



优化精简的教学体系 + 课后讲解 + 和弦图 + 范奏视频

自学 / 教学中的得力助教

轻松学!

陈 钰 编著

指弹吉他简易教程

推荐给：指弹新手

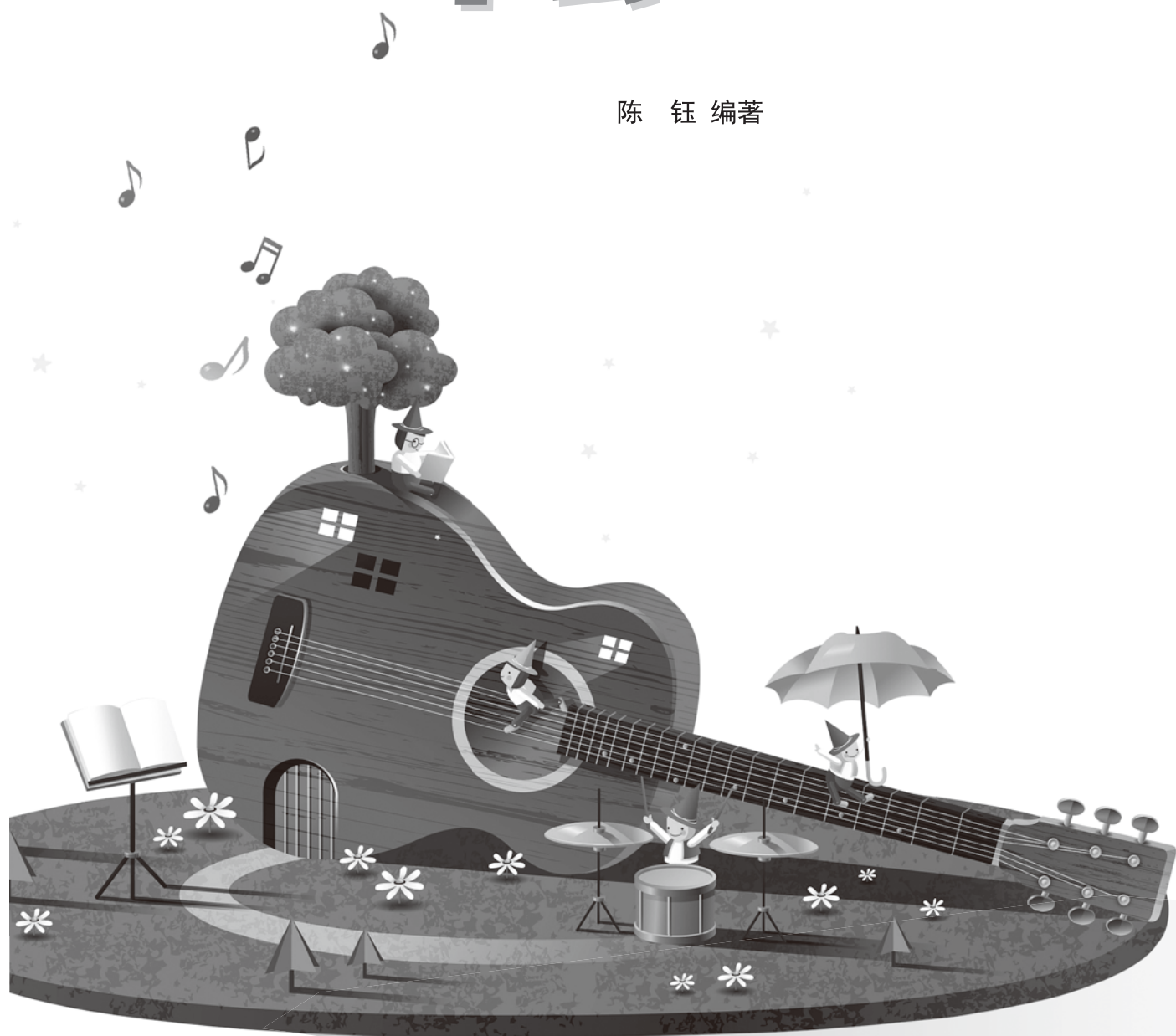
- ★ 乐曲编配的难度循序渐进，
轻松上手，好学、好弹
- ★ 综合选取抖音热门单曲、游戏背景曲、
经典的流行音乐，课后更潮展示自己



轻松学!

指弹吉他简易教程

陈 钰 编著



图书在版编目 (CIP) 数据

轻松学! 指弹吉他简易教程 / 陈钰编著. — 长沙: 湖南文艺出版社, 2019.12

ISBN 978-7-5404-9467-4

I. ①轻… II. ①陈… III. ①六弦琴—奏法—教材 IV. ①J623.26

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 211408 号

本书作品著作权使用费由中国音乐著作权协会代理

地址: 北京市东单三条 33 号京纺大厦 5 层

电话: 010-65232656-532

邮编: 100005



编 著 / 陈 钰

参与编写 / 胡少林 蒋中燕 李长江 汤文钊 李祥祥
曾 捷 李建成 刘雪平 腾 明

出 版 人 / 曾赛丰

责任编辑 / 刘 津

封面设计 / 汪 勇

内文设计 / 九 歌

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

湖南省长沙鸿发印务实业有限公司印刷

版 次 / 2019 年 12 月第 1 版

印 次 / 2019 年 12 月第 1 次印刷

开 本 / 880mm×1230mm 1/16

印 张 / 6.75

字 数 / 108 千字

ISBN / 978-7-5404-9467-4

定 价 / 42.00 元

后记

尊敬的读者朋友, 相信练习完本书您可以从单音演奏进阶到一个完整的指弹乐曲演奏。本书的定位是初级入门教材, 因此每个教学章节都是点到即止, 如果您有兴趣深入学习, 不妨多多收集相关练习的资料。

曲目方面, 我们会不断更新, 详情请加官方微信公众号了解。我们会在公众号里更新时下最热门、最好听的曲目, 并配有示范视频与曲谱。

最后, 再次感谢您选择了本书, 祝您练琴愉快, 琴艺精进。

音乐部网址: <http://www.hnwy.net/music/>

邮购电话: (0731) 8598 3102

联系人: 朱文婕

打击盗版电话: (0731) 8598 3013 传真: (0731) 8598 3016

若有质量问题, 请直接与本社出版科联系 (0731) 8598 3029

前言

尊敬的读者朋友，您好！非常感谢您在众多吉他指弹书籍中挑选我们这本。最近几年，指弹吉他的热潮一浪高过一浪，因其不受演奏者的弹奏方式、风格等约束，可以尽情地自由发挥，很快被爱好吉他独奏的朋友所接受。

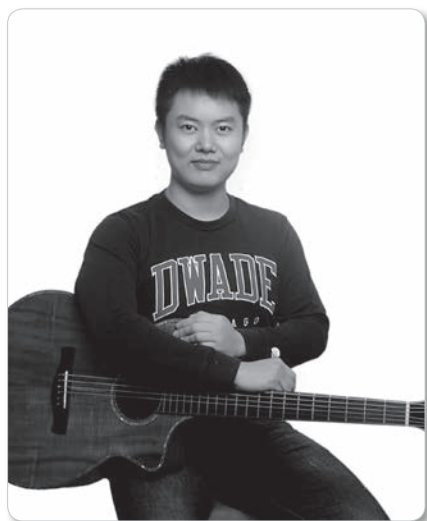
良好的开端，是成功的一半。学习任何一门乐器，初级入门尤为重要，出于为初学指弹的朋友提供一些有效学习方法的目的，我把自己多年的学习与教学成果以及与同行前辈、友人的经验汇集在一起，以通俗易懂的语言、层层递进的方式编著成了本书。

本书的内容，总共分为三大部分。第一部分是基础乐理部分，介绍了基础乐理常识与六线谱、简谱的读谱。第二部分是教学部分，总共七个章节。其中六个练习章节，一个改编章节，每个章节都有针对性的练习与分析。第三部分是曲目示范，本书总共有 23 首指弹乐曲。这些曲目涉及纯音乐、电影电视剧主题曲、动漫游戏主题曲、时下热点流行曲目等。如纯音乐《幻昼》，动漫电影《寻梦环游记》的主题曲《请记住我》，电影《我不是药神》的主题歌《只要平凡》，流行歌曲《体面》《告白气球》等等，这 23 首乐曲以及 92 条练习都配有高清的示范视频，在练习时扫码观看视频能帮您更有效地练习！

最后，感谢本书编辑小天，还有在我学习吉他这条路上指点过我的前辈、友人，谢谢你们！谢谢！金无足赤人无完人，本书如还有需要改正之处，还望读者朋友、同行加以斧正，谢谢！

陈钰

作者简介



陈钰

湖南科技职院人文与音乐学院吉他专业教师，长沙五音教育吉他部负责人，“御琴成音”吉他工作室创始人，擅长古典吉他、民谣吉他指弹改编、即兴伴奏、音乐制作，曾出版图书《吉他入门趣多多》。

目录

预备课 GO!

一、认识六线谱与简谱	001
二、看音符识拍数	001
三、附点	001
四、基本节奏型	002
五、延音线	002
六、拍号	002
七、音域划分	002
八、基本音级	002
九、音程	003
十、和弦	004

第一章 基础单音练习

一、触弦与音色	005
二、1—3 品音阶	006
三、检测音阶熟练度！单音曲目练习	006
《玛丽有只小羊羔》	006
《布谷鸟》	007
《小蜜蜂》	007
《小星星》	008
《洋娃娃和小熊跳舞》	008
《雪绒花》	009
《多年以前》	010
《奇异恩典》	010
《送别》	011
《苏珊娜》	011
Yesterday	012
Speak Softly Love	012
《秋叶》	013
《纸短情长》	014
《亡灵序曲》	014
四、释放手指灵活度！爬格子与模进音阶练习 ..	015
《练习一》	015
《练习二》	015
《练习三》	015
《练习四》	016
《模进音阶》（一）	016

《模进音阶》（二）	017
《模进音阶》（三）	017

第二章 指弹之路开始！

寻找主音的小伙伴！主旋律加低音弹奏

《练习曲》	018
《玛丽有只小羊羔》	018
Love Me Tender	019
《新年歌》	019
《生日歌》	020
Bingo	020
《铃儿响叮当》	021

第三章 和弦加主旋律弹奏

练习一《卡农》	022
练习二《欢乐颂》	022
练习三《玛丽有只小羊羔》	024

第四章 伴奏练习

分解和弦与扫弦

一、分解和弦练习	025
《练习一》	025
《练习二》	025
《练习三》	025
《练习四》	026
《练习五》	026
《练习六》	026
《练习七》	026
《练习八》	027
《练习九》	027
《练习十》	027
二、扫弦练习	027
《练习一》	027
《练习二》	028
《练习三》	028
《练习四》	028
《练习五》	028

《练习六》	028
《练习七》	029
《练习八》	029
《练习九》	029

第五章 指型音阶练习

一、五种七声指型音阶	030
Mi 指型音阶	031
Sol 指型音阶	031
La 指型音阶	031
Si 指型音阶	031
Re 指型音阶	031
二、纵向音阶练习	032
①弦音阶	032
②弦音阶	032
③弦音阶	032
④弦音阶	032
⑤弦音阶	032
⑥弦音阶	033
三、首调与固定调练习	033
1. 什么是首调?	033
2. 什么是固定调?	033

第六章 技巧练习

一、装饰音	034
1. 击弦	034
2. 勾弦	034
3. 滑音	034
二、泛音	035
1. 自然泛音	035
2. 人工泛音	035
3. 拍泛音	036
三、闷音	036
四、哑音	036
《练习一》	036
《练习二》	037
五、切音	037
《练习一》	037
《练习二》	037
六、押尾桑式 AM 打板	038

第七章 流行指弹改编

一、给旋律配低音	039
----------	-----

无变化	039
变化一: 低音做下行音阶	040
变化二: 低音做上行音阶	040
变化三: 低音加入半音阶	041
二、加入分解和弦	042
《练习一》	042
《练习二》	042
《练习三》	043
三、曲目选调	044
《练习一》(D调)	044
《练习二》(F调)	044
《练习三》(G调)	045
《练习四》(A调)	045
四、技巧选择	046
《练习一》	046
《练习二》	046

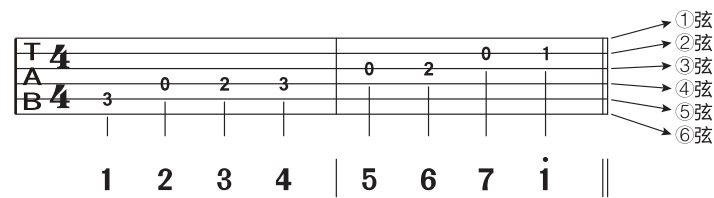
附录 指弹曲谱

<i>Always with Me</i> 动漫《千与千寻》片尾曲	048
<i>He's a Pirate</i> 电影《加勒比海盗》主题曲	050
《绿袖子》	053
《故乡的原风景》TVB 版《神雕侠侣》插曲	055
《宋家王朝》TVB 版《天龙八部》插曲	056
《请记住我》动漫《寻梦环游记》主题曲	057
<i>Sadness and Sorrow</i> 动漫《火影忍者》插曲	059
《神秘园之歌》	060
《只要平凡》电影《我不是药神》主题曲	061
《天空之城》动漫《天空之城》主题曲	065
《天之痕》游戏《轩辕剑之天之痕》主题曲	067
《体面》电影《前任 3: 再见前任》插曲	069
《幻昼》	073
《演员》	075
《不可说》电视剧《花千骨》片尾曲	079
《告白气球》	082
<i>City of Stars</i> 电影《爱乐之城》主题曲	085
《一次就好》电影《夏洛特烦恼》插曲	088
《Brave Heart》动漫《数码宝贝》进化曲	091
《天马座的幻想》动漫《圣斗士星矢》主题曲	094
《世间始终你好》1983 版《射雕英雄传》主题曲	096
《终极之战》电玩《双截龙 2》最终 BOSS 曲目	099
《形势逆转》动漫《火影忍者》插曲	101

预备课 Go!

在开始指弹之前，首先需要对基础乐理有所了解，它能帮助您更准确地练好乐曲！

一、认识六线谱与简谱



上图第一行为六线谱，从下往上依次为⑥弦、⑤弦、④弦、③弦、②弦、①弦，第二行为简谱。六线谱中数字代表相对应的品格，比如第⑤弦上的“3”代表⑤弦 3 品。

二、看音符识拍数

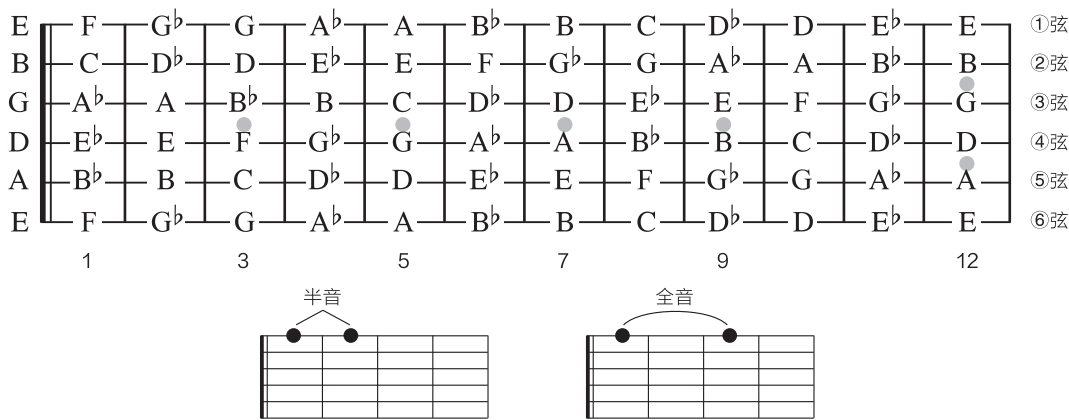
不同的音符，表示不同的节拍。以四分音符为一拍，全音符唱四拍，二分音符唱两拍，四分音符唱一拍，八分音符为半拍，十六分音符唱 1/4 拍，三十二分音符唱 1/8 拍。如下表所示：

音符名称	简谱写法	休止符	节奏	时值（唱几拍）
全音符	5 - - -	0 0 0 0	x - - -	四拍
二分音符	5 -	0 0	x -	二拍
四分音符	5	0	x	一拍
八分音符	<u>5</u>	<u>0</u>	<u>x</u>	半拍
十六分音符	<u><u>5</u></u>	<u><u>0</u></u>	<u><u>x</u></u>	1/4 拍
三十二分音符	<u><u><u>5</u></u></u>	<u><u><u>0</u></u></u>	<u><u><u>x</u></u></u>	1/8 拍

三、附点

附点是在音符右侧的一个小点，用以延长音符的时值，如果一个音符的右侧带有一个附点，那么就表示此音符的时值在原来的基础上还要再增加 1/2。如下图：

$$\underline{\underline{\underline{x}}} \cdot \underline{\underline{\underline{x}}} = \underline{\underline{\underline{x}}} + \underline{\underline{\underline{x}}} + \underline{\underline{\underline{x}}}$$
$$\underline{\underline{\underline{x}}} \cdot \underline{\underline{\underline{x}}} = \underline{\underline{\underline{x}}} + \underline{\underline{\underline{x}}} + \underline{\underline{\underline{x}}}$$



音名 C D E F G A B
简谱 1 2 3 4 5 6 7

以上 1 2 3 4 5 6 7，为七个基本音级，带有“#(升)”“b(降)”记号为变化音级。

在钢琴的琴键中，除 E 与 F、B 与 C 外，其他音级都有间隔一个黑键，就是一个全音，而 E 与 F、B 与 C 之间没有间隔，则是半音。

在吉他上亦是如此，品与品之间，间隔一品为全音，没有间隔则为半音。

九、音程

音程指两个音级在音高上的相互关系，两个音在音高上的距离，其单位名称叫做度。

我们把两个音之间的全音、半音关系用音数值来划分音程性质，比如 1—2，为全音，音数为 1，3—4 为半音，音数为 0.5，因此，1—2 为大二度，3—4 为小二度。

如下图所示：

音数	度数	性质	举 例
0	一	纯一度	1—1、2—2、3—3、4—4、5—5、6—6、7—7
$\frac{1}{2}$	二	小二度	3—4、7—1
1	二	大二度	1—2、2—3、4—5、5—6、6—7
$1\frac{1}{2}$	三	小三度	2—4、3—5、6—1̇、7—2̇
2	三	大三度	1—3、4—6、5—7
$2\frac{1}{2}$	四	纯四度	1—4、2—5、3—6、5—1̇、6—2̇、7—3̇
3	四	增四度	4—7
$3\frac{1}{2}$	五	纯五度	1—5、2—6、3—7、4—1̇、5—2̇、6—3̇
3	五	减五度	7—4
4	六	小六度	3—1̇、6—4、7—5̇
$4\frac{1}{2}$	六	大六度	1—6、2—7、4—2̇、5—3̇
5	七	小七度	2—1̇、3—2̇、5—4̇、6—5̇、7—6̇
$5\frac{1}{2}$	七	大七度	1—7、4—3̇
6	八	纯八度	1—1̇、2—2̇、3—3̇、4—4̇、5—5̇、6—6̇、7—7̇

为了方便记忆音程名称，可以记成口诀：纯一四五八、大小二六三七、增四减五。

十、和弦

和弦是乐理上的一个概念，指的是有一定音程关系的一组音。将三个或三个以上的音，按照三度或非三度的叠置关系，在纵向上加以结合，就称为和弦。

以下是常用和弦

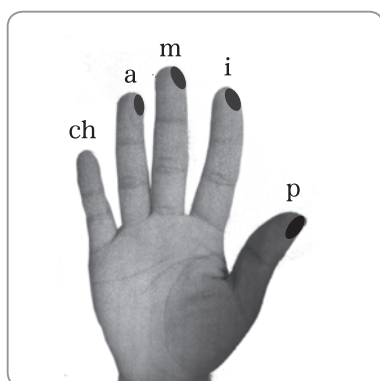
和弦种类	标记	范例
大三和弦	M Major	C (1 3 5)
小三和弦	m minor	Cm (1 $\flat$ 3 5)
增三和弦	aug +	Caug (1 3 $\sharp$ 5)
减三和弦	dim -	Cdim (1 $\flat$ 3 $\flat$ 5)
大七和弦	Major7 M7	Cmaj7 (1 3 5 7)
大小七和弦	Mm7 7	C7 (1 3 5 $\flat$ 7)
小七和弦	m7 -7	Cm (1 $\flat$ 3 5 $\flat$ 7)
小大七和弦	mM7	CmM7 (1 $\flat$ 3 5 7)
减小七和弦	m7-5	Cm7-5 (1 $\flat$ 3 $\flat$ 5 $\flat$ 7)
减七和弦	dim7	Cdim7 (1 $\flat$ 3 $\flat$ 5 $\flat\flat$ 7)
增大七和弦	aug7	Caug7 (1 3 $\sharp$ 5 7)
挂 2 和弦	sus2	Csus2 (1 2 3)
挂 4 和弦	sus4	Csus4 (1 4 3)

第一章

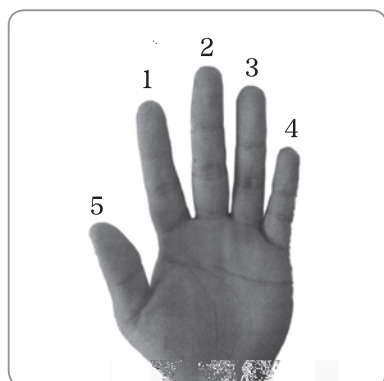
基础单音练习

一、触弦与音色

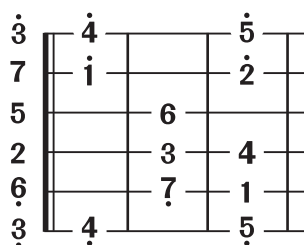
右手的触弦位置会直接影响吉他弹奏的音色，正确的触弦位置如下图所示。



左手基本指法安排



练习提示：以上是左右手的基本指法编排，吉他指弹的指法是灵活多变的，右手拇指弹奏④、⑤、⑥弦，食指、中指、无名指弹奏③、②、①弦，有时食指、中指会在④、③弦弹奏，无名指会在②、①弦弹奏，在第四章的伴奏型练习中会有所体现。



T 4
A
B 4

0 1 3 0 2 3 0 2 3 0 2 0 1 3 0 1 3 - - -

3̣ 4̣ 5̣ 6̣ 7̣ 1 2 3 4 5 6 7 1̣ 2̣ 3̣ 4̣ 5̣ - - -

玛丽有只小羊羔



美国儿歌



布谷鸟



美国儿歌

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

Sheet music for '布谷鸟' (Cuckoo) in 3/4 time, key of C. The music is written for Treble (T), Alto (A), and Bass (B) staves. The lyrics are: 5 3 - | 5 3 - | 2 1 2 | 3 - - | 5 3 - |

Sheet music for '布谷鸟' (Cuckoo) in 3/4 time, key of C. The music is written for Treble (T), Alto (A), and Bass (B) staves. The lyrics are: 5 3 - | 2 1 2 | 1 - - | 2 2 3 | 4 - 2 |

Sheet music for '布谷鸟' (Cuckoo) in 3/4 time, key of C. The music is written for Treble (T), Alto (A), and Bass (B) staves. The lyrics are: 3 3 4 | 5 - 3 | 5 - 3 | 5 - 3 | 2 1 2 | 1 - - ||

小蜜蜂



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

Sheet music for '小蜜蜂' (Little Bee) in 4/4 time, key of C. The music is written for Treble (T), Alto (A), and Bass (B) staves. The lyrics are: 5 3 3 - | 4 2 2 - | 1 2 3 4 | 5 5 5 - | 嗡 嗡 嗡 嗡 嗡 嗡 大家一起来做工

Sheet music for '小蜜蜂' (Little Bee) in 4/4 time, key of C. The music is written for Treble (T), Alto (A), and Bass (B) staves. The lyrics are: 5 3 3 - | 4 2 2 - | 1 3 5 5 | 3 - - - | 来 匆 匆 去 匆 匆 做工趣味浓

Sheet music for '小蜜蜂' (Little Bee) in 4/4 time, key of C. The music is written for Treble (T), Alto (A), and Bass (B) staves. The lyrics are: 2 2 2 2 | 2 3 4 - | 3 3 3 3 | 3 4 5 - | 春 暖 花 开 不 做工 将 来 哪 里 好 过 冬

Sheet music for '小蜜蜂' (Little Bee) in 4/4 time, key of C. The music is written for Treble (T), Alto (A), and Bass (B) staves. The lyrics are: 5 3 3 - | 4 2 2 - | 1 3 5 5 | 1 - - - || 嗡 嗡 嗡 嗡 嗡 嗡 别 学 懒 惰 虫



小星星

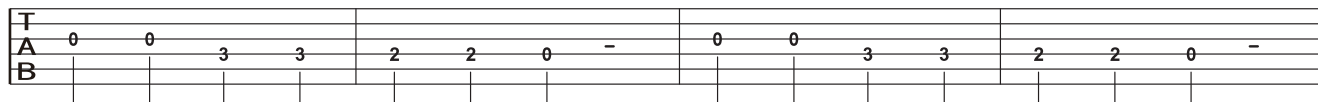


1=C $\frac{4}{4}$

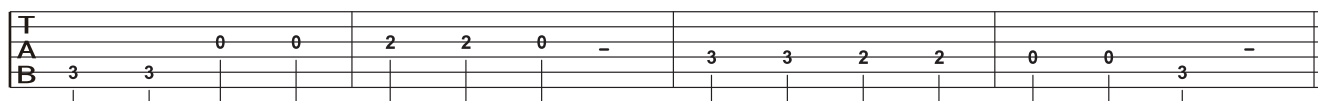
英国儿歌



1 1 5 5 | 6 6 5 - | 4 4 3 3 | 2 2 1 - |
一 闪 一 闪 亮 晶 晶 满 天 都 是 小 星 星



5 5 4 4 | 3 3 2 - | 5 5 4 4 | 3 3 2 - |
挂 在 天 上 放 光 明 好 像 许 多 小 眼 睛



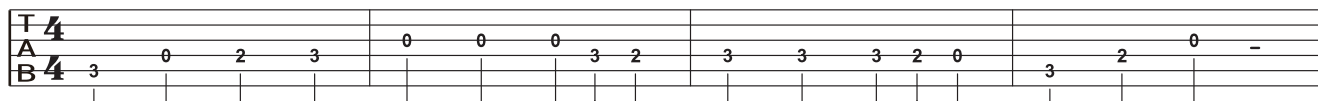
1 1 5 5 | 6 6 5 - | 4 4 3 3 | 2 2 1 - ||
一 闪 一 闪 亮 晶 晶 满 天 都 是 小 星 星

洋娃娃和小熊跳舞

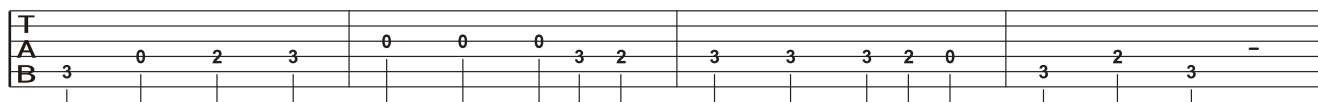


1=C $\frac{4}{4}$

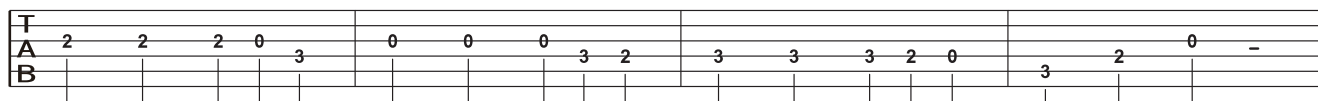
波兰儿歌



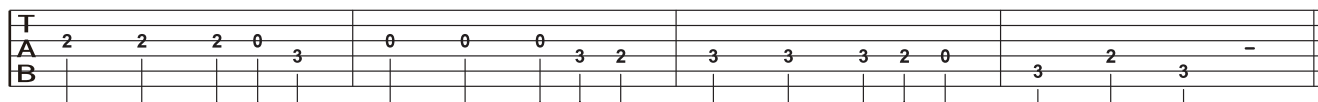
1 2 3 4 | 5 5 5 4 3 | 4 4 4 3 2 | 1 3 5 - |



1 2 3 4 | 5 5 5 4 3 | 4 4 4 3 2 | 1 3 1 - |



6 6 6 5 4 | 5 5 5 4 3 | 4 4 4 3 2 | 1 3 5 - |



6 6 6 5 4 | 5 5 5 4 3 | 4 4 4 3 2 | 1 3 1 - ||

雪绒花



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

作曲: [美]理查德·罗杰斯
译配: 薛范

T	3			3			1			3			2		2
A	2	-	0		-	-		-	0		-	-		-	
B	4														

3 - 5 | 2̣ - - | 1̣ - 5 | 4 - - | 3 - 3 |

雪 绒 花 雪 绒 花 清 晨

T															
A	2	3	0	2	-	-	0	-	-	2	-	0	3	-	-
B															

3 4 5 | 6 - - | 5 - - | 3 - 5 | 2̣ - - |

迎 接 我 开 放 小 而 白

T	1														
A		-	0	3	-	-	2	-	0	0	2	0	1	-	-
B															

1̣ - 5 | 4 - - | 3 - 5 | 5 6 7 | 1̣ - - |

洁 而 亮 向 我 快 乐 地 摇

T	1			3			0	0	0	2	0	2	-	0	1
A		-	-		-	0	0						-	-	
B															

1̣ - - | 2̣ - 5 5 | 7 6 5 | 3 - 5 | 1̣ - - |

晃 白 雪 般 的 花 愿 你 芬 芳

T															
A	2	-	1	3	-	1	0	-	-	0	-	-	2	-	0
B															

6 - 1̣ | 2̣ - 1̣ | 7 - - | 5 - - | 3 - 5 | 2̣ - - |

永 远 开 花 生 长 雪 绒 花

T	1														
A		-	0	3	-	-	2	-	0	0	2	0	1	-	-
B															

1̣ - 5 | 4 - - | 3 - 5 | 5 6 7 | 1̣ - - | 1̣ - - ||

雪 绒 花 永 远 祝 福 我 家 乡



多年以前



作曲: [英]托马斯·黑恩·贝理
译配: 邓映易

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

1 1 2 3 3 4 | 5 6 5 3 - | 5 4 3 2 - | 4 3 2 1 - |
请 给我 讲 那 亲 切 的 故 事 多 年 以 前 多 年 以 前

1 1 2 3 3 4 | 5 6 5 3 - | 5 4 3 2 3 2 | 1 - - - |
请 给我 唱 我 爱 听 的 歌 曲 多 年 以 前 多 年 前

5 4 3 2 5 5 | 4 3 2 1 - | 5 4 3 2 5 5 | 4 3 2 1 - |
你 已 归 来 我 忧 愁 全 消 散 让 我 忘 记 你 漂 泊 已 多 年

1 1 2 3 3 4 | 5 6 5 3 - | 5 4 3 2 3 2 | 1 - - - ||
让 我 深 信 你 爱 我 仍 如 前 多 年 以 前 多 年 前

奇异恩典



作曲: James P. Carrell、David S. Clayton

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

5 6 | i - 3 i | 3 - 2 | i - 6 | 5 - 5 6 | i - 3 i |
3 - 2 3 | 5 - - | 0 0 3 | 5. 3 5 3 | i - 5 |

6. i i 6 | 5 - 5 6 | i - 3 i | 3 - 2 | i - ||

送别



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

作曲：约翰·P. 奥德威
作词：李叔同

5 3 5 $\dot{1}$ - | 6 $\dot{1}$ 5 - | 5 1 2 3 2 1 | 2 - - - | 5 3 5 $\dot{1}$ 7 |
长亭外 古道边 芳草碧连天 晚风拂柳去
长亭外 古道边 芳草碧连天 问君此去

6 $\dot{1}$ 5 - | 5 2 3 4. 7 | 1 - - - | 6 $\dot{1}$ $\dot{1}$ - | 7 6 7 $\dot{1}$ - |
笛声残 夕阳山外山 天之涯 地之角
几时还 来时莫徘徊 天之涯 地之角

6 7 $\dot{1}$ 6 6 5 3 1 | 2 - - - | 5 3 5 $\dot{1}$ 7 | 6 $\dot{1}$ 5 - | 5 2 3 4. 7 | 1 - - - ||
知交半零落 一壶浊酒尽余欢 今宵别梦寒
知交半零落 人生难得是欢聚 惟有别离多

苏珊娜



1=C $\frac{2}{4}$

美国儿歌

1 2 | 3 5 5. 6 | 5 3 1. 2 | 3 3 2 1 | 2 0 1 2 | 3 5 5. 6 |
5 3 1. 2 | 3 3 2 2 | 1 - | 4 4. 5 | 6 6 6 | 5 5 3 1 |

2 0 1 2 | 3 5 5. 6 | 5 3 1. 2 | 3 3 2 2 | 1. |