


★ 军地俱乐部丛书
总策划：金永吉 总主编：胡耀武

箫 入门一点通

中国民族乐器系列教材

彦平 著



 蓝天出版社

★ 军地俱乐部丛书

总策划：金永吉 总主编：胡耀武

箫入门一点通

中国民族乐器系列教材

彦平◎著



蓝天出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

箫入门一点通 / 彦平著. —北京: 蓝天出版社, 2009. 4

ISBN 978-7-5094-0193-4

I. 箫… II. 彦… III. 洞箫—吹奏法—教材 IV. J632.13

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 053713 号

出版发行: 蓝天出版社

地 址: 北京市复兴路 14 号

邮 编: 100843

电 话: 010-66987132 010-66983715

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京奥隆印刷厂

印 数: 1-5000 册

开 本: 16 开 (787×1092 毫米)

字 数: 220 千字

印 张: 10.25

版 次: 2010 年 3 月第 1 版

印 次: 2010 年 3 月北京第 1 次印刷

定 价: 22.00 元

前 言

箫，作为我国民族吹奏乐器，有着悠久的历史。箫和笛子有着亲密的血缘关系，它们都是以竹制作，挖孔而成。在吹奏方面，口形、指法、技法又有着许多相同相似之处。人们习惯上把专业技术精湛者称之为“笛箫演奏家”。但笛箫毕竟是两件不同的乐器，横笛竖箫，无论是音色、音量、音域、音乐表现力，都有着很大的区别。因此，在十几年前我和我的老师吴华先生出版的《箫演奏实用教程》一书，大胆尝试，将箫从笛子的演奏理论中分离出来，使之成为一个独立的、专门性质的演奏方法。

在相对很长一段时间里，箫都是采用前面五个指孔、后面一个指孔演奏。但对于转调、音准、音程关系都有很大的局限性。于是有很多专业的演奏者尝试着在箫身上多开几个孔，以利于演奏。最多者将箫开十孔，所有手指都按孔。但又发现，手指被制约住，于灵敏、快速反而不利。经过反复实践，最后终于被大多数专家和演奏者确定为八孔箫，前七后一指孔。这样，转调、音准问题得到了解决，又不失灵巧、快速，同时还保持了原有的演奏技法和风格。本书着重介绍了八孔箫的演奏方法。

本书按内容可分为两个部分，一为普及篇。只要对箫有兴趣的朋友，不分年龄段，都可以从零开始学习，由浅入深，先易后难，自娱自乐。只要掌握一两种指法，两个八度音阶，就可以吹奏一些简单的曲子了。以箫会友，其乐无穷。二为提高篇。在本书后部章节里选入了八首箫独奏曲，当你的技艺大大提高后，选择学习有一定难度的独奏曲就成为势在必行了。

箫，古已有之，几千年来经久不衰，传承至今，说明箫既有很高的艺术品位，又有很深的文化底蕴。古人称吹箫为“品箫”，多么的雅致！有关箫的历史典故，诗词歌赋和美学方面的探讨评论在《箫演奏实用教程》一书中有较详细的论述，望有识之士参考读之。

本书还收录了作曲家吴华先生为古典诗词谱曲创作的“箫歌”四首。以箫和歌，箫音歌声融为一体，发自心底，极为难能可贵，确实别有一番情趣。

箫与古琴合奏称为“琴箫合奏”。琴箫合奏是中国音乐史上很独特的合奏形式。那清亮、浑厚、庄严的古琴和典雅、悠长、温和的箫音合在一起，表现出非常典型的中国气派和古代气韵。但随着时代的变迁，文化的发展和外来音乐的进入，以及现代音乐的流行，加之人们工作生活中过快的速度和精神压力，使得琴箫合奏几乎无人问津，几近失传，要作为文化遗产来进行抢救了。令人有一丝慰藉的是，毕竟还有一些专业的琴箫工作者为各自的专业及琴箫的合作依然不辞辛苦、不计报酬的努力工作着，他们还在积极的培养着学生。另外还有一些业余爱好者也在孜孜不倦的从师学习着，陶冶自己的情操。为此，笔者从浩多的古琴曲谱中精心选编了六首乐曲，作为学习箫练习和演奏并与古琴合奏之用，也

算是笔者的良苦用心吧！

为了开拓广大学习者的视野，笔者在一些章节中引用了一些流行音乐，还专门编辑了一章外国乐曲。音乐是没有国界的，因地域、语言、国情、民族、民俗的不同，我们要从音乐风格上和中国民间音乐加以区别，要深入细致的研究他国乐曲的特点，如旋律音程、音律、调式、调性、节拍、节奏以及装饰音的使用等等。这样，用箫也能吹奏出优美动听的异国情调。

成书者，经验之总结。十几年来，笔者又摸索积累了一些演奏、教学之心得，虽是一己之见，还是写了出来。愿此书对喜欢箫的朋友们有所帮助。恳请专家和同行们的批评指正，不吝赐教。

2009年6月12日写于中国第四个文化遗产日前夕
北京城南政馨园

（因未能与书中引用的一些作品原作者取得联系，故请见书后与出版社联络，以成未尽事宜。望海涵之。）

目 录

一、箫的产生与发展	(1)
二、箫的规格与种类	(1)
1. 紫竹箫	(1)
2. 排箫	(1)
3. 玉屏箫	(2)
4. 尺八	(2)
5. 短箫	(2)
6. 二孔箫	(2)
7. 三月箫	(2)
8. 四孔箫	(3)
9. 其他材料制作的箫	(3)
三、箫的构造与音域——音区与音色	(3)
(一) 吹口截面图	(4)
(二) 吹口正面图	(4)
四、持箫方法与演奏姿势	(6)
五、呼吸方法与气息训练	(7)
六、风门、口风与口劲	(8)
七、箫指法练习	(10)
(一) 筒音 5 指法	(10)
(二) 筒音 1 指法	(31)
(三) 筒音 2 指法	(43)
(四) 筒音 6 指法	(52)
(五) 筒音 3 指法	(61)
八、手指技巧练习	(71)
(一) 打音	(71)
(二) 叠音	(75)
(三) 赠音	(77)

(四) 颤音·····	(81)
(五) 指震音·····	(84)
(六) 波音·····	(88)
(七) 倚音·····	(90)
(八) 滑音·····	(93)
九、箫歌·····	(98)
1. 人吹彩箫去·····	(98)
2. 玉人何处教吹箫·····	(99)
3. 客有吴郎吹洞箫·····	(100)
4. 玉箫明月空闲·····	(101)
十、箫独奏曲·····	(103)
1. 春江花月夜·····	(103)
2. 月儿高·····	(108)
3. 阳关三叠·····	(113)
4. 凤凰台上忆吹箫·····	(115)
5. 江南丝竹回旋曲·····	(117)
6. 昭君怨·····	(120)
7. 鹧鸪飞·····	(122)
8. 箫韵·····	(124)
十一、琴箫合奏·····	(126)
1. 梅花三弄·····	(126)
2. 平沙落雁·····	(129)
3. 凤求凰·····	(131)
4. 秋风词·····	(131)
5. 石上流泉·····	(132)
6. 梧叶舞秋风·····	(133)
十二、外国乐曲·····	(136)
1. 天鹅·····	(136)
2. 新世界交响曲主题·····	(137)
3. 阿莱城姑娘小步舞曲·····	(138)
4. 英国乡村花园·····	(140)
5. 梦幻曲·····	(142)
6. 小夜曲·····	(143)

7. 泪洪	(144)
8. 花	(144)
9. 樱花	(145)
10. 重归索莲托	(145)
11. 梭罗河	(146)
12. 桑塔露琪亚	(147)
13. 厄尔嘎兹	(147)
14. 宁静的湖水	(148)
15. 美丽的梦中人	(148)
16. 桔梗谣	(149)
17. 柔情	(150)
18. 平安夜	(150)
19. 小白花	(151)
20. 沙洲一方	(152)
21. 旅愁	(153)
22. 纺织姑娘	(153)
23. 山楂树	(154)
24. 天鹅湖(选段)	(155)



一、箫的产生与发展

箫，历史悠久。据我国考古学家和音乐学家研究考证，箫是在两千年至三千年前产生的。因竹质制品不可能像石器、青铜器存留那么久远，现今已不可能见到远古时期的实物。在湖南马王堆三号汉墓出土文物中，发现了两支类似的物品，经专家鉴定为古代竹质乐器。辩证唯物论认为：任何事物都有其发生、发展的过程。所以，笔者由此推论，箫的产生还应比汉墓时期更早若干年吧。

现代箫为竖吹，区别于横吹的笛子。箫在古代还称为“箛”[chí]、“籥”[yuè]、“篴”[di]。现在已经不这样称呼了。现代汉语词典注解：“箛”，古代竹管乐器，像笛子，有八孔。“籥”，古代一种乐器，形状像箫。中国大百科全书诠释：据《周礼》记载，周代的雅乐中已用“篴”。篴为竖吹，并非横吹之笛。又指出：箫，汉代称“篴”（即笛），或称长笛；晋代的笛（即箫），已与现代的箫相似。综上所述，古代称箫为篴。据考证，远古的箫有四个指孔，西汉京房加一孔，成为五个指孔，到了晋代，又加一孔，“晋篴”为六个指孔，应该就是现代箫的前身了。总而言之，箫笛可以说是同时代的产物。但是，究竟箫笛谁为人们最先创造、最先使用呢？笔者认为，可以从两个方面来研究。一：从人体生理结构来看，竖吹更符合人们正常的自然动作姿态。而横吹则需要一只胳膊伸向旁侧，另一只胳膊则需要超过前胸伸到身体另一侧，肢体动作较困难。二：竖吹较为自然、简单，眼睛还可以看到手指。而横吹则需要充分发挥人们的想象力、创造力，才能做出相对复杂的动作。加之后来膜孔的开启，体现出人类智慧的发展。正因如此，所以应该竖吹在前，而横吹在后。

二、箫的规格与种类

箫的种类很多，规格各有不同。我国幅员辽阔，少数民族众多。各地区、各民族，尤其是我国南方的少数民族，几乎都有自己民族特色的箫，不胜枚举。于篇幅所限，仅举若干种为例，望读者见谅。

1. 紫竹箫

以紫竹制作的箫，约有6—8个竹节，长度80厘米左右，在上端封口（或开口）的竹节边缘开吹孔。管身前面开5个指孔，后面开一个指孔，称为6孔箫；管身前面开7个指孔，后面开一个指孔，称为8孔箫。紫竹箫在我国广大地区普遍使用，8孔箫在下面章节里有详细的介绍。

2. 排箫

排箫是把长短不等的竹管按长短顺序排成一列，用绳子、竹篾片编起来或用木框镶起



来。如果竹管长短一致，则在管中采限堵蜡（深浅不同）而得到高低有别的乐音。

排箫是我国最古老的乐器之一，1956年8月，全国第一届音乐周在北京举行时，经过广泛征求意见，我国文化部和中国音乐家协会确定以排箫的图案，作为中国的音乐标志——乐徽，用以代表我国悠久的文化和丰富多彩的民族音乐艺术。

3. 玉屏箫

产于黔东玉屏县，属箫中之珍品。其造型制作和音色别具一格。“仙到玉屏留古调，客从海外访知音。”是民间流传的带有神话色彩的诗句。

玉屏箫素以雕饰精美而著称，一般是在管身外表涂以古铜色彩或浅黄颜色，然后雕刻出细腻而逼真的山水、花草和鸟兽等各种纹饰，有的图案取材于民间故事、诗词和典故，如有名的“龙凤图”，即是选自《东周列国志》中的“龙凤呈祥”神话故事。在雕饰艺术的布局上，更妙于诗与画的谐和，色调与纹样的统一，自然色彩（竹的斑纹）与诗词的协调，使之工艺纤巧，有较高的艺术欣赏和收藏价值。

4. 尺八

尺八，因箫管长一尺八寸而得名。也有“筵”、“箫管”和“南音洞箫”之称。管身竹制，音色圆润、柔美，可以用于独奏、合奏或伴奏。它目前流行于闽南和台湾，是演奏民间音乐——福建南音离不开的乐器。

尺八的音色和演奏方法与箫相似，但音量较箫大。发声原理也是通过管内空气柱振动而发音。由于嘴唇在吹口的角度和吹气的力度不同，以及手指按孔的变化，而使发出的音响和音高有别。尺八的音色圆润、柔美、深沉而含蓄，并略带凄凉之感。尺八在1300多年前就已东传日本。日本现在使用的尺八，已不限长短了，一般多为3节（竹节）、5孔（前4后1），不设膜孔。可用于独奏、重奏或参加乐队合奏，既能吹奏古典乐曲，也能演奏现代乐曲，还经常与箏一起合奏，甚至还能与西洋管弦乐队、电子琴合作。

5. 短箫

朝鲜族竖吹乐器，朝鲜语称“单扫”。流行于吉林省延边朝鲜族自治州及其他朝鲜族聚居地区。

6. 二孔箫

二孔箫是佤族吹奏乐器，佤语称“蔚”、“嗯就”。流行于云南西盟佤族自治县。为佤族古老的民间乐器。竹制，竖吹。管身下端带竹节，在近竹节处开有两个按音孔，上端开三角形或方形吹口。

7. 三月箫

阿昌族吹奏乐器。流行于云南德宏傣族景颇族自治州的陇川、盈江、梁河等县。阿昌语称作“泼勒戛罕”。“泼勒”是箫，“戛罕”是春天树上的嫩叶。一般是春二、三月开始吹奏，到农忙栽插之际，就不再吹了，故名“三月箫”。



8. 四孔箫

四孔箫为佤族吹奏乐器，佤语称“力西”。流行于云南西盟佤族自治县部分村寨。竹制，管长约40厘米。一端开三角形吹口，竖吹，管身四个按音孔。吹法与汉族的箫相近，音色柔和，多在青年人的爱情生活中使用。

9. 其他材料制作的箫

按制作材料来区分，除以上介绍的竹制、木制以外，还有用金属材料（铜管）、聚脂材料（塑料管）制成的箫，选择口径和竹管（内径）差不多的铜箫或塑料管，按比例打好指孔（音孔）和后出音孔，就能得到不同调的箫，吹奏方法与指法与竹制箫相同。其特点是不容易破裂。但铜箫较沉、塑料箫较轻，音色虽与竹箫差不多，却总觉得味道不如竹箫那么浓，那么美，除了合奏之外，独奏时很少有用铜箫或塑料箫的。

三、箫的构造与音域——音区与音色

箫的构造十分简单，用一截长约80厘米的天然竹子为原料，前面开7个音孔（也称指孔），后面上端开一个音孔（拇指指孔）（图1），下端开有2—5个底孔，也称调音孔（图2）。现代箫还在指孔上下两端各做一个插口，也是为了调整音准。最下面的一孔是为小指而设，因此一孔的位置略向旁边一点，以利于小指按孔。

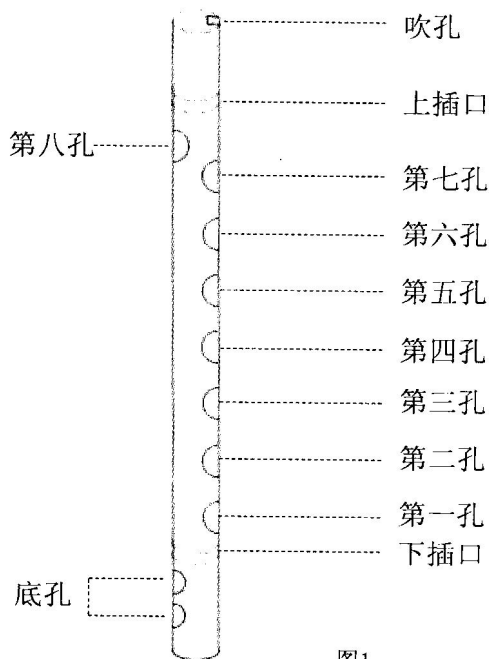


图1

底孔排列：

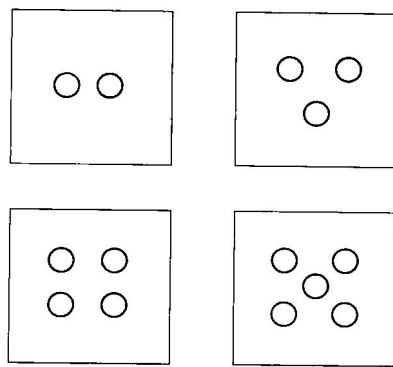


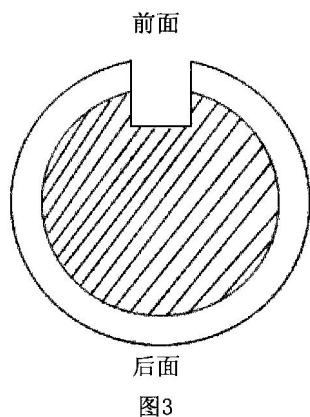
图2

根据箫的发声原理，箫称之为“吹孔气鸣乐器”。在一定的口形条件下，使气流通过吹孔直接进入管内，使管内空气柱震动发音。

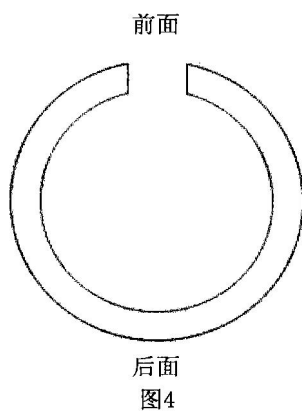
吹孔可分为有竹节吹口（图3、图5）、无竹节吹口（图4、图6）两种。有竹节吹口是利用天然竹节开一小口，特点是容易吹响，难度较小，比较容易控制。无竹节吹口就是将竹节打通，吹奏者利用下巴将箫顶端抵住，其特点是，能够自由控制吹口的大小，获得较大的音量，增加强弱变化的幅度。

（一）吹口截面图

1. 有竹节吹口

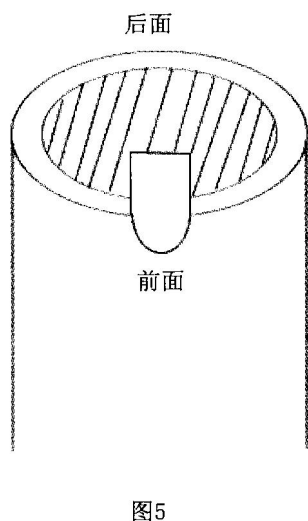


2. 无竹节吹口

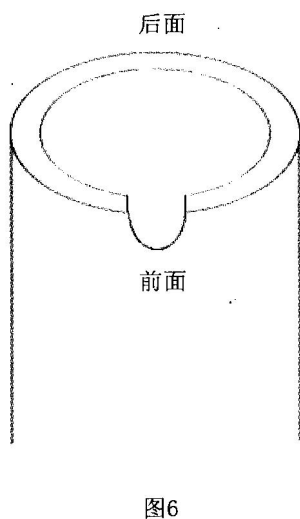


（二）吹口正面图

1. 有竹节吹口



2. 无竹节吹口

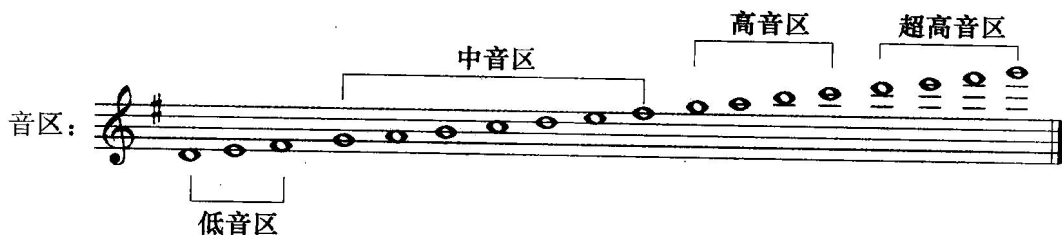
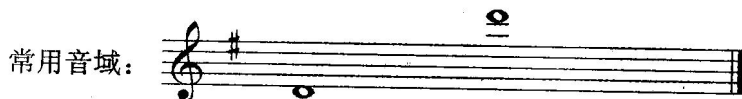
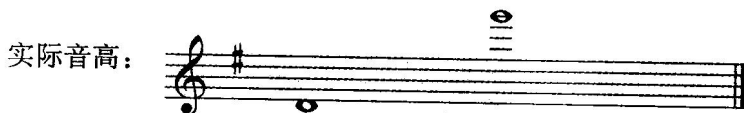




箫的音域从筒音（音孔全按）计算为两个八度。这是常用音域，经过练习还可以奏出四度高超吹音音程。

以G调箫为例：

5 5 5 i
低音 中音 高音 高超吹音



低音区：深沉而有共鸣，弱奏时很有特色，但发音较困难。

中音区：圆润而纤美，是常用音域。

高音区：稍紧张，窄而明亮，较少用。

超高音区：尖锐、干涩，极少用。

箫的音色柔和、甜美而幽雅，善于表现悠长恬静抒情如歌的旋律，多用于独奏、重奏或小合奏。箫的音量较弱，力量幅度变化不大，约在最弱 (*ppp*) — 中强 (*mf*) 之间。

我们所说的G调箫是指第四孔音高为G音，筒音音高为D音的箫。把筒音D音作为5，一孔为6，二孔为 $\sharp 6$ （或者称为 $\flat 7$ ），三孔为7，四孔就是G音1。常用的箫有F调、G调、A调三种。如果比F调箫还大还低的箫，手指间距也会加大，按孔会很困难；比A调箫还小还高的箫，音色会干涩、尖锐，失去箫最美最佳音色。因此，过大过小的箫只是在专业乐团里演奏特定的音乐作品时才使用，平时几乎用不到。那么，如果乐曲是其他的调该怎么办呢？我们通过学习、训练，可以最少掌握筒音5、筒音1、筒音2三种指法，这样就基本上解决了一般常用调的指法。如果再下工夫掌握筒音6、筒音3的指法，那么，不管乐曲标定的任何调性，我们都可以吹奏了。



四、持箫方法与演奏姿势

吹箫的姿势是最符合人体生理结构特点的，双手持箫向前，只要保持人体的自然状态，很快就能掌握并且习惯正确的演奏姿势。



图7



图8

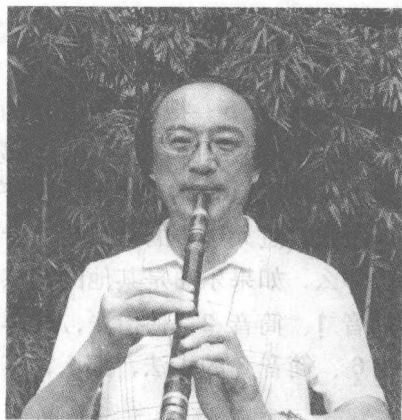


图9



图10



吹箫时采用站立姿势（图7）或端坐姿势（图8）均可。要求如下：胸部腰部要自然挺直，既不能含胸瘪肚也不能挺胸腆肚，否则不但姿势不雅还影响正确呼吸。双肩放松自然下垂，不能耸肩（图9）。双肘亦自然下垂略与身体分开，既不能夹着身体，也不能向两旁张开太大。箫抵住嘴与身体约成45度角（图10）。角度太小了容易低头，太大了又容易造成仰颈，都与演奏不利。双手持箫，既可以左手在上，右手在下；也可以右手在上，左手在下，根据个人的生理习惯而定。这与演奏的速度、灵敏度、水平高低无关，只是制作箫时第一孔的位置开在偏左或偏右的位置上则需要事先定好。

五、呼吸方法与气息训练

气息技术是管乐的生命，吹箫亦如此。如果不能正确的掌握气息技术，不能正确的运用呼吸方法，于我们的吹奏是十分不利的。本章节介绍什么是正确的呼吸方法和怎样进行气息训练。

中国民间艺人对于吹奏管乐器历来非常重视用“气”，气息技术运用得当，才能较长时间吹奏管乐器。虽然对于箫来说，音量不是很大，似乎不是很费气力，但吹奏乐曲时，力度上还是要有强弱变化，有较长的乐句需要气息支持，高音、低音的演奏，尤其是长音的演奏也需要气息与口形很好的配合。所以，要想将箫吹奏出优美动听的音色，还是要在气息的训练上下一番工夫。

本书着重介绍“腹式呼吸法”。

所谓“腹式呼吸法”是在人们正常的自然呼吸的基础上，人为的加以控制，是众多的管乐演奏者及演奏家在长期的管乐吹奏实践中，总结出来的行之有效的正确的呼吸方法。呼气对管乐来说实际上就是吹奏，还需要口形的配合，我们首先要解决的问题是如何正确的吸气。先简单了解一下人体呼吸器官的生理结构。人体上身包括胸腔和腹腔，中间有一条横膈肌将胸腹腔分开，左右肺叶在胸腔。我们通过口鼻、气管将空气吸入胸腔肺叶，进行氧气交换，维持正常生理需要。有医学科学家研究，人们平均一分钟呼吸十五次左右，也就是说大约四秒钟的时间完成一次呼吸过程，吸和呼用时基本相等。而吹奏管乐器就完全不同了，我们需要快速将气吸入，大约零点几秒，较长时间将气吹（呼）出，十几秒甚至几十秒钟，这就是为什么吹奏管乐器必须要练习正确的呼吸技术了。

具体做法如下，在吸气时，肩部保持不动，将横膈肌下沉，最大限度的将腹部、腰部鼓起。民间有气沉丹田的说法。所谓丹田，脐下三寸（即三个手指并排的宽度），实际上丹田就是横膈肌的位置，应是肚脐周围。仔细观察体会，吸气时整个腹部都是向外扩张的。过去民间老艺人讲气息时总是说，把气吸进肚子里，吸得越深越好，实际上也是在讲腹式呼吸。不管怎样吸气，空气只能吸进肺叶里，而肺叶是在胸腔。我们吸气时将腰部、腹部充分扩张，从而使肺部能够最大限度的吸进空气。吹奏时（呼气）将腰腹挺住，使气慢慢吹出，这就是“腹式呼吸法”。

当然，尽管意念上将丹田绷住，但随着气的吹（呼）出，腰腹还是要慢慢向里收的，同时又为下一次吸气的扩张做好了准备。有些管乐吹奏法里讲到“胸腹式联合呼吸法”，笔者认为，初学者练习时最好还是用“腹式呼吸法”，不用去想胸部气也是吸进胸腔的。如果思维概念一想胸，就会挺胸耸肩，腹部反而收缩，那就成为“胸式呼吸”而并非“胸腹式呼吸法”了。

怎样练习腹式呼吸呢？给读者介绍几种方法。人体的自然呼吸是一种生理现象，不用去想，自然就会，睡着以后由大脑中枢神经控制。1.我们练习腹式呼吸时，可以先躺下身体。仔细体会自然呼吸时腹部的起伏。2.站立练习时，先不拿乐器，双臂下垂，可先用鼻子吸气，找闻花时的状态，体会腰腹隆起的感觉，然后口鼻同时吸气，吸气时先要放慢速度，主要找感觉，感觉对了，再逐渐加快加大吸气量，最后改用嘴快速吸气。3.如果前两种方法还不能使你对如何控制自然吸气有所体验或体验不深，还可以采用如下方法：双腿站好，然后将腰向前弯下去，双臂下垂，头平行于地面，做吸气呼气，体会腰腹的感觉，这时候你是用最正确的方法在做自然呼吸。然后略直起一个角度，继续体会腰腹的感觉，待完全直立后，你就应该初步掌握了正确的腹式呼吸法。为什么要做这样的练习呢？从大的方面来说，人是属于哺乳类动物范畴，哺乳类动物大都是四肢着地，自然使用腹式呼吸，所以我们在练习时弯下腰就会很快找到腹式呼吸的感觉，这确实是一个行之有效的练习方法。

六、风门、口风与口劲

标题所述，正是口形的三个方面。

风门——将上下唇并拢，左右嘴角略向两边拉，面部呈微笑状，双唇正中间开一小孔，感觉越圆越好，而实际上是椭圆形的，这就是风门，也可以称唇孔（图11、图12）。

口风——从风门向乐器吹孔吹气谓之口风。

口劲——吹奏时左右嘴角用的力谓之口劲。

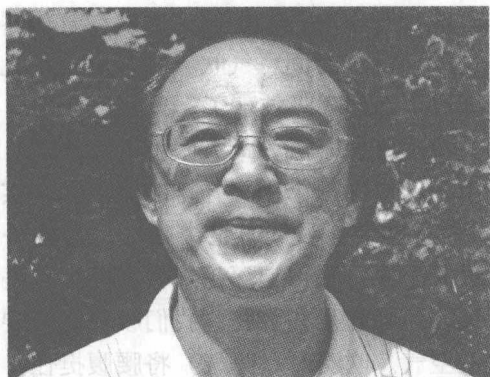


图11

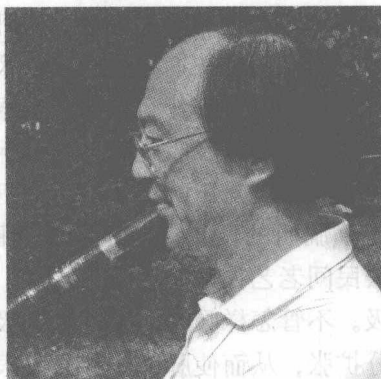


图12



吹奏时，劲要使在两边嘴角处，初学者可能会感觉嘴角肌肉酸痛，这是正常现象，经过一段时间的练习，嘴角肌肉能用上劲了，工夫长了，酸痛感就会消失。

风门形成后可以有大小变化，嘴唇两边肌肉拉力可以帮助风门的变化。风门开大时，嘴角两边肌肉拉力相对减小，也就是口劲小一点；风门开小时，嘴角两边肌肉向后拉力反而加大，口劲要大一点。这一变化，外表不太明显，要在练习时切身体会。

口风也有粗细缓急之分，音的高低强弱变化，主要是由口风来决定的。口风急发音高；口风缓发音低；口风粗发音强；口风细发音弱。吹奏中音区时，要求风门大小适宜，口风自然适中，口劲中等适度，给气时不急不缓、平稳流畅，音色圆润甜美。吹奏低音区时，风门比中音区略大，口风稍缓，口劲略弱，气流粗而有力，低音宽阔饱满。吹奏高音区时，风门比中音区略小，口劲加强、口风较急，使气流细而集中，音色明亮高亢。吹奏由弱渐强的音时，风门由小逐渐变大，气流量也由小逐渐加大，反之吹奏由强渐弱的音时，风门由大逐渐变小，但口劲却要逐渐加强，气流量虽然减少了，但气流的速度不能慢，是一种很细很急的口风。所以弱音反而是很难吹好的，需要加强练习。风门、口风与口劲在三个音区的变化中要做到自然流畅，没有痕迹，随着音乐作品的需要而变化。总之，风门和口风配合好了，再加上正确的呼吸技术，我们才能吹奏出委婉曲回、抑扬顿挫的箫音。这就必须通过吹奏者运用正确的方法，刻苦的练习才能达到。而其中最主要的环节就是要掌握呼吸与口形的密切配合，要发展呼吸与口形协调一致的功能，在实际吹奏中，呼吸和口形都不是固定不变的。呼吸变化集中表现在吸气量的多少和呼气（口风）的粗细缓急上。口形的变化则表现在风门的大小，口劲的大小上。

接下来将要进行各项具体的练习。

“只要功夫深，铁杵磨成针”寓示的道理众所皆知。什么是“功夫”呢？一是指本领大，造诣深。二是“功夫”又作“工夫”，是指时间。“功夫深”就是指通过正确的方法加之有效的时间的练习，使技艺达到相当高的水平。所谓“熟能生巧”，怎样才能熟练起来呢？那就要“久练而熟”，所谓“炉火纯青”则更是要经过艰苦磨炼的。

在这一章里略带讲一下吐音。过去有一句话叫做“箫无吐”，是说箫曲一般没有快速的、大段的、需要用双吐音、三吐音连续吹奏的乐句或乐段。用箫不是不能演奏快速乐曲，而是与箫的性格不符。笛子的口舌技巧，吐音技术在箫演奏上完全适用。这里只讲一下单吐音，单吐音做为练习长音的音头，乐句的音头是用得很多的。舌的动作技巧是：将舌尖轻抵上齿龈部，也就是上排牙齿和牙床结合部，气流通过时，发“突”这一声音，但一定要轻，点到即可，然后舌头迅速回复原位，连续的单吐音演奏还须与手指密切配合，由慢到快的练习。因箫曲较轻柔，音头也较弱，吐音也必须弱，干净清晰，不能“突突”的声音很大，既不干净，也破坏了音乐情绪。