三弦基础教程

李凤山　张棣华 编著

陕西旅游出版社

需要全本请访问 www.ertongbook.com

前　言

三弦是我国历史悠久，流传极广，深受广大群众所喜爱的民族弹拨乐器之一。三弦有着浑厚刚健，清脆明亮，柔美抒情，跳跃流畅的艺术特色，在民间说唱、戏曲伴奏、民族乐队中普遍予以采用，并发挥着其它乐器无法替代的作用，就独奏而言，有时也出现于舞台。但也因三弦无品位、琴杆长、把位大、非繁弦，又苦于普及性规范教课书缺少，致使有意习练者投师无门，望而却步，与其它民族弹拨乐器相比，三弦的传承发展就显得有些缓慢。作为从事三弦教学和演奏实践的专业工作者，我们有责任肩负起进一步发扬光大三弦艺术的重任，使得更多的人了解它，喜爱它并去习练它，发展它。为此，我们编写了这本《三弦基础教程》。

《三弦基础教程》中所介绍的三弦，是以目前普遍使用的传统大三弦为依据。编写时遵循理论联系实际，由浅入深，简明扼要，科学系统，练习曲与乐曲相结合，民歌与戏曲乐谱偏重，突出地方风格的原则，力求通俗实用，激发读者兴趣，便于习练者打好扎实的基本功，尽快掌握各种技巧。书后所附独奏曲均属与秦地秦人有关的同仁未发表的作品，以供学习时参考。

由于我们水平所限，谬误难免，恳切希望广大读者给予批评指正。

2003 年 9 月于西安

目　录

前言
一、三弦简述 ……（1）
二、三弦的构造 ……（5）
琴鼓 ……（5）
琴杆 ……（5）
山口 ……（5）
琴轴 ……（5）
琴码 ……（6）
琴冠 ……（6）
琴弦 ……（6）
指甲 ……（6）
三、各种符号说明 ……（8）
弦序符号 ……（8）
把位符号 ……（8）
左手指序符号 ……（8）
左手指法符号 ……（9）
右手指法符号 ……（9）
四、演奏姿势 ……（10）
（一）坐的姿势 ……（10）
叠腿式 ……（10）
平腿式 ……（10）
放琴的位置 ……（11）
（二）右手弹琴姿势 ……（11）
（三）左手扶琴姿势 ……（12）
（四）左手指按音的方法 ……（12）
五、定弦、音域和把位 ……（14）
（一）定弦 ……（14）
（二）音域 ……（16）
（三）把位 ……（16）
六、基本练习 ……（19）

（一）弹与挑 ……(19)
1. 正确的手型……(19)
2. 触弦部位……(20)
3. 触弦角度……(20)
4. 触弦深度……(20)
5. 触弦速度……(20)
6. 触弦感觉……(21)
（二）换弦 ……(22)
（三）按音 ……(24)
（四）换把 ……(25)
（五）把位练习 ……(27)
第一把位 ……(27)
第二把位 ……(32)
第三把位 ……(37)
第四把位 ……(40)
（六）音阶练习 ……(42)
（七）活指练习 ……(49)
七、各种技巧的演奏方法与练习 ……(58)
（一）右手技巧 ……(58)
1. 撮……(58)
2. 撮分……(62)
3. 弹双、挑双和弹双撮 ……(66)
4. 扫、拂和扫撮、拂撮……(69)
5. 划……(73)
6. 扣……(73)
7. 剁指……(74)
8. 割弹……(75)
9. 勾、抹和摭 ……(77)
10. 分 ……(77)
11. 摘、哑弹、击、应弦……(80)
（二）左手技巧 ……(81)
1. 滑音……(81)
2. 吟音……(84)
3. 打音……(84)
4. 带音……(84)

5. 泛音 ……（86）
6. 煞 ……（89）
（三）G 调综合练习 ……（89）
舞剧《红色娘子军》片断 ……（89）
窗花舞 ……（90）
粉红莲 ……（90）
放风筝 ……（91）
花音岗调 ……（91）
珊瑚颂 ……（92）
纺棉花 ……（93）
南泥湾 ……（93）
杨柳青 ……（95）
幸福年 ……（96）
京剧《智取威虎山》片断 ……（97）
梅花大鼓开板 ……（97）
手拿碟儿敲起来 ……（98）
梅花大鼓过门(一) ……（99）
银纽丝 ……（99）
数九寒天下大雪 ……（100）
孟姜女 ……（101）
采花调 ……（102）
拥军花鼓 ……（103）
梅花大鼓过门(二) ……（105）
八、常用调练习 ……（106）
（一）C 调练习 ……（106）
一只鸟仔 ……（109）
花鼓子 ……（110）
二月里来 ……（110）
摘黄瓜 ……（111）
纺线线 ……（111）
（二）D 调练习 ……（113）
我们的祖国是花园 ……（115）
儿童舞 ……（116）
田园春色 ……（116）
十里墩 ……（117）

需要全本请访问 www.ertongbook.com

雪山红日 ……(118)
（三）F 调练习 ……(118)
新疆舞曲 ……(121)
小开门 ……(121)
顶碗 ……(122)
蒙古调 ……(123)
阿瓦人民唱新歌 ……(124)
众手浇开幸福花 ……(125)
武术 ……(125)
（四）♭B 调练习 ……(127)
草原就是我的家 ……(130)
井冈山上太阳红 ……(131)
人人都说咱俩好 ……(131)
青竹成林一条根 ……(132)
茶歌 ……(133)
（五）♭E 调练习……(135)
九、独奏曲选 ……(137)
晚会 ……贺绿汀曲　张棣华移订(137)
柳青娘 ……张宝义传谱　闫定文　吕自强整理(138)
郊游 ……李凤山编曲(140)
对花 ……张宝义传谱　闫定文整理(143)
悲秋 ……张宝义传谱　张棣华　李凤山整理(144)
汉江春色 ……孙　韶　演道远曲(145)
豫北欢歌 ……演道远　成锡智曲(148)
绣麒麟 ……张宝义传谱　张棣华　李凤山整理(153)
喜讯 ……黄仕中曲(154)
河东琴韵 ……张丰光　宁志敏编曲(159)
句句双 ……张宝义传谱　闫定文整理(162)
西厢情思 ……宗国昌　演道远曲(165)
雪梅嬉春 ……李通训编曲(170)
秦琼卖马……张宝义传谱　闫定文　李怀悌整理(174)
蒲乐乡情 ……李凤山编曲(176)
拉兹之歌……桑凯尔·札伊吉尚曲　演道远改编(179)
乡音 ……闫惠昌曲(181)
解放军进行曲 ……郑律成曲　闫定文改编(186)

一、三弦简述

三弦，又名“弦子”，是我国流传很久并为广大人民群众所喜爱的民族弹拨乐器之一。三弦的原始形式，相传远在秦代（公元前246年—公元前207年）就已有所流传了，古时称为“鼗鼓”。鼗鼓即如货郎手摇的拨郎鼓，演奏时用手摇动，为说唱作伴奏。据唐·杜佑《通典》记载：“秦苦长城之役，百姓弦鼗而鼓之”。据说，当年秦始皇统一中国之后，征集了几十万黎民百姓赴边疆修筑长城。为使极为沉闷劳累单调的苦役生活得到一点调剂，人们就试着将一种称为“鼗”的带柄、两面蒙皮的小摇鼓，去掉击鼓的球丸，以鼓柄为琴杆，张上丝弦，这样，一种称为“弦鼗”的弹拨乐器就诞生了。可以说，“弦鼗”是世界上最早的弦乐器之一，也是我国多种弹拨乐器的祖先。但，弦鼗的某些特点在三弦身上得到了更完整的保存：皮面、长柄、无品、琴柄插入琴鼓之内。至今，三弦的共鸣箱仍被叫做“琴鼓”。又据清·毛奇龄《西河词话》中记载：“三弦起于秦时，本三代鼗鼓之制而改形易响，谓之弦鼗，唐时乐人多习之，世以为胡乐，非也”。因此说，三弦的原始形式“鼗鼓”到了秦代，人们易鼗鼓之制，在其柄上张起了弦线，从此鼗鼓就演变而成可以拨弹的“弦鼗”了。三弦一词最早见于唐·崔令钦的《教坊记》：“平人女以容色选入内者，教习琵琶、三弦、箜篌、筝等者，谓之‘掐弹家’”。后来，随着社会的发展和我们祖先的勤劳与智慧，在“弦鼗”这种乐器的基础上吸取了其它同类弹拨乐器的优点，不断予以改进和创造，才逐渐演变为今天所流行的大三弦和小三弦等形式的乐器。

三弦在元代以前流传并不很广，元朝的建立和杂剧、说唱音乐的兴起，它才逐渐遍及内地。因其易于操弄，普遍为民间所喜用，多用于伴奏说唱、戏曲等，使“三弦”之名再次复出。因此，三弦艺术的发展及其沿革是与说唱、戏曲艺术的发展紧密相连的。

说唱艺术的发展，使三弦的运用就更加广泛了。如苏州弹词、扬州弹词、四明南词、绍兴平湖调、常德丝弦等；北方的木板大鼓、唐山大鼓、东北大鼓、京韵大鼓、梅花大鼓，甚至湖北大鼓、安徽大鼓等，都用三弦做为主要伴奏乐器，而西河大鼓和起源于乾隆年间的单弦，则只由一人用三弦来伴奏。

戏曲艺术的发展，为三弦的运用开辟了更为广阔的天地。早在明清时期，三弦已是南北方戏曲的主要伴奏乐器。据载，清代末年北方盲艺人王玉峰还创造了“三弦弹戏”，用三弦摹拟谭鑫培等京剧名家的唱腔，甚至还能奏出人声、军马声和禽鸟飞鸣的效果。其后，上海盲艺人沈易戈仿其法，改用弓奏，又首创了“三弦拉戏”。

三弦用于民间音乐的演奏和民间歌舞的伴奏，其形式和品种也是很丰富的。如明代南京的《十番鼓》、苏州的《十番锣鼓》，以及后来形成的苏南吹打、江南丝竹、广东音乐等民间音乐形式。而清朝后期说唱艺人马三峰还大胆革新创制了大三弦，丰富了三弦的演奏艺术。

三弦也用于宫廷音乐的演奏。明初中州藩王府的乐工们创演了弦索调，并使三弦成为演奏《弦索十三套》的四大乐器之一。三弦的四、五度定弦法也从此开始而延续至今。已成绝技的清代宫廷三弦套曲，近年来还在北京音乐厅专场举行了由中央音乐学院青年教师谈龙建领衔主奏的《爱新觉罗·毓峘三弦传谱音乐会》。演奏的曲目有《海青》、《普庵咒》、《变音板》、《合欢令》等。爱新觉罗·毓峘先生的三弦套曲音乐的发掘，对三弦的演奏和研究有着相当重要的价值。

三弦在我国兄弟民族当中也很流行。北至辽阔草原上的蒙古族，南到边陲的哈尼族，以及白族、彝族、拉祜族等，都把三弦运用于自己民族音乐之中。在明清时代，随着文化交流和人民乔迁，三弦还流传到日本（称为“三味线”）、南洋一带。

在陕西，三弦是陕西地方戏曲眉户、秦腔、道情、陕北说书的主要伴奏乐器之一。眉户，无论是农闲时的清唱还是后来发展成为舞台大戏，三弦都是它的主要伴奏乐器。除了奏旋律外，还以各种装饰音、滑音和部分和音为其特点，而丰富了眉户音乐的迷人魅力。陕北说书是流行于陕北地区的民间说唱艺术，伴奏乐器主要是一把三弦和两件小型击节乐器“甩板”及“麻喳喳”。著名艺人韩起祥演唱陕北说书时，三弦在演奏旋律的同时，右手有时连扫三条琴弦，产生较单调的和声色彩；有时还摹拟自然音响效果，如刮风、飞机、机枪大炮声，战马奔驰等，尤具特色，生动形象。

建国以后，三弦在我国的民族弹拨乐器中，才真正得到应有的重视和发展。全国各音乐院校先后开设了三弦专业。西安音乐学院是全国最早开设三弦专业的院校之一，著名艺人张宝义老师为西北乃至北京、山西、四川、武汉等省市培养了不少三弦演奏人才，为三弦在西北的发展做出了积极贡献。在新型的民族乐团、队中，三弦被列为乐队编制中的常用乐器，有时还处于领奏或主奏地位。同仁们对乐器本身还进行了行之有效的改革，如缩短琴杆等等。在演奏艺术上，充分发挥了三弦独一无二的无品位的特点，又创造和吸收借鉴了姊妹乐器的技法，如琵琶的“轮指”等，提高和丰富了三弦的演奏技艺，使其浑厚刚健、粗犷奔放、明快跳跃、抒情流畅的艺术特色更具鲜明，并形成了多种风格和流派。

三弦由于有着其它乐器难以比拟的特殊音色，常作为色彩性乐器使用。如电影《骆驼祥子》和一些动画片的音乐，它都以领奏和主奏出现，对介绍背景、烘托剧情、揭示人物、营造气氛等，均收到了佳美的效果；芭蕾舞《白毛女》、《红色娘子军》，三弦则作为反面人物登场，听到它的声响就看到了黄世仁、南霸天阴险恶毒的形象，给人们留下极深刻印象。三弦在大型交响乐队的伴奏下，更显示出它的独特风韵和极强的穿透力。

近年来，作曲家和三弦演奏家相结合，对三弦艺术的发展作出许多新的贡献，不仅使三弦演奏技巧有了新的突破，而且创作改编了不少新的力作，如《太行山上送粮队》、《快乐的牧马人》、《迎亲人》、《边塞之夜》、《湘妃泪》、《船歌》、《四季》、《绣荷包》、《合欢令》、《十八板》、《梅花调》以及《土耳其进行曲》、《查尔达什》、《巴格尼尼 24 首小提琴随想曲》等，从而进一步从多侧面展示三弦的艺术魅力和表现力，并努力使三弦从不同角度反映现实生活和当代人们的精神面貌，使三弦这一群众喜爱的民族弹拨乐器步入了新的发展阶段。

现在我国各地区流行的三弦，在其形制的大小虽有好多种，但较为广泛使用的基本分以下三种：其一是大三弦，又名“大鼓三弦”，或称“书弦”。其音色浑厚、响亮、刚健，形制较长大。它多流行

于我国北方(华北、东北)一带,是各种大鼓、单弦、时调、鼓子曲等说唱音乐的主要伴奏乐器。也是戏曲、歌舞、歌剧、独唱等形式的伴奏乐器之一。它在民族乐队中除独奏外,乐队编制为中音弹拨乐器。第二种是小三弦,又名"曲弦",或称"南弦"。其音色清脆、明朗,形制较小,多流行于我国南方江、浙、闽、粤一带,是弹词、闽南戏、汉剧、粤剧、桂剧、广东音乐、京剧等戏曲音乐和说唱音乐的主要伴奏乐器。第三种是中音三弦,其形制比大三弦略小,而比小三弦稍大,它是我国北方各地特别是陕西地方戏曲眉户、道情、秦腔、陕北说书等主要伴奏乐器。

大三弦具有音量宏大、音域宽广、音色刚健优美等特色,同时还具有丰富的演奏技巧,并能演奏各种变化音和简单和弦。因此表现力比较丰富,在民族乐队中和独奏者多采用大三弦。本书所介绍的就是传统大三弦的各种基本的演奏技巧和学习的方法,而其它各种三弦的演奏技巧和方法则大同小异,故从略。

下面简单介绍一下中音三弦。它是陕西地方戏曲眉户、秦腔、道情、陕北说书的主要伴奏乐器之一。眉户戏,也叫"迷胡"、"曲子戏",是西北地区特别是关中一带流传最为普遍的一种戏曲形式。眉户音乐是由许多独立的民歌、小调、情歌、童谣所组成的"套曲"形式,以表现广大劳动人民的生活、风俗、语言为特色而产生的一种戏曲艺术。眉户音乐委婉动听、优美、抒情,有着迷人的音乐魅力。三弦是眉户戏的主要伴奏乐器,其定弦为"1 5 1",此外,还有定为"2 5 1"、"5 2 5"或"5 6 3"的,不过后几种定弦法现在都很少采用。三弦除奏旋律(包腔)外,以各种装饰音、滑音和部分和音为其特点,音色优美,响亮,表现力丰富。一般采用拨子来演奏。秦腔与道情音乐的伴奏,大致与眉户相同。

"陕北说书"是流行于陕北地区的一种民间说唱音乐,是陕北人民群众所喜闻乐见的艺术形式之一。"陕北说书"的伴奏乐器,主要是一把三弦和两件小型击节乐器"甩板"及"麻喳喳"。演唱中充分发挥三弦的演奏性能,伴奏手法丰富多样,较恰如其分地起到烘托与渲染气氛的作用。三弦用拨子弹奏,响亮,刚健而有力。其空弦音定为"1 5 5"或"1 5 1"。左手一般仅用一个食指按音,奏旋律时,右手连扫三条琴弦,发出连续不断的持续音,产生较单调的和声色彩。同时,在演奏中还可以模拟自然音响效果,如刮风、下雨、飞机轰鸣、机枪大炮声、战马奔驰等等,尤具特色。

时代在前进,社会在发展。为了将这一古老乐器大放异彩,适应时代的要求,对目前流行的传统大三弦在教学与实践中进行合理的改革与探索,是非常必要的。广大专业、业余文艺工作者和乐器厂的同志们对传统大三弦的研究与改革、演奏方法的改进与发展,都曾付出了极大的心血和辛勤劳动,取得了一定成绩。这对于我国民族音乐艺术事业的发展和繁荣起了一定的促进作用,比如:

(一) 指板的改革。传统大三弦的指板长度(从山口至琴鼓)一般约为 80 公分到 90 公分。指板太长、音位过大,超出一般人手指活动的限度,影响转调、音准和快速度地演奏。因此将指板的长度缩短为 73 公分到 75 公分左右,这样演奏起来就比较方便自如多了。

(二) 制作琴托。三弦原本无此附件,这是近多年来添加的。琴托多用铜料或其它金属制成。可以减轻左手与大小臂的负担,并使换把灵活,有利于各种演奏技巧的充分发挥。

(三) 琴鼓的改革。传统大三弦共鸣箱的结构不甚合理,发音硬而突出,个性过强。为了使三

弦能在乐队中较融洽地组合，因此采用了纵切面为“⟩⟨”型的共鸣箱（横切面仍为椭圆形），扩大了正反两面蟒皮各0.5公分，鼓腔内壁呈反向双喇叭口型，与皮面呈锐角而不是原来的直角。这样以来，在一定程度上克服了传统大三弦个性强、共性差的弱点，余音增长、音质纯净，各音区的音色也比较统一。

（四）演奏方法上借鉴了琵琶的“轮指”和其它弹拨乐器的技法，从而大大丰富了传统三弦的表现力。

以上所有这些改革与成就，对于继承和发展我国古老的弹拨乐器——三弦，作出了很大贡献，是很鼓舞人心的。

二、三弦的构造

三弦是由琴鼓、琴杆、琴头、琴轴、山口、琴码、琴冠、琴弦等部件组成。

下面分别介绍三弦的构造、各部名称及其作用：

1. 琴鼓

琴鼓是三弦的共鸣箱，一般多采用老红木或花梨木做成椭圆形木框，两面蒙以蟒皮。蟒皮以鳞块较大、布局匀称、色泽鲜艳的青花白底大蟒皮为最好。蟒皮是共鸣箱最主要的组成部分，其质地的优劣对三弦的音质与音色都有直接的影响。

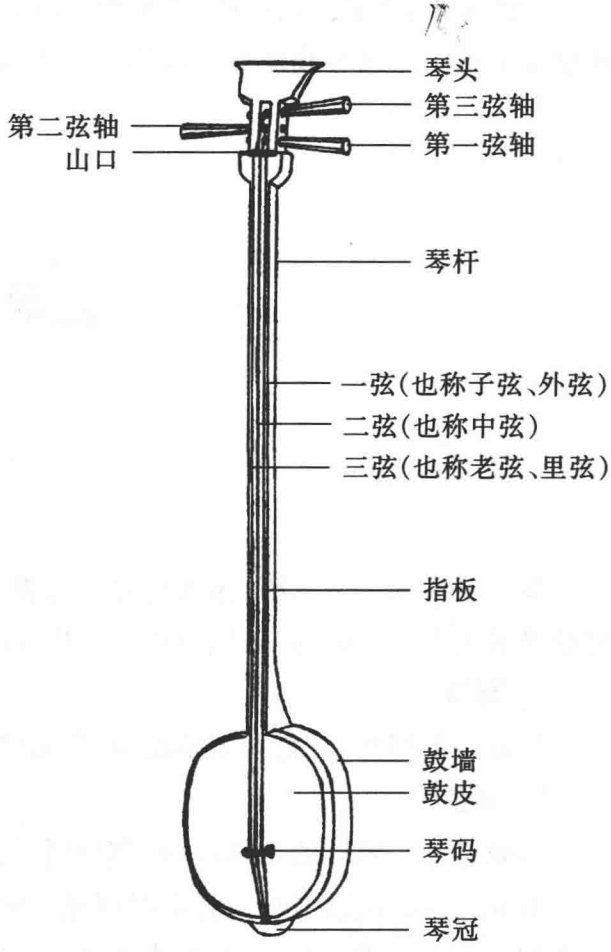


图 2-1

2. 琴杆

琴杆(或称“担子”)，一般采用樟木、楠木或其它硬木制成，中间呈空心，然后在琴杆的表面镶有“指板”(也称“垫板”)。指板多采用木质比较坚硬的乌木、红木或紫檀木制成，此种材料发音清脆坚实，耐磨损而且不易变形。

南方一带所流行的小三弦、陕西地方戏曲所用的中音三弦和其它地方所使用的三弦则一般不另镶指板，琴杆大多是一整块红木或其它硬木所制成。

3. 山口

山口(或称“天码”)，是用牛骨或其它骨制品制成，镶嵌在琴杆托把的顶端。它将三条琴弦从上面架起，起着切弦作用，是每条琴弦的最低音位。山口与琴码之间是琴弦的有效振动部分，因此山口的高度必须得当，否则将影响左手指技巧的发挥。山口表面并凿有三条弦槽以固定琴弦。弦槽宜修得很光滑，宽窄深浅要适度，以防琴弦出槽或损伤琴弦。

4. 琴轴

琴轴(或称“轸子”)，一般多用红木、乌木或黄杨木做成。装在琴头的两侧，左一右二。琴轴的作用是调整音的高低和固定琴弦的松紧度。琴轴与轴孔的接触面要严密无隙并能转动自如。拧轴时要适度而不能太紧或太松，太紧琴轴转动则不灵活，太松则容易跑弦。

需要全本请访问 www.ertongbook.com

5. 琴码

琴码是用老竹做成，码底必须平整。有制成拱形的，有用一块竹子制成雕空码的，也有用两块竹子粘合在一起制成雕空码(如图 2-2)。琴码放在琴鼓正面靠下方大约$\frac{1}{3}$的地方。弹拨琴弦发音，通过琴码振动琴鼓而引起共鸣，因此琴码的制作一定要非常考究。

制作琴码，要掌握其高低、宽窄和长短的比例。过低发音虚松而不实，琴码过高音量虽大，但却堂而不脆。经过实践证明，琴码制作的比例如图 2-2。

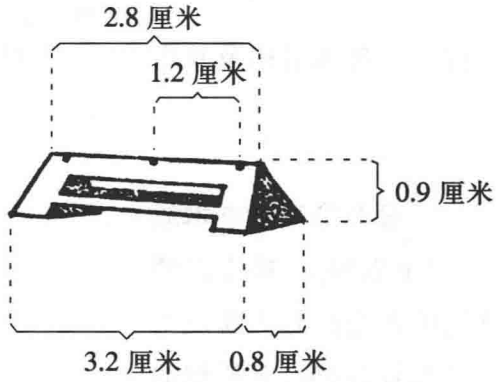


图 2-2

琴码上面的三个弦槽，深浅与宽窄也要做得非常合适，否则，演奏时琴弦容易出槽。因此，可将弦槽雕成上狭下阔的三角形如“∠△”状，即可避免上述毛病发生。

6. 琴冠

琴冠一般用红木、花梨木制成，其作用在于拴弦。

7. 琴弦

琴弦是三弦发音的主体部分。其质料对于三弦的音质与音色起着很重要的作用。在过去很长一段时间，三弦都使用丝弦，弹奏时间稍久便容易断损，而且发音不够纯净。近多年来，大多采用尼龙钢丝或尼龙钢绳弦，其音色清亮、圆润，音质与灵敏度都较好。

8. 指甲

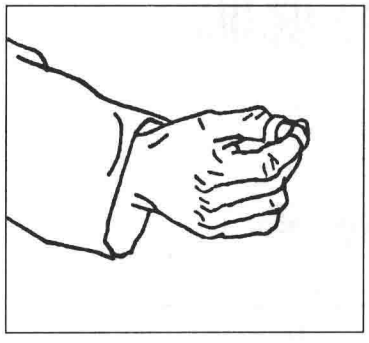
假指甲或拨子是弹三弦的主要工具。其质料的好坏、制作的是否合适，对发音影响很大。

首先介绍拨子：这在我国各地的民间说唱和戏曲伴奏中，流行比较普遍。拨子的种类很多，有硬塑料板、骨片、牛角骨或其它骨料制成的，在陕西眉户、秦腔等戏曲伴奏中也有用两个杏核绑在一起等等。其共同特点是制作简单，使用方便，便于学习和掌握。其技巧性不甚复杂，因此它也深受广大群众所喜爱。

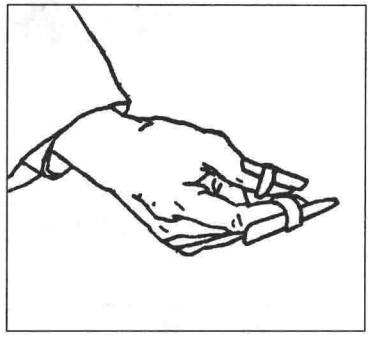
而在演奏传统大三弦时，右手食指和大指须戴假指甲。一般假指甲多采用骨料制成，如狗骨、牛骨、牛角骨、雕膀骨等。假指甲比较长大，食指约 8 公分，大指约 4 公分。用骨制指甲弹三弦，音量宏大，发音坚实。近几年来，由于将丝弦改换成尼龙钢丝弦之后，骨制指甲比较坚硬，缺乏弹性与韧性，所以目前多采用赛璐珞或透明塑料板制作指甲。

假指甲的制作方法：将 0.8 毫米或 1 毫米厚的赛璐珞料剪成大指和食指大小的指甲状(大指

约长 3 公分，食指约长 4 公分），加热软化，然后用圆形棍棒压成弧形指甲状，待定型之后，将指甲前端与边缘用细砂纸打磨光滑，后端用胶布缠于大、食两指上就可以了。如图 2–3：



赛璐珞指甲



骨制指甲

图 2–3

三、各种符号说明

（一）弦 序 符 号

符　　号	名　　称
一	代表一弦(子弦)
二	代表二弦(中弦)
三	代表三弦(老弦)
（　）	代表空弦

（以上符号均记在曲调的下方）

在弦序符号上加（　）时，即代表为空弦。如(一)为空一弦，(三)为空三弦等。

（二）把 位 符 号

符　　号	名　　称
Ⅰ	代表第一把位(上把)
Ⅱ	代表第二把位(中把)
Ⅲ	代表第三把位(下把)
Ⅳ	代表第四把位(最下把)

（以上符号均记在曲调的下方）

（三）左手指序符号

符　　号	名　　称
一	代表食指按弦
二	代表中指按弦
三	代表名指按弦
四	代表小指按弦
𠃌	代表大指按弦

（以上符号均记在音符的上方）

（四）左手指法符号

符　号	名　称
○	泛音
◆	吟音
●	打音
❩	带音
⌒	滑音（↗上滑音 ↘下滑音）
⊢⊣	伏弦

（以上符号均记在音符的上方，⊢⊣记在音符右侧）

（五）右手指法符号

符　号	名　称	符　号	名　称
∖	弹	⫽	弹双撮
∕	挑	×	扣弦
⫽	弹双	(	勾
⫻	挑双	)	抹
≈ ⫽	撮(滚)	( )	摭
𠂇	扫	∕∖	分
𠂇	拂	⩘	割弹
𠂇≈	扫撮	△	剁指
𠂇≈	拂撮	≈∖	正撮分
𠂇𠂇≈	扫拂撮	≈∕	反撮分

（以上符号均记在音符的上方）

四、演奏姿势

学习任何一种乐器，养成一种良好的演奏姿势是非常重要的。没有正确的演奏姿势，也就很难以掌握正确的演奏方法。如果一个演奏员的姿势比较乖张，必然会给观众留下不良的印象，而且影响甚至破坏了音乐艺术的表现。因此，在开始学习弹奏三弦时，就一定要养成严格、正确的演奏姿势，在训练的过程中培养自然、大方、美观的姿态。如果一经发现姿势上有不合要求时，必须及时予以注意和调整。

下面分别谈谈三弦的弹奏姿势。

（一）坐的姿势

弹奏三弦一般常常采用的有叠腿式和平腿式两种演奏姿势。

叠腿式：坐好以后，将右腿搭在左腿上，左脚着地，右脚自然悬起，左大腿与小腿的角度一般保持不小于90°角（见图4-1）。

平腿式：坐好以后，两腿自然微微分开平放，大腿与小腿一般均保持90°左右（见图4-2）。



图4-1　叠腿式



图4-2　平腿式

坐的姿势是采用叠腿式好还是采用平腿式好呢？这是要根据坐的椅子的高低而定，椅子比较高一些，即采用第一种姿势，如果椅子比较矮一些，则采用第二种姿势。总之，不管采取那种姿势，

一定要求膝关节不低于椅子的高度，使大腿的平面与地面基本保持平行，以确保三弦琴鼓置放稳定，这样才有利于自如地演奏，同时还须要求坐得端正、松驰、自然、大方、不挺胸、不驼背、不斜肩。

放琴的位置：坐稳之后，将琴鼓放在右腿上，鼓面向外，鼓背离腹部大约能放下一拳头的距离，切忌琴鼓紧贴腹部，以免影响琴鼓的有效振动。但是，也应注意琴鼓不能离身体太远，否则也不利于正常的演奏。一般比较正确的放琴位置如图 4-3。

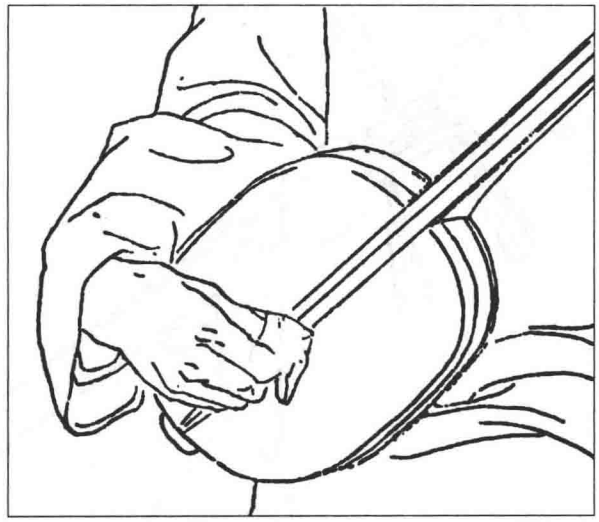


图 4-3

（二）右手弹琴姿势

右手小臂近腕关节处紧压琴鼓，以减轻左手托举琴杆的负担。手腕向外伸出于琴鼓一般约六厘米左右，手腕稍向里弯曲，用大、食两指在鼓面中央位置（琴码上方约五厘米左右）处弹弦。大指与食指在琴弦上的弹挑距离，宜靠近在一点上，以求弹挑音色均衡统一。其余中指、名指、小指自然屈回放松，呈半握拳状，切不要攥得太紧，如图 4-4。

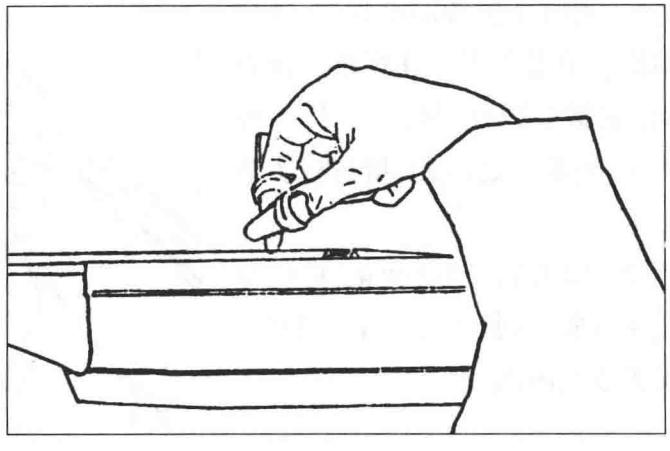


图 4-4

需要全本请访问 www.ertongbook.com