

191条超绝贝司入门练习曲全收录!

BASS
MAGAZINE



CANTA, 地狱四重奏
BIT(贝司系)讲师

MASAKI 著 郑含凝 译

 **附赠2CD**

练习曲录制(鼓:真矢 吉他:横关敦)
收录演奏示范+伴奏

决死入伍篇

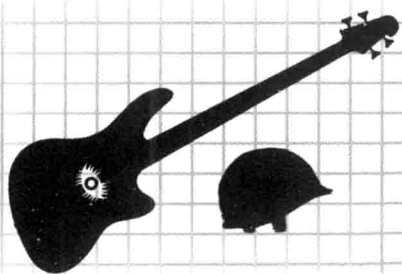
地狱训练 摇滚贝司

中文简体
惟一合法授权
更易懂更好学

全年龄
全年龄对象



本教程收录
适合入门者的
大量技术派
超绝乐句



地狱计划

目录

地狱的兵营	—本书内容—	4
地狱的作战	—训练索引—	6

The Inferno 1

一击

新兵大奋战

【基础练习集】

No. 1	新兵训练计划 1 ~一指拨弦~ 8Beat 节奏型的一指拨弦训练	TRACK 1	10
No. 2	新兵训练计划 2 ~两指拨弦~ 换弦移动两指拨弦训练	TRACK 2	12
No. 3	新兵训练计划 3 ~半音阶 (Chromatic) 1 ~ 密集换弦移动的半音阶乐句	TRACK 3	14
No. 4	新兵训练计划 4 ~半音阶 (Chromatic) 2 ~ 提高指力的半音阶乐句	TRACK 4	16
No. 5	新兵训练计划 5 ~大调和小调音阶~ 基础音阶训练 1	TRACK 5	18
No. 6	新兵训练计划 6 ~各式各样的音阶~ 基础音阶训练 2	TRACK 6	20
No. 7	新兵训练计划 7 ~断音 (Staccato) ~ 锻炼右手制音能力的节奏练习	TRACK 7	22
No. 8	新兵训练计划 8 ~ Shuffle 节奏~ Shuffle 节奏的 Hard Rock 风格 Riff	TRACK 8	24
No. 9	新兵训练计划 9 ~大幅度伸展 (Wide Stretch) ~ 培养持久力的大幅度伸展练习	TRACK 9	26
No. 10	新兵训练计划 10 ~横按~ 提高换弦移动时的横按能力练习	TRACK 10	28
No. 11	新兵训练计划 11 ~分解和弦奏法 (Arpeggio) ~ 密集跨弦的分解和弦乐句	TRACK 11	30
No. 12	新兵训练计划 12 ~ 16Beat ~ 增强律动感的 16Beat 乐句	TRACK 12	32

The Inferno 2

弹突

用Slap (击弦+勾弦) 战法大干一场吧

【Slap练习集】

No. 13	超攻击导弹 “Thumping” 1号 基础 Thumping 练习	TRACK 13	36
No. 14	超攻击导弹 “Thumping” 2号 加入制音的 Thumping 练习	TRACK 14	38
No. 15	以掌握 Slap 为目标! 第一枪 Thumping&Pull 的组合乐句 1	TRACK 15	40
No. 16	以掌握 Slap 为目标! 第二枪 Thumping&Pull 的组合乐句 2	TRACK 16	42
No. 17	这就是黄金左手! 有效利用左手制音的 Slap 练习	TRACK 17	44
No. 18	看招! 拇指的铁拳 采用大拇指 Up&Down 奏法的 Slap 乐句	TRACK 18	46
No. 19	极具威力的连续攻击 有效利用多指的 3Pull&4Pull 乐句	TRACK 19	48
No. 20	愤怒的 Slap 扫荡作战 高度复合性的 Slap 练习	TRACK 20	50

The Inferno 3

斩击

多指 (Multi Finger) 的群起攻之大作战

【多指练习集】

No. 21	无敌杀手 “三指拨弦” NO.1 三指拨弦基础训练	TRACK 21	54
No. 22	无敌杀手 “三指拨弦” NO.2 使用三音音组的三指拨弦练习	TRACK 22	56
No. 23	无敌杀手 “三指拨弦” NO.3 高速 2Beat 乐句的三指拨弦练习	TRACK 23	58
No. 24	用必杀扫弦扫射! 第一发 十六分音符乐句中的食指扫弦练习	TRACK 24	60
No. 25	用必杀扫弦扫射! 第二发 十六分音符乐句中的中指扫弦练习	TRACK 25	62
No. 26	用必杀扫弦扫射! 第三发 十六分音符乐句中的无名指扫弦练习	TRACK 26	64

No. 27	激烈的合体攻击! 三指拨弦 + 两指拨弦混合拨弦练习	TRACK 27	66
No. 28	最强兵器“三指拨弦 Z”1号 三指拨弦扫弦的变奏类型 1	TRACK 28	68
No. 29	最强兵器“三指拨弦 Z”2号 三指拨弦扫弦的变奏类型 2	TRACK 29	70
No. 30	电击和弦作战“BossaNova” 使用大拇指的三指拨弦 BossaNova 乐句	TRACK 30	72
No. 31	电击和弦作战“泛音 (Harmonics)” 使用大拇指的三指拨弦泛音乐句	TRACK 31	74
No. 32	电击和弦作战“分解和弦” 使用大拇指的三指拨弦分解和弦练习	TRACK 32	76
No. 33	火焰特种部队“指法 4 课” 使用小指和大拇指的四指拨弦练习	TRACK 33	78
No. 34	奇迹的特种部队“指法 5 课” 超绝五指拨弦练习	TRACK 34	80

The Inferno 4

击铁

点弦 (Tapping) 浴血战

【点弦练习集】

No. 35	威震战场的双手和声演奏 一号 用左手弹奏④弦根音的和弦点弦 (Chord Tapping)	TRACK 35	84
No. 36	威震战场的双手和声演奏 二号 用右手弹奏④弦根音的和弦点弦 (Chord Tapping)	TRACK 36	86
No. 37	叛逆冲天的旋律 之一 用左手弹奏低音弦根音的旋律点弦 (Melodic Tapping)	TRACK 37	88
No. 38	叛逆冲天的旋律 之二 用右手弹奏低音弦根音的旋律点弦 (Melodic Tapping)	TRACK 38	90
No. 39	叛逆冲天的旋律 之三 实践性旋律点弦练习	TRACK 39	92
No. 40	双手连击的破坏性攻击! 一击 单音的敲击点弦 (Percussive Tapping)	TRACK 40	94
No. 41	双手连击的破坏性攻击! 二击 采用和弦的敲击点弦 (Percussive Tapping)	TRACK 41	96
No. 42	总司令“Big Both Hand”的反击 密集换弦移动的双手点弦 (Both Hand Tapping)	TRACK 42	98
No. 43	激战! 分离式 (Separate Style) 两手做不同动作的节奏点弦 (Rhythmic Tapping)	TRACK 43	100
No. 44	燃烧吧! 灵魂之 Right Hand 一击 基础 Right Hand 练习	TRACK 44	102
No. 45	燃烧吧! 灵魂之 Right Hand 二击 六连音的高速 Right Hand 练习	TRACK 45	104
No. 46	燃烧吧! 灵魂之 Right Hand 三击 使用多根弦的高速 Right Hand 练习	TRACK 46	106
No. 47	燃烧吧! 灵魂之 Right Hand 四击 特殊交叉式 Right Hand 练习	TRACK 47	108

The Inferno 5

闪电

地狱岛大逃亡

【综合练习集】

No. 48	那曾是我的初恋……地狱 梅综合练习曲	TRACK 48	112
No. 49	热气腾腾的地狱澡堂 竹综合练习曲	TRACK 49	116
No. 50	盛开在地狱里的花朵 松综合练习曲	TRACK 50	120

关于 CD 的说明

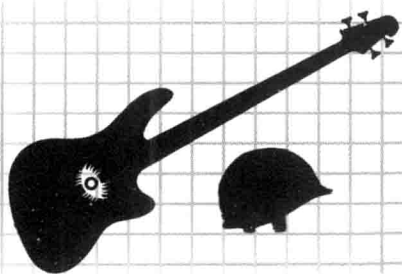
本书附赠两张 CD, 其中 CD1 是演奏示范音频, CD2 是乐句的伴奏音频。
两张 CD 中, 演奏示范和伴奏的 Track 号码是相对应一致的。



入伍证明书

姓名	
出生日期	年 月 日生
所在地	
使用的贝司	
贝司经历	
特殊专长	<div data-bbox="889 1289 1206 1629" style="border: 1px solid black; text-align: center; padding: 20px;">照片</div>

凭这张“入伍证明书”，即可获得本部队的入伍许可。



地狱计划

目录

地狱的兵营	—本书内容—	4
地狱的作战	—训练索引—	6

The Inferno 1

一击

新兵大奋战

【基础练习集】

No. 1	新兵训练计划 1 ~一指拨弦~ 8Beat 节奏型的一指拨弦训练	TRACK 1	10
No. 2	新兵训练计划 2 ~两指拨弦~ 换弦移动两指拨弦训练	TRACK 2	12
No. 3	新兵训练计划 3 ~半音阶 (Chromatic) 1 ~ 密集换弦移动的半音阶乐句	TRACK 3	14
No. 4	新兵训练计划 4 ~半音阶 (Chromatic) 2 ~ 提高指力的半音阶乐句	TRACK 4	16
No. 5	新兵训练计划 5 ~大调和小调音阶~ 基础音阶训练 1	TRACK 5	18
No. 6	新兵训练计划 6 ~各式各样的音阶~ 基础音阶训练 2	TRACK 6	20
No. 7	新兵训练计划 7 ~断音 (Staccato) ~ 锻炼右手制音能力的节奏练习	TRACK 7	22
No. 8	新兵训练计划 8 ~ Shuffle 节奏~ Shuffle 节奏的 Hard Rock 风格 Riff	TRACK 8	24
No. 9	新兵训练计划 9 ~大幅度伸展 (Wide Stretch) ~ 培养持久力的大幅度伸展练习	TRACK 9	26
No. 10	新兵训练计划 10 ~横按~ 提高换弦移动时的横按能力练习	TRACK 10	28
No. 11	新兵训练计划 11 ~分解和弦奏法 (Arpeggio) ~ 密集跨弦的分解和弦乐句	TRACK 11	30
No. 12	新兵训练计划 12 ~ 16Beat ~ 增强律动感的 16Beat 乐句	TRACK 12	32

The Inferno 2

弹突

用Slap (击弦+勾弦) 战法大干一场吧

【Slap练习集】

No. 13	超攻击导弹 “Thumping” 1号 基础 Thumping 练习	TRACK 13	36
No. 14	超攻击导弹 “Thumping” 2号 加入制音的 Thumping 练习	TRACK 14	38
No. 15	以掌握 Slap 为目标! 第一枪 Thumping&Pull 的组合乐句 1	TRACK 15	40
No. 16	以掌握 Slap 为目标! 第二枪 Thumping&Pull 的组合乐句 2	TRACK 16	42
No. 17	这就是黄金左手! 有效利用左手制音的 Slap 练习	TRACK 17	44
No. 18	看招! 拇指的铁拳 采用大拇指 Up&Down 奏法的 Slap 乐句	TRACK 18	46
No. 19	极具威力的连续攻击 有效利用多指的 3Pull&4Pull 乐句	TRACK 19	48
No. 20	愤怒的 Slap 扫荡作战 高度复合性的 Slap 练习	TRACK 20	50

The Inferno 3

斩击

多指 (Multi Finger) 的群起攻之大作战

【多指练习集】

No. 21	无敌杀手 “三指拨弦” NO.1 三指拨弦基础训练	TRACK 21	54
No. 22	无敌杀手 “三指拨弦” NO.2 使用三音音组的三指拨弦练习	TRACK 22	56
No. 23	无敌杀手 “三指拨弦” NO.3 高速 2Beat 乐句的三指拨弦练习	TRACK 23	58
No. 24	用必杀扫弦扫射! 第一发 十六分音符乐句中的食指扫弦练习	TRACK 24	60
No. 25	用必杀扫弦扫射! 第二发 十六分音符乐句中的中指扫弦练习	TRACK 25	62
No. 26	用必杀扫弦扫射! 第三发 十六分音符乐句中的无名指扫弦练习	TRACK 26	64

No. 27	激烈的合体攻击! 三指拨弦+两指拨弦混合拨弦练习	TRACK 27	66
No. 28	最强兵器“三指拨弦 Z”1号 三指拨弦扫弦的变奏类型 1	TRACK 28	68
No. 29	最强兵器“三指拨弦 Z”2号 三指拨弦扫弦的变奏类型 2	TRACK 29	70
No. 30	电击和弦作战“BossaNova” 使用大拇指的三指拨弦 BossaNova 乐句	TRACK 30	72
No. 31	电击和弦作战“泛音(Harmonics)” 使用大拇指的三指拨弦泛音乐句	TRACK 31	74
No. 32	电击和弦作战“分解和弦” 使用大拇指的三指拨弦分解和弦练习	TRACK 32	76
No. 33	火焰特种部队“指法 4 课” 使用小指和拇指的四指拨弦练习	TRACK 33	78
No. 34	奇迹的特种部队“指法 5 课” 超绝五指拨弦练习	TRACK 34	80

The Inferno 4

击铁

点弦(Tapping)浴血战

【点弦练习集】

No. 35	威震战场的双手和声演奏 一号 用左手弹奏④弦根音的和弦点弦(Chord Tapping)	TRACK 35	84
No. 36	威震战场的双手和声演奏 二号 用右手弹奏④弦根音的和弦点弦(Chord Tapping)	TRACK 36	86
No. 37	叛逆冲天的旋律 之一 用左手弹奏低音弦根音的旋律点弦(Melodic Tapping)	TRACK 37	88
No. 38	叛逆冲天的旋律 之二 用右手弹奏低音弦根音的旋律点弦(Melodic Tapping)	TRACK 38	90
No. 39	叛逆冲天的旋律 之三 实践性旋律点弦练习	TRACK 39	92
No. 40	双手连击的破坏性攻击! 一击 单音的敲击点弦(Percussive Tapping)	TRACK 40	94
No. 41	双手连击的破坏性攻击! 二击 采用和弦的敲击点弦(Percussive Tapping)	TRACK 41	96
No. 42	总司令“Big Both Hand”的反击 密集换弦移动的双手点弦(Both Hand Tapping)	TRACK 42	98
No. 43	激战! 分离式(Separate Style) 两手做不同动作的节奏点弦(Rhythmic Tapping)	TRACK 43	100
No. 44	燃烧吧! 灵魂之 Right Hand 一击 基础 Right Hand 练习	TRACK 44	102
No. 45	燃烧吧! 灵魂之 Right Hand 二击 六连音的高速 Right Hand 练习	TRACK 45	104
No. 46	燃烧吧! 灵魂之 Right Hand 三击 使用多根弦的高速 Right Hand 练习	TRACK 46	106
No. 47	燃烧吧! 灵魂之 Right Hand 四击 特殊交叉式 Right Hand 练习	TRACK 47	108

The Inferno 5

闪电

地狱岛大逃亡

【综合练习集】

No. 48	那曾是我的初恋……地狱 梅综合练习曲	TRACK 48	112
No. 49	热气腾腾的地狱澡堂 竹综合练习曲	TRACK 49	116
No. 50	盛开在地狱里的花朵 松综合练习曲	TRACK 50	120

关于 CD 的说明

本书附赠两张 CD, 其中 CD1 是演奏示范音频, CD2 是乐句的伴奏音频。
两张 CD 中, 演奏示范和伴奏的 Track 号码是相对应一致的。

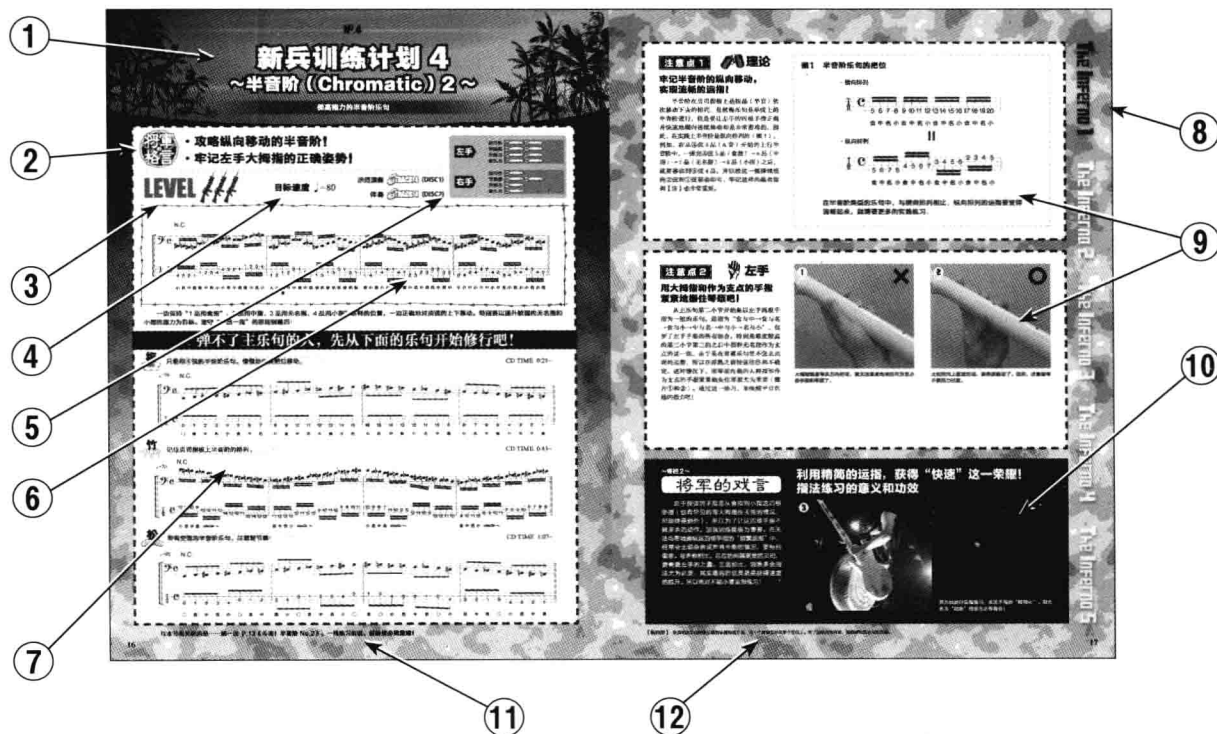


地狱军营

关于本书的内容

首先介绍一下各练习页面的阅读方法吧。各位想要马上开始练习的心情是可以理解的，但为了日后的练习更加有效率，在这里一定要好好地掌握本书的页面结构。

练习内容的结构

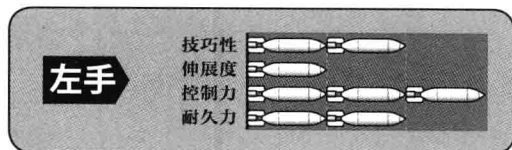


- ① 章节标题：由作者充满智慧的主标题和正确表达乐句内容的副标题组成。
- ② 将军格言：概括本章乐句弹奏时的注意事项，以及弹奏时候需要锻炼的技巧等等。
- ③ LEVEL：表示本章练习的难易度。分为五个等级，枪的数量越多表示难度越高。
- ④ 目标速度：表示练习最终需要达到的速度。附赠 CD 的示范演奏也采用这个速度。
- ⑤ 技巧图解：表示在弹奏主乐句时，左手和右手的训练重点（详细请参照右页）。
- ⑥ 主乐句：本章练习中难度最高的乐句。
- ⑦ 练习乐句：为掌握主乐句而设计的三段练习乐句。从易到难分为“梅”“竹”“松”。

- ⑧ 章节索引
- ⑨ 注意事项：练习乐句的解说。分为左手、右手、理论三个部分，各用不同的插图来表示（详细请参照右页）。
- ⑩ 专栏：介绍主乐句相关的技巧、理论，职业贝司手的代表专辑等等。
- ⑪ 关联乐句：介绍与本章相关的地狱系列第一册和第二册（DVD篇）的练习（地狱系列的书目表请参照 127 页）。想要进一步提高贝司技巧的读者，可翻阅该系列的相关内容。
- ⑫ 备注栏：关键词的解说。备注一些音乐术语以及作者的小格言。

关于技巧图解

技巧图解是用来表示弹奏主乐句时的训练重点。难度分为三个等级，数值（炸弹的数量）越大则难度越高，需要重点练习数值高的部分。也可以作为克服自身演奏弱点的参考因素。

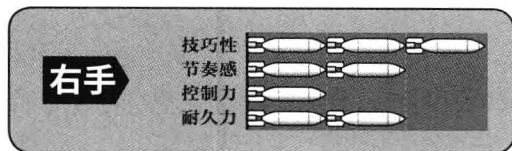


技巧性: 表示滑弦 (Slide)、槌弦 (Hammering) 以及勾弦 (Pulling) 等技巧的复杂程度。

伸展度: 表示手指伸展的幅度和频率。

控制力: 表示手指所需要的掌控度。

耐久力: 表示左手的力量需要用到何种程度。



技巧性: 表示三指拨弦、点弦 (Tapping) 等技巧的程度。

节奏感: 表示节奏的复杂程度。

控制力: 表示拨弦所需要的掌控度。

耐久力: 表示右手的力量需要用到何种程度。

关于注意事项的符号

练习乐句的解说共分为左手、右手、理论三个部分，分别用如下符号表示。这样便于读者理解乐句的重点，并有侧重地进行练习。因此在阅读解说时，一定要看清这些符号。



左手

解说练习乐句时所使用的指法、滑弦、槌弦与勾弦等技巧。



右手

解说练习乐句中所使用的弹拨技巧。



理论

解说练习乐句中所使用的音阶、和弦、节奏等内容。

关于示范演奏 CD 和网页上 MIDI 数据的下载

本书所附 CD 中，已收录有作者 MASAKI 制作的示范演奏 (DISC1) 和伴奏录音 (DISC2)，希望读者在聆听示范演奏时，领会通过谱面难以表达的节奏以及细微的音高差别。

附带 CD 中 DISC1 及 DISC2 都以下列方式录制：

○预备拍→○主乐句→○预备拍→○梅乐句→○预备拍→○竹乐句→○预备拍→○松乐句

此外，从 Rittor Music 网站 (<http://www.rittor-music.co.jp/>) 的介绍本书的页面里，可以下载所有的主乐句的伴奏 (除吉他的音轨外) MIDI 资料。下载了 MIDI 数据之后，由于乐句的速度可以自由地设定，对练习是很有帮助的。如果读者的电脑系统能够支持 MIDI 功能，请一定要好好利用。附带说明，MIDI 数据的格式是 Standard MIDI File (.smf)。

点击此处

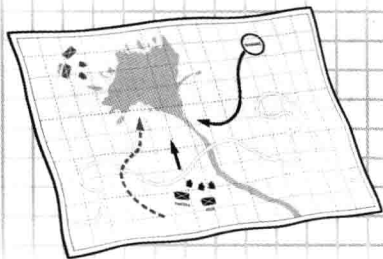


进入 Rittor Music 网站的首页后，点击左边的 [Books] 内的【ベース (教则)】。进入下一页后点击【ベース・マガジン・ムック】的【ギター・マガジン 地獄のメカニカル・トレーニング・フレーズ 決死の入隊編】，就能进入本书的介绍页面。
※此画面及页面的链接方法为本书出版时的内容。

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，参与本系列图书有关活动。
同时请关注地狱训练新浪微博，可获得更多地狱系列及作者资讯。
<http://weibo.com/diyujita> 或搜索 @音乐书编辑何征

关于阅读本书

本书的结构能让读者根据自身水平进行阅读。基本上，要掌握难度最高的主乐句，就需要从“梅”乐句开始练习。如果是初学者，建议先练习每页的“梅”乐句。对于自己的技术十分有自信的读者，也可以只练习难度最高的主乐句。此外，建议读者也可以不按照本书的乐句顺序，而是选择能针对自己弱点的乐句来练习。由于本书与《地狱训练》系列第一册和第二册有较多相关乐句，因此拥有前两册的读者，如果结合本书进行练习的话，一定能获得更大的进步 (当然没有前两册的读者也可以充分享受学习乐趣。但是，如果您是很有上进心的读者，请务必购买前两册)。本书收录了很多需要大幅度伸展、指法复杂的乐句，练习前一定要先做暖指运动，避免肌腱炎或其他受伤情况的发生。



地狱作战

训练指南

在此介绍符合各位队员目标的练习清单。如果只是毫无目的地埋头苦练是难以进步的。进行适合自己目标风格的练习，有效地提升自己的等级吧！

1 想要扎实地学习基础演奏！

想要在名为“超绝贝司”的战场中生存下来，牢固地掌握作为贝司手的基础技巧是极为重要的。首先为了提高左手和右手的灵活度和准确性，让我们通过半音阶等音阶弹奏以及伸展性练习、分解和弦乐句来严格地锻

炼双手吧！其次，务必努力进行Slap、扫弦的基础训练，使演奏技巧更上一层楼。如果轻视这些基础练习的话，今后一定会吃苦头的。所以请各位一定要戒骄戒躁、专心致志，脚踏实地地修行！

STEP 1

明确基础！

- P.10 新兵训练计划 1 ~一指拨弦~
- P.14 新兵训练计划 3 ~半音阶 (Chromatic) 1 ~
- P.20 新兵训练计划 6 ~各式各样的音阶~
- P.36 超攻击导弹“Thumping” 1号

STEP 2

应用练习！

- P.16 新兵训练计划 4 ~半音阶 (Chromatic) 2 ~
- P.18 新兵训练计划 5 ~大调和小调音阶~
- P.26 新兵训练计划 9 ~大幅度伸展 (Wide Stretch) ~
- P.74 电击和弦作战“泛音 (Harmonics)”

STEP 3

挑战扩展技巧！

- P.30 新兵训练计划 11 ~分解和弦奏法 (Arpeggio) ~
- P.42 以掌握 Slap 为目标！ 第二枪
- P.60 用必杀扫弦扫射！ 第一发
- P.112 那曾是我的初恋……地狱

2 想要提高节奏感和律动感！

贝司手被赋予了和鼓手一起维持乐队低音部的重要任务。因此即便是将技巧性演奏作为信念的超绝贝司手，也必须正确地进行节奏演奏，奏出令人舒适的韵律。让我们在弹熟 8Beat、16Beat、Shuffle 等

各种各样节奏型的同时，掌握作为律动催化剂的制音 (Mute)、Funky 感十足的 Slap、富有节奏的敲击点弦 (Percussive Tapping) 等技巧，朝着韵律大师的目标前进吧！

STEP 1

明确基础！

- P.12 新兵训练计划 2 ~两指拨弦~
- P.22 新兵训练计划 7 ~断音 (Staccato) ~
- P.24 新兵训练计划 8 ~ Shuffle 节奏~
- P.38 超攻击导弹“Thumping” 2号

STEP 2

应用练习！

- P.32 新兵训练计划 12 ~ 16Beat ~
- P.40 以掌握 Slap 为目标！ 第一枪
- P.44 这就是黄金左手！
- P.72 电击和弦作战“BossaNova”

STEP 3

挑战扩展技巧！

- P.46 看招！拇指的铁拳
- P.94 双手连击的破坏性攻击！ 一击
- P.96 双手连击的破坏性攻击！ 二击
- P.100 激战！分离式 (Separate Style)

3 想要战胜快速乐句!

对于以“超绝”为目标的本书读者而言，想必“速度”是永恒的主题之一吧。首先让我们来掌握贝司中高速弹奏的代名词，如“吉他杀手”一般的必杀技巧“三指拨弦”！接着，练习以一个拨弦动作让多根弦发音

的扫弦以及五指扫弦（5Finger Sweep）等技巧，学会减少多余的拨弦动作。高速演奏是通过两手同步运动来完成的，所以为了让两手紧密地配合起来，务必从慢速开始脚踏实地地练习！

STEP 1

明确基础!

- P.28 新兵训练计划 10 ~横按 (Ceja) ~
- P.54 无敌杀手“三指拨弦” NO.1
- P.56 无敌杀手“三指拨弦” NO.2
- P.58 无敌杀手“三指拨弦” NO.3



STEP 2

应用练习!

- P.62 用必杀扫弦扫射! 第二发
- P.64 用必杀扫弦扫射! 第三发
- P.66 激烈的合体攻击!
- P.102 燃烧吧! 灵魂之 Right Hand 一击



STEP 3

挑战扩展技巧!

- P.68 最强兵器“三指拨弦 Z” 1号
- P.70 最强兵器“三指拨弦 Z” 2号
- P.104 燃烧吧! 灵魂之 Right Hand 二击
- P.116 热气腾腾的地狱澡堂

4 想要掌握丰富多彩的奏法!

要想压倒其他贝司手成为独一无二的最强贝司手，就必须打破固定概念，掌握丰富多彩的奏法。通过 Melodic、Right Hand、Both Hand 等各种点弦，灵活运用 3Pull&4Pull 的扩展 Slap，以及和弦弹奏等

高难度的练习，彻底地磨练自己的技术，增加身为贝司手应有的功力。不要偏向于某一技巧，而应该挑战各种不同的技巧，这样不仅掌握了技巧，也拥有了遇到任何困难都不服输的韧劲。

STEP 1

明确基础!

- P.84 威震战场的双手和声演奏 一号
- P.88 叛逆冲天的旋律 之一
- P.90 叛逆冲天的旋律 之二
- P.98 总司令“Big Both Hand”的反击



STEP 2

应用练习!

- P.50 愤怒的 Slap 扫荡作战
- P.78 火焰特种部队“指法 4 课”
- P.106 燃烧吧! 灵魂之 Right Hand 三击
- P.108 燃烧吧! 灵魂之 Right Hand 四击



STEP 3

挑战扩展技巧!

- P.48 极具威力的连续攻击
- P.80 奇迹的特种部队“指法 5 课”
- P.92 叛逆冲天的旋律 之三
- P.120 盛开在地狱里的花朵

致进入地狱训练营的读者

~序言~

地狱系列第一册《地狱训练·摇滚贝司》，将作者精心炮制的超绝技巧毫无保留地呈现给了各位读者。本书收录了大量三指拨弦、点弦(Tapping)、弗拉门科(Flamenco)奏法等特殊技巧，都是洋溢着对“贝司的爱意”。(简体中文版由湖南文艺出版社出版)

第一册的面世引起了很大的反响，“希望看到作者特殊技巧的影像”的呼声高涨。因此应广大读者的要求制作了第二册《凶速DVD特杀DIE侵略篇》，里面收录了以第一册人气练习为中心重新创作的乐句和综合练习曲。

第三册的《破坏与重生的古典名曲篇》以“如何用贝司演奏古典曲目”为主题，最终使贝司也能完美地表现出古典音乐宏伟的气势。在某种意义上，由于第三册具有古典乐翻奏专辑的品质，所以其难度也是本系列中最高的。(简体中文版由湖南文艺出版社出版)

随后出版了第四册，也就是本书《决死入伍篇》。从第一册出版至今历经四年岁月，作者也随之产生了巨大的信心。日本的贝司手们对演奏技巧的兴趣变得越发强烈，追求“超绝技巧”的贝司手一下子多了起来。时代已经不同了，这样说一点也不为过。因此，本书面向广大想要钻研技巧的读者，回归到起点，从入门阶段开始讲授MASAKI流派的技巧。超绝技巧的起点就在这里，让我们再一次鼓足干劲，准备挑战吧！

The Inferno I

一击

新兵大奋战

【基础练习集】

立志成为超绝贝司手的各位新兵，欢迎进入地狱战场！
接下来拼上你们性命的战斗即将开始，心理和手指准备好了吗？
掌握不了贝司的基础演奏是很难在这个战场上生存下去的。
首先进行一指拨弦、两指拨弦、半音阶乐句等练习，
掌握贝司手的基本功。
请不要小看初级练习，竭尽全力修行吧！

新兵训练计划 1

~一指拨弦~

8Beat 节奏型的一指拨弦训练



- 掌握基础单指!
- 牢记右手制音 (Mute) !

左手	技巧性	▬▬▬▬▬▬▬▬▬▬
	伸展度	▬▬▬▬▬▬▬▬▬▬
	控制力	▬▬▬▬▬▬▬▬▬▬
	耐久力	▬▬▬▬▬▬▬▬▬▬
右手	技巧性	▬▬▬▬▬▬▬▬▬▬
	节奏感	▬▬▬▬▬▬▬▬▬▬
	控制力	▬▬▬▬▬▬▬▬▬▬
	耐久力	▬▬▬▬▬▬▬▬▬▬

LEVEL



目标速度 ♩ = 124

示范演奏 TRACK1 (DISC1)

伴奏 TRACK1 (DISC1)

Em Gm F#m Am7

○ ~ 食 中 ~ 食 中 食 ~ 中 小 ~ 中 食

仅用一指拨弦弹奏的 8Beat 乐句。一根手指拨弦的话，声音颗粒容易集中，拨弦的保持 (Tenuto) 感就能出来。试着用两指拨弦弹奏，确认下两种拨弦的区别吧!

弹不了主乐句的人，先从下面的乐句开始修行吧!

梅

首先练熟右手的一指拨弦。

CD TIME 0:15~

J-124 Em G F#m Am

○ ○ 中 中 食 食 小 小

竹

用食指拨弦后，迅速将手指收回原位，进行制音。

CD TIME 0:30~

J-124 Em G F#m Am

○ ○ 中 中 食 食 小 小

松

在竹乐句中加入经过音进行练习。注意节奏不要乱。

CD TIME 0:43~

J-124 Em G F#m Am

○ ○ ○ 食 中 中 食 中 食 食 食 中 小 小 中 食

与本节相关联的是……第一册 P.52 《“8”的王道》，一同练习的话，经验值必将激增!

注意点 1

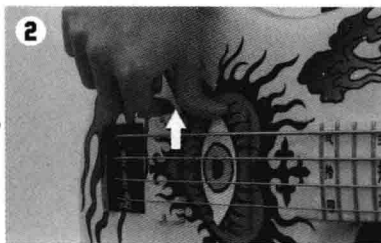
右手

拨弦之后迅速将食指 收回到原位!

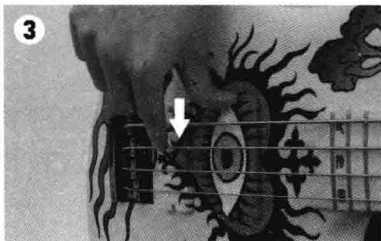
通常来说,由于大多数摇滚贝司手都会把声音延长,而不会把它切短,用拨片弹奏时,多采用下拨(Down)而非交替拨弦(Alternate)去演奏。在指弹中,使用一指拨弦就能够弹奏出像拨片下拨(Down)这样的Rock节奏(用两个手指的话,总感觉像是装了弱音器,但用一个手指弹奏的话,就能奏出“咯吱、咯吱”的保持【注】音。演奏时,食指在拨完弦后要迅速地回到原来的位置,同时要注意立刻移动到下一个拨弦位置(照片①~④)。一指拨弦是适合慢速(Slow)到中速(Medium)的奏法,请一定要掌握。



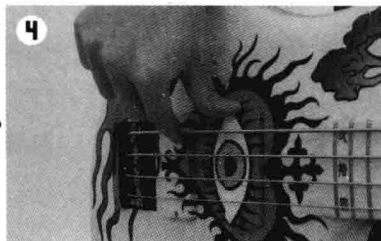
一指拨弦基本动作。首先把食指放在弦上……



向上拨弦。



拨完弦之后,迅速将手指放下……



再次把食指放在弦上。

注意点 2

右手

用手指触弦, 正确地加入休止符!

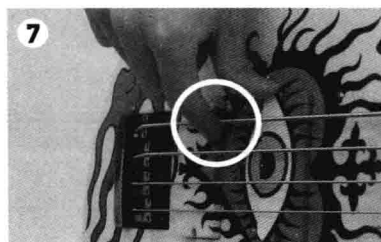
首先,严格地练习一指拨弦的基本弹奏方法。梅乐句中的拨弦要充分延长各音。竹乐句是在梅乐句的基础上加入了休止符的乐句,拨弦后要迅速地把手指收回到原来的位置,然后触弦,加入休止符(照片⑤~⑧)。此时,要注意准确地控制休止符的“时值”。松乐句是在竹乐句中加入经过音的乐句。主乐句中也加入了经过音,一定要跟上节奏,正确地练习一指拨弦,同时在演奏中务必要注重律动感(Groove)!



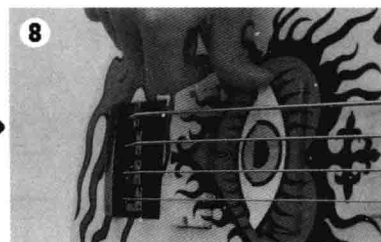
一指拨弦的上拨(Up拨弦)之后……



食指迅速回到原来的位置。



食指触碰4弦,让声音停止。



休止过后,再次拨弦。

~专栏 1~

将军的戏言

俗话说“三岁看大,七岁看老”,在磨炼乐器的演奏技术的同时,基础也是非常重要的。没有扎实的基础,就会停滞不前,处处碰壁。以体育为比方,华丽的点弦(Tapping)和快速弹奏,就如同奥运会级别的技术。然而即使是奥运会选手也会反复进行着不同于常人的基础训练,一点点超越自己的极限。如果你是贝司初学者,首先要打好基础,而如果你是有经验的贝司手,也应该回到起点,再次检验自己的基本功!

超绝之路充满挑战! 再次确认基础的重要性



忽视基础的人是无法开辟“超绝”之路的。请充分利用本书,巩固基础吧!

新兵训练计划 2

~两指拨弦~

换弦移动两指拨弦训练



- 使声音颗粒充分一致!
- 换弦移动时大拇指要正确移动!

左手	技巧性	
	伸展度	
	控制力	
	耐久力	
右手	技巧性	
	节奏感	
	控制力	
	耐久力	

LEVEL



目标速度 ♩ = 164

示范演奏 TRACK 2 (DISC1)

伴奏 TRACK 2 (DISC2)

食 食 小 食 食 小 名 小 食 食 食 小 小 名 名 食 食 小 食 食 小 食 名 小 小 名 名 食 食 小 名

第一小节第一拍、第二拍为跨弦弹奏。在弹②弦时，为了不误碰到④弦，让大拇指移动到④弦上进行制音。注意第二小节和第四小节的跨小节切分音符的演奏。

弹不了主乐句的人，先从下面的乐句开始修行吧!

梅

用右手食指和中指进行两指拨弦演奏。

CD TIME 0:12~

J=136 Am Dm G C

小 ~ 小 ~ 食 ~ 食 ~

竹

早期摇滚舞曲 (Rock&Roll) 的标准乐句。其特征是以两个音为一组进行弹奏。

CD TIME 0:26~

J=144 A D G D

中 中 食 食 小 小 食 食 simile ~

松

有效地使用切分音，为乐句增添气势。

CD TIME 0:39~

J=164 AΔ7 C#m F#m7 D

小 ~ 名 ~ 食 ~ 小 ~

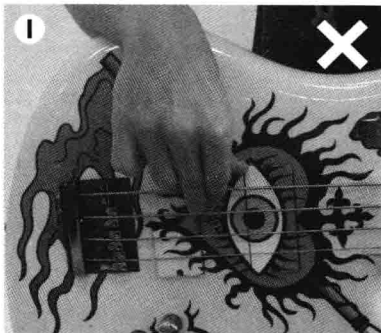
与本节相关联的是……第一册 P.54《切切切! 拼命切吧!》，一同练习的话，经验值必将激增!

注意点 1

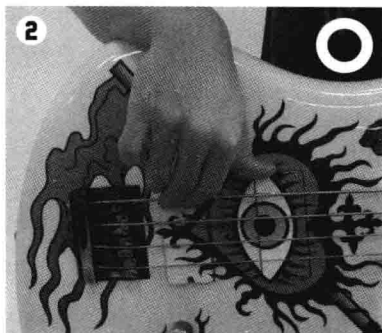
右手

右手食指和中指的位置保持一致!

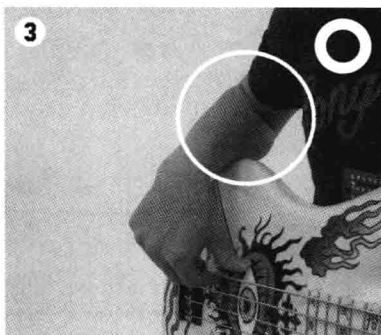
在 P.10 中我们练习了一指拨弦,而在这里即将进行的是两指拨弦训练。在两指拨弦的时候,首先碰到的障碍就是出音不一致。为了消除这一现象,可以考虑采用压限器(Compressor/Limiter)【注】之类的效果器(Effector)。但是,如果能够熟练掌握弹拨技巧的话,即使不依赖于效果器,也能消除出音的不一致。用手指弹奏的时候,存在食指和中指长度不同的问题。垂直放下右手的话,中指就会比食指突出(照片①),在这种状态下拨弦的话,由于触弦的深浅不同,出音就会不一致。因此让食指和中指朝着琴桥方向,触弦的两根手指的位置就能保持一致了(照片②)。食指和中指的位置一致后,接着让右肘紧紧地搭在琴身上(照片③)。手肘离开琴身的话,由于只靠大拇指支撑手臂,拨弦就会变得不稳,此处一定要注意!(照片④)



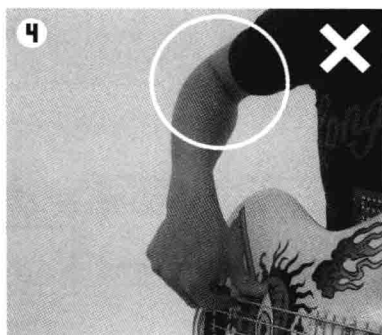
垂直放下手指的话,与食指相比,中指就会在更下面的位置。这样,声音颗粒就无法一致。



向琴桥一侧伸出食指和中指,注意使手指的位置保持一致。



为了提高演奏的稳定度,手肘紧贴琴身极为重要。



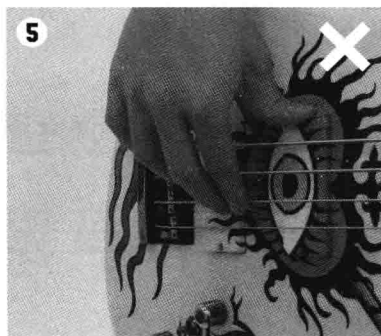
如果手肘不贴着琴身的话,右手就会不稳定。演奏起来会很困难!

注意点 2

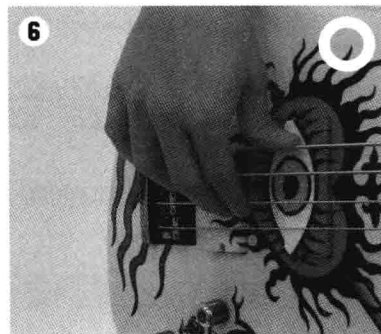
右手

配合换弦让大拇指正确移动的方法

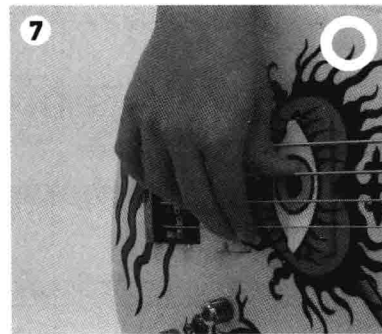
右手在做拨弦姿势的同时,大拇指的位置也必需注意。用手指弹奏的时候,多余声音的制音,基本是用左手和右手的大拇指来进行的。以主乐句第一小节第一拍和第二拍为例来解说,弹完④弦5品(A音)后,一口气移动到高八度的②弦7品(A音)上。此处,如果把大拇指固定在拾音器(Pickup)上的话,弹奏②弦的时候,④弦的声音还会有余音(照片⑤)。因此,在弹②弦的时候,要让大拇指移动到④弦上触着琴弦,一边弹奏②弦一边进行④弦的制音(照片⑥)。虽然在本章主乐句里用不到以上方法,但是在弹①弦的时候,如果用同样的方法将大拇指放在③弦上的话,就能同时对③弦和④弦进行制音了(照片⑦)。无论你的手指动得有多快,只要杂音一多,就无法变成超绝的演奏,所以在这里要牢牢地掌握大拇指的制音!



移动到②弦的时候,如果把大拇指放在拾音器(Pickup)上的话,就无法进行④弦的制音了。



向②弦进行换弦移动的同时,让大拇指移动到④弦。这样的话就可以防止④弦的杂音。



弹①弦的时候,让大拇指移动到③弦,并触着④弦,确实地消除低音弦的声音。

【压限器(Compressor/Limiter)】压限器(Compressor)是压缩声音、调整输出功率的效果器,Limiter(限制器)是按设置来抑制输出功率的效果器。现在兼备两者功能的贝司极为普遍。

新兵训练计划 3

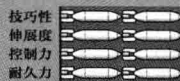
~半音阶 (Chromatic) 1~

密集换弦移动的半音阶乐句

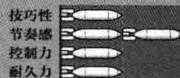


- 遵守“一品一指”的原则!
- 学会避免不必要的运指!

左手



右手



LEVEL



目标速度 $\text{♩} = 110$

示范演奏 TRACK ③ (DISC1)

伴奏 TRACK ③ (DISC2)

N.C.

食 中 名 小 中 食 小 名 *simile* ~ 小 名 中 食 名 小 食 中 *simile* ~

带有换弦动作的半音阶弹奏运指练习。为了做到在 1~4 品密集换弦移动时的按弦，必须要灵活、准确地控制左手。建议利用镜子，一边确认自己的姿势一边进行练习。

弹不了主乐句的人，先从下面的乐句开始修行吧!



通常在靠近品位的地方按弦，这点非常重要。准确地弹熟每一个音吧!

CD TIME 0:16~

J-72 N.C.

○ 食 中 名 小 名 中 食 *simile* ~



从小指开始的半音阶乐句。务必锻炼按弦的力量!

CD TIME 0:39~

J-72 N.C.

小 名 中 食 ○ 食 中 名 *simile* ~



半音阶的练习中，每一个音都要放开后再按弦，此练习可以提高手的稳定性。脚踏实地地埋头苦练吧!

CD TIME 1:02~

J-102 N.C.

食 名 中 小 名 食 小 中 *simile* ~ 小 中 名 食 中 小 食 名 *simile* ~

与本节相关联的是……第一册 P.10《斗志! 半音阶 No.1》，一同练习的话，经验值必将激增!