) |
| 2 开第一、二、三、四孔 | 5 开第六孔 |
| 3 开第一、二、三、四、五孔 | 6 开第一、四孔 |
| 4 开第一、二、三、六孔 | 7 开第二、五孔 |
| 5 全按，也可开第六孔 | 1 开第二、三、五孔 |
| 6 开第一孔 | 2 开第一、六孔 |
| 7 开第一、二孔 | |

如有不同情况,以音准为前提。

演奏姿势要领:

风门正,笛身平, 头要直,胸要挺。
拇指小指相扶持, 莫使笛子柳摇金。
虎口之间可容蛋, 关节舒畅手才灵。
六指按孔要严密, 指指放松成弧形。
高低起落有规格, 多余动作丢干净。
口劲松紧随意, 口风粗细由我心。
双臂张开四十五, 青龙白虎全都行。



图3 正确的演奏姿势

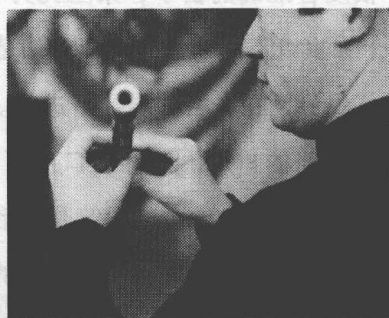


图4 正确的持笛姿势



图5 正确的口风



图6 正确的手指姿势

关于演奏姿势的几点说明:

1. 风门的形状受生理条件支配,有的天生不正,有的唇过厚而不规则。如果超出了限度,那就不宜学吹笛子;如果不严重,则一般可以找到合适的位置。

2. 拇指的位置摆法有不同,有的上手拇指远离食指,托住笛身,这种摆法的优点是上手食指较灵活,缺点是拇指处不能开孔,圆滑的性能要差一些。总的要求是要使关节放松,才能使手指灵活。

3. 小指要轻轻贴住笛身,这不但是持笛的需要,也是将来增加音孔时的需要。

4. 手指放松成弧形,按笛孔的手指忌僵直,僵直则缺乏弹性。笛子有大小,因此手指的弧度也要随

着改变。吹小笛时按在指尖上，吹中笛时按在指肚上，吹大笛时按在手指的一、二节之间。手指有长短，位置不能强求一律。吹较大的笛子时上手食指可轻托住笛子，以使关节放松。

5. 多余动作丢干净。多余动作指的是一些不必要的手指小动作，如“兰花”手指、屈指、移指等。

高低起落有规格，指的是开放音孔时，手指离音孔的距离，正常情况远不要超过三公分，近不要小于二公分。过远则影响速度，过近则影响音高。

6. 青龙白虎全都行，指传统的持笛姿势“左青龙、右白虎”，是为了行街演奏时对称好看。六孔竹笛，向左向右都一样，但由于国际上管乐器的结构都向右，因此初学者以向右为宜，如已学成向左，则不必改动。

训练按下列程序：

1. 准备好一根发音准确的笛子，第三孔为C。请注意笛子的发音一定要准确，要请耳朵好的老师检验通过才能用。十二岁以下的儿童，可以先用适合手指生理条件的笛子(如F调或G调梆笛)进行练习。

2. 切实端正好姿势，在严格的指导下进行。

3. 特别要注意吹笛的口形。正确的口形可以参考坐禅的姿势：全身肌肉放松，脸部肌肉更要放松，不皱眉、不闭眼、双眉下垂、含蓄的微笑是口形的要领。在发“雨”、“鱼”这两个字音中去找吹气的两唇位置。双手合掌放在胸前，将气吹入双手掌的中间，手背上不要感觉到有气流，头部不要向下，上唇稍向前，但决不要包住下唇，整个口腔没有任何紧张不自然的感觉，双唇不要向外拉。

4. 将笛子轻轻地贴在唇下，试吹，找到好听的声音(在严格的指导下进行)，然后将手指从上到下，逐个按上去检验能否全部吹响。注意手指的姿势是否严密、是否放松。

以上是初学吹笛的第一课，它对今后的训练有着非常重要的启蒙作用。

宁可慢，但要正确，一字一句地首先练习好小工调的五声音阶。学习的重点，第一是姿势，特别是口形；第二是指法，对照口诀逐条检查；第三是五声音阶的音准，可以与唱结合起来训练，一般的初学者都能唱准五声音阶，却吹不准；第四是要找到最好听的音色。然后就是节奏及熟练程度等。

教材：

1. 五声音阶练习曲。

2. 快速的五声音阶练习曲。

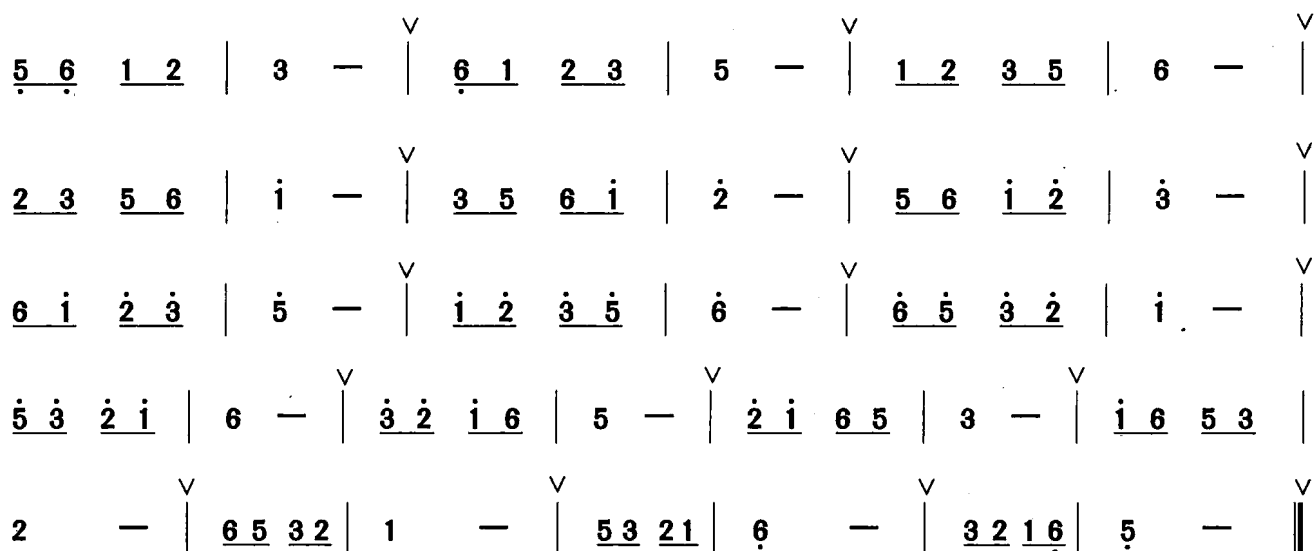
3. 正宫调换调练习。

4. 民间小调及小工、正宫翻调练习。八板、八段锦、四季歌、五更调、句句双、龙虎斗、小开门、紫竹调。

这一讲为业余吹笛者的启蒙教材，训练得法的话，一个月的时间大概可以完成。同时，由于这些小调都是非常流行的传统乐曲，训练起来不致枯燥无味。但是，请务必记住训练的重点，这样才能使开头的第一步就朝着艺术的殿堂之门循序渐进。

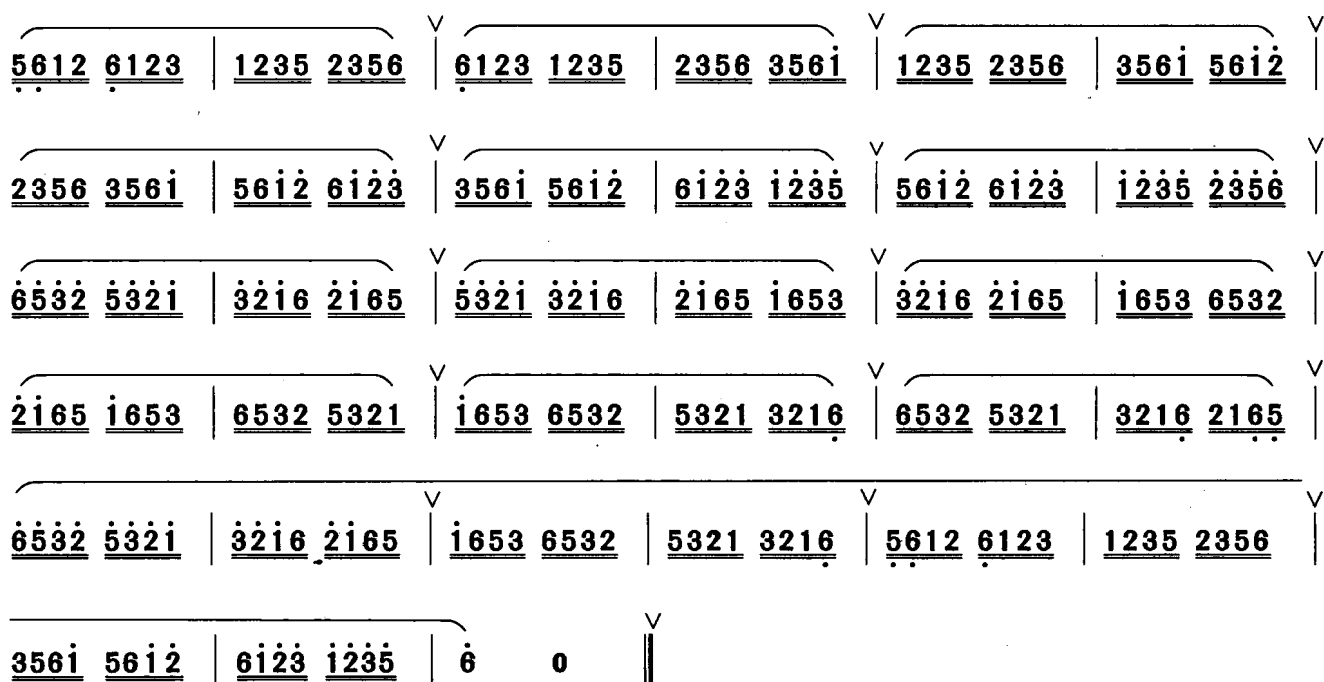
五声音阶练习

简音 5 小工调



五声音阶快速练习

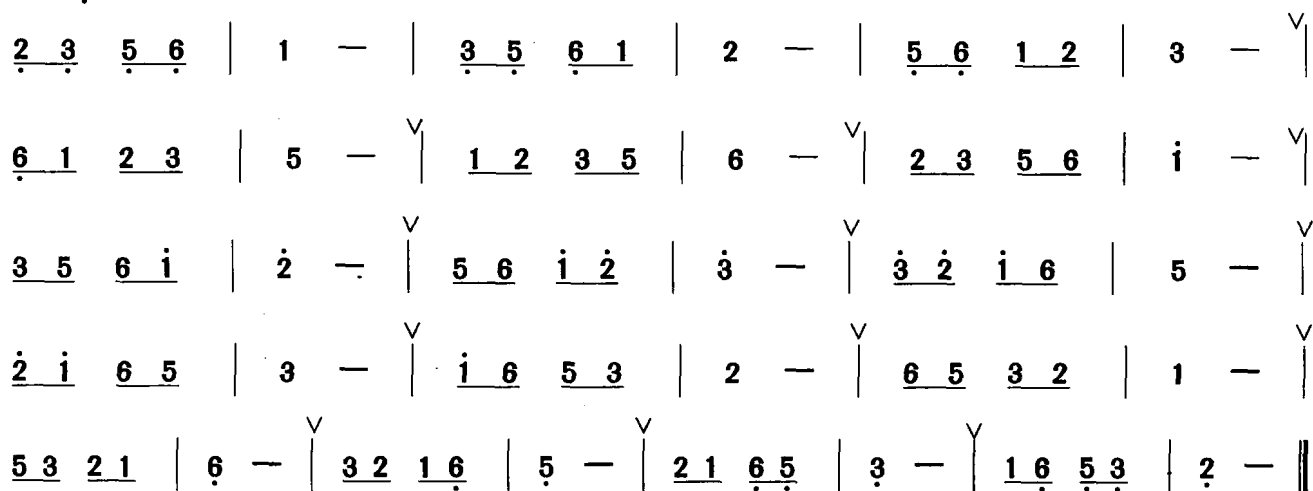
简音 5 小工调



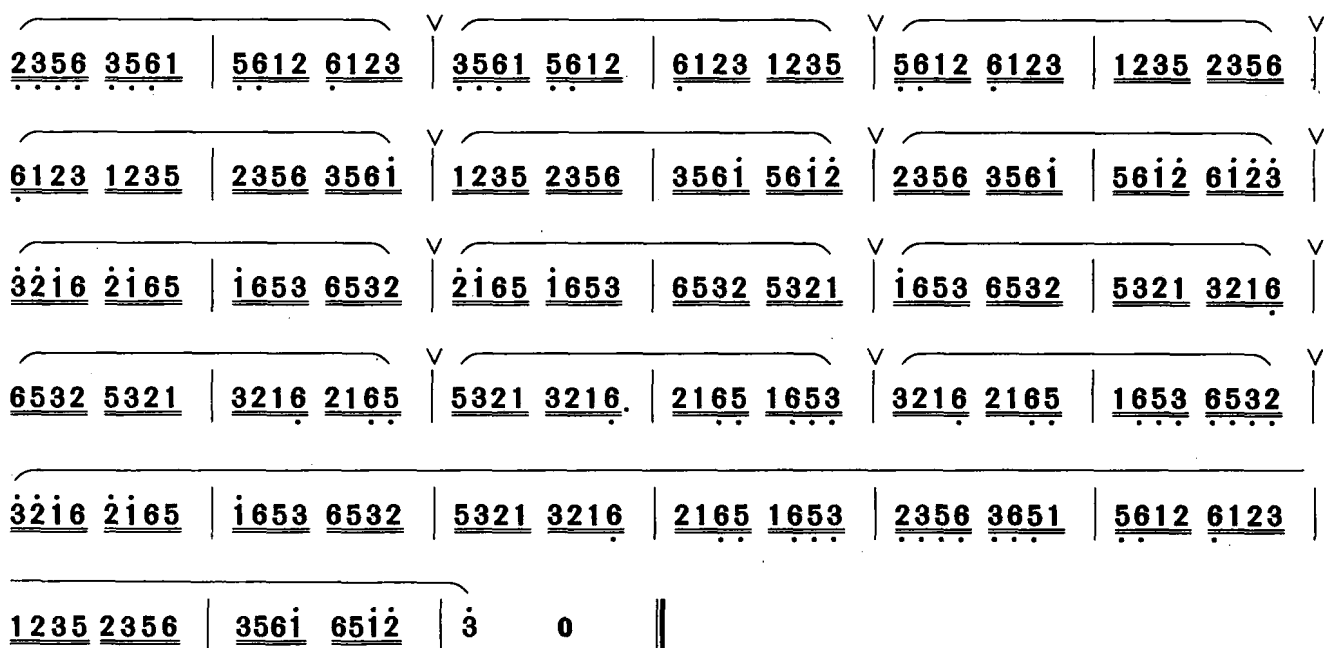
注：开始时一句一句地练，然后连起来，要训练如何抢气及节奏。

尝试将以上练习曲，换成全按作“2”的正宫调练习。

筒音 2 正宫调



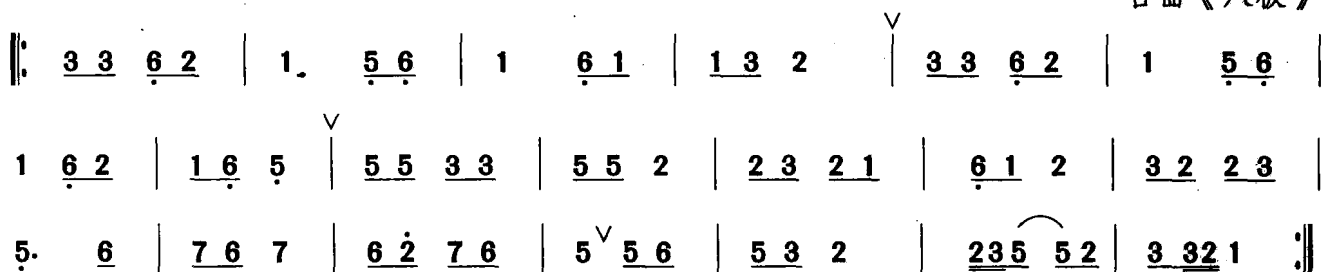
筒音 2 正宫调



民间小调练习

全按 5 小工调

古曲《八板》

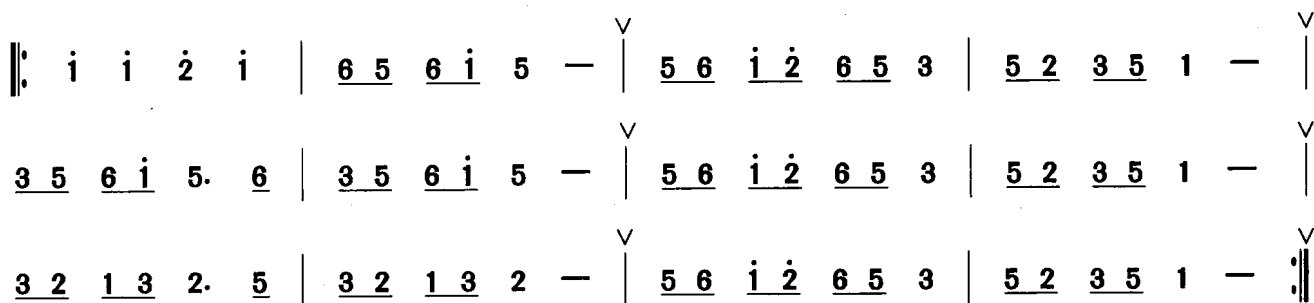


注：可以尝试用全按作“2”的正宫调练习此曲，一开始就练习转调是会有好处的。

民间小调练习

全按 5 小工调

《八段锦》



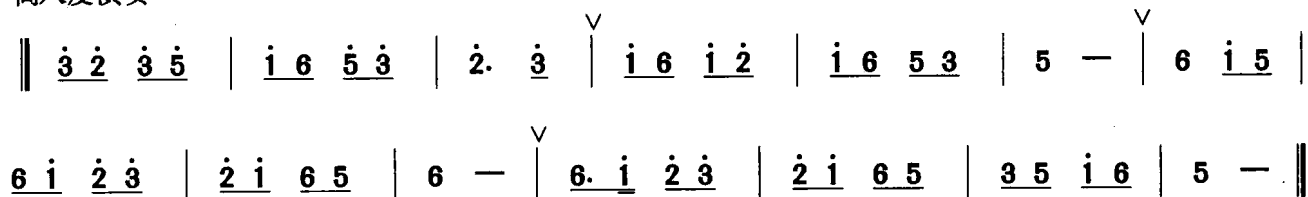
注：尝试用正宫调练习。

民间小调练习

全按 5 小宫调

《四季歌》

高八度演奏

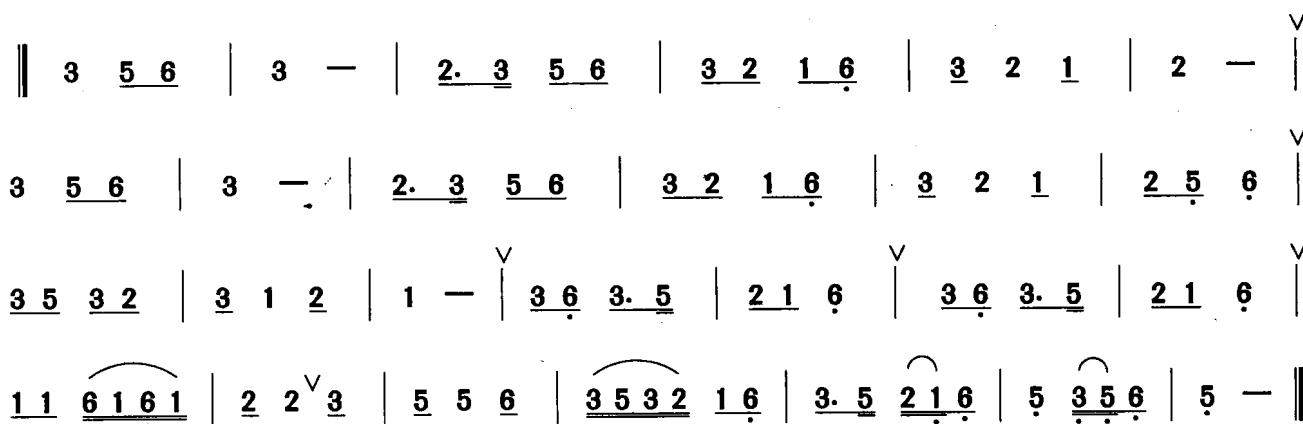


注：尝试用正宫调练习。

民间小调练习

全按 5 小工调

《五更调》



注：尝试用高八度练习。

民间小调练习

全按 5 小工调

《句句双》

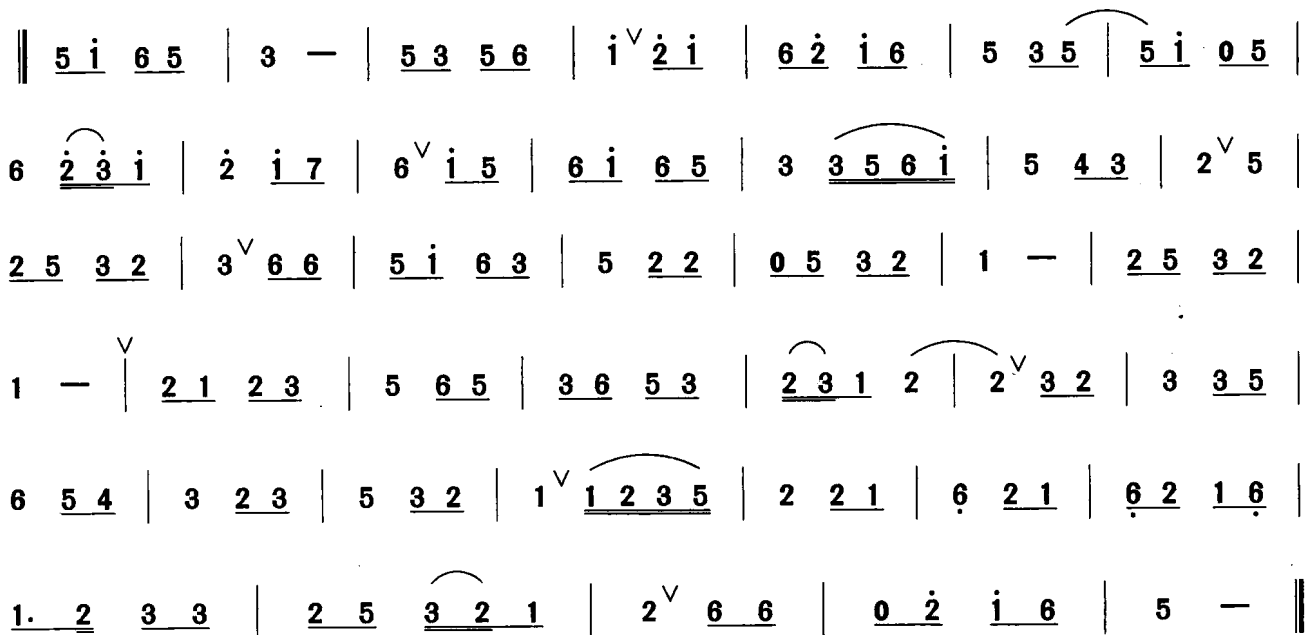
||: 5. 6 5 6 | 1̇ 6 5 | 2 5 5 3 2 | 3 6 1 :|| 5 6 5 | 2 1 6 1 |
5 6 5 | 2 1 6 1 | 3 5 5 3 2 | 1 3 2 | 3 5 5 3 2 | 1 6 2 |
6 2̇ 1̇ 6 | 5 3 5 | 5. 6 5 6 | 1̇ 6 1̇ | 5 1̇ 1̇ 1̇ 1̇ | 1̇ 1̇ 3 |
3 6 5 3 2 | 6 1 2 | 3 5 5 3 2 | 3 6 1 | 2 1 6 1 | 2 1 6 1 |
2 1 2 1 | 2 1 6 1 | 2 5 5 3 2 | 3 5 1 ||: 5. 6 5 6 | 1̇ 6 5 |
2 3 5 5 3 2 | 3 6 1 :|| 1̇ 6 1̇ 5 | 2 1 6 1 | 1̇ 6 1̇ 5 | 2 1 6 1 |
3 2 3 5 6 1̇ 6 5 | 1 3 2 | 3 2 3 5 6 1̇ 6 5 | 1 3 2 | 6 2̇ 1̇ 6 | 5 6 5 |
5. 6 5 6 | 1̇ 6 5 6 1̇ | 5 6 1̇ 6 1̇ 6 5 | 3 5 3 2 3 | 3 5 6 1̇ 5 3 | 2 1 2 |
2 3 5 5 3 2 | 3 6 1 | 2 6 1 | 2 6 1 | 2 1 2 1 | 2 1 6 1 | 2 5 5 3 2 | 3 6 1 ||

注：尝试自由加花练习，用正宫调练习。

民间小调练习

全按 5 小工调

《龙虎斗》

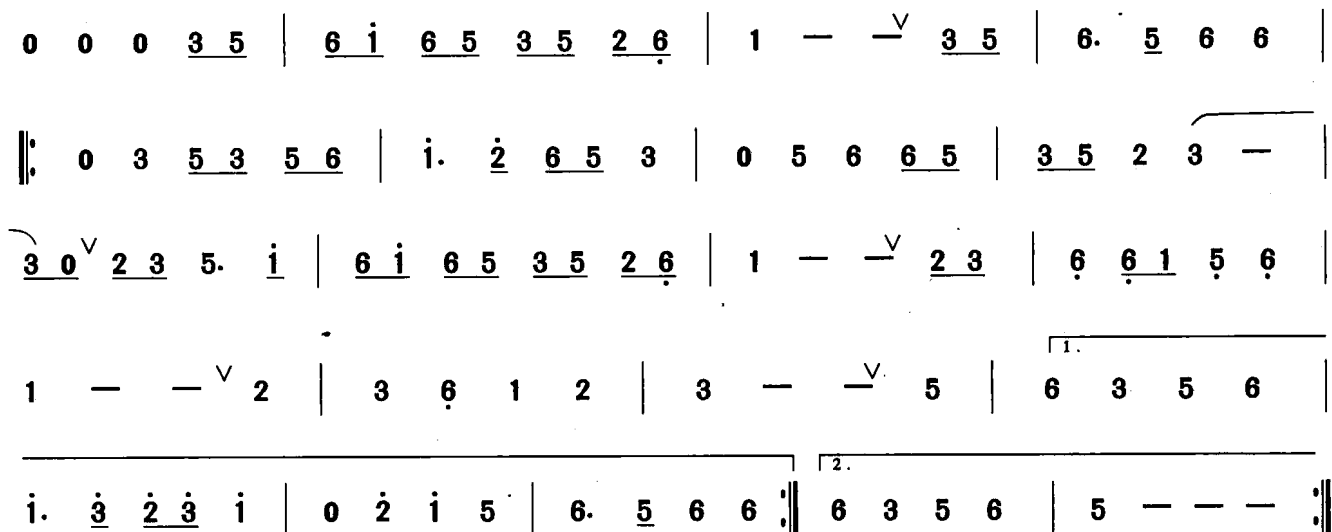


注：自由加花练习，正宫调练习。

民间小调练习

全按 5 小工调

《小开门》



注：自由加花练习，正宫调练习。

民间小调练习

全按 5 小工调

《紫竹调》

||: 6 5 6 i 5 6 5 3 | 6 5 6 i 5 6 5 3 | 2 3 5 i 6 5 3 2 | 1. 2 |
 3.^V i 6 5 | 3 2 3 5 6 5 6 i | 5.^V 6 | 3. 5 6 5 3 6 |
 5.^V 5 6 | i 6 5 3 5 6 i | 5.^V 6 i | 5 6 5 i 2 |
6 i 6 5 3 5 2 3 | 5 2 3 5 2 3 5 6 5 3 2 | 1. 6 5 | 1.^V 2 5 6 5 3 |
2 3 1 6 2.^V | 3 5 i 6 5 3 2 | 1. 2 7 6 5 | 6.^V 5 6 |
1 6 1 2 5 6 5 3 | 2 3 1 6 2 | 3 5 i 6 5 3 2 | 1. 2 7 6 5 |
 6 — :|| 2. i. 2 7 6 5 3 | 6 — ||

注：尝试用全按作“2”练习。

第二讲 气 功

笛子是气鸣乐器，吹笛时，通过人体吹气及唇部的控制使气流成为一束，以斜面的角度射向吹口(术语称为“射流”)，产生边棱振动，在管内形成驻波，发出与管长相对应的频率。

乐音有三个特性，第一是音调；第二是音品；第三是音量。这三个特性的构成条件，除了乐器本身外，首先取决于声源。声源是气流与气流的作用状况相结合的产物，它包括的因素有气流的速度、气流的直径(为圆时)、宽度(为扁时)、气流射向吹孔的角度等。训练吹笛，要求吹气时有最佳的气流速度，最佳的气流直径，最佳的射入吹孔的角度，吹笛的术语称它们为口风、风门、口劲角度。它们和乐音三特性紧密相联，是非常重要的基本功。学习吹笛要非常注意，把训练的重点始终注意在最基本的要素上，而不是舍本逐末、轻重倒置。

气功训练的内容：

1. 训练唇部的约束能力，使气流量能大也能小，使气流成为一束，集中而不分散，保持不变。
2. 训练气流速度能以人的意念为转移，要平稳就平稳，要振荡就振荡，要缓要急随心所欲。
3. 训练最正常的气流射向吹孔角度，以及根据需要而产生的角度变化。
4. 掌握吹笛正确的呼吸方法。
5. 特殊的气功技巧。

要掌握以上五条，需要由浅入深，循序渐进，不可操之过急，更不可盲目乱吹。首先要做的练习就是持之以恒地吹长音。

长音练习的要求：

1. 发音平稳(气流的速度始终不变)。
2. 发音结实，找到最好听的音色和合适的音量。
3. 发音准确，要注意高低八度的音程关系，因为高低八度间的气流速度是不一样的。
4. 保持不变，儿童四秒到六秒，成人六秒到八秒。

每日至少训练一刻钟。

在这方面没有下过功夫的专业工作者，也应该补课。

要求越严，越能激发练习的决心和恒心；明确目的性以及不断地检验自己，就能提高练习的兴趣。