



指舞弦音

Zhi Wu Xuan Yin

——民谣吉他教程

一面湖水 编著

吉他教学系统化 一学就会 乐理知识表格化 一目了然 弹唱歌曲经典化 一曲难忘 指法编配精准化 一奏动人



上海教育出版社

前言

吉他，所给予我最初的一次感动，是在很多年前的一个傍晚，那时正值懵懂无知的青葱岁月，在宿舍楼前没有方向地踱步，内心憧憬着未知的将来。

突然，一阵清亮悦耳的吉他声从远处传来，还时常伴随着轻轻的歌声。踏着声音匆匆循去，看到的是一位即将毕业的高年级同学正怀抱着吉他，轻靠着楼道的墙专注地边弹边唱……

红艳的晚霞透过玻璃窗照在他的身上，吉他光亮的面板随着琴声节奏的律动又将光线折射在墙上、窗上和我的脸上，而那串串迸发的音符又像是一道道更为强烈的光束，透过耳膜映射进我心里，瞬间点亮了我那盏青春悸动的灯。

我的身边从此多了一位承载了自己很多心事和经历的老朋友——吉他！很多年过去了，那位高年级的同学早已不知去向，很多成长的记忆也伴随着身后的脚印淡淡散去，惟吉他不离不弃常伴左右，成为我精神的伊甸，心灵的知己。

相信音乐给予我们每一次的感动都是真实而且深刻的，因为在每个人的心中，它永远是一盏可以照亮心灵的灯，而当它被点亮了，你就会感受到——并不仅仅是一个世界在包容着你，还有一个完全属于你自己的音乐世界，在那里可以任你的思绪自由翱翔、无边无际。

非常感谢你选择了这本吉他的教材，希望从今天开始，你能早日学会吉他，让它陪伴着你，为你打开音乐的大门，倾诉自己的心声！

一面湖水

2008年4月 于上海

一面湖水
源自于一首钟爱的老歌

“有人说，
高山上的湖水，
是躺在地球表面上的一颗眼泪；



那么说，
我枕畔的泪水，
就是挂在你心尖的一面湖水……”

音乐带来的感动是最直接的，
而用木吉他的音色来传递，
总是更能贴近我们的心灵。

无论是民谣弹唱或是独奏，
都是带着一种深深的触动而来，

让我们用指尖在六根琴弦上编织——
那一份属于自己的音乐空间；

用串串蘸满浪漫或忧伤的音符，
映照你我心中那一面清澈的湖水……

本书使用指南

- ◎ 本书是一本学习民谣吉他的教材，适合广大初学吉他者、有初级基础的吉他爱好者以及吉他教师。
- ◎ 除了介绍有关民谣吉他的弹奏方法外，在本书的每节课中都加入了基础乐理方面的知识，与吉他学习配合进行，所以本书也可作为学习与吉他相关乐理的教材。
- ◎ 书中歌曲及独奏曲均为精选曲目，编配精细，除适合自学及教学以外，也可用于舞台表演、比赛等文艺活动。其中精选 14 首曲目制成 CD，不仅起到示范作用，还可用来欣赏。
- ◎ 为了降低弹奏难度，难度较大的部分在乐谱中以阴影部分标注，初学者也可采用跨越学习的方法，以练习非阴影部分为主，待水平有一定提高后再对阴影部分进行练习。
- ◎ 练琴过程中，须制订好循序渐进的练习计划。本书每一课的练习周期应该在一至二周以上为宜，每天练琴时间应不少于 1—2 个小时，才能扎实练好吉他弹奏的基本功。

目 录

前 言

本书使用指南

吉他基础知识	1
第一课 基本训练	3
——认识简谱 调式与音阶 弹奏姿势 右手拨弦练习 左手扩指练习	
练习曲:《生日快乐》.....	9
《菊花台》(片段)	10
《美丽的神话》(片段)	10
第二课 六线谱	11
——音符 休止符 附点 节拍 小节 六线谱	
吉他弹唱:《兰花草》.....	16
吉他独奏:《兰花草》.....	16
第三课 调式与和弦	17
——大调式 小调式 关系大小调 和弦 分步按弦法	
吉他弹唱:《安 静》.....	24
第四课 音的性质与吉他校音	27
——音的概念 音的种类 音的物理属性 吉他常用校音方法	
吉他独奏:《爱的罗曼史》(主题节选).....	30
《爱的罗曼史》(主题变奏).....	31
第五课 节奏与吉他常用伴奏(一).....	32
——基本节奏型 四分、八分、十六分节奏 扫弦伴奏	
吉他弹唱:《知 足》.....	35
吉他独奏:《KISS THE RAIN》.....	38
第六课 节奏与吉他常用伴奏(二).....	41
——八分十六分组合节奏 附点节奏 三连音节奏 吉他伴奏常用节奏型	
吉他弹唱:《爱很简单》.....	43
《不能说的秘密》.....	47
第七课 代理和弦的应用	52
——七和弦的分类 转位和弦 挂留和弦 加音和弦	
吉他弹唱:《彩 虹》.....	58
《爱我别走》.....	62

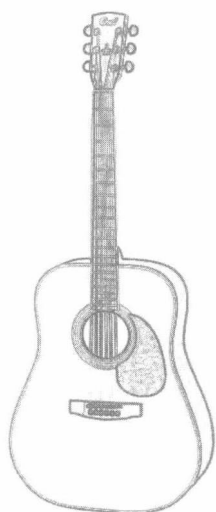
第八课	吉他常用调式及和弦 (一)	65
	—— G 大调和 e 小调 D 大调和 b 小调	
	吉他弹唱:《温 柔》	68
	《旅行的意义》	72
第九课	流行音乐的常见符号与吉他常用技巧	76
	——乐谱中常见符号 左手常用技巧 右手常用技巧	
	吉他弹唱:《天 使》	80
	《流 沙》	82
第十课	吉他常用调式及和弦 (二)	86
	—— A 大调和 a 小调 E 大调和 c 小调 F 大调和 d 小调	
	吉他弹唱:《专属天使》	91
	《缺 氧》	94
第十一课	调性与吉他的变调	98
	——调性的概念 吉他的变调 变调夹的使用	
	吉他弹唱:《亲 亲》	103
	《小 宇》	106
第十二课	流行音乐的曲式结构与吉他的转调	110
	——常用曲式结构 调的转换 转调的应用	
	吉他弹唱:《非你莫属》	112
	《两只恋人》	116
后 记		119

吉他基础知识

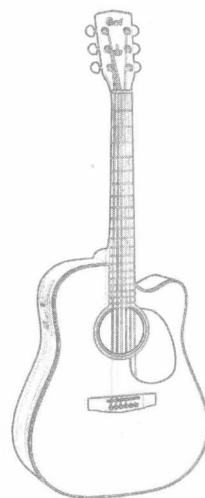
吉他的分类

从演奏风格来说，吉他可以分为民谣吉他、古典吉他、弗拉门科吉他、爵士吉他、夏威夷吉他及电吉他几个大类。在国内，民谣吉他是最为普及和易学的，本书也是以讲解民谣吉他的弹奏方法为主。下面，先来了解一下民谣吉他：

民谣吉他可细分为 Acoustic guitar 和 Cutting down（缺角琴），两者的用法基本是相同的，前者更适合演奏和弦，后者更适合演奏高把位 Solo。民谣吉他琴颈比较细，上指板宽 42mm，从弦枕到琴身共 14 个品格，琴箱上有一个月牙形的护板，使用钢丝弦演奏。

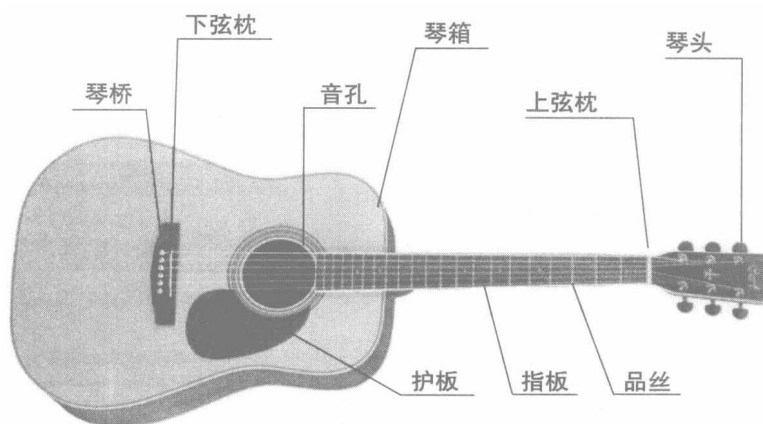


民谣吉他



缺角民谣吉他

吉他各部位的名称



吉他的选购

很多吉他初学者在挑选吉他的时候，都存在以下两个问题：

1. 自信心不足，认为没有把握学会吉他，抱着一种尝试的心理，选择最低档、最便宜的普及琴。

2.只注重吉他的外观,如颜色的亮丽,款式的新颖等,却不顾其音色如何。

一把高档的吉他选用的木料都要置于通风阴凉处自然干燥数十年乃至上百年,所以其价格也是比较昂贵的。而低档的吉他(所谓的普及琴),基本都是工厂选用最低廉的木材,按图纸进行生产线的大批量加工而成,品质可想而知。用这种琴来弹那些美妙动听的吉他曲,简直就是对手指和耐力的折磨,当然,你只是拿它来当玩具,也是无可非议的。

对于有意挑选一把高品质的吉他的学习者,建议从以下三个方面进行选择:

1.听音质

音质是挑选吉他的基本前提,毕竟它是一种乐器。首先要了解吉他所选用的木质,这是非常重要的,因为木质直接影响到琴的音色和共鸣效果。通常,吉他从板材结构上可分为单板和合板,在音色上前者更优于后者,价格也会高出很多。从材质上,吉他的面板部分多选用云杉木、枫木、梧桐等,其中以云杉木为佳;指板采用玫瑰木为多,也有檀木和枫木等。

其次,弹奏每根弦第5品泛音,共鸣差的吉他往往发不出明亮的泛音。性能较好的吉他各弦音量平衡,发音灵敏,箱体共鸣洪亮充分,高音纯净明亮,低音深沉厚实。

再次,音准也是非常重要的问题。按吉他的定音标准调校好各弦后弹出各弦第12品的泛音,如果它与该弦第12品的音高相同则为音准基本合格。

2.试手感

手感不良会降低你的练琴热情,更严重的是,它会使你被迫采取不当的按弦方法,从而极大地阻碍左手技术的发挥。

吉他第1品的品丝与琴弦的垂直距离应在0.3毫米左右为佳。在第12品格处,弦与指板的距离应在3毫米左右。太高,按弦会感觉吃力,反之会造成打品的现象。好的手感应该是在不打品和不出现任何杂音的情况下,左手手指可以轻松地按下任意一个音,大横按也不感觉费力。更重要的是品丝一定要光滑,指板边不能划手。

3.看外观

跟上面两项相比,这一项倒显得不是最重要,可是弹一把音质虽好但外观平平的吉他,的确不能完全体现自己的个性。但是每个人的审美观念不同,这就要看你的喜好了。其次还要检查吉他面板、背侧板是否有开裂现象,看看弦轴的齿轮是否损坏,旋转是否顺畅,油漆是否光亮,琴的色泽是否协调。

总之,对于大多数爱好者来说,推荐大家选购1000元左右的标准民谣吉他。它的音质、手感和外观都是比较优良的,使用寿命也 longer。

吉他的保养

要将一把品质优良的吉他保养好,需注意以下几点:

1.温度、湿度的突然变化会对吉他影响很大。平时不要让吉他在阳光下直照,不要让吉他靠近暖气。如果空气过分潮湿可在琴盒内放一些干燥剂。

2.切忌将吉他放到桌面或地板上。还要注意拉链和钮扣容易造成对吉他漆面的划伤。高档吉他都是将上等材料经过相当考究的工艺加工而成的,因此比较容易受伤。

3.经常弹奏吉他,以便随时让吉他各部分充分振动,这是保养吉他的最好方法。

4.为了便于吉他的存放,低档吉他需用个较厚(海绵)的琴套,高档的吉他需用琴盒。

第一课 基本训练

—— 认识简谱 调式与音阶 弹奏姿势 右手拨弦练习 左手扩指练习



乐理即关于音乐的理论知识，包括音的特性、节拍、音程、和弦、调式、调性关系、曲式结构以及记谱法等内容。它可以帮助我们深入、准确地了解音乐，就像是一把钥匙，帮助我们打开音乐的大门。所以说，学好乐理知识对弹好吉他有着非常重要的意义。

本书将在每一课开设“乐理课堂”，主要是让大家了解一些学习吉他必须要掌握的乐理知识，同时配合吉他弹奏的学习，从而帮助早日掌握吉他的弹奏方法，演奏出美妙悠扬的吉他音乐。

音乐是时间的艺术，为记录、保留和传播转瞬即逝的音乐，人们创造了乐谱。用一些符号把音乐中的高低、长短、强弱及声部等组织记录下来的方法叫做记谱法。在民谣吉他的演奏中，使用比较多的是简谱和六线谱。

认识简谱

简谱是一种简易的记谱法，是用简单的数字表示音符，所以又叫数字简谱。最早起源于十六世纪的欧洲。十八世纪中叶，法国思想家卢梭曾对其进行改进和倡导。十九世纪末，简谱传到日本，然后进入中国。

简谱的特点是简单明了，通俗易懂，记谱和读谱都比较方便。在今后的乐理学习中，我们将主要使用简谱进行讲解。

简谱是由左至右横行书写的。它的基本格式是：

1. 最上行正中间书写曲名。
2. 曲名下空一行，在下一行左前端依次书写调号和拍号；右端书写作者名，一般词作者在上，曲作者在下。
3. 调号下一行书写速度记号，前端与调号对齐，通常也可以不表示出来。
4. 歌曲的前奏、间奏、尾奏要用小括号括起来，以区别于演唱部分。
5. 每一行的第一小节前面不用画小节线（该小节和上一行的最后一个小节共用一条小节线）。
6. 同一小节不能分开两行书写。

简谱中基本音乐术语及符号

1. 低音、中音、高音

低音	如 “1”	低音 “Do” (通常指小字组上的各音)
中音	如 “1”	中音 “Do” (通常指小字一组上的各音)
高音	如 “1”	高音 “Do” (通常指小字二组上的各音)

2. 升号、降号、还原号

升号	如 “#1”	将 “Do” 升高半音
降号	如 “b1”	将 “Do” 降低半音
还原号	如 “1”	将已经升高或降低半音的 “Do” 还原到原来的音高

3. 连音线、增时线、减时线

连音线	如 “1 2”	连贯地唱出或奏出 “Do” 至 “Re”
增时线	如 “1 -”	将 “Do” 延长一拍
减时线	如 “1”	将 “Do” 的音长减少一半 (如以四分音符为一拍, 1 即为半拍)

注: “四分音符” 及 “拍子” 将在下一课进行详细讲解。

小贴士:

在写简谱时, 如果音符带有减时线, 低音点要写在减时线的下面; 连音线要画在高音点的上面。

调式与音阶

由几个不同音高的乐音, 以一个音为中心 (主音), 按照一定的音高关系及相互间的关联组建起来的体系, 叫做调式。

调式中的各音, 按照高低的次序, 从主音到相邻八度的主音进行排列, 形成的音列叫做音阶。音阶由低到高的排列, 叫做上行音阶; 由高到低排列叫做下行音阶。

上行音阶: 1 2 3 4 5 6 7 1

下行音阶: 1 7 6 5 4 3 2 1

C 大调音阶

调式又分为大调式和小调式, 将在第三课中进行详细讲解, 这里, 先来学习一下 C 大调音阶:

基本音名	C	D	E	F	G	A	B	C
简谱	1	2	3	4	5	6	7	1
唱名	Do	Re	Mi	Fa	Sol	La	Si	Do

C 大调音阶的这七个音也叫做基本音级, 每一个音代表一个音级 (钢琴上所有白键均为基本音级), 七个基本音级构成一个八度, 循环重复, 第八级与第一级音的音名相同, 音高相差八

度。

七个基本音级中，除了“3 4”和“7 $\dot{1}$ ”为半音外，其他相邻的两音都为全音。

以下是C大调音阶的排列：

1=C



小贴士：

1 个全音 = 2 个半音。

那么，其他各调是怎样排列的呢？比如D大调：

1=D



其他调式以此类推……

由此，我们要记住下面这个口诀，这也是各大调音阶排列的规律：

全全半 全全全半

吉他上相邻两个品的音（同一根弦上）就是半音关系；中间隔开一个品的两个音就是全音关系。

弹奏姿势

想要弹好吉他，正确的姿势是关键的一步。民谣吉他的弹奏姿势相对古典吉他而言，是比较自然、随意的，但要保证吉他在弹奏中琴体的稳定，因为只有这样才能保证左右手弹奏技巧的发挥。具体方法如下所述：

1. 主要采用坐式和立式两种，其中坐式又可采用双腿平放（右腿略抬高，参照图1）和双腿盘起（右腿在上，左腿在下，参照图2）两种；立式相对而言使用较少，常用于舞台表演，需使用吉他背带。

2. 琴体的稳定主要靠右腿大腿部、右胸部及右臂肘部三个身体部位协调用力来进行，但也有使用反手的，如Jimi Hendrix、Nirvana乐队的Kurt Cobain等。

3. 必须保证左手能够自由地活动，不可以借助左手来稳定琴体。

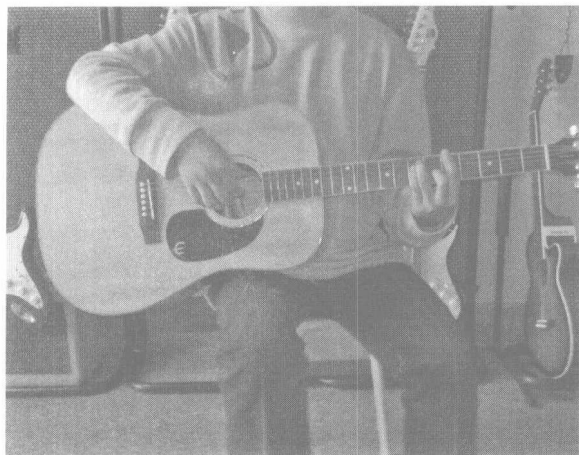


图1 坐式一（双腿平放）



图2 坐式二（双腿盘起）

左右手各手指名称

1 2 3 4

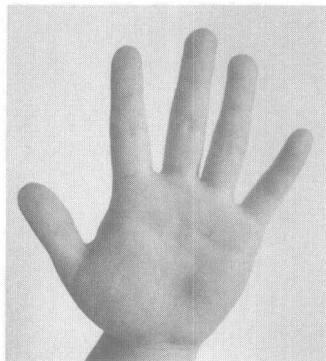


图3 左手手指名称

ch a m i p

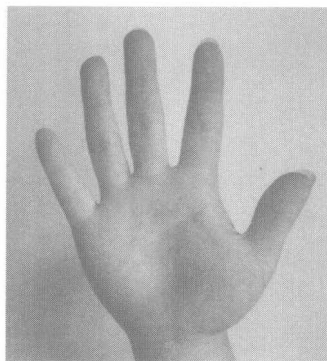


图4 右手手指名称

小贴士：

左手的指甲要剪干净，以平视手掌时看不到指甲为好；右手的指甲需要留出一点，以平视手掌时露出指甲约1mm为好。

右手手指拨弦练习

吉他属于弹拨乐器，而右手的弹奏则控制着吉他声音的强弱和音色力度的表现等，所以，右手的练习显得非常重要。

在吉他拨弦弹奏中，右手手指主要采用靠弦和勾弦两种手法：

1. 靠弦奏法：靠弦时右手手指的第三关节向上发力，弹完一根琴弦后手指尖部自然停靠在上面的一根琴弦上，待下一个音弹出的同时再将手指抬起。此法常应用于弹奏单音旋律中（参照图5、图6）。

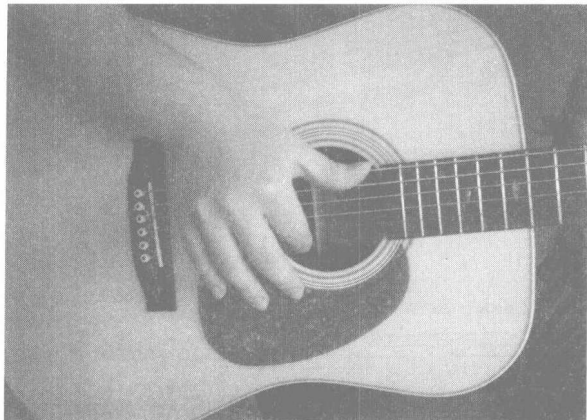


图5 靠弦弹法一(i指弹一弦)

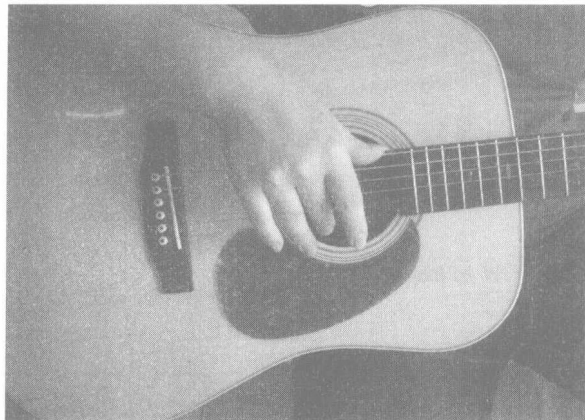


图6 靠弦弹法二(m指弹一弦)

2.勾弦奏法:勾弦时右手手指的第二关节向上发力,与靠弦弹法不同,手指在弹奏中不可以碰到其他的琴弦,注意手背要平稳。此法常应用于分解节奏中(参照图7、图8)。



图7 勾弦弹法一(i指弹一弦)



图8 勾弦弹法二(m指弹一弦)

小贴士:

右手拇指只是暂时轻放在第六弦上,不可养成习惯,重心应放在右臂臂弯和吉他箱体前沿最高处;

勾弦奏法中注意勾弦的手指角度不要过于弯曲,避免勾弦时造成过大的阻力。

3.右手手指交替拨弦练习(分别使用靠弦和勾弦两种方法在每根弦上进行练习):

练习一:i、m、i、m、i、m……

练习二:i、a、i、a、i、a……

练习三:m、a、m、a、m、a……

左手手指扩展练习

在吉他弹奏中，左手控制着吉他的音律变化也是非常重要的。左手主要针对手指韧带的扩展、按弦的力度和灵活度来练习。

左手练习注意事项：

- 1. 拇指的指肚按在琴柄背面中部偏上，对着前面的中指和食指中间位置。
- 2. 力量集中在五个手指的指尖，手腕只是辅助性的以拇指为轴心进行半圆周的运动。
- 3. 按弦的四个手指尽量与指板平面垂直，避免触到上面或下面的琴弦。

练习一： 按下面的图表所示，配合右手，分别在每根弦上进行练习。

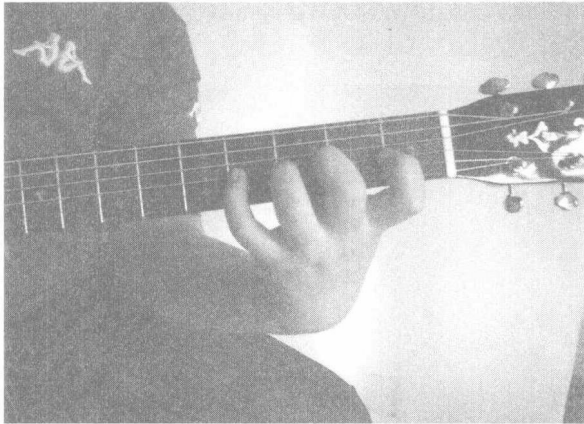


图9 左手扩指练习一（正视图）

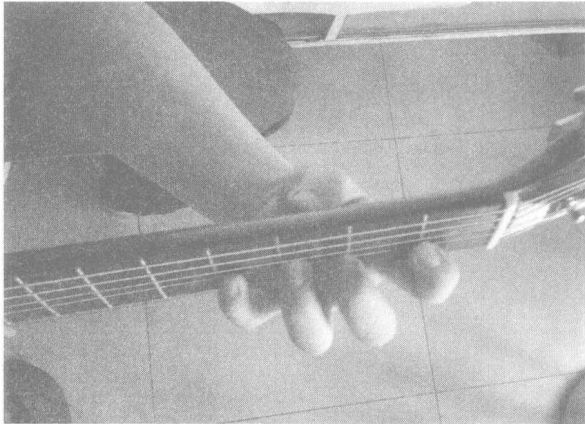


图10 左手扩指练习一（俯视图）

吉他指板	第 1 品	第 2 品	第 3 品	第 4 品
左手手指	1	2	3	4
右手手指	i	m	i	m
	i	a	i	a
	m	a	m	a

练习二： 按下面的图表所示练习，其中 1、3 指在同一根弦上练习，2、4 指在上面一根弦上练习。

吉他指板	第 1 品	第 2 品	第 3 品	第 4 品
左手手指	1	3	2	4
右手手指	i	m	i	m
	i	a	i	a
	m	a	m	a

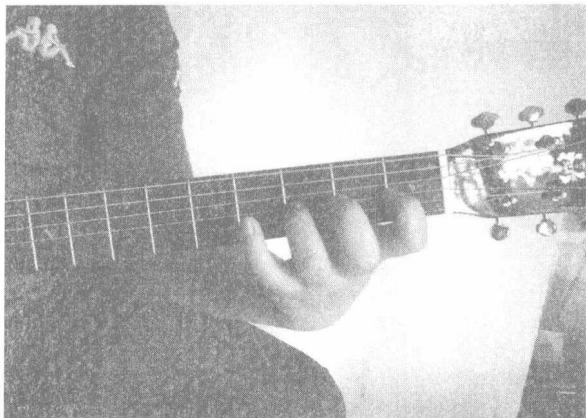


图 11 左手扩指练习二(正视图)

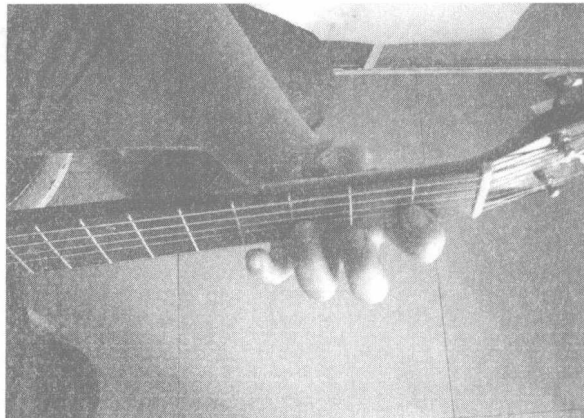


图 12 左手扩指练习二(俯视图)

经过上面的练习,左手是否感觉有些酸累了呢?别担心,刚开始出现这种情况是正常的,说明你的左手手腕还没有足够放松,手指力量还不能够集中。经过一段时间的正确训练,左手适应了,这种情形就会慢慢消失的。

前面我们已经学过C大调音阶,下面是C大调音阶在吉他指板上的位置:

空弦	第1品	第2品	第3品	
3	4		5	第一弦
7	1		2	第二弦
5		6		第三弦
2		3	4	第四弦
6		7	1	第五弦
3	4		5	第六弦
	食指	中指	无名指	

弹奏时注意右手采用i、m手指交替靠弦奏法,也可分别使用m、a手指和i、a手指交替弹奏。左手要注意正确手型,让手指的第一个关节垂直按弦,尽量不要触碰到相邻的琴弦。

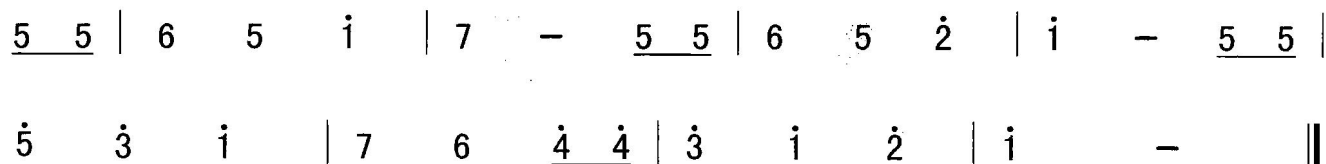
空弦即左手不按弦,右手直接弹奏该弦。



生日快乐

1=C $\frac{3}{4}$

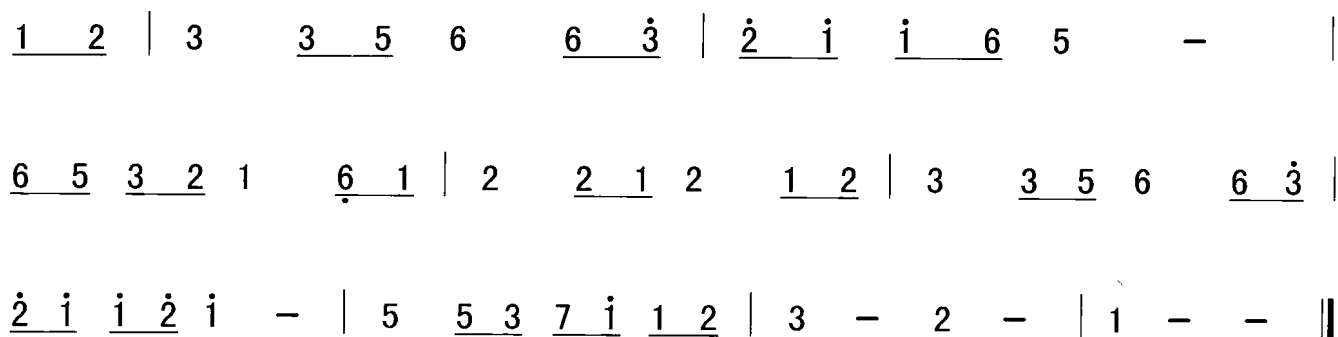
英美歌曲



菊花台 (片段)

1=C $\frac{4}{4}$

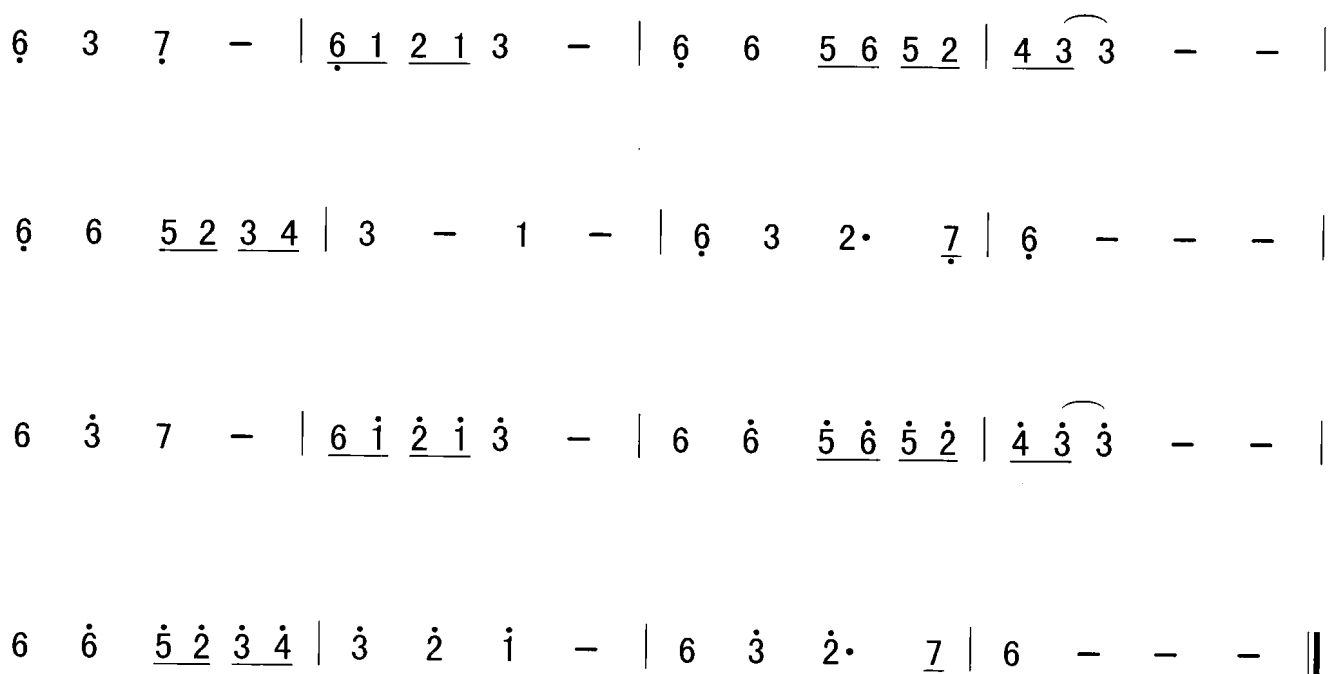
周杰伦曲



美丽的神话 (片段)

1=C $\frac{4}{4}$

崔浚荣曲



第二课 六线谱

—— 音符 休止符 附点 节拍 小节 六线谱

本课主要学习吉他六线谱的相关知识,但正式学习六线谱之前,有些乐理知识还是应该首先掌握的。



通过上一课的学习,我们了解了音阶和一些音在吉他上的位置及奏法。但在演奏乐曲的时候,还必须要了解和控制音符的时值变化,这样才能给我们弹奏的音乐赋予节奏感和美妙的旋律性。下面先来了解音符、休止符和节拍的相关知识。

简 谱	名 称	时 值	简谱休止符
1 - - -	全音符	四拍	0 0 0 0
1 -	二分音符	二拍	0 0
1	四分音符	一拍	0
<u>1</u>	八分音符	二分之一拍	<u>0</u>
<u>1</u>	十六分音符	四分之一拍	<u>0</u>
1.	附点四分音符	一拍半	0 <u>0</u> 或 0.
<u>1.</u>	附点八分音符	四分之三拍	<u>0</u> <u>0</u> 或 0.

音符 休止符

记录音的长短的符号叫做音符,音符以不同的形态来记录音的时值。
表示声音中断的符号叫做休止符。

附点音符和附点休止符

附点就是记在音符或休止符右下方的小圆点,它的作用是延长该音符或休止符原时值的一半。带有附点的音符就称为“附点音符”,带有附点的休止符就称为“附点休止符”。