

收录 240 条速弹乐句

Guitar
magazine ギターマガジン



GIT (速弹吉他科) 讲师

小林信一 著
杨 洋 翻译



收录乐句示范演奏+伴奏音轨



地狱训练

挑战史上最狂的超绝速弹吉他技术

摇滚吉他

(第1册)

全年版
全年龄对象

中文简体
惟一合法授权
更易懂更好学



本书收录
大量技术派
超绝乐句

Guitar
magazine
地獄のメカニカル
トレーニングフレーズ
地狱训练
摇滚吉他（第1册）

■图书在版编目（CIP）数据

地狱训练·摇滚吉他：第1册 /（日）小林信一著；
杨洋译.——长沙：湖南文艺出版社，2010.5

ISBN 978-7-5404-4569-0

I. ①地… II. ①小… ②杨… III. ①六弦琴-奏法-
教材 IV. ①J623.26

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第071464号

■湖南省版权局著作权合同登记章
图字 18-2010-061

Guitar Magazine Jigoku no mechanical training phrase
© 2004 by Shinichi Kobayashi
Original Japanese edition published in 2004 by Rittor Music, Inc.
Simplified Chinese Character rights arranged with Rittor Music, Inc.
Through Beijing GW Culture Communications Co., Ltd.

●著者/演奏

小林信一

●译者

杨洋

●校订

朱迎

出版人：刘清华
责任编辑：何征 ☎(0731)8598 3118
© Music-he@163.com

印务总监：邓华强
版权经理：唐敏

技术编辑：刘津
封面设计：汪勇

湖南文艺出版社出版、发行
（长沙市雨花区东二环一段508号 邮编410014）
湖南省新华书店经销
湖南省长沙化勘印务有限公司印刷

2010年7月第1版第1次印刷
开本：787×1092mm 1/16
印张：9
印数：10000

书号：ISBN 978-7-5404-4569-0
定价：38.00元（附CD）

音乐部网址：<http://www.hnwy.net/music/>
邮购电话：（0731）8598 3102
传真：（0731）8598 3016
联系人：李莉莉

若有质量问题，请直接与本社出版科联系
（0731）8598 3030

NO
COPY

版权声明

本书为《地狱训练·摇滚吉他（第1册）》唯一合法授权的中文简体本。书中所有文字、图片、曲谱以及版式等之著作权均属湖南文艺出版社所有。凡任何翻印、翻录、盗版或销售侵权图书之行为必依法追究。对于举报侵权情况线索者，我社将依据获赔金额予以重奖。

举报电话：
（0731）8598 3044 8598 3019

世界上没有轻而易举的成功，
也没有不劳而获的好事。
如果你想把一件事做到极致，
惟一途径就是坚持不懈地努力，
同时还要付出超乎常人的代价。

YNGWIE MALMSTEEN

(节选自 *Guitar Magazine* 1999 年 12 月号访谈)

地狱导航

目录



| | |
|-------------|---|
| 地狱图解 关于本书内容 | 4 |
| 地狱审判所 页码索引 | 6 |

第壹章

唤醒手指地狱 (左手强化乐句集)

| | | | |
|-----|-----------------------------|----------|----|
| 第一节 | 祈求指板天使~半音阶1~左手指型训练乐句1 | TRACK 1 | 10 |
| 第二节 | 祈求指板天使~半音阶2~左手指型训练乐句2 | TRACK 2 | 12 |
| 第三节 | 祈求指板天使~蜘蛛移动~各指独立运动乐句 | TRACK 3 | 14 |
| 第四节 | 祈求指板天使~最终的伸展篇~锻炼无名指和小指的伸展练习 | TRACK 4 | 16 |
| 第五节 | 单弦GO! Neo Classical风格的单弦乐句 | TRACK 5 | 18 |
| 第六节 | 双弦GO! Andy Timmons风格的双弦乐句 | TRACK 6 | 20 |
| 第七节 | 多弦GO! George Lynch风格的琶音乐句 | TRACK 7 | 22 |
| 第八节 | 五声音阶GO! Zakk Wylde风格的五声音阶 | TRACK 8 | 24 |
| 第九节 | 大调音阶GO! 基础的大调音阶乐句 | TRACK 9 | 26 |
| 第十节 | 把位大挪移 大幅度的把位平行移动训练 | TRACK 10 | 28 |

第贰章

灼热的拨弦地狱 (右手强化乐句集)

| | | | |
|-------|--------------------------|----------|----|
| 第十一节 | 小看下拨会让你付出代价 开放第六弦的高速连复段1 | TRACK 11 | 32 |
| 第十二节 | 探索反面的世界 开放第六弦的高速连复段2 | TRACK 12 | 34 |
| 第十三节 | 探索强力和弦! 强力和弦的高速连复段 | TRACK 13 | 36 |
| 第十四节 | 你还在为重音烦恼吗? 加入重音的拨弦练习 | TRACK 14 | 38 |
| 第十五节 | 复数的拨弦练习 锻炼交替拨弦的正确性 | TRACK 15 | 40 |
| 第十六节 | 单数的拨弦练习(金属篇) 内/外侧拨弦练习1 | TRACK 16 | 42 |
| 第十七节 | 单数的拨弦练习(古典篇) 内/外侧拨弦练习2 | TRACK 17 | 44 |
| 第十八节 | 机关枪奏法1 六连音高速练习1 | TRACK 18 | 46 |
| 第十九节 | 机关枪奏法2 六连音高速全拨弦练习2 | TRACK 19 | 48 |
| 第二十节 | 这是速弹还是人肉电钻 高速震音弹拨练习 | TRACK 20 | 50 |
| 第二十一节 | 三连音的空弹1 击弦/勾弦的综合交替拨弦1 | TRACK 21 | 52 |
| 第二十二节 | 三连音的空弹2 击弦/勾弦的综合交替拨弦2 | TRACK 22 | 54 |
| 第二十三节 | 三连音的空弹3 击弦/勾弦的综合交替拨弦 | TRACK 23 | 56 |
| 第二十四节 | 经济型的拨弦基础1 双弦弹拨训练1 | TRACK 24 | 58 |
| 第二十五节 | 经济型的拨弦基础2 三弦弹拨训练2 | TRACK 25 | 60 |

第叁章

训练技巧的阿鼻地狱 (吉他技巧强化乐句集)

| | | | |
|-------|---------------------------|----------|----|
| 第二十六节 | 不会弹这个就不是摇滚乐1 王道五声音阶Solo 1 | TRACK 26 | 64 |
| 第二十七节 | 不会弹这个就不是摇滚乐2 王道五声音阶Solo 2 | TRACK 27 | 66 |
| 第二十八节 | 不会弹这个就不是摇滚乐3 击弦/勾弦滚奏1 | TRACK 28 | 68 |
| 第二十九节 | 不会弹这个就不是摇滚乐4 击弦/勾弦滚奏2 | TRACK 29 | 70 |

| | | | | |
|-------|---------------|------------------|----------|----|
| 第三十节 | 不会弹这个就不是摇滚乐 5 | 持续震音练习 | TRACK 30 | 72 |
| 第三十一节 | 不会弹这个就不是摇滚乐 6 | 运用滑弦的五声音阶Solo | TRACK 31 | 74 |
| 第三十二节 | 不会弹这个就不是摇滚乐 7 | Zakk Wylde风格的硬摇滚 | TRACK 32 | 76 |

第四章

无间超绝乐句地狱 (超绝练习乐句集)

| | | | |
|-------|---|----------|-----|
| 第三十三节 | 运指如飞! 开放弦的高速连奏 | TRACK 33 | 80 |
| 第三十四节 | 你是否具备连奏的能力? 交替点弦的高速连奏 | TRACK 34 | 82 |
| 第三十五节 | 右手点弦是死穴? Van Helen风格的点弦乐句 | TRACK 35 | 84 |
| 第三十六节 | 在开放弦上点弦 开放弦上的点弦技巧 | TRACK 36 | 86 |
| 第三十七节 | Vai风格 培养耐久力的伸展型点弦 | TRACK 37 | 88 |
| 第三十八节 | 这是点弦研究史的休止符吗? 跨弦的点弦技巧 | TRACK 38 | 90 |
| 第三十九节 | 五声音阶之路源自五连音 五声音阶的五连音练习 | TRACK 39 | 92 |
| 第四十节 | 登堂入室 John Petrucci风格的交替拨弦 | TRACK 40 | 94 |
| 第四十一节 | 跨弦 熟练 Run 乱真 1 运用击弦/勾弦的跨弦扫拨 1 | TRACK 41 | 96 |
| 第四十二节 | 跨弦 熟练 Run 乱真 2 运用击弦/勾弦的跨弦扫拨 2 | TRACK 42 | 98 |
| 第四十三节 | 熟练掌握“鸡鸣”(Chicken Picking)奏法 运用“鸡鸣”奏法的五声音阶乐句 | TRACK 43 | 100 |
| 第四十四节 | 扫拨基础 1 五根弦的扫拨练习 | TRACK 44 | 102 |
| 第四十五节 | 扫拨基础 2 五根弦的扫拨加点弦 | TRACK 45 | 104 |
| 第四十六节 | 新古典主义的“三弦扫拨” 新古典主义风格的三弦扫拨乐句 | TRACK 46 | 106 |
| 第四十七节 | 复合的扫拨练习 1 五根弦的扫拨加点弦 | TRACK 47 | 108 |
| 第四十八节 | 复合的扫拨练习 2 六根弦的扫拨加勾弦 | TRACK 48 | 110 |
| 第四十九节 | 更经济的拨弦 击弦/勾弦的综合经济型拨弦 | TRACK 49 | 112 |
| 第五十节 | 这是什么? Cacophony风格的高速经济型拨弦 | TRACK 50 | 114 |
| 第五十一节 | 日本心 Marty Freedman风格的日式音阶乐句 | TRACK 51 | 116 |
| 第五十二节 | 热血沸腾的吉普赛! 西班牙风格八音音阶乐句 | TRACK 52 | 118 |
| 第五十三节 | 高速“加花”美术馆 弹奏高速“加花”连复段 | TRACK 53 | 120 |
| 第五十四节 | 成为踏板音奏法高手? 新古典主义的踏板音奏法训练 | TRACK 54 | 122 |
| 第五十五节 | 快如机枪! 豪迈的全拨弦Solo | TRACK 55 | 124 |
| 第五十六节 | 目标:左右开弓! 双手点弦练习 | TRACK 56 | 126 |
| 第五十七节 | Mr.Glick的吉他超魔术 如何借助工具弹奏 | TRACK 57 | 128 |
| 第五十八节 | 这是爵士乐吗? 八度音奏法的Solo | TRACK 58 | 130 |
| 第五十九节 | 忧伤的小扫拨 Yngwie风格的忧伤Solo | TRACK 59 | 132 |
| 第六十节 | 美妙的多利安音阶 Paul Gilbert风格的五声音阶速弹 | TRACK 60 | 134 |

第五章

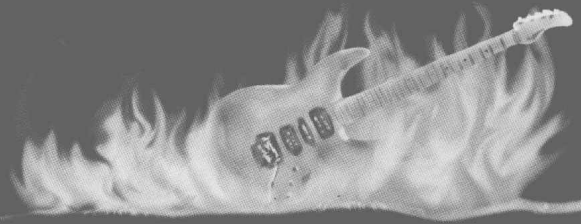
最终练习曲地狱 (综合练习曲)

| | | | | |
|-------|--------|----------|----|-----|
| 第六十一节 | 给地狱一点爱 | TRACK 61 | 62 | 138 |
|-------|--------|----------|----|-----|

本CD中收录了各练习曲的示范演奏和伴奏录音。Track 61是综合练习曲的示范演奏, Track 62是综合练习曲的伴奏。

地狱图解

关于本书的内容



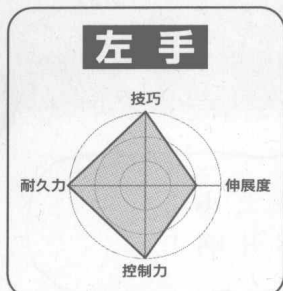
在开始地狱训练前，首先希望各位能熟记本书的阅读方法。在清楚了解各图表的构成内容之后，学习起来才更有效率。一定要用心掌握啊！

练习页面的构成

- ① 章节标题
- ② 地狱格言：本章乐句的弹奏要点，以及弹奏时需要用心锻炼的技巧等等。
- ③ LEVEL：本章的难易程度。分为五个等级，狼牙棒的数量越多，表示难度越大。
- ④ 目标速度：练习曲最终要达到的速度。CD中的示范演奏也是采用这个速度。
- ⑤ 技巧图解：在弹奏主乐句时，左、右手的训练要点（详情请参照右页）
- ⑥ 主乐句：本章节中难度最大的乐句。CD中示范的也是这个乐句。
- ⑦ 练习乐句：掌握主乐句所必须经过的三个阶段练习。按照难易程度，分别用“梅”“竹”“松”来表示。CD中没有收录练习乐句的示范。
- ⑧ 章节索引
- ⑨ 注意点：对主乐句的讲解。分为左手、右手和理论三个部分，并用不同的符号来表示（详情请参照右页）
- ⑩ 专栏：介绍与主乐句相关的技巧、理论和著名吉他手的专辑等等。

技巧图解

所谓技巧图解，是在弹奏主乐句时左手与右手的训练要点。数值分为三个阶段，数值越大则难度越大，也更需要重点练习。也可以作为强化自身演奏弱点的一个参考因素。



技巧：表示使用推弦、击弦、勾弦等吉他特有技巧的复杂程度。

耐久力：表示左手力量的持续能力。

控制力：表示手指控制琴弦的能力。

伸展度：表示手指伸展的幅度和频率。



技巧：表示使用扫拨、点弦和跨弦等各种弹奏技巧的复杂程度。

耐久力：表示右手力量的持续能力。

控制力：表示拨弦的正确性。

节奏：表示节奏的复杂程度。

“注意点”的符号

各主乐句的讲解中，分为左手、右手和理论三个部分，并用不同的符号表示。这样能便于读者理解哪一个部分是重点，并有侧重地进行专门练习。所以在阅读讲解时，一定要正确理解这些符号的含义。



在弹奏主乐句时所运用的指法、推弦、勾弦和击弦等技巧的讲解。



右手弹拨技巧的讲解。



音阶与和弦等内容的讲解。

如何使用CD 和在网页上下载MIDI数据

本书所附CD中，已收录有作者小林信一制作的示范演奏（包含有主乐句）和伴奏录音（不包含主乐句）。

在CD中，以下列顺序来播放示范和伴奏：

○数拍→○示范演奏→○数拍→○伴奏录音

在聆听示范的同时，仅靠谱面是难以理解节奏和音调的细小差别的。所以在原出版社Rittor Music的主页（www.rittor-music.co.jp）中介绍本书的页面上，可以下载所有主乐句的伴奏音轨（MIDI文件）。下载了MIDI文件后，就可以自由设定伴奏的速度来进行练习了。如果你的电脑支持MIDI格式，请一定善加利用，我们采用的是标准MIDI文件格式。

点击这里



打开Rittor Music的主页，点击左边“书籍”里的“ギター教程”，进入后再点击“ギター、マガジン、ムック”中的原书名《ギター、マガジン 地狱のメカニカル、トレーニング、フレーズ》，就可以进入本书的介绍页面。

登陆地狱训练系列中文官方博客

<http://blog.sina.com.cn/diyujita>

也可以下载自由设定伴奏速度的MIDI文件，同时还能获得本系列图书的详细介绍、交流使用本书的心得与疑问参与本系列图书有关活动。

本书推荐的读法

读者需结合自身的技术水平，来按照本书的方法进行练习。首先，如果要掌握每章中最难的主乐句，就必须从最简单的“梅”乐句开始练习。作为初学者，也推荐从各章的“梅”乐句开始练习。当然，如果你对自己十分有信心，也可以从最难的主乐句开始练习。另外，如果从最基本的主乐句开始循序渐进练习，便能逐步发现自身的问题所在，并得以一一攻克，所以还是建议读者从最基本的练习开始。本书中，收录了大量的难度乐句，需要大幅度伸展和复杂的指法，所以练习前一定要让手指充分热身，避免患上腱鞘炎。

请读者注意：

为了尽量保持乐谱的原版风貌，谱中标注左手指法的日文小字没有更改，“人、中、药、小、親指”分别表示“食指、中指、无名指、小指、拇指”。在中文乐谱上一般是用“1、2、3、4、”表示左手指法，所以“人中药小”就对应“1 2 3 4”，请一一对应。

地狱审判所

页码索引

从这里开始，各位就要决定踏入哪一层地狱了（进入推荐的练习章节）。为此，首先一定要正确认识到自己技术的不足和弱点，如果自欺欺人的话，就把你的吉他砸烂好了！



左手的无名指和小指不听使唤啊，怎么办？



如果无名指和小指不能随心所欲地运动的话，就要集中训练这两个手指，千万不要放弃！

P.10&P.14

→ 祈求指板天使~半音阶1~左手指型训练乐句1
祈求指板天使~蜘蛛移动~各指独立运动乐句



我的手太小，伸展不开啊！



虽然手不够大，但还是要依照吉他的构造来改善指法，伸展手指。不纠正你的手型，就无法弹出伸展乐句！

P.16&P.88

→ 祈求指板天使~最终的伸展篇~锻炼无名指和小指的伸展练习Vai风格
培养耐久力的伸展型点弦



连复段弹得不够清晰呢？



连复段弹得不够清晰的话，原因是右手技术不过关，拨弦和闷音的要领一定要铭记心中。

P.36&P.120

→ 探索强力和弦 强力和弦的高速连复段
高速“加花”美术馆 弹奏高速“加花”连复段



右手无法像Zakk Wylde那样高速弹拨……



要想弹出流畅而豪迈的高速弹拨，一定要在拨弦的幅度和角度上下功夫，还要加上合适的弹拨力度。

P.46&P.124

→ 机关枪练习1~六连音高速练习1
快如机枪 豪迈地弹奏全拨弦Solo



跨弦弹奏总是拨错弦怎么办？



心里一直想弹快，却又无法做到像低空飞行般的拨弦轨迹吗？先修正轨迹，才能掌握正确的高速弹拨技巧！

P.12&P.96

→ 祈求指板天使~半音阶2~左手指型训练乐句2
跨弦、熟练、Run、乱真1
运用击弦/勾弦的跨弦弹拨



如泣如诉的Solo让我弹得一点也哭不出来啊



现在你自己反倒哭了吧！要想把乐曲弹出感情，不但要注意推弦音调的正确性，还要牢记快慢缓急的处理，速度之外的要点也是很重要的。

P.66&P.132

→ 不会弹这个就不是摇滚乐2
王道五声音阶Solo 2
忧伤的小扫拨 Yngwie风格的忧伤Solo



勾弦和击弦
总是被大家批评



你以为这是很简单的吉他技巧吗？不但要注意手指按弦和抬起的角度，还要注意指尖力度的控制才行啊！

P.68 & P.72

不会弹这个就不是摇滚乐3 击弦/勾弦滚奏1
不会弹这个就不是摇滚乐5 持续震音练习



点弦弹得不够漂亮



你只把它当成右手的击弦和勾弦是不够的！要体会每根手指、点弦的方向，还有左手的动作都要协调平衡的感觉！

P.84 & P.126

右手点弦是死穴？~ Van Helen风格的点弦乐句
目标：左右开弓~ 双手点弦练习



扫拨的音总是弹得没有颗粒感



要想弹好扫拨，特别要注意拨片的角度和右手的幅度，一定要认真练习基本动作！

P.58 & P.102

经济型的拨弦基础1 双弦弹拨训练1
扫拨基础1 五根弦的扫拨练习



遇到稍微复杂一点的节奏我就手忙脚乱了



熟悉节奏的基本知识，多练习培养节奏感的乐句，才能掌握铜墙铁壁般的节奏感！

P.20 & P.92

双弦GO! ~ Andy Timmons风格的双弦乐句
五声音阶之路源自五连音~ 五声音阶的五连音练习



弹连奏音时感觉手指打不开



指法杂乱无章的话，当然无法弹出漂亮的连奏。不但要注意纠正左手手型，还要注意指尖按弦力度和培养节奏感！

P.80 & P.82

运指如飞 开放弦的高速连奏
你是否具备连奏的能力？ 交替点弦的高速连奏



弹不出Yngwie那样的古典主义乐句



作为超绝吉他的龙门，古典主义风格乐句要求技术和理论并重，可不要轻言说放弃哦！

P.18 & P.106

单弦GO! ~ Neo Classical风格的单弦乐句
新古典主义的“三弦扫拨”~ 新古典主义风格的三弦扫拨乐句



大家都说我
把乐曲弹得毫无个性



只是掌握空弦的技巧和音阶是不够的，让我教你一些全新的演奏动机吧！

P.116 & P.128

日本心~ Marty Freedman风格的日式音阶
Mr.Glick的吉他超魔术~ 如何借助工具弹奏



我想不付出努力
就能成为超绝吉他手！



不可能！(怒)

首先就要改变这种弹吉他的心态！

P.1

你给我去看第1页中Yngwie Malmsteen的话！

致站在地狱入口的你

~前言~

世上有很多终生苦练也无法达到上乘水平的吉他手。相反，也有很多短时间就能突飞猛进的人。这种差别是如何产生的呢？除了天赋以外，就是练习方法的差别了。一般来说，练得不好的人，都是反复练习自己已经掌握的内容。Billy Sheehan说过：“所谓练习，就是要练自己还没掌握的内容”，本人也深以为然。客观地认识自我，彻底掌握那些还没弄懂的内容，同时还要一步一个脚印，刻苦训练技术上的弱点，才能日渐成为一个真正的吉他高手。

本书中，针对技术派乐手都普遍存在的弱点，收录了大量的纠正训练乐句。每两页为一个练习章节，左页是练习乐句，右页是奏法讲解。本书的最初设想虽然是从任意一页开始练习都可以，但还是建议大家从最感兴趣或者针对自己弱点的练习开始为好。每个练习章节中，除了最难的主乐句之外，还专为不能弹下主乐句的读者准备了三个循序渐进的练习。因此即使是初学者也无须担心，完全可以练习。另一方面，对自己技术有自信的读者，也应该再次返回到基础层面，仔细确认自己的技巧水平。

CD中已经收录了主乐句的示范演奏，那些仅靠谱面而无法细致理解的节奏、指法和拨弦的细节，都可以通过示范去进一步掌握，从而进行更高效的练习。

被称为“超绝派”的电吉他技巧，难度也的确名副其实的高。但是，只要你抱着必胜的信心，最终就一定成功。大量的练习乐句即将登场，希望你不达目的决不罢休！在你踏入这个训练的地狱时，一定要铭记吉他手的训练目标就是——辉煌的天国。为了登上天国的阶梯，一定要先抱着必胜的勇气，踏入这个残酷的训练地狱。

第壹章

唤醒手指地狱

[左手强化乐句集]



NLIC2970699381

想成为超绝吉他手而踏入这个训练地狱的小鬼们！

首先，在这个“唤醒手指地狱”里，把你那虚弱的左手锻炼起来吧！

“不能随心所欲地移动”、“手指伸展不开”、“手指很容易就累了”

这些都是常见的问题，要想消除这些软弱的烦恼，

就只有忍受这个地狱的煎熬了！

已经准备好接受磨难的人先进来吧

祈求指板天使~半音阶1

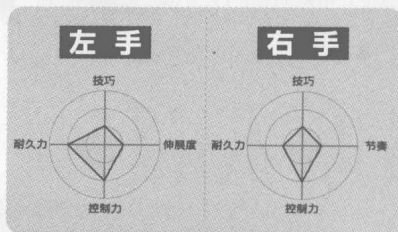
左手指型训练乐句 1

地狱格言 · 首先要让各个手指能自由地移动!
· 牢记吉他各弦的间距!

LEVEL

再次提醒：谱中标注的日文小字“人、中、药、小、靛指”分别表示“食指、中指、无名指、小指、拇指”。在中文乐谱上一般是用“1、2、3、4、”表示左手指法，所以“人中药小”就对应“1 2 3 4”，请一一对应。

目标速度 ♩ = 160



Am ph①,② F E Bb ph③~⑤

人中薬小 simile ~ 小薬中人 simile ~ 人

对于吉他手来说，指板就像是“梦”或“罗曼蒂克”一样，有着无限的扩展空间。首先要记住各个手指的运指动作，从食指到小指，再反过来从小指到食指，如此反复练习。然后要让手指去体会跨弦时的间距，重点是要正确地按弦弹奏。

弹不出主乐句的人，先从下面的乐句开始修行吧!

梅 标准的试练=手指的练习从这里开始。相比速度而言，这里更强调正确性!

J-150 N.C.

人中薬小 simile ~

竹 在弹奏的同时，一定要考虑好手指如何移动到下一根弦。

J-100 N.C.

人中薬小 simile ~

松 在同一根弦上作横向移动时，音符之间绝对不能中断!

J-120 N.C.

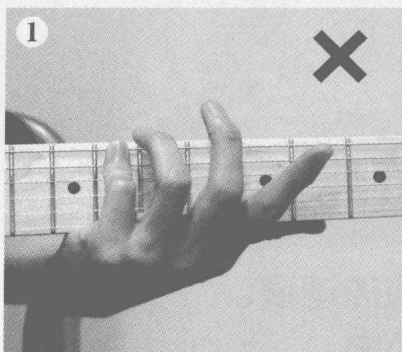
人中薬小 simile ~ 小薬中人 simile ~ 人中薬小 simile ~ 小薬中人 simile ~

注意点 1

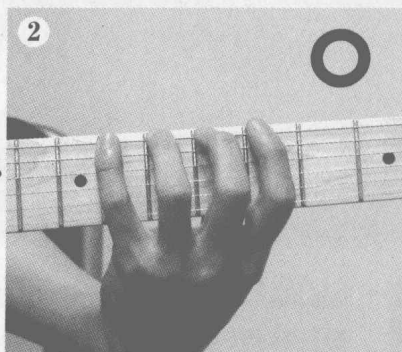


小指在按弦时，其他手指绝对不能离开弦

首先要检查最基本的左手按弦方法。以食指、中指、无名指和小指的顺序先后按弦，注意先按弦的手指绝对不能离开弦。也就是说，在小指按弦的时候，从食指到小指的四个手指都要按在弦上（图2），图1是错误的动作。当然，肯定也有人认为“我用图1的手型也能弹得很好啊”，但如用了不必要的僵力，就会给手指和手腕带来疲劳，速度也就上不去，而且姿势也很难看！弹慢点没关系，关键是要训练正确的方法。不认真对待这点的人，以后你就等着哭吧！



小指按第六弦8品时，其他的手指离开了指板。



虽说比较不习惯，但小指按弦时，其他的手指一定不要离开指板。

注意点 2

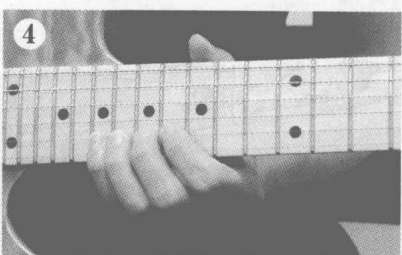


准备按弦的手指要在空中做好准备！

在本章节的半音阶练习中，各个手指单独按弦是非常重要的。为了不让练习变得像机械作业，这里就增加了跨弦的练习。在前半部分，弹奏的同时要考虑到食指的移动位置。边弹边确认手指当前的把位，以及接下来的把位，然后做到流畅地转换。在第3小节的横向移动中，要把注意力放在食指的移动上。第4小节中小指到食指的部分，重点是食指在按弦时，接下来按弦的小指要在空中做好准备（图3~5）。



手指按第一弦15品时，确认接下来要按的品位。



小指按弦时，其他手指也要做好按弦的准备。



小指一离弦，无名指所按的第二弦18品就会发出声音。

注意点 3



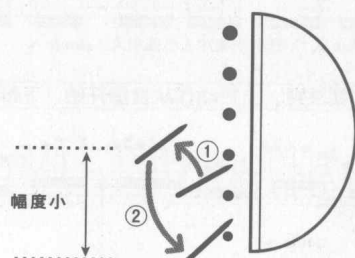
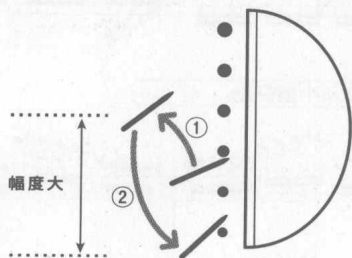
减小拨片动作的幅度，才能实现跨弦弹奏

要注意在第1、2小节中出现的跨弦动作。在这个乐句中，每次跨弦移动前，拨片的动作都是“上拨”。也就是说，跨弦前的最后一个动作，拨片是往目标弦的相反方向移动的。要想在目标弦上顺利地“下拨”，就要如右图所示，拨片的动作幅度要尽可能小。这也是连我都很苦恼的一件事。要想弹得干净漂亮，之前的“上拨”动作一结束，意识要立即转变到“下拨”的预备姿势上。重点是边弹边认真观察自己右手的动作。当然，如果你能用镜子来观察右手的动作那就更好了。

图1 减少无谓的拨弦动作

✕ 拨弦幅度大，无谓的动作就多。

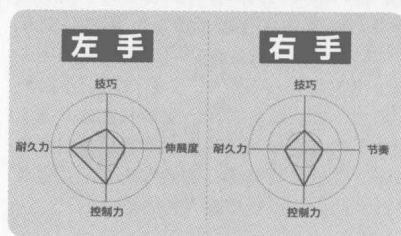
○ 拨弦幅度小，无谓的动作就少。



祈求指板天使~半音阶②

左手指型训练乐句 2

地獄格言 · 认真练习四个手指运动的速度。
· 利用拨片空拨来保持节奏。



LEVEL



目标速度 ♩ = 160

TRACK 2

从食指到小指，再反过来从小指到食指，来回地反复练习，并提高一点弹奏速度。按弦位置固定在第一弦到第三弦上，难度应该不大。双手在弦上移动时，注意保持节奏的稳定。

弹不出主乐句的人，先从下面的乐句开始修行吧！

梅 弹奏时注意力集中在食指和小指上。

竹 掌握同一弦上的横向移动。

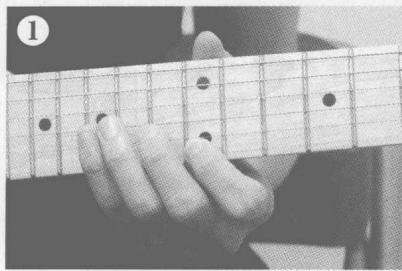
松 跨弦弹奏时要注意，上行动作从食指开始，下行动作从小指开始。

注意点1

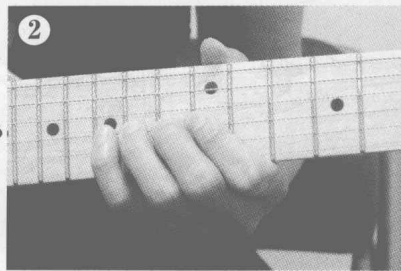


注意力集中在食指和小指的动作上!

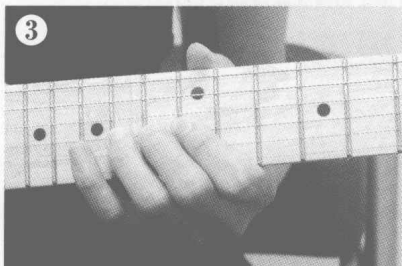
与第10页强调正确性的练习相对比,本章节的练习目标是提高手指移动与跨弦的敏捷性。重点是从第三弦往第一弦移动时注意食指,以及从第一弦往第三弦移动时注意小指。特别是后者,由于小指动作不够敏捷,所以在食指按弦时,小指要提前在空中做好准备(图1~3)。这种“空中必杀技”是技术派吉他手不可或缺的技巧,也是半音阶乐句必备的技巧,一定要好好掌握。第4小节有些许节奏的变化,这里的节奏相当于数两次“嗒-”长音上停顿,从而导致节奏混乱的情况出现。



食指按弦时,小指要在空中做好准备……



小指可以轻松按弦,其他手指也要做好准备!



要点是把注意力放在接下来的按弦动作上。

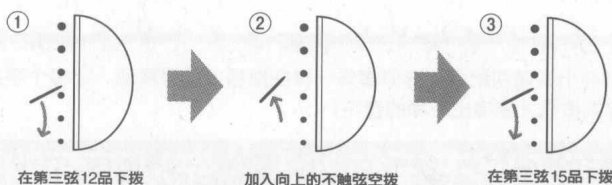
注意点2



拨片空拨时嘴里一定要跟着数拍

在本乐句中,从头到尾都是保持十六分音符的交替拨弦“ $\square\nabla\square\nabla$ ”。前三个小节的节奏或许没有问题,但第4小节的节奏变化可能就有难度了。这里不单嘴里要数拍,拨片也要配合节奏作出空拨动作(图1)。通过拨片不触弦空拨,让手保持固定的拨弦运动,就能保证乐句的节奏稳定。如果节奏感较差的吉他手做不出这样的空拨,也可以按照右图,来确认拨片空拨的顺序。放慢速度反复练习,直到彻底掌握这种方法。

图1 保持节奏的空拨动作详解

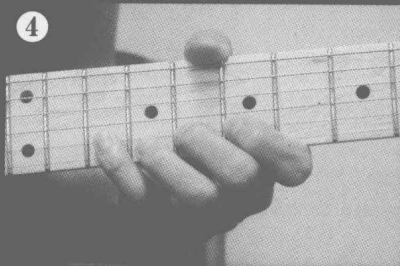


~专栏1~

地狱建言

左手的手型大致可以分为两种。第一种是拇指扣住琴颈的“摇滚手型”(图4),这种手型很容易施展推弦和揉弦技巧,所以被很多以布鲁斯风格为主的吉他手所采用。另外,受1970年代摇滚乐影响的吉他手也常用。第二种是拇指轻轻贴在琴颈后的“古典手型”(图5)。与前者相比,古典手型比较容易伸展手指,也比较适合速弹。因此要根据乐曲的具体情况选择合适的握法。

要想成为技术派吉他手,琴颈的握法也很重要!



Zakk Wylde等人使用的握法,用拇指扣住琴颈,可以轻松推弦。

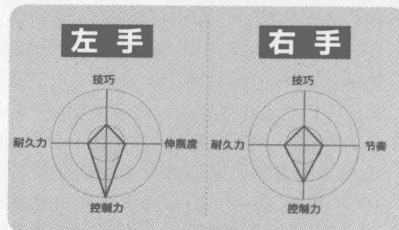


拇指放在琴颈后,很容易打开手指,新古典主义吉他手多数采用这种握法。

祈求指板天使~蜘蛛移动

各指独立运动乐句

地獄格言 · 通过特殊训练让手指更加独立!
· 挑战不同弦上的交替拨弦!



LEVEL



目标速度 ♩ = 100

TRACK 3

食指与无名指、中指与小指两两组合，形似蜘蛛一样在指板上交替移动。让每个手指都独立运动并不容易，更别说要在不同弦上弹奏了，所以只有让手指正确地立起来按弦才能弹出干净的音符!

弹不出主乐句的人，先从下面的乐句开始修行吧!

梅 从掌握“食指+无名指”、“中指+小指”的组合运动开始吧!

J-120 N.C.

人 莱 中 小 人 莱 中 小 中 小 人 莱 中 小 人 莱 中 小 人 莱 中 小 人 莱 中 小 人 莱 中 小 人 莱 中 小

竹 接下来是“食指+中指”、“无名指+小指”的组合，无名指+小指是第一道难关。

J-120 N.C.

人 中 莱 小 人 中 莱 小 莱 小 人 中 莱 小 人 中 莱 小 人 中 莱 小 人 中 莱 小 人 中 莱 小 人 中 莱 小

松 事实上本乐句的难度比主乐句还要大，无名指和小指的配合一定要默契。

J-80 N.C.

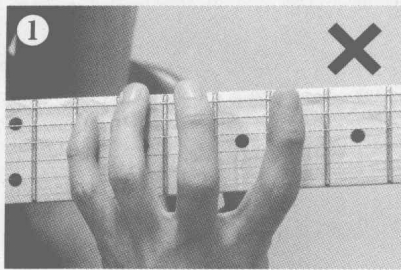
人 中 人 中 人 中 人 中 莱 小 莱 小 莱 小 莱 小 人 中 人 中 人 中 人 中 莱 小 莱 小 莱 小 莱 小 人 中 人 中 人 中 人 中 莱 小 莱 小 莱 小 莱 小

注意点1

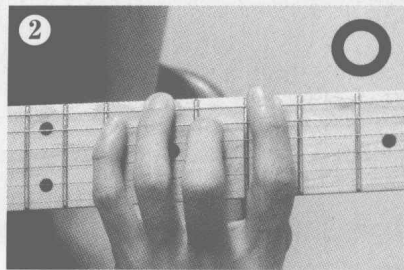


指节要漂亮地立起来， 不要用无谓的蛮力

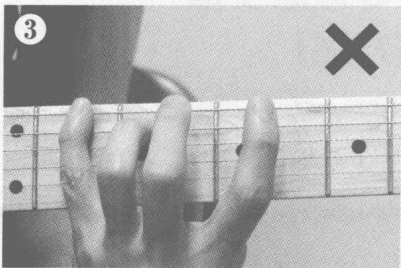
在本乐句里，由于要不断地换弦，所以手指的位置是弹奏的关键。如图2、4所示，指节一定要立起来。因为，指节立起来的话，手指就不会加入无谓的蛮力。否则，第一指节反而容易碰到周围的弦。想解决这个问题，就要尝试用拇指放在琴颈后的方式来按弦。如果其他四个手指能够与琴颈后的拇指配合好，只需用很小的力气，就能实现漂亮的按弦。要反复研究拇指的位置，平衡是很重要的。注意图1、3的手型是错误的。



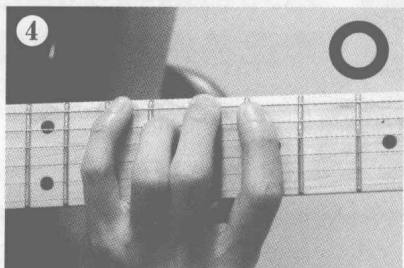
无名指和小指按弦时，其他手指离开了指板。



注意拇指的位置，轻松地按弦。



食指和中指离开指板，小指就趴在弦上了。



拇指和其余四指一起挟住指板。

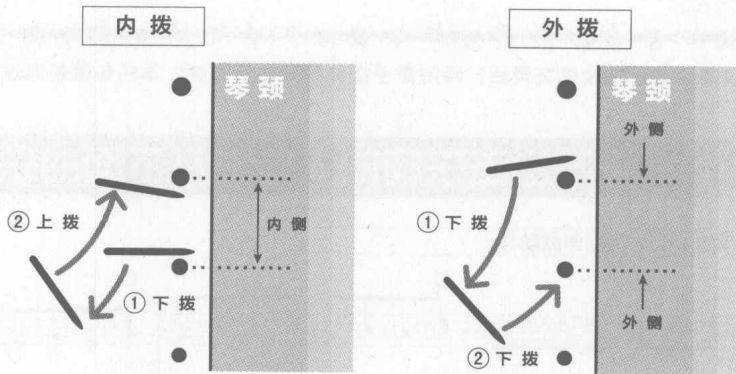
注意点2



加大拨片离弦的幅度， 可以防止拨错弦！

弹奏本乐句时，仅掌握注意点1还是不够的。如右图所示，掌握“内拨”和“外拨”也是很必要的。内侧拨弦时，先用拨片下拨来弹高音弦，如果再用上拨来弹低音弦的话，拨片容易碰到高音弦。要解决这个问题，下拨高音弦后，稍微加大拨片离弦的动作幅度，再用上拨来弹低音弦就没有问题了。外侧拨弦时，先下拨弹低音弦，注意不要碰到高音弦。下拨低音弦后，拨片稍微向外拉开距离，再上拨高音弦。练习时可能会经常出错，只要反复研究这些细节，就会变得熟练而自然。

图1 “内拨”与“外拨”



下拨高音弦后，拨片稍微拉开距离，再上拨低音弦。

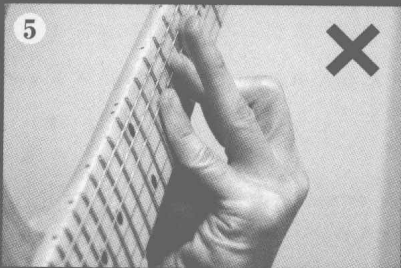
下拨低音弦后，拨片稍微拉开距离，再上拨高音弦。

~专栏2~

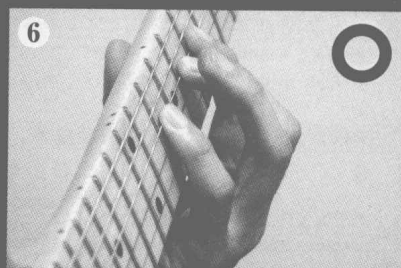
地狱建言

最初学习按弦时，每个人都会手指用力过度。如此一来，不但关节反弯，手指也趴在弦上，出来的音符也不干净漂亮（图5）。因此，首先就要让手指立得漂亮。左手按弦时，如果做不到图6的手型，就要用右手帮它纠正。实在做不到的读者，就要不断调整左手拇指的位置，最好是用拇指第一关节的侧面来贴住琴颈。其余四个手指轻轻按住指板，五个手指均衡用力，按弦就变得非常轻松了。

手指立得漂亮，秘诀在于拇指！



“想弹吉他，但弹不出声音”……问题就在于用力过度，指节都反弯了。



五个手指均衡用力，保持平衡，按弦非常轻松！