



笛子爱好者快速入门
最佳教程

系统指导，快速掌握
吹奏技法



BOOK+DVD
立体教学 精解指导
面对面
跟专业笛师学吹笛
影视教学版

笛子

Flute

《笛子吹奏自学速成》

柔美●圆润●婉转●清雅
郭乐 编著

青山青草里，一笛一蓑衣。
日出唱歌去，月明抚掌归。

基础乐理+呼吸训练+指法技巧+乐曲精练

成都时代出版社

笛子

Flute

郭乐 编著
成都时代出版社

序

PROLOGUE

沁心乐韵，玉笛飞声

笛子是一种历史悠久的吹管乐器，它的音色清脆明亮、圆润动听，既可轻快灵动，又能婉转悠扬，而且极富民族韵味，因此一直深受人们的喜爱，更是文人墨客的风雅之好，古往今来为笛而作的诗词歌赋不胜枚举。

几千年来，随着器乐艺术的发展，笛子的演奏技巧与艺术表现力也在不断发展，而今，笛子不仅是伴奏、合奏中常见的乐器之一，更凭借其自身的独特风格而成为一件广为世人喜爱的独奏乐器。

本书由从教多年的专业笛师编著，系统地讲授笛子吹奏的基础知识和必学技法，同时强调分类专项训练，设计编排和收录了大量的曲谱实例进行实践练习。作为笛子吹奏学习的重点，本书对笛子吹奏方法和常用演奏技巧按“气、指、舌（唇）”三大方面进行介绍，以阶梯式递进教学为原则，从根本的气息、呼吸、运气、换气方法，到左右手的基本指法、常见音型的处理手法，再到南北两派常用的叠、打、赠、滑、厉、刹、飞等指法技巧，并附以练习片段和小乐曲等加以针对性训练和学习巩固；对于笛子吹奏中独具特色的舌头技法应用，如基础的单吐、双吐、三吐、轻吐等吐音发音，以及花舌等各种装饰音的吹奏技巧，本书通过念字模仿发音与练乐曲相结合的学习模式，来帮助广大读者快速掌握。

为便于广大读者的学习和演奏，本书还收录了数十首笛子演奏曲谱，既有《小放牛》、《苗岭的早晨》等笛子独奏的传统名篇金曲，也有《包楞调》、《小河淌水》、《在那遥远的地方》等极富韵味的民歌改编版笛子曲。

本书语言通俗，教学循序渐进，既可作为笛子专业教材，也可作为广大笛子爱好者的普及性读物，让每个学习者都能看得懂、学得会笛子，从而吹奏出动听悦耳的迷人笛音，让我们的生活更多彩更愉悦，是不可多得的笛子吹奏教程。



目录

CONTENTS

第一章 笛子概述

Chapter One Overview of Flute

笛子速览 2

1. 笛子的起源
2. 笛子的分类
3. 笛子的构造
4. 笛子的音色、音域及音区
5. 笛膜

第二章 笛子演奏基础

Chapter Two Playing Skills of Flute

一、笛子演奏姿势 9

1. 立式
2. 坐式
3. 持笛的方向
4. 持笛按孔方法

二、笛子演奏的口形及呼吸方法 10

1. 口形
2. 呼吸方法

三、基本乐理知识 14

1. 音级
2. 音符的时值
3. 休止符
4. 附点音符
5. 连音线
6. 拍子与调号
7. 反复记号
8. 延长记号
9. 力度记号
10. 笛子演奏常用符号

四、笛子演奏的指法及定调 20

1. 本调与转调
2. 各调指法表

五、发音及换气练习 24

1. 音阶练习
2. 长音练习
3. 连音练习
4. 切分音练习
5. 三连音练习
6. 附点音符练习
7. 休止符练习
8. 换气练习

第三章 笛子演奏技巧练习

Chapter Three Playing Skills Practice of flute

一、手指的技巧练习 37

1. 指颤音
2. 叠音、打音
3. 赠音
4. 滑音
5. 倚音
6. 历音
7. 刹音
8. 飞指
9. 指孔半音阶练习

二、舌头的技巧练习	55
1.吐音 2.花舌	
三、气息控制技巧练习	65
1.气息控制基础 2.气息技巧练习	
四、调式练习	75
1.筒音作 $\dot{6}$ 2.筒音作 $\dot{3}$ 3.筒音作 $\flat 7$ 4.筒音作 4	

第四章 笛子乐曲精选

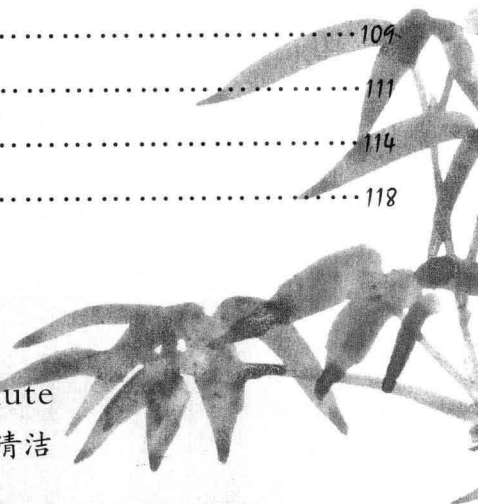
Chapter Four Collection of Flute Etudes

《金色的太阳》	87
《包楞调》	88
《在那遥远的地方》	90
《青春舞曲》	92
《小河淌水》	94
《康美之恋》	97
《在水一方》	98
《小放牛》	99
《喜相逢》	101
《姑苏行》	103
《鹧鸪飞》	105
《扬鞭催马运粮忙》	107
《五梆子》	109
《牧民新歌》	111
《幽兰逢春》	114
《苗岭的早晨》	118

附录 笛子的选购与保养

Appendix Selection and Maintenance of Flute

1.如何选购笛子 2.笛子的日常护理 3.笛子的清洁



第一章

CHAPTER ONE

笛子概述

OVERVIEW OF FLUTE

羌笛写龙声，长吟入夜清。
关山孤月下，来向陇头鸣。
逐吹梅花落，含春柳色惊。
行观白子赋，坐忆旧邻情。

宋之问



1. 笛子的起源

本书所说的笛子，是指中国笛子，是中国传统音乐中最常用的横吹木管乐器。由于其多由竹子制成，因此也被称为“中国竹笛”，简称“竹笛”，在古代又称“横吹”、“横笛”。笛子的民族特色鲜明浓烈，发音动人、婉转，古人曾赞叹其为“荡涤之声”，笛子之“笛”即源自荡涤之“涤”（日本至今还保留有“涤笛”的叫法）。

笛子历史悠久，可以追溯到新石器时代。那时的先辈们在飞禽胫骨上钻孔吹响，以此声音诱捕猎物 and 传递信号，这便是中国最古老的乐器、现代笛子的雏形——骨笛。1977年浙江余姚河姆渡出土了距今约7000年的骨哨、骨笛；1986年，在河南舞阳县贾湖村东新石器时代早期遗址中发掘出16支竖吹骨笛（用鸟禽肢骨制成），根据测定距今已有8000余年历史，由此可见笛子之源远流长。

最初的笛子是一管一孔，随着演奏技艺的发展，逐渐增加到四孔、五孔、六孔不等，目前最常用的为六孔加膜竹笛。关于笛子贴膜的最早记载出现于唐代，“刘系作七星管笛，蒙膜助声……”。笛子通过贴膜，音色变得更完美，表现力也得到了更大的发展，既可独奏，也可合奏。用其演奏连音、断音、颤音和滑音等色彩性音符时，可生动地表现出愉悦、闲适、深沉等多种情感。总之，无论是用笛子来演奏舒缓、平和的旋律，还是演奏急促、跳跃的旋律，都有其独到的韵味。此外，笛子还擅长诠释自然声响，在中国古典乐曲中常用来营造鸟语花香或高山流水的美好意境。

千百年来，笛子以它特有的魅力和声韵，赢得了人们的青睐和喜爱，并成为中国民乐不可缺少的主奏乐器之一。如今，笛子早已迈入世界音乐殿堂，绽放出更加绚丽夺目的光彩。

2. 笛子的分类

笛子的种类极为丰富多彩，有以形制为名的，如以龙为饰的称为“龙头笛”；有以典故为名的，如“柯亭笛”就得名于汉代音乐家蔡邕拆卸“柯亭”的第十六根竹而制笛的故事；有以材料为名的，如“铜笛”、“铁笛”、“玉笛”、“鹰笛”、“猿臂笛”等。还有许多独具特色的少数民



族笛子，如羌笛、侗笛、小闷笛、短笛等。近年来，由于笛子独奏艺术的不断发展与提高，笛子的类别也在不断发展，出现了排笛、口笛、拉笛等等。

现在常用的笛子为六孔定调竹笛（也是本书详解的对象），从音高上进行分类，主要又分为梆笛和曲笛。

梆笛主要流行于北方，因常用于伴奏“梆子戏”而得名。

梆笛笛身短、管径细，音色高亢清亮，具有穿透力。在乐队的合奏中，梆笛的声音常常洒脱地漂浮在旋律的上端，所以常被音乐家们誉为民族管弦乐队中的“音冠”，非常适合演奏热烈欢腾、高亢明亮的北方曲调。

在六孔定调竹笛中，以第三音孔音高为 f^1 、 g^1 、 a^1 称为梆笛，以第三音孔音高为 b^1 、 c^2 、 d^2 称为高音梆笛或高音笛。

曲笛主要流行于江南地区，因多用于伴奏昆曲、高腔等南方戏曲而得名。

曲笛笛身长、管径粗，音高较低，音色醇厚、柔美、圆润，适合演奏深沉、委婉、清丽、典雅的江南丝竹乐、广东音乐等等。

在六孔定调竹笛中，以第三音孔音高为 c^1 、 d^1 、 e^1 称为曲笛，以第三音孔音高为 a 、 b 称为低音曲笛。

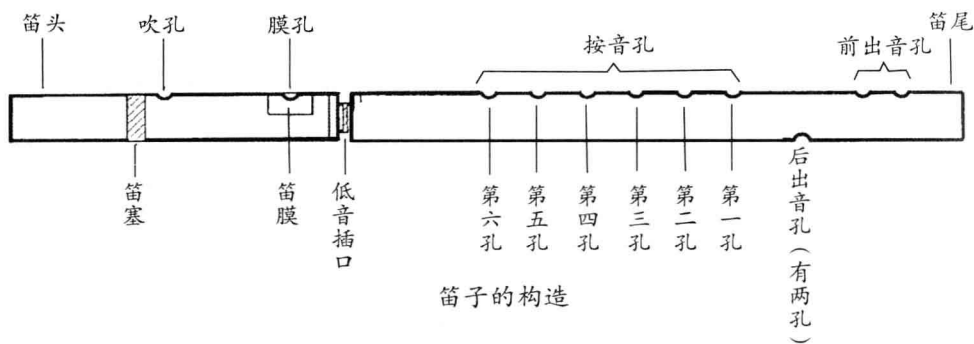


曲笛



梆笛

3. 笛子的构造



笛子的构造

笛子的构造非常简单，笛身由一根竹管去节中空形成，再于管上开出孔洞：正面的吹孔（1个）、膜孔（1个）、音孔（6个）、后出音孔（2个）、前出音孔（2个）。现代笛子还加开了调音插口。按首尾顺序，有笛头、笛尾。在笛头方向近于吹孔的地方，装有笛塞。

吹孔：笛身左端第一个孔。笛子能发音，就是通过吹孔把气灌进笛管内，使笛膜和竹管内

的竹簧产生振动。

膜孔：笛身左端第二个孔，主要用来贴笛膜。如果没有膜孔，笛子也能吹奏，但就得不到有笛膜的那种独特的音色。

笛膜：笛膜起着变化音色的作用，一般是用芦苇膜做成的，经揉纹后取一小方块使用。演奏时气流经过使笛膜振动，发出清脆、明亮的声音，是形成笛声独特的原因所在。

音孔：6个音孔的不同开闭组合，就能形成不同的音高。

后出音孔：也称为“基音孔”，可用来调音，起着划定笛子最低音范围的作用。

前出音孔：也称为“辅助音孔”、“助音孔”，可用来调高音，起着美化音色、增大音量的作用，也可作系飘穗（丝带等装饰物）之用。

4. 笛子的音色、音域及音区

由于笛子的类别多样，其音色、音域及音区也有所不同。

（1）笛子的音色

不同类型的笛子，音色也呈现出不同的特点，如前文所述梆笛与曲笛的音色就有明显的区别。但总体而言，笛子的音色低音区浑厚、柔和；中音区清新、圆润；高音区明亮、清脆；超高音区音色尖锐、干涩，但极少用。笛子之所以有如此丰富独特的音色，关键在于笛膜，笛膜的振动才使得笛音富有色彩。

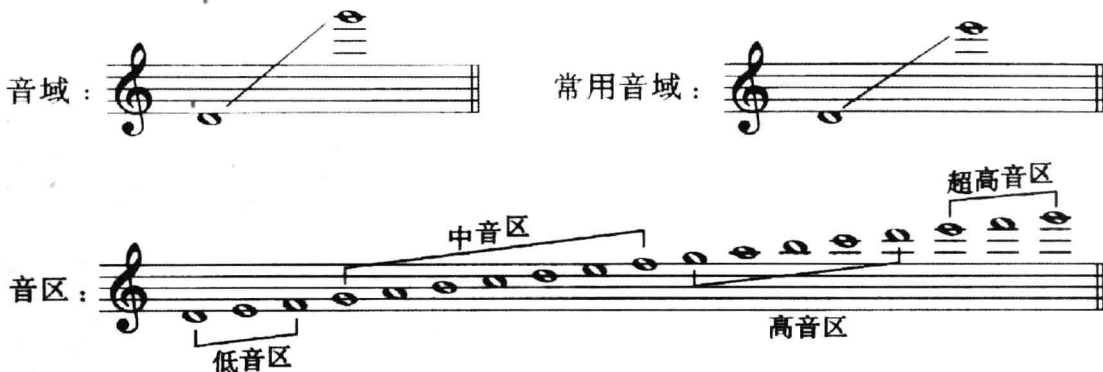
笛子音色独特，具有很强的穿透性，但由多支笛子一起吹奏的和声效果却是和谐悦耳的，与其他各种乐器的音色也能完美融合。

（2）笛子的音域及音区

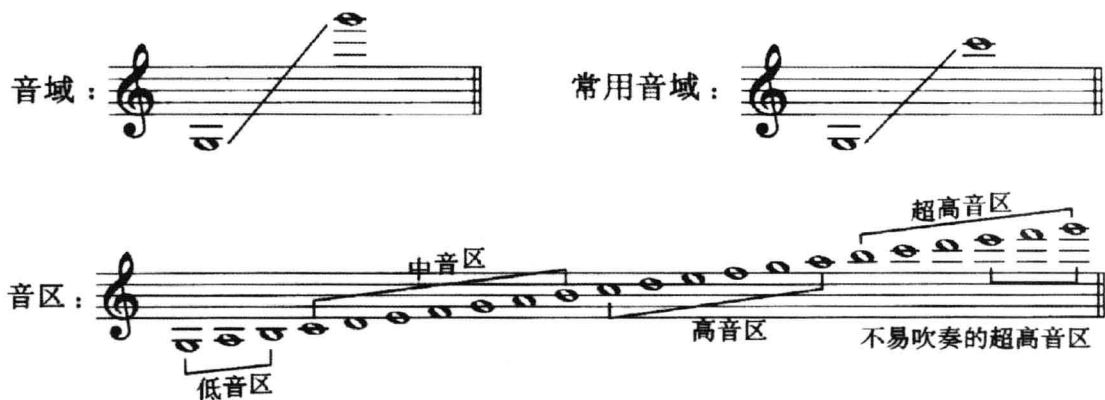
常用笛子的音域一般为两个八度，另外还可以奏出四度高超吹音程。

下面以梆笛和曲笛为例，简单介绍一下笛子的音域与音区。

①以G调梆笛为例，梆笛的音域及音区图示如下：



②以C调曲笛为例，曲笛的音域及音区图示如下：



5. 笛膜

笛膜是附在笛子膜孔上方的一层薄膜。中国竹笛区别于世界其他国家笛子的最重要的特征就是因为它贴上了笛膜。笛膜的使用不仅将笛子的音量扩大了，音色也变得更清脆、明亮、优美动听。因此，笛膜的选择、采制、粘贴及使用对笛子的演奏有着十分重要的影响。

(1) 笛膜的选择

目前市面上的笛膜品种有肠衣膜、竹膜、芦苇膜等，以芦苇膜最适合用作笛膜的材料。芦苇膜是芦苇空心秆中的一层薄膜，伸缩性适中，不易吹破，而且发音灵敏，音色通透。而肠衣膜的伸缩性大，振动不好，发音迟钝、共鸣较小；竹膜则薄而脆，无韧性，易吹破。

在挑选芦苇薄膜时，要注意老嫩与宽窄。笛膜过宽过厚和颜色发黄的，是老的笛膜，发音闷而不亮；笛膜过窄，而且颜色特别白的，是过嫩的笛膜，发音松并带有沙沙的杂音，并且不易贴好。最好是挑选宽窄适中的，摸起来相当薄，而且有透明感觉的为最佳。

(2) 笛膜的采制

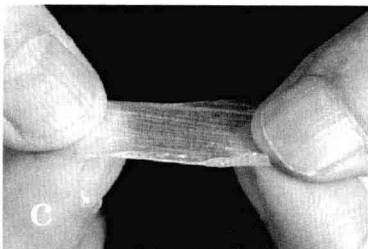
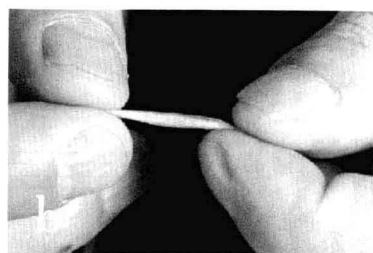
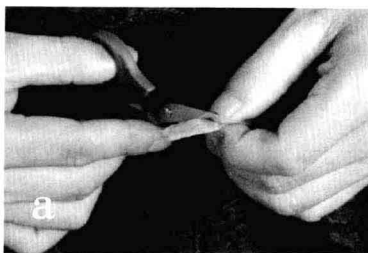
除了市面上出售的笛膜，有条件的朋友也可以自己采制笛膜备用。

采制笛膜要在端午节前后，选取生长在水边而又少见日光的芦苇为好。先把芦苇分节割断，用锋利的小刀轻轻削去苇皮，待露出一圈苇膜后，用手指把它捻成一团，然后用筷子把它翻捅出去。待薄膜晾干后将白色杂质剔除干净，然后裁成小块，夹在带色的纸夹里或用有色纸包住待用。切记，芦苇膜在保存中不可受热，忌见阳光，更不要过久地随身携带，以防变质。

(3) 笛膜的粘贴

给笛子贴笛膜是一项技术活，膜贴效果将直接影响到笛子的音色。贴膜前，首先要把选好

的笛膜剪成长方形的小块（如图a），再把它捻成一个小条或揉成一个小团（如图b），然后轻轻将它展开，逆笛膜原纹路用双手向两边拉，至笛膜出现与原笛膜条纹方向成为垂直状的条纹，再轻轻地展平，这样膜上就出现一丝丝的皱纹（如图c），再用气吹一吹，将膜上的皱纹吹得很均匀，然后用白芨（中药店有售）蘸点水，擦在膜孔周围（如图d），白芨溶解出的胶质即可将笛膜粘贴在膜孔上。（如图e）



要注意的是，贴膜时要松紧适度。一般来说，由于笛膜本身具有一定的伸缩性和吸水性，贴好的笛膜还会有一定程度的自动还原功能，所以贴膜时

可稍偏紧些，等它自动还原后，笛膜的松紧度则为适中。但是如果要即贴即用，的时候，笛膜宜稍放松地贴。如果贴得太松了，笛子声音发嘶，不好听；而贴得太紧了又没有清脆响亮的音色。当贴膜过松时，可用指肚按住笛膜边缘向两边轻轻拉一拉；过紧时，可用指肚按一按笛膜的中央。切勿用水贴笛膜，这会使膜变老，发出的声音也不会响亮动听。

此外，贴膜时还要注意笛膜的纹路与笛身纹路的关系。一般来说，如果笛膜较薄嫩，则宜与笛身纹路呈纵横交叉 90° 角粘贴，在贴好之后再捻上一些皱褶，这样在吹奏时就不易破裂。如果笛膜薄厚正常，则笛膜纹路与笛身的纹路可保持同一方向，同样在贴好之后捻上皱褶。

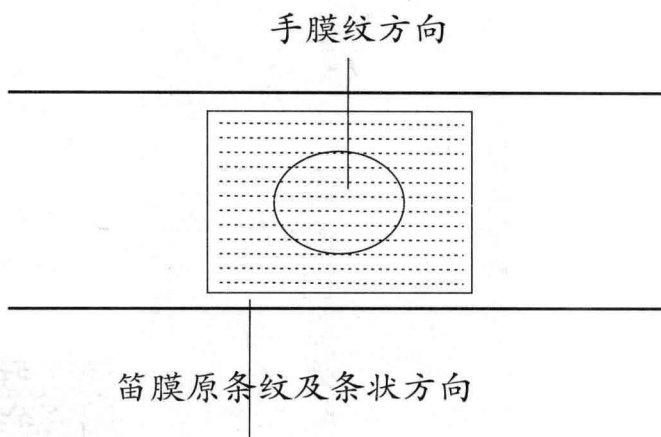
(4) 笛膜的使用与保护

笛膜是一件娇贵的东西，易损坏，受冷热也易发生变化，在日常使用中要很好地保护。一般来说，一张新笛膜，如果使用方法得当的话，可用半个月左右。

平时，不要用手经常按它，更不要让它沾到水。如因天气变化（潮湿或冷热等）而导致笛膜塌下（有局部松弛的现象）时，可对着笛膜呵几口热气，使上边有一层薄薄的水气，然后再将水气吹干，干了再呵，然后再吹干，照此反复几次，笛膜就会恢复原状，这种方法叫做“醒膜法”。此外，也可将膜靠在脸上，膜受到微热以后伸展，也能使之复原。

如果是非常寒冷的冬天，还可以将六个音孔按闭，把嘴对准吹孔，不断地向笛管内呼送热气，待笛管温度升高后，再远离笛子对笛膜输送凉气，这样也可以达到醒膜的目的。

总之，想把乐曲演奏好，对于笛膜的作用、选择和使用等常识是必须要掌握的。



TIPS: DIY 笛膜盒

笛膜是一种很脆弱的物件，为了携带方便，可以自己动手来DIY笛膜盒。

首先，将平时家中用过的面油盒（最好是“百雀羚”的那种扁铁盒）、唱针盒或是装过薄荷糖或口香糖的小铁盒拿出来清洗干净，然后垫上一层薄餐巾纸，接着将笛膜剪成小块放进去。这样，一个实用又笛膜盒就做好了。

可别小看这个小盒子，它既可以保证那些透明脆弱的笛膜不变质，同时在更换笛膜的时候拿取又十分方便快捷，是每个笛子发烧友不可缺少的贴心小配件哦。

第二章

CHAPTER TWO

笛子演奏基础

PLAYING SKILLS OF FLUTE

无论学习何种乐器，演奏姿势的正确与否，将直接影响到演奏者的形象及演奏技艺的发挥，因此，保持一个良好的演奏姿势是每个学习者必须掌握的第一课。



笛子演奏姿势

FLUTE PLAYING POSTURE

无论学习何种乐器，演奏姿势的正确与否，将直接影响到演奏者的形象及演奏技艺的发挥，因此，保持一个好的演奏姿势是每个乐器学习者必须掌握的第一课。

吹笛子的姿势，分立式和坐式两种。

1. 立式

立式就是站着吹奏的姿势，一般在独奏、重奏和基本功训练时采用这种姿势。这种姿势的要求是，当身体站定后，两腿直立，两脚分开呈八字形（一脚稍前、一脚稍后。笛尾向右者，左脚稍前；笛尾向左者，右脚稍前）。一般情况下，身体重心落于两腿之间，必要时才向左右移位。站立时腰要直，胸部自然张开，头正，肩平，双眼向前平视。双手举起笛管，两肘自然下垂，将吹孔向上（不要过分里斜或外闪）置于口唇中央处，笛管与双唇平行、与鼻梁垂直，或笛身和头部略向笛尾方向倾斜，笛头笛尾前后一致。



2. 坐式

坐式上身与立式相同。在合奏或伴奏时，一般采用坐式。需要注意的是，座位高低要适当，凳子太高、太低都会妨碍正常呼吸。坐式最好不要架腿，两脚分立才坐得稳。



3. 持笛的方向

持笛的方向是指在演奏或练习时，是向右方持笛还是向左方持笛。这个问题一般根据个人的习惯决定，不管向哪边，对演奏来说都没多大妨碍。但为了参加合奏时，乐队的造型更加美观，并且能够适应改革后的笛子演奏需要（改革后的加键笛子一般为右方持笛，即笛尾向右），建议初学者从开始学吹起便形成右方持笛的习惯。当然，如果已经形成并习惯了左方持笛，也没必要重新调整。



4.持笛按孔方法

俗话说“心灵手巧”，持笛时按孔的手型是否正确、手指是否灵活是掌握笛子演奏技术的关键，在训练时，必须注意以下几点：

（1）用指肚按孔

指肚是手指第一节中间部位肉最多、最富有弹性的部位。正确的持笛按孔方法应注意指肚的按孔位置：

将右手的无名指、中指、食指以指肚按闭在笛子的第一、二、三音孔上，同时拇指指肚托放在笛身下端约第二、三音孔之间；

将左手的无名指、中指、食指按闭在笛子的第四、五、六音孔上，同时拇指指肚侧托放在笛身下端外侧第六音孔的上方位置；

左右两手的小指侧自然地贴放在笛身侧面，与两手的拇指相托持，起着稳定笛身的作用。



（2）按孔力度与开孔高度

手指按孔时应当松弛而有弹性，不要紧张或过分用力，避免因手指僵硬而影响灵活性；

开孔时，手指不要抬得过高（大约一个指头厚的高度即可），否则在换指时会影响演奏的速度。

（3）手指与手腕放松

演奏时手指、手腕一定要放松。双手要略似半握拳的形状，即手指微微自然弯曲的状态。双手手指始终处在自然、放松的状态，这样更有利于演奏技艺的发挥。

此外，在十个手指头中，无名指的灵活性最差，反应比较迟钝，因此在注意放松的同时，还要加强灵活性的训练，使关节放松而且灵活。



笛子演奏的口形及呼吸方法

LIP-ROUNDING AND BREATH SKILLS OF FLUTE PLAYING

与弹拨类乐器不同，笛子这类吹奏乐器对口形和气息有着严格的要求。正确的呼吸方法与

吹奏口形直接影响到笛子的发声与音色。

1. 口形

笛子的演奏口形是由唇肌和面部肌的协同动作而形成的。吹奏前上下唇肌贴着牙床，微向人中部位收缩靠拢，使双唇中央部位形成“椭圆形”风门，此时舌头处于自然状态，口腔扩开为含气状态（这样能增加口腔共鸣，美化笛子音色）。吹奏时，气流的冲击使上下唇肌自然得以控制，这样就形成了正确的演奏口形。

口形包括风门、口风、口劲、气流角度四方面的因素，只有将这四要素有机地结合起来，才能取得良好的吹奏效果。

（1）风门

吹奏时，上下唇肌中间气流通过的椭圆形唇孔叫做风门。风门的大小随笛曲的高低、强弱变化而变化。吹奏低音时，因气流较缓，风门随之放大；而吹奏高音时，气流速度细而急，此时风门就需要缩小。

（2）口风

经过风门而吹出来的气流就叫做口风。口风的变化与风门一样，随乐曲音高、强弱的变化而变化。吹奏高音、强音时，口风要急；吹奏低音、弱音时，则口风要缓。

（3）口劲

口劲也称为“嘴劲”，指唇肌与面部肌肉对“风门”大小的变化及“口风”轻、重、缓、急变化的控制力度。在吹奏高音时，风门小、口风急，口劲就要大；而吹奏低音时，风门大、口风缓，口劲就要小。

（4）气流角度

口中吹出的气流与吹孔所在平面之间形成的夹角叫做气流角度。在笛子吹奏过程中，不同音区应采取不同的气流角度。气流角度运用得当不但可以美化笛子的音色，还可以起到吹奏省力、调整音高、保障音准的良好作用。

根据笛子高、中、低音区的不同，气流运行的角度也各不相同。

