



军地俱乐部丛书

总策划：金永吉 总主编：胡耀武

古筝

自学三十课

GUZHENGZIXUESANSHIKE

杨 西 编著



NLIC 2970713456



蓝天出版社
Blue Sky Press

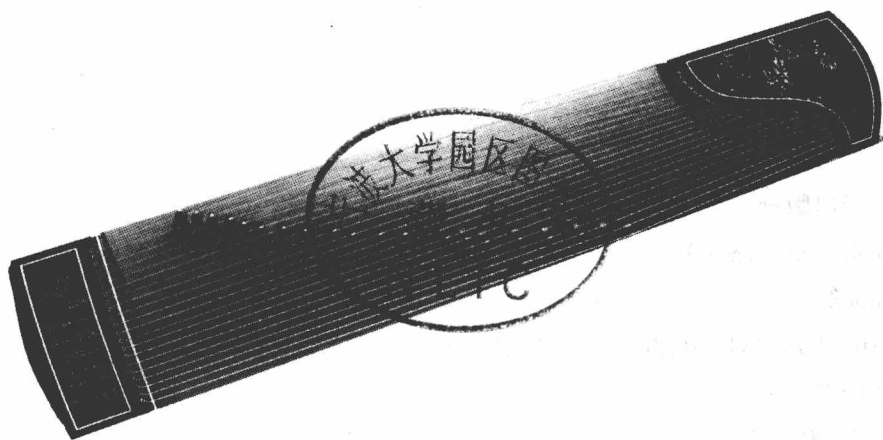


DVD教学示范版

古 箏

自 学 三 十 课

杨 西 编著



NLIC 2970713456



蓝天出版社
Blue Sky Press

图书在版编目(CIP)数据

古筝自学三十课/杨西编著. —北京: 蓝天出版社, 2011. 1

ISBN 978-7-5094-0385-3

I. ①古… II. ①杨… III. ①筝—奏法 IV. ①J632.32

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第241090号

古筝自学三十课

出版发行: 蓝天出版社

地 址: 北京市复兴路14号

邮 编: 100843

电 话: 010-66983784 (编辑) 66983715 (发行)

经 销: 全国新华书店

印 刷: 中国文联印刷厂

开 本: 16开 (787×1092毫米)

字 数: 316千字

印 张: 16.5

印 数: 1-3000册

版 次: 2011年1月第1版

印 次: 2011年1月北京第1次印刷

定 价: 23.80元

(本书如有印装质量问题, 请与我社发行部联系退换)

版权所有 侵犯必究

作者简介

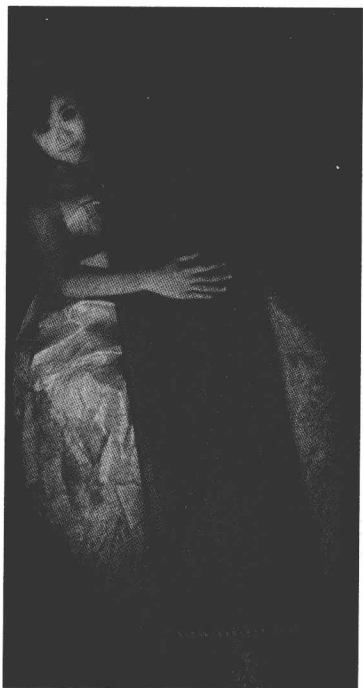
杨 西



中国音乐学院古筝教师，先后师从邱大成、林玲、王中山、陈钢老师。2002年获“中国艺术新人选拔赛”古筝青年组金奖。2003年赴法参加文化交流，并获“北京青少年民乐比赛园丁奖。”2005年在中国音乐学院举办古筝独奏音乐会。2006年出版CD《莲花谣》。2007年在日本获“第19届亚太国际音乐节”筝独奏银奖；并获澳门“金荷杯”比赛园丁金奖。2009年应邀赴新加坡参加“青年节古筝组中央评审”，同年在澳门举办“庆祝祖国建国六十周年、澳门回归十周年古筝独奏音乐会”，获“首届国际古筝比赛”优秀教师奖、“香港第四届音乐艺术赛”导师奖。

示 范 演 奏 者

(按出场先后顺序排列)

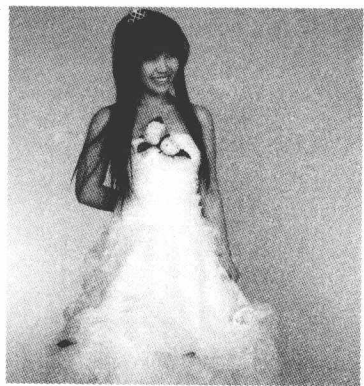


阎 苏

现为中国音乐学院国乐系大三学生。出生于山东济南，自幼热爱音乐，8岁学习古筝，师从赵林老师。期间荣获山东省推新人大赛金奖，少年古筝艺术节古筝比赛二等奖。并多次参与山东省电视台、济南电视台大型演出，并担任独奏。

2002年，以优异成绩考入中国音乐学院附中，师从古筝名家王中山老师，在校期间荣获“双鹤杯”古筝比赛二等奖，少年弹拨乐团成员，多次随团去香港、深圳、广东、浙江等地演出和交流。

2008年以专业第一名成绩考入中国音乐学院大学本科，师从青年古筝教师杨西老师，期间参与录制中央音乐学院业余考级教材示范演奏，网络教材学习演奏等。



栗 嫣

现为中国音乐学院国乐系学生。五岁开始学习古筝，师从著名古筝青年演奏家王中山老师，中央民族大学副教授张珊老师，中国音乐学院青年教师杨西老师，一级演奏员陈文英老师（旅居加拿大）。多次参加省、市及全国古筝专业大赛，曾获96年全国邀请赛一等奖，2005乐府杯一等奖。2006年考入中国音乐学院国乐系，2008年被中国民族管弦乐学会评为优秀指导教师。2009年由中国关心下一代工作委员会、文化部中华社会文化发展、全国青少年艺术活动委员会授予全国青少年艺术教育先进工作者荣誉称号。



张妙珊（香港留学生）

中国音乐学院国乐系大三学生，古筝专业，5岁开始学钢琴，6岁学古筝，曾先后师从古筝演奏家汪春燕、李萌、杨礼桐、杨西老师。先后就读沈阳音乐学院附中，中央民族大学音乐学院附中，中国音乐学院本科。

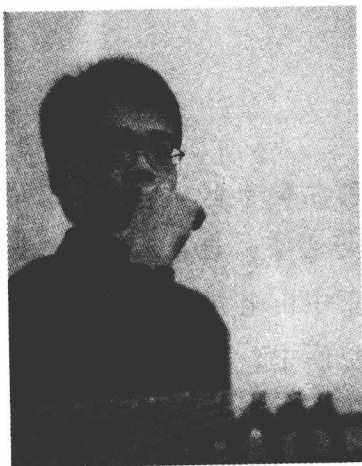
2004年先后荣获中山市华侨中学艺术团一级独奏演员称号，及“吴桂显奖学金”；首届龙泰杯国际古筝新筝大赛独奏银奖、合奏铜奖；雅士利杯全国少年艺术电视大赛优秀奖；古筝独奏明日之星奖。

2005年获中日韩少年电视大赛器乐组铜奖，最佳风格奖。

2005年获首届全国声乐器乐舞蹈大赛北京赛区一等奖

2005年在中山市孙中山纪念堂举办“雏凤清声”张妙珊独奏合奏协奏音乐会。

2009年获香港首届国际古筝大赛青年专业组银奖。



梁毅彬（马来西亚留学生）

现为中国音乐学院国乐系三年级学生。1990年出生于马来西亚。2004、2005年先后随郑明发老师学习中阮、古筝。2006年随中国著名指挥、作曲家黄晓飞及杨春林学习指挥。2008年随中国古筝演奏家陈钢进修，并得到中国音乐学院古筝教授林玲教授和该院外校古筝辅导教师宋婷婷的指导，于同年考入中国音乐学院本科古筝演奏专业师从杨西老师。2009年随中国音乐学院琵琶教师李佳副修琵琶。在校期间参与中国音乐学院华夏民族乐团及海外学生实验乐团。

2004年荣获马来西亚全国华乐合奏大赛优秀奖。

2005年荣获马来西亚《乐浪》全国华乐独奏大赛中阮鼓励奖，及怡保圣米高中学华乐独奏邀请赛中阮第二名。

2006年获中央音乐学院海外考级中阮演奏文凭级；并荣获霹雳太平达鲁力端华乐独奏邀请赛古筝第二名。

2007年获中央音乐学院海外考级古筝演奏文凭级。

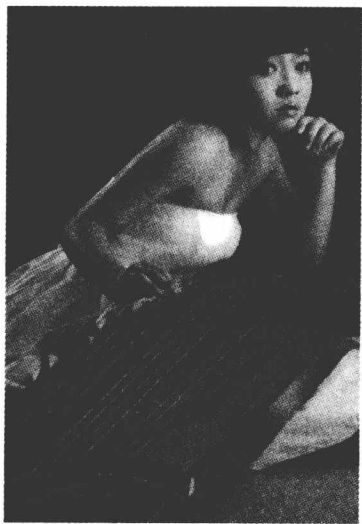
2009年及2010年分别荣获北京市政府颁发的外国留学生奖学金一等奖及二等奖。



王丽丽

王丽丽，现就读于中国音乐学院国乐系。8岁习筝，12岁考入中国音乐学院附中，先后师从王中山、吉炜、林玲、杨西等著名古筝教师。

曾获河南省“百泉杯”器乐大赛银奖，就读附中期间，多次随中国音乐学院附中少年弹拨乐团参加各地演出和电视录音，并受到一致好评。08年同其姐姐举办了隆重的“迎奥运、颂和谐”王菲菲、王丽丽大型师生古筝音乐会；同年受邀参加了第四届世界联合国博览会的古筝独奏；09年3月应邀参加山西长治第一届桃花节开幕式，8月成功举办了“庆祝建国六十周年”王菲菲、王丽丽师生古筝音乐会。



李舒

现就读于中国音乐学院国乐系古筝专业，是“中国华夏乐团”的一名成员。4岁开始学习古筝，启蒙于安徽省徐莉老师，师从于著名古筝演奏家王中山老师、吉炜老师。12岁以优异成绩考入中国音乐学院附中。在校期间成绩优异，并随中国少年弹拨乐团到各地演出。2005年参加了全国“龙音杯”民族乐器大赛，取得优异成绩。

18岁考入中国音乐学院国乐系古筝专业本科，师从杨西老师。曾多次随中国音乐学院附中青少年弹拨乐团赴中山音乐堂、北京音乐厅、海淀音乐厅等演出。经过十几年的勤学苦练，吸取了各派艺术营养，广泛学习了传统筝曲和创作筝曲。2006年随吉炜老师录碟。2008年10月参与小蝌蚪音乐学习网《中国音协古筝考级曲目》的演奏示范录像。2009年5月获“香港国际古筝大赛”专业A组银奖。2010年于4月在“北京大学”成功举办个人古筝独奏音乐会。

第一课

一、简单介绍	1
二、看图识箏（琴码、面板、岳山）	1
三、古筝认弦	1
四、弹箏姿势	2
五、入门古筝指法	3

第二课

练习曲（一）	4
练习曲（二）	5
练习曲（三）	6
嘎达梅林	6
小白菜	8

第三课

练习曲（一）	9
练习曲（二）	9
练习曲（三）	10
映山红	10
南泥湾	11

第四课

练习曲（一）	12
练习曲（二）	12
练习曲（三）	13
苏武牧羊	14
东方红	15

第五课

练习曲（一）	16
练习曲（二）	17
练习曲（三）	18
孟姜女	18
西厢词	19

第六课

练习曲（一）	21
练习曲（二）	21
练习曲（三）	22
小飞舞	23
绣金匾	24

第七课

练习曲（一）	26
练习曲（二）	26
练习曲（三）	27
湘妃泪	29
渴望	31

第八课

练习曲（一）	33
练习曲（二）	34
练习曲（三）	35
小小竹排	36
纺织忙	38

第九课

练习曲（一）	41
练习曲（二）	42
练习曲（三）	43
秋思曲	44
浏阳河	46

第十课

练习曲（一）	49
练习曲（二）	50
练习曲（三）	51
红楼梦曲	52
汉宫秋月	53

第十一课

练习曲（一）	55
练习曲（二）	55
练习曲（三）	56
建昌月	57
春 苗	62

第十二课

练习曲（一）	66
练习曲（二）	66
练习曲（三）	67
蝶恋花	69
劳动最光荣	70

第十三课

练习曲（一）	74
练习曲（二）	75
练习曲（三）	76
在北京的金山上	77
浪淘沙	81

第十四课

练习曲（一）	85
练习曲（二）	86
练习曲（三）	87
绣荷包	87
香山射鼓	91

第十五课

练习曲（一）	96
练习曲（二）	96
练习曲（三）	97
春江花月夜	98
洞庭新歌	100

第十六课

练习曲（一）	107
练习曲（二）	108
练习曲（三）	109
娃哈哈	110
出水莲	114

第十七课

练习曲(一)	118
练习曲(二)	119
练习曲(三)	120
唧唧咕	121
花儿与少年	122

第十八课

练习曲(一)	129
练习曲(二)	131
练习曲(三)	132
道拉基	133
过江龙	137

第十九课

练习曲(一)	139
练习曲(二)	140
练习曲(三)	141
云庆	142
花好月圆	147

第二十课

练习曲(一)	151
练习曲(二)	152
练习曲(三)	152
乌苏里船歌	153
关山月	162

第二十一课

练习曲（一）	163
练习曲（二）	163
练习曲（三）	164
瑶族舞曲	166
山丹丹开花红艳艳	174

第二十二课

小总结	181
-----------	-----

第二十三课

古筝名曲《渔舟唱晚》	183
------------------	-----

第二十四课

古筝名曲《高山流水》	186
------------------	-----

第二十五课

山东筝曲《碰八板》	192
书 韵	193
风摆翠竹	194
琴 韵	195
夜静壶铃	196

第二十六课

《姜女泪》	197
-------------	-----

第二十七课

古曲《广陵散》	204
---------------	-----

第二十八课

古筝重奏《百花引》	210
-----------------	-----

第二十九课

潮州筝曲《寒鸦戏水》	229
------------------	-----

第三十课

古筝二重奏《秋望》	235
-----------------	-----



第一课

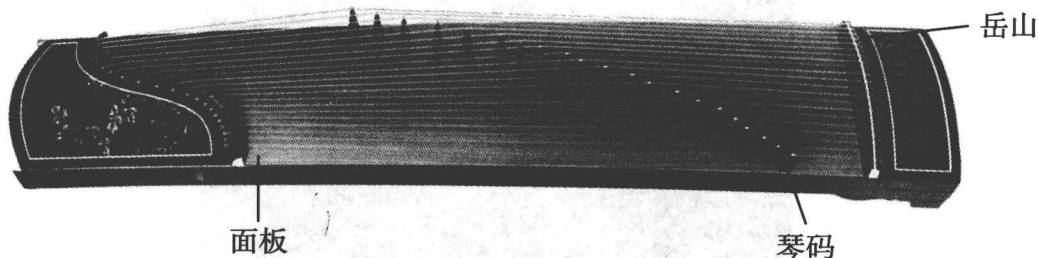
一、简单介绍

箏是我国古老的弹拨乐器之一。据考证，箏在春秋、战国时期已广泛流传，至今已有两千多年的历史。古筝的外形古朴典雅，音色优美圆润。它有着极强的表现力和感染力，能充分表现各民族风格浓厚的乐曲。

古筝演奏技巧上的发展变化，较之其他乐器都大，尤以近三十年为最大。最早的古筝演奏技巧非常简单，两手分工明确，右手弹奏，左手按弦。曲调也极为简单，基本上是缓慢节奏的单声部，有的甚至只起到击节的作用。随着时间的推移，古筝曲目难度越来越大，弹奏技巧越来越多样化，表现力越来越丰富。

本书从最简单、最全面的古筝知识及技巧开始介绍，通过大量的示范和小练习曲、乐曲来展示古筝的弹奏方法及魅力。

二、看图识箏（琴码、面板、岳山）



三、古筝认弦

古筝一共有21根弦，弦越粗声音越低沉，反之，越细的弦，声音越高越亮。我们从低到高的音名是 $\dot{1} \dot{2} \dot{3} \dot{5} \dot{6} \dot{1} \dot{2} \dot{3} \dot{5} \dot{6} \dot{1} \dot{2} \dot{3} \dot{5} \dot{6} \dot{1}$ ，同学们可能觉得奇怪，为什么没有4和7，因为古筝是传统乐器，五声音阶排列，五声音阶就是常说的12356这五个音。我们的祖先就用这神奇的五个音奏出千万首动听的箏曲，以后的课我们会逐渐领会到。

（小常识：大家如果到乐器店买古筝弦，一定要数清楚是第几弦，数数的顺序千万





别数反了，从最细的那根弦开始数，最细弦为1号弦，以此类推，最粗弦是21号弦。)

四、弹筝姿势

坐姿应该注意身体与琴的高低关系，一般要求我们的肚脐与琴弦同高。



脚的摆放最好是一前一后，一般习惯是左脚在前，右脚在后，尤其不能避开两腿座。



手臂以自然为佳，双臂略打开一点，要求左右臂尽量同一个高度。





手形要放松，好像手心中间有个乒乓球轻捏，大指与食指间的虎口要保持松弛。



五、入门古筝指法

1. 中指指法，学名叫“勾”（ $\frown$ ）

只要看到乐谱上有这样的标记，说明此音要用中指弹。当然我们初学对弦的触感没有把握，所以要多慢弹，尽量让中指指甲入弦别太深。



2. 食指指法，学名为“抹”（ $\backslash$ ）

食指轻轻拨弦即可，具体要求同上。



3. 大指指法，学名叫“拖”（ $\sqsubset$ ）（ $\sqsupset$ ）

大指指甲的指尖拨过琴弦，同样不要入弦太深。

同学们要把指法牢记，紧接的一课，就是这些简单指法的组合。另外认弦也要多练，可以把绿弦5作为一个标记，比它高一音是6，比它低一音是3，以此类推。

