

FOLLOW ME

跟我学系列 (修订版)

跟我学

二胡

杨长安 编著

Learning Erhu

湖南文艺出版社



FOLLOW ME



跟我学系列(修订版)

跟我学 二胡

杨长安 编著

湖南文艺出版社

特 别 启 事

《跟我学系列》选用了国内外一些词、曲作者的作品，经我们多方努力，尚有一些作者至今未能取得联系。希望社会各届知情人士向我们以及作品的作者给予通报，以便联系奉寄样书和稿酬。同时，我们将可以确定著作权的作品的使用费汇往北京中国音乐著作权协会（北京东四南大街 85 号 邮编：100703）。

联系地址：湖南、长沙市银盆南路 67 号 湖南文艺出版社 邮编：410006

电话：0731-8882796 电子信箱：hnlaph@public.cs.hn.cn

湖南文艺出版社 启

跟我学系列

跟我学二胡（修订版）

杨长安 著

策划：谢柳青

责任编辑：欧阳强

*

湖南文艺出版社出版、发行

（长沙市河西银盆南路 67 号 邮编：410006）

湖南省新华书店经销 湖南省望城湘江印刷厂印刷

*

1997 年 7 月第 1 版 2002 年 6 月新 1 版第 2 次印刷

开本：880×1230 1/16 印张：14

字数：337,000 印数：92,001—98,000

ISBN7-5404-2575-x
J·445 定价：24.00 元

若有质量问题，请直接与本社出版科联系调换。

前 言

器乐教学是音乐教育的一个重要组成部分。而音乐教育是实施美育的重要手段,它的目的在于对国民进行普及与提高的音乐审美教育。因此,如何按照“审美”的要求来进行器乐教学,是个十分重要的关键问题。

笔者在二十余年的二胡教学工作和其他音乐活动中,常常发现不少学生,他们往往只注意练好那些“惊人”的快速和其他所谓“辉煌耀眼”的技巧,而根本忽视了音乐内容的情感表现。因而,一首极其优美、内涵丰富的乐曲,在这类人的演奏下常常只是一种音符的堆砌。这种如小学生背书式的演奏,使一首音乐作品毫无动人之处,更谈不上体现和享受音乐的美感。人们通常的评价是:这个人乐感不好!

什么叫乐感呢?著名音乐学家周大风先生曾做过全面而又精辟的概括,总起来有如下十个方面的内容:

- 1.有细微而灵敏的音准感;
- 2.有准确而稳定的节拍感;
- 3.有复杂及复合的节奏感;
- 4.有多变而灵活的力度感;
- 5.有单一及混合的音色感;
- 6.有鲜明而突出的调性感;
- 7.有复杂及内在的和声感;
- 8.有整体及局部的结构感;
- 9.有生动和丰富的形象感;
- 10.有感情及意境的想象感;

上述“乐感”的基本标准,实质上亦是对音乐表演艺术“审美”的标准。这些内容,固然与一个人的文化素养、阅历深浅、知识多寡、音乐环境的优劣等有关联,甚至与所谓“先天是否具备

音乐细胞”也有一定的关系,但也是可以通过后天系统的训练和教育使“乐感”得到加强和提高的。要准确地表现音乐美,这十项缺一不可。其中,音准感、节拍感、节奏感等是基本条件;力速感和音色感等是重要手段;而形象感和想象感则是关键。

器乐教学传授扎实过硬的演奏技术是非常必要的,但必须摒弃那种纯技术操作的教学模式。技能技巧的训练必须和审美感受结合起来,特别是掌握了演奏技巧之后一定要转化为音乐表现力。无目的要求的重复机械式操作只会使学生产生厌倦感,既达不到技巧训练的目的,更产生不了美感享受,因此,选编练习曲时也一定要注意在旋律、节奏方面都具有一定的音乐美感。基于这样的指导思想,笔者编著了这本书,并力图在书中表现出如下几个特点:

一、将技术操作性与审美导向性有机地结合起来。如本书的三—六章,除了详尽地阐述了各种技术动作的规范化要领之外,着重点则放在这些技术动作“如何表现音乐美”的论述上,强调了“技术是手段,艺术才是目的”的观点。

二、将基础训练与一定的趣味性结合起来。本书第七章选编了各种技法基础训练的练习曲60条,并冠以“趣味练习曲”之称谓。哪怕是最基本的音阶练习、换把练习,都力图在旋律线、节奏等方面赋予一定的音乐美感,尽量使练习曲亦“具有感情和意境的想象感”,以此激发和培养学学生逐步获得“丰富而生动的形象感”。

三、将对音乐作品的“理解”和“表现”紧密结合起来。本书第八章精选了不同程度的二胡名曲20首,除了对每首作品的作者、历史背景、曲式结构以及旋律发展手法等逐一进行分析介绍外,还对每首乐曲的表现内涵从美学的角度进行了富有想象力和色彩感的赏析,旨在帮助学习者更深刻地去理解作品,以期达到更完美地表现作品,更鲜明地塑造艺术形象之目的。

总之,本书力图克服“重技轻艺”的痼疾,摒弃“先技后艺”的形而上学,在充分肯定技术基础重要性的前提下,突出地强调了“内容”、“情感”、“韵味”、“魅力”等音乐内涵和艺术气质。同时,笔者极推崇“功夫在琴外”的艺术观,极力倡导这样的教育思想和教学法:指导者必须先是“音乐”教师然后才是二胡教师;学习者必须先是“音乐”学生然后才是二胡学生。只有这样,才能把手艺式、机械式的教学模式提升到音乐表演艺术的高度,才能把音乐教育真正导向审美教育的境界。

杨长安

目 录

前言	(1)
----------	-------

第一章 二胡概述

第一节 二胡的构造及各部件功能	(1)
第二节 二胡定音、音域和音区	(5)
(一) 定音	(5)
(二) 音域	(5)
(三) 音区	(6)

第二章 二胡演奏基本姿势

第一节 演奏时的坐姿	(7)
第二节 持弓与运弓姿势	(9)
(一) 怎样持弓	(9)
(二) 如何运弓	(10)
第三节 持琴与按指姿势	(13)
(一) 虎口	(13)
(二) 按指	(14)
(三) 大臂、前臂与肘部	(14)
(四) 手腕	(15)

第三章 把位与换把

第一节 把位	(16)
--------------	--------

(一) 传统把位	(16)
(二) 新把位	(17)
第二节 换把	(18)
(一) 跳指换把	(18)
(二) 移指换把	(19)
(三) 滑指换把	(20)

第四章 右手弓法技术

第一节 弓法的概念	(21)
第二节 常用弓法简介	(21)
(一) 长弓	(21)
(二) 连弓	(22)
(三) 分弓	(23)
(四) 快弓	(24)
(五) 颤弓	(25)
(六) 控制跳弓	(25)
(七) 自然跳弓	(26)
(八) 抛弓	(27)
(九) 小抖弓	(28)
(十) 大击弓	(29)
(十一) 双弦快速抖弓	(29)
(十二) 飞弓	(29)

第五章 左手指法技术

第一节 指法的概念	(31)
第二节 常用指法简介	(31)
(一) 揉弦	(31)
(二) 滑音	(34)
(三) 花指	(38)
(四) 泛音	(40)
(五) 拨弦	(43)
第三节 其他不常用指法	(44)
(一) 带起	(44)
(二) 轮指	(45)

(三) 大指切弦	(46)
----------------	--------

第六章 两手综合技术简析

第一节 渐揉与消音	(47)
第二节 内弦高把位音色问题	(49)
第三节 滑颤音与滑颤弓	(50)
第四节 上虚下实滑音	(51)
第五节 关于定把滑指	(53)
第六节 关于快速换弦	(55)
第七节 湖南花鼓调风格的指法特点	(56)

第七章 二胡趣味练习曲 60 条

第一节 第一把位综合练习	(60)
1. D 调音阶练习	(60)
2. 音阶歌	(60)
3. 小星星变奏曲	(61)
4. 植树歌	(62)
5. 四季歌	(62)
6. 一分钱	(62)
7. 我爱北京天安门	(63)
8. 欢乐颂	(63)
9. 小红帽	(64)
10. 拍手歌	(64)
11. 绿色的祖国	(64)
12. 卖汤圆	(65)
13. 白鹤	(65)
14. 小雨沙沙	(65)
15. 数鸭子	(66)
16. 嘴巴和尾巴	(66)
17. 高原小红花	(67)
18. 新疆风情	(67)
19. 北伐革命歌曲联奏	(68)
20. 三度模进练习	(68)
21. 丢手绢	(69)

22. 共产儿童团歌	(70)
23. 只怕不抵抗	(70)
24. 聪明的一休	(71)
25. 飞 翔	(72)
26. 大坂城的姑娘	(72)
27. 少先队员都爱美	(73)
28. 卖花姑娘	(73)
29. 大 风 车	(74)
30. 江 南 风	(74)
第二节 换把综合练习	(75)
1. 思 绪	(75)
2. 我们走在大路上	(76)
3. 上 学 去	(76)
4. 捉 迷 藏	(77)
5. 井底小青蛙	(77)
6. 雏燕试飞	(78)
7. 烈士墓前	(78)
8. 山乡小渡船	(79)
9. 北京的金山上	(80)
10. 七子之歌	(80)
11. 歌唱二小放牛郎	(81)
12. 雨 花 石	(81)
第三节 弓、指法综合练习	(82)
1. 卖 报 歌	(82)
2. 浏 阳 河	(83)
3. 火车向着韶山跑	(84)
4. 晨	(85)
5. 水草和金鱼	(85)
6. 铃儿响叮当	(86)
7. 加沃特舞曲(片段)	(86)
8. 孤独的牧羊人	(87)
9. 斑 鸠 调	(88)
10. 军训夏令营	(89)
11. 雨中的蝴蝶	(90)
12. 采菱姑娘	(90)
13. 八月桂花遍地开	(91)
14. 红 星 歌	(92)

- 15. 秧歌调变奏曲 (94)
- 16. 爷爷为我打月饼 (95)
- 17. 太阳出来喜洋洋 (96)
- 18. 踏雪寻梅 (97)

第八章 二胡名曲 20 首(附赏析)

- 1. 良 宵刘天华 曲(98)
- 2. 小花鼓.....刘北茂 曲(101)
- 3. 北京有个金太阳.....藏族民歌 蒋才如 编曲(103)
- 4. 病中吟刘天华 曲(109)
- 5. 苏南小曲.....朱昌耀 编曲(113)
- 6. 怀乡行.....陆修棠 曲 曾寻 谢直心 配伴奏(116)
- 7. 烛影摇红.....刘天华 曲(122)
- 8. 湘江乐.....时乐濛 曲(125)
- 9. 山乡邮递员.....程辉庭 曲 潘正宁 朱钰 配伴奏(131)
- 10. 喜送公粮顾武祥 孟津津 曲(139)
- 11. 迷糊调鲁日融 编曲(146)
- 12. 江南春色朱昌耀 马熙林 曲(154)
- 13. 闲居吟.....刘天华 曲(157)
- 14. 独弦操刘天华 曲(162)
- 15. 二泉映月阿炳 演奏 杨荫浏 记谱 储师竹 黎松寿 编订指法(165)
- 16. 悲歌刘天华 曲(171)
- 17. 金珠玛米赞王竹林 曲(173)
- 18. 草原新牧民刘长福 曲(179)
- 19. 战马奔腾陈耀星 曲(187)
- 20. 三门峡畅想曲刘文金 曲(198)

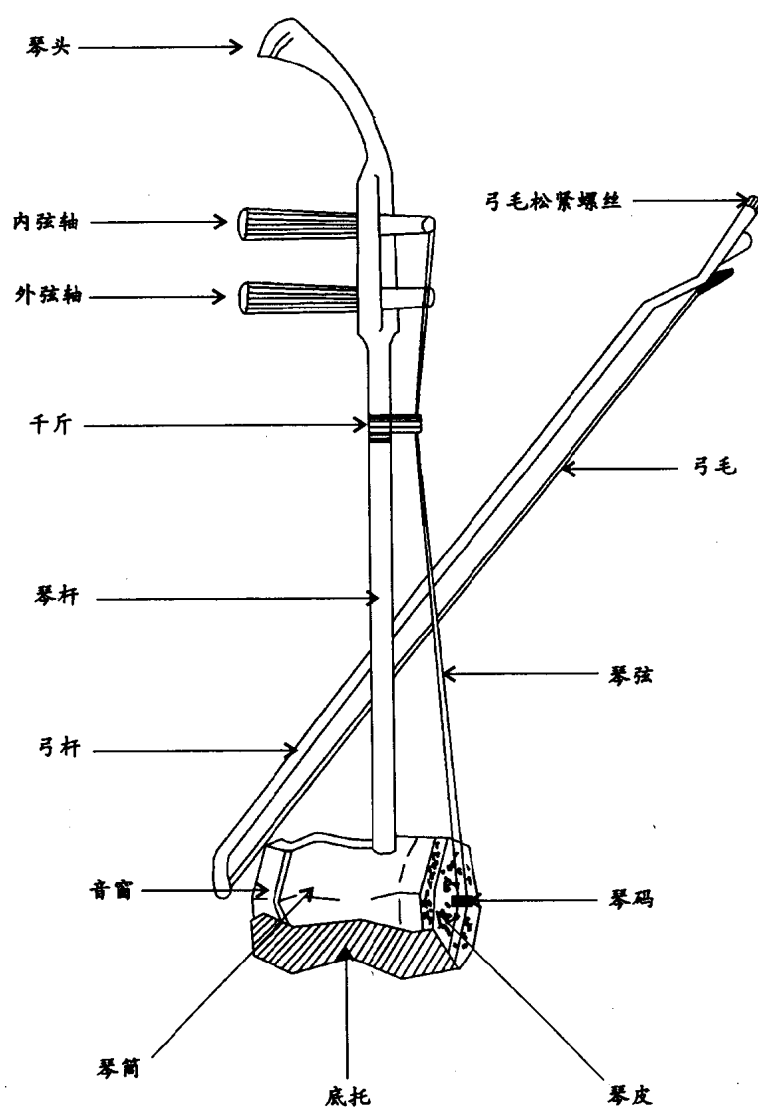
- 修订后记(211)

第一章 二胡概述

第一节 二胡的构造及各部件功能

二胡主要由琴筒、琴杆和弓子等三大部分构成。这三大部分又由琴皮、底托、音窗、弦轴、千斤、琴弦、琴码、弓杆、弓毛及弓毛松紧螺丝等附件组成。

附：二胡构造简图



现对各部件构造特点及功能分述如下:

【琴筒】

琴筒是二胡的关键部位,起美化和扩大音响的作用,它决定音质的优劣和音量的大小。琴筒又包括筒体、琴皮、底托和音窗等部件。

筒体的质地和形状对声音都有直接影响。一般均为木质,木料以坚细的紫檀木或红木为佳。式样一般有圆形、六角形和八角形等三种(也曾经试制过一种椭圆形),以圆形的声音较大且亮而脆;六角形的声音较小但较柔美;八角形的介于其中。目前上海琴与苏州琴普遍采用六角形,这似乎已成为目前二胡琴筒的基本造型。北京则多采用八角形。

琴皮是决定二胡音色的关键,亦是二胡发音共鸣的重要部位和振源。琴皮以厚薄适中、密度均匀、鳞纹方正整齐、皮面光滑油润的蟒皮为好。蒙皮的松紧以及其张度稍具弹性为宜。旧蟒皮稍厚,音响较纤婉;新蟒皮稍薄,音响较为刚亮。蒙皮过松,则发音松散不集中,声音憋闷迟钝无力量;蒙皮太紧,则发音干瘪僵硬又沙哑,共鸣余音微弱甚至无共鸣余音,有时音色尖锐刺耳无美感。故蟒皮应厚薄均匀、蒙皮松紧适度。曾出现过以丝织品仿制的“人造蟒皮”来代替蟒皮的二胡,但由于其音响效果及结实程度远不如真蟒皮,故至今并未普遍使用。

底托位于筒体的下方,用质地比较坚硬的木料制成(也有用硬塑压模制成)。底托的作用主要有两点:(1)加大琴筒下方的重量,使琴筒放平而琴身稳定,便于左手技巧能自如地发挥。有的厂家还在底托内加放一块铅,使筒体的重量感更好,稳定感更强。(2)由于底托与筒体之间留有一定的空隙,因此筒体可不直接接触身体,振动与共鸣可不受到抑制和影响,能更有效的奏出较好的音色和适度的音量。底托的宽度一般约 6.5 厘米,与琴皮接洽处的厚度约为 2 厘米,长度和造型与筒体下方凹凸部相吻合且一致。现在一些厂家还给底托蒙上一层红绒布,这加大了与演奏者腿部的摩擦力,使琴筒不随意滑动,演奏更为方便,同时外观上也比较美观。

音窗在琴筒后方的传音口处镶嵌,一般为透雕木花窗,主要起共鸣、传音和滤音的作用,既丰富音色,又美化外形。

【琴杆】

琴杆又名“琴柱”,它是二胡的支架,由琴杆和弦轴两部分组成。

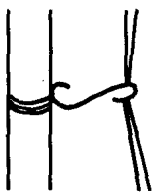
琴杆起牵引琴弦的作用。上端连接琴头(现已普遍采用“弯月”形琴头),下端插入琴筒。琴杆的材料用红木、紫檀木或乌木均可(一般与琴筒材料质地相同)。紫檀木材稀少价格昂贵,乌木较易纵裂,实践证明还是老红木较好。总之,材料质地越坚实,抗拉力越强,琴的使用寿命就越长。琴杆全长约 82.5 厘米(琴筒以上至琴头约 72 厘米)。杆粗(栓千斤处)约 2 厘米,与琴筒交接处约 1.8 厘米。上述规格可视为较规范的制作规格,可给演奏者带来方便自如之感。

弦轴又名弦轸、轸子,它插入琴杆上方的轴孔中,起绞弦和调音的作用。其材料通常用黄杨木,现在大多用与琴筒、琴杆一致的木料。同时,弦轴还有木轴与机械轴(亦称螺丝轴)之分,两者各有优缺点。木轴时而过紧,时而太松,给调弦带来困难。而且通常过紧,手劲小的青少年朋友常常拧不动。其优点是,只要调音定准之后,一般比较稳定,不易走弦跑音。机械轴的优点是:调弦轻便自如,定音准确程度好(因起微调作用)。但目前机械轴的制作质量还不过关,常出现机械部份松动、滑丝等故障,因此容易跑弦走音。近年来,结合木轴的使用,在琴弦上装上一个起微调作用的“弦卡”,实践证明效果较好。

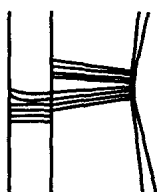
弦轴的安放,应该是内弦轴在上方,外弦轴在下方。外弦轴与琴筒平面距离约为 48.5 厘米(以轴孔中央算起),两轴间距约为 7.5 厘米(从轴孔中央算起)。正确的紧弦方向,木轴内外弦可作反向转动,即内弦由内向外转动紧弦,外弦由外向内转动紧弦。而机械轴则可按其螺丝松紧方向自然转动。新式机械轴大都同方向转动,紧弦时均由外向内转,松弦时则反之。

【千斤】

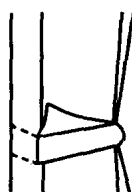
又叫千金,是二胡琴弦的切音线,和琴码共同确定了琴弦发音的区段,与空弦音有密切关系。千斤的种类有几种,过去有金属钩千斤(如京胡千斤一样,用细丝线绑在琴杆上,以小钩钩住琴弦)、有固体千斤(如板胡千斤一样,用红木、骨角或硬塑等材料制成),现在多用线绕千斤(用细丝线缠绕),也有用螺丝微调千斤的(如图):



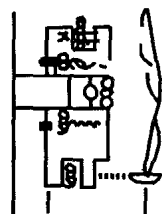
金属钩千斤



线绕千斤



固体千斤



螺丝千斤

金属钩千斤的声音比较刚硬,弦钩容易松动,空弦音效果往往不好;固体千斤目前多用于板胡,在二胡上较少使用;螺丝千斤因能起微调作用,因此调弦比较方便,千斤的位置也较稳定,但由于是螺丝顶住琴弦,因此空弦音色往往不理想;线绕千斤音色柔和,缠绕方法得当的话,位置也非常稳定,目前使用线绕千斤的较多。在使用线绕千斤时要注意如下几点:

1. 千斤既要缠牢靠使之不易松垮或内外转动,又要使必要时的上下移位比较方便。
2. 千斤缠绕处两根琴弦要稍分开些,以免互相影响(可用一小条海绵分别塞进千斤上下两弦间)。
3. 千斤位置的高低应适应手的基本条件,可用左手肘部立于琴筒表面,顺琴杆一量,在小指节一关节(从下往上数)处缠绕为宜。一般来说,成年人使这个距离固定在约 35 厘米较好,音色适中,按指方便自如。位置相对固定,也便于锻炼音准和技术。
4. 千斤的宽窄(千斤处琴弦与琴杆内侧的距离)要适中,过宽过窄都会影响手型和基本技术的发挥。根据年龄大小、手型特点、约在 2 厘米至 2.5 厘米之间调整。

【琴码】

琴码俗称“码子”,它是琴弦与琴皮之间振动的媒体,共鸣的桥梁,是二胡极为重要的附件。

琴码的种类很多,目前大多采用的有三种:一种是木质较柔软的松节码,其发音圆润、纯净而略带浑厚;另一种是木质软硬适中的枫木码,其发音柔和纤细无噪音;再一种是木质较硬的

枪码,发音坚实饱满、优美而清晰。业余学习者常常因为找不到专业琴码而用一些替代物,如铅笔码、高粱码、纸卷码或火柴梗码等。比较起来,铅笔码的音色要和谐适中些。

琴码的质料和形状不同,其音色效果也就各异。即使是质料和形状一样的琴码,其效果也并非完全一致,因为琴码的大小、长短、高矮、底面积(接触琴皮处)的宽窄等,对发音都有直接影响。究竟选用何种琴码,应根据自己琴的情况及演奏曲目的需要,多加试验选用。

琴码的位置,以在琴皮中央为宜,偏高偏低都会对发音、共鸣、音色等产生不利影响。

【琴弦】

琴弦是发音的主体,是二胡的声源,琴弦的质量对二胡的音品产生直接影响。

琴弦有丝弦和金属弦两种。丝弦发音比较柔和细腻,适于表现古典、近代和一些民间风格的情调。但由于丝弦存在着容易跑弦、断弦、高音区音色、音准难以控制等缺点,故目前普遍使用金属弦。金属弦有如下优点:

- 1.音质纯净,力量饱满集中,音色明亮而柔美。
- 2.质地比较精细,密度,粗细比较均匀,各部分的伸张程度比较一致,伸缩性较小。
- 3.拉力较好,不易跑弦、断弦。
- 4.高音区发音清晰响亮,音准音色易于控制。
- 5.振动灵敏度高,各部分泛音效果好。

琴弦的长短粗细,张力大小与质量的优劣,决定琴弦的音高、音色、音质等问题,也是二胡音准的先天条件。因此,在选用琴弦时,一定要各方面比例协调得当,最好用同一个厂家制作的统一牌号的产品。此外,如果琴弦用的时间过长,或断了其中一根弦,在换弦时应该把两根弦一齐换掉,这样才能保证两根弦各方面的比例协调,有助于音准、音色的稳定性。

【弓子】

弓子是二胡发音的工具,对于二胡的演奏具有非常重要的意义。

弓子由弓杆和弓毛两部分组成。弓杆的制作材料为细实竹,一般以只在中部有一个竹节的为好;弓毛以纯白而粗细均匀的马尾为佳(现在也有用白尼龙丝代替的,但效果不如白马尾)。

好的弓子应具备富有弹性、轻巧适度、均匀平衡等特点。因此对于弓杆的长短、粗细、质量、弓毛的数量以及弓杆的形状和与弓毛之间的距离等等都须加考究,从而做到得心应手、操纵自如。弓杆应粗细适中,太粗则缺乏弹性,太细又承受不了必要的力度;弓毛的松紧也应适度,太松则无法演奏跳弓、顿弓,太紧又不宜演奏抒情柔美的乐曲。目前已普遍采用仿照小提琴弓制作的弓子,一端装有活动螺丝,可以随意调整弓毛的松紧,以适应各人的习惯和演奏不同乐曲的需要。

此外,弓毛必须擦上松香才能使琴弦振动发音。过去有人喜欢将松香溶滴在琴筒上,既脏又易发噪音,现在基本不用这种方法。一般只需在每次演奏前将弓毛内外临时擦几下即可。以演奏时发音佳良,又无粉尘扬起为宜。

第二节 二胡定音、音域和音区

(一) 定音

有两种意义:第一种是说内外两弦之间定为什么样的音程关系。定为纯五度的叫五度定音(绝大多数二胡独奏曲均为五度定音,这是二胡的基本定音);定为纯四度的叫四度定音(例如一些地方戏曲或根据这些戏曲音乐素材改写成的二胡独奏曲);个别情况也有用纯八度定音的。第二种意义是说内外两弦具体定在什么样的实际音高。这里面就包含着调和弦式两个相互关联的概念。经过长时期的试验和实践证明。二胡定音的最适宜高度是:内弦定为 d^1 , 外弦定为 a^1 。因为这个高度的定弦使琴弦的张力适度,音质、音色最佳,共鸣效果最好,同时便于演奏和转调。当二胡定为 d^1-a^1 高度时,一般以 D 调(民间称小工调)为基本调,弦式即体现为 1-5 弦式。除基本调外,二胡适合演奏的还有 G、F、C、 bB 、A 等调,其中以 D、G、F 三个调较常用、较重要。上述各调,在定音为 d^1-a^1 的基础上,分别以不同的弦式来表现。

所谓弦式,是一种首调唱名的概念,即把二胡内外弦的空弦音定为曲调中的哪两个首调唱名音。二胡的常用弦式有 1-5(D 调)、 $\dot{5}$ -2(G 调)、 $\dot{6}$ -3(F 调)、2-6(C 调)、 $\dot{3}$ -7(bB 调)和 $\dot{4}$ -1(A 调)等六种,最常用和最主要的还是 1-5、 $\dot{5}$ -2 和 $\dot{6}$ -3 三种。

二胡的定音虽通常定为 d^1-a^1 ,但又不是绝对固定。有时为了扩大表现范围,有时为了在参加乐队伴奏时适应调和演唱等方面的需要,均可作略高略低的调整。但这种调整不宜过低或过高,以免发音松散空虚、沉闷无力或紧张尖锐、毛噪刺耳,失去二胡的基本特点。

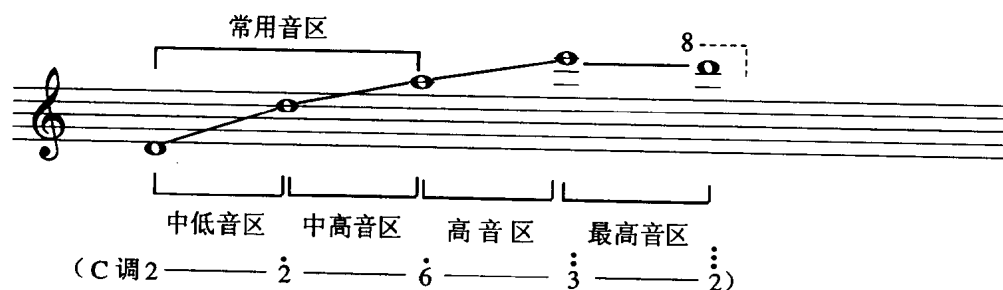
(二) 音域

二胡的总音域可算至三个八度又五度(d^1-a^4),但有效音域通常为三个八度(d^1-d^4),而使用较多、音响较好的一般不超过两个八度(d^1-d^3)。在乐队中,二胡一般在两个八度之内,独奏乐曲往往超过两个八度以上,有些乐曲甚至达三个八度。

总音域 (C调 $\dot{2}$ - $\dot{6}$)	
有效音域 独奏音域 (C调 $\dot{2}$ - $\dot{2}$)	
常用音域 乐队音域 (C调 $\dot{2}$ - $\dot{2}$)	

(三) 音区

二胡音区的划分,界限不是绝对的,只是就二胡本身的特点相对而言,大致可划分为中低音区、中高音区、高音区和最高音区。



各音区的基本音色特点:

中低音区—优雅、丰满,

中高音区—华丽、清亮,

高音区—清晰、稍硬,

最高音区—紧张、尖锐。

其中,中低音区和中高音区为常用音区。在常用音区里,内弦音色柔和浓厚,外弦音色刚健明朗。强弱变化自如,音乐表现力极为丰富。

第二章 二胡演奏基本姿势

演奏二胡的基本姿势正确与否,对二胡演奏技巧的发挥产生直接的、甚至是决定性的影响。因此,从初学者开始,就要特别重视基本姿势的问题。基本姿势是否正确,其总的原则体现在两个方面:一是要符合人体的解剖特点,即自然、协调、省力。二胡的演奏姿势是具有这个特点的,比较合乎自然规律。再就是要方便于演奏,有利于全面技术的发挥。符合了这两个原则,整个技术能力必将得到正常、合理的发展。

第一节 演奏时的坐姿

演奏二胡的主要姿势是坐姿(只有特殊情况下才站着演奏),首先应考虑坐具的选择及坐的方法。最好选用无靠背的方凳,以免习惯性的将背仰靠在椅背上演奏,这样一则外观不雅观,二则影响技术的发挥。尤其要注意的是坐具的高度要合适:过高则腿向下斜,致使琴身放置不稳;过低则膝与腿向上耸,致使琴筒被夹置在腿、腹之间,影响琴筒的振动共鸣发声,整个演奏动作也将觉得拘束、别扭。合适的高度是,坐好以后,左膝与上腿根部在一个平面上。

坐具选定之后,我们应讲究坐的姿势与形式。坐姿与形式一般有“架腿式”和“平腿式”两种。所谓“架腿式”就是左腿平架在右腿上,左膝盖自然弯曲,左小腿自然下垂。这种姿式的优点是脚力集中,左腿平直(坐具稍高也不致于腿面下斜)。琴身放置稳定。演奏一些古典曲目时采取这种姿势也还比较方便,女性着裙时采取这种姿势也还显得温文尔雅、自然大方。但缺点是身体过于拘束,动作不易放开,如果演奏近现代热情奔放、感情强烈、力度变化大的乐曲,就很不方便。故目前多不采用这种姿势。比较起来,“平腿式”的优点较多,适应范围较广,目前大多数演奏者习惯采用“平腿式”。

所谓“平腿式”,就是两腿平放在地上,两腿自然平分开,约与两肩距离等宽。一般左腿在前,脚尖基本与膝盖骨对正。右脚稍靠后,膝盖自然弯曲。“平腿式”的优点是:由于臀部和两脚着地处形成三个力的支撑点,因此上身比较稳定而且灵活自如、舒展大方、便于演奏。既能控