

# 古筝实用演奏教程

Guzheng Shiyong Yanzou Jiaocheng

李伟 李莉飒 王娟◎编著



时代出版传媒股份有限公司  
安徽文艺出版社

# 古筝 实用演奏教程

Guzheng Shiyong Yanzou Jiaocheng

李伟 李莉飒 王娟◎编著



时代出版传媒股份有限公司  
安徽文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

古筝实用演奏教程/李伟,李莉飒,王娟编著. —合肥:安徽文艺出版社,2020.1

ISBN 978-7-5396-6502-3

I. ①古… II. ①李… ②李… ③王… III. ①筝—奏法—教材 IV. ①J632.32

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第237531号

出版人:段晓静

责任编辑:王士宇 刘正伟 装帧设计:褚琦

出版发行:时代出版传媒股份有限公司 [www.press-mart.com](http://www.press-mart.com)

安徽文艺出版社 [www.awpub.com](http://www.awpub.com)

地址:合肥市翡翠路1118号 邮政编码:230071

营销部:(0551)63533889

印制:合肥创新印务有限公司 (0551)64456946

开本:880×1230 1/16 印张:14.25 字数:400千字

版次:2020年1月第1版 2020年1月第1次印刷

定价:52.00元

(如发现印装质量问题,影响阅读,请与出版社联系调换)

版权所有,侵权必究

# 编 委 会

## 顾 问

罗可曼 李仲才

## 编委会主任

李庆丰 刘 彪

## 编委会副主任

付 莹 张丽雅 姚 芹 彭玲玲 金 雯 骆美玲 王鑫于  
方桂香 韦 青 王 喆 魏麟懿 高玉娟 许 俊 陈 胤  
高 源 郭 豹 杨珊珊 殷 悦 王 蓉 刘 强 吕子桐

## 编 委

孙永红 林 苹 盛 霞 王亚芸 金丽君 诸永胜 卞小艺  
张蓉蓉 杨华健 李 珊 张晶晶 陈昌文 廖思聪 马 刚  
王艺楠 王雪莹 王 月 耿思琦 杨 奕 杨芮薪 周福荣  
李芳芳 刘 璐 刘晓珺 刘战西 刘 颖 陈雪艳 李 黎  
庄才雪 赵艳玲 李嘉瑶 谢永沛 夏丹丹

## 作者简介



李伟,安徽艺术学院教授,硕士生导师,学院学术委员会委员。安徽省学术与技术带头人后备人选,安徽省教学名师,中国音乐家协会会员、中国音乐家协会古筝学会理事、安徽省音乐家协会古筝委员会副会长兼秘书长。

他致力于高等艺术教育一线岗位二十年,担任古筝演奏、民乐合奏与重奏等教学工作。先后在演奏方面获得政府及行业协会各级别多次奖励(安徽省第六届艺术节器乐大赛一等奖,中国传统曲目大赛二等奖,全国大学生艺术展演二等奖);在教学方面,教授的学生有近30人次获得全国及省市级比赛大奖;在科研方面,共主持《应用型艺术类本科院校音乐专业课程设置改革研究》等省级重大重点教、科研项目近10项。先后在《文艺研究》《音乐探索》等核心期刊发表论文近20篇;并举办个人古筝独奏音乐会,参与各类文艺演出多场。

## 副主编信息



李莉飒，合肥师范学院音乐学院副教授，音乐学硕士。中国音乐家协会会员、中国民族管弦乐协会会员、中国音乐家协会古筝学会理事、安徽省音乐家协会古筝委员会副会长。



王娟，安徽中音古筝音乐学校校长、中国音协古筝学会会员，中国音协古筝考级评委。安徽省音乐家协会会员，安徽省音乐家协会古筝委员会副秘书长。



闫妍，池州学院讲师，古筝演奏与教学硕士。中国音乐家协会古筝学会理事，安徽省音乐家协会会员，安徽省音乐家协会古筝委员会常务理事。

# 前 言

古筝是一件演奏技法复杂而艰深的民族乐器,古筝艺术,历经磨砺,犹如一棵长绿的青藤,枝繁叶茂,千载如荫,始终保持着生存与发展,传统与现代的融合。现代的古筝人在传统古筝流派艺术的滋养下,不论是在作品创作上、演奏技巧上,还是在乐器革新上都不断推陈出新,由此使古筝艺术在当代产生一系列的重大变化。例如,对于音色、音质的要求近乎苛刻,对于密集型快速技巧的追求不断提升。老一辈“以曲代功”的训练方法不足,原先很多古筝教程中乐曲部分比例偏重以及技法训练的或缺,都需要在教程的编写中运用新的方法和理念。

本教程的编写,即是在当今古筝学习的新需求背景下,旨在给习筝者提供精编的各种传统、当代技巧练习,并尽量把必弹的、经典的古筝乐曲收编其中,使其成为一本兼顾技法训练和音乐表达于一体的古筝教程。

本教程主要由技巧练习曲、小乐曲、乐曲、基本乐理四个部分组成。技巧练习曲是让习筝者在没有任何识谱负担的前提下,快速掌握基本技巧,每一种基本技巧仅选编一条练习。小乐曲是让习筝者在初步掌握基本技巧后,学会如何在音乐中的表达中嵌入技巧,与音乐呈现相融合,为有效诠释音乐作品做好必要的准备。乐曲由传统流派筝曲和现当代筝曲两部分组成。编者为了使习筝者在十分有限的空余时间里,既能全面学习传统和现当代筝曲的经典作品,提升艺术素养,又能从容取得全国业余考级的等级证书,从十五个考级机构教材中精选 20 余首传统和现当代乐曲,以飨习筝者。基本乐理的编写是为了使习筝者更容易、更深入地去理解音乐。毋庸置疑,学好基本乐理是学习一切器乐、声乐的必要前提,是学习音乐的敲门砖,编者专门在附录部分选编必学章节,教师既可以根据学筝进度分散教学,也可以系统讲述。除此之外,编者不仅为每一首技巧练习曲、乐曲都编写了演奏提示、注释,而且在每一首乐曲后,都编撰了和古筝有关的音乐文化知识,以扩大习筝者的艺术文化视野,加深对中国民族音乐文化的了解,彰显古筝艺术的人文意蕴。

对于使用者而言,本教程适用于不同年龄阶段的业余习筝者,尤其是小学一至六年级的少年儿童。按照业余考级良好标准,大致学习 4—6 年,即可达到十级要求。同时,专业习筝者可以借鉴本教程系统的、循序渐进的技巧训练方法,只需参考其他辅助教材,数倍扩大练习曲数量和练习时间即可。

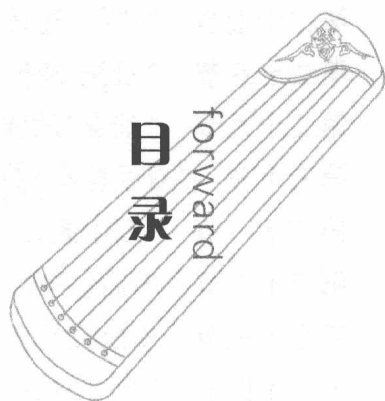
本教程在编写过程中,参考了《古筝教学考级演奏教程》(周望主编,中国戏剧出版社)、《从



零起步学古筝》(苏畅编著,中央音乐学院出版社)、《古筝教程》(李庆丰、李伟编著,安徽人民出版社)、《古筝曲谱(一、二、三)》(李萌执行主编,人民音乐出版社)、《新编古筝教程》(沙里晶、傅华强、闫佳颖编,广东科技出版社)等专著和曲集,从中获得很大启发,并受益匪浅,也为本教程增添了光彩。另外,安徽音乐家协会副主席罗可曼教授、安徽音协古筝委员会会长李庆丰教授、新加坡南洋理工大学华裔馆的游俊豪馆长、罗必明主任,也为此教程的编写给予了指导与帮助。此书的出版还得力于安徽省教育厅高校优秀中青年人才项目和安徽艺术学院领导的大力支持及提供充足的项目资金。对于长久以来,安徽音乐界、古筝界的同仁、社会各界的朋友们给予我很多支持。在此,一并深表谢意!

李 伟

2019年9月于安徽艺术学院



第一节	古筝基础知识·····	001
第二节	古筝演奏姿势与手型·····	005
第三节	“托”的弹法·····	006
第四节	“抹”的弹法·····	009
第五节	“勾”的弹法·····	011
第六节	“打”的弹法·····	013
第七节	“小”的弹法·····	015
第八节	左手跟弦的方法·····	017
第九节	“抹托”的弹法·····	019
第十节	“勾托”的弹法·····	021
第十一节	“勾托抹托”的弹法·····	023
第十二节	“小撮”的弹法·····	025
第十三节	“大撮”的弹法·····	028
第十四节	乐曲《北京的金山上》·····	030
第十五节	“颤音”的弹法·····	032
第十六节	“滑音”的弹法·····	034
第十七节	“按音”的弹法·····	037
第十八节	“点音”的弹法·····	039
第十九节	“泛音”的弹法·····	040
第二十节	“揉音”的弹法·····	042
第二十一节	乐曲《西江月》(轻六调)·····	044
第二十二节	“托”的夹弹法·····	048
第二十三节	“劈”的夹弹法·····	050
第二十四节	“托劈”的夹弹法·····	052
第二十五节	“勾”的夹弹法·····	053
第二十六节	“大撮”的夹弹法·····	055



第二十七节	“连托、连抹、连勾、花指”的夹弹法	057
第二十八节	“双托、双劈、双抹、双勾”的弹法	061
第二十九节	“刮奏”的弹法	063
第三十节	“双手轮奏”的弹法	065
第三十一节	“双手配合”的弹法	068
第三十二节	乐曲《三十三板》	070
第三十三节	乐曲《纺织忙》	074
第三十四节	“琶音”的弹法	078
第三十五节	“柱式和弦与分解和弦”的弹法	080
第三十六节	乐曲《浏阳河》	083
第三十七节	乐曲《小鸟朝凤》	088
第三十八节	“摇指”的弹法	090
第三十九节	乐曲《洞庭新歌》	095
第四十节	乐曲《河南八板》	101
第四十一节	“分指”的弹法	104
第四十二节	乐曲《山丹丹花开红艳艳》	106
第四十三节	乐曲《渔舟唱晚》	114
第四十四节	“扫摇”的弹法	120
第四十五节	乐曲《丰收锣鼓》	122
第四十六节	乐曲《汉宫秋月》	127
第四十七节	“双摇”“三指摇”的弹法	130
第四十八节	乐曲《战台风》	132
第四十九节	乐曲《高山流水》(浙江)	142
第五十节	“指序”的弹法	147
第五十一节	乐曲《雪山春晓》	148
第五十二节	乐曲《寒鸦戏水》(重六调)	153
第五十三节	乐曲《茉莉芬芳》	159
第五十四节	乐曲《出水莲》(软弦)	167
第五十五节	乐曲《井冈山上太阳红》	171
第五十六节	乐曲《秦桑曲》	178
第五十七节	乐曲《春到湘江》	183
第五十八节	乐曲《幻想曲》	192
附录		203

## 第一节 古筝基础知识

### 一、古筝的历史

筝,音色优美、音域宽广,是我国古老的民族弹拨乐器之一,始于先秦时期,距今已有两千多年的历史。东汉末年刘熙《释名》中有“施弦高急,筝箏然也”之语,意思是由于箏码高,箏弦紧绷,余音很短,发出铮铮作响的音色,所以说箏是以它的音响效果而命名的,又因为它历史悠久,所以当下都普遍称之为“古筝”。

传统古筝流派是以地域来划分的,总的分为南北两派,细可分九派,各派风格各异、音韵独特,本教程将在传统乐曲的演奏提示中详细介绍。著名古筝教育家曹正教授以“茫茫九派流中国”一语概括了古筝各流派音乐风格各具特色的显著特点。

关于古筝的起源问题,古筝界和音乐考古界都有着很多的说法,比较流行的有两种说法:第一种是琴瑟分箏,即古筝起源于瑟;第二种是箏筑同源,筑也是一种乐器,即古筝是五弦的筑。

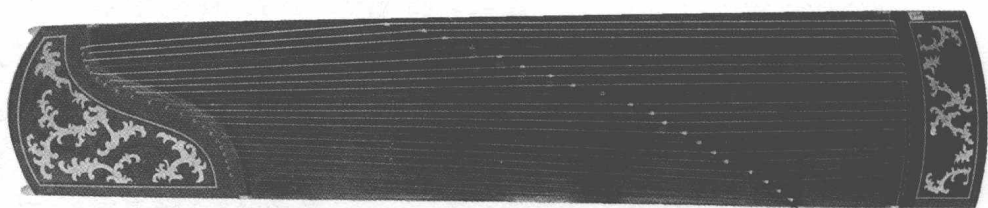
### 二、古筝的结构

古筝的结构为长方形,长约 163 厘米,用桐木制成,上隆、中空、下平。音箱由面板、侧板、底板构成。

古筝分为箏头、箏尾、箏码(箏柱)、琴弦、发音孔。每根琴弦由箏码支撑,通过拨动琴弦振动箏码,再传导至面板和音箱而产生共鸣。箏码可以左右移动,用于调节音高或用作转调。箏码的右侧属于乐音体系区域,多以五声音阶或其他音列排列,左侧为非音列排列区域。通常,我们只在箏码的右侧弹奏。

古代最初使用的箏只有 5 弦,弦的材质为丝。在箏的发展过程中,弦数逐渐增加至 12、16、21、25 弦,材质也改变为钢丝和尼龙缠弦。现代基本上使用 21 弦尼龙缠弦古筝和 21 弦钢丝弦古筝。

古筝采用五声音阶定弦,右手拨弹,左手按弦,产生不同音高,这也是古筝的主要表现特点。近些年来,古筝的演奏技术发展迅猛,新技巧增多,双手弹奏成为古筝的又一主要表现特点。

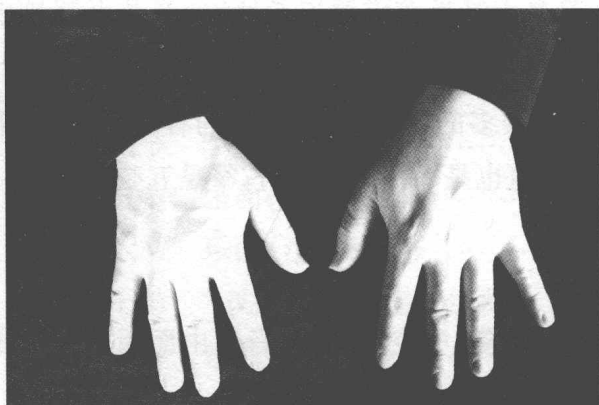


古筝筝面

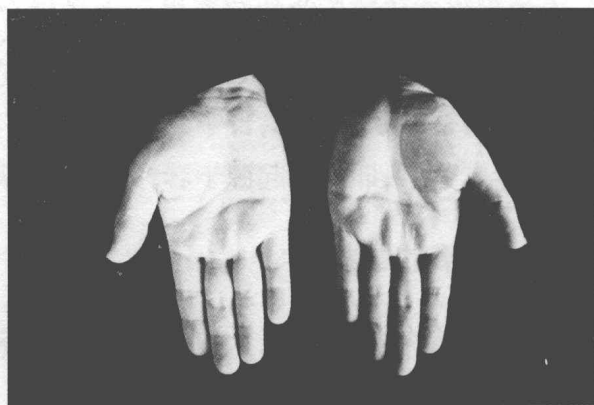


古筝筝底

### 三、认识手指及指法名称



手背



手心

- |       |      |           |      |
|-------|------|-----------|------|
| 大指——托 | 符号：L | 食指——抹     | 符号：\ |
| 中指——勾 | 符号：∩ | 无名指——打    | 符号：^ |
| 小指——小 | 符号：/ | 备注：小指不戴义甲 |      |

### 四、如何选购及保养古筝

选择一架品质好的古筝,首先要从古筝本身的内在品质考虑,要音色优美、声音洪亮、音质通透。高音区清脆悦耳,音色亮泽,没有余音;中音区音色悠扬;低音区音色浑厚,振动充分。古筝在材质上分为梧桐木和泡桐木,干燥方法分为自然烘干和人为烘干。

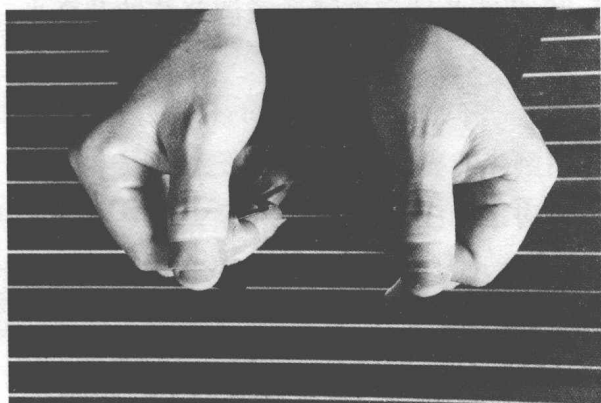
新古筝必须经过调试方可使用,可以请古筝老师代为调试,一周以后音准就基本稳定了。古筝应放置在远离暖气,不被阳光直接照射的地方,当然也不能在较为潮湿的环境下放置、使用,最

好放置在相对干燥的地方。古筝应使用古筝清洁刷除尘,不能用湿抹布擦拭古筝,不使用时最好用古筝罩盖上。

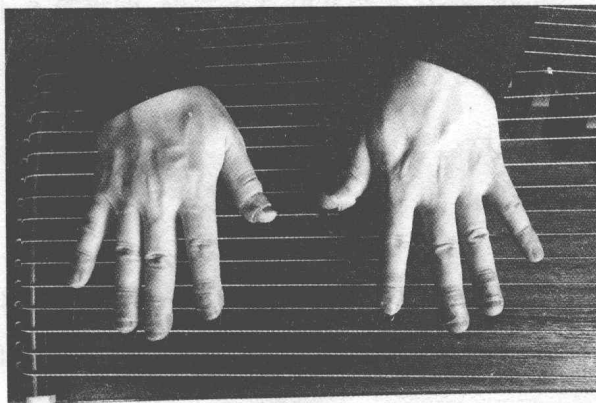
## 五、如何正确佩戴义甲

正确佩戴义甲的方法:除大指斜戴以外,食指、中指、无名指均随手指的方向直戴。

大指义甲的佩戴方法很重要,右手的大指义甲顶端要与右手大指左上角的45度对齐,左手反之。胶布要缠绕得松紧适度,缠得过松,义甲容易脱落,无法用力;缠得过紧,影响血液循环,无法持续弹奏。胶布缠绕手指的位置一般以遮盖指甲的二分之一为最佳位置。



佩戴义甲(一)



佩戴义甲(二)

## 六、古筝的定弦与转调

古筝是按五声音阶顺序来定弦的,使用最为广泛的是D调。

1 = D

1̇	2̇	3̇	5̇	6̇	1̇	2̇	3̇	5̇	6̇	1	2	3	5	6	1̇	2̇	3̇	5̇	6̇	1̇
D	E	$\sharp F$	A	B	d	e	$\sharp f$	a	b	d <sup>1</sup>	e <sup>1</sup>	$\sharp f^1$	a <sup>1</sup>	b <sup>1</sup>	d <sup>2</sup>	e <sup>2</sup>	$\sharp f^2$	a <sup>2</sup>	b <sup>2</sup>	d <sup>3</sup>

各调之间转换关系如下:

1 = G

5̇	6̇	1̇	2̇	3̇	5̇	6̇	1̇	2̇	3̇	5̇	6̇	1	2	3	5	6	1̇	2̇	3̇	5̇
D	E	G	A	B	d	e	g	a	b	d <sup>1</sup>	e <sup>1</sup>	g <sup>1</sup>	a <sup>1</sup>	b <sup>1</sup>	d <sup>2</sup>	e <sup>2</sup>	g <sup>2</sup>	a <sup>2</sup>	b <sup>2</sup>	d <sup>3</sup>

备注:将D调的3升高小二度,即将第4、9、14、19弦的弦柱向右移动或调节弦轴升高小二度即可转成G调。此时,D调的3唱作G调的1。



1 = C

2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1 2 3 5 6 1̇ 2̇ 3̇ 5̇ 6̇ 1̇ 2̇

备注:将 G 调的 3 升高小二度,即将第 2、7、12、17 弦的弦柱向右移动或调节弦轴升高小二度即可转成 C 调。此时,G 调的 3 唱作 C 调的 1。

1 = F

6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1 2 3 5 6 1 2 3 5 6 1̇ 2̇ 3̇ 5̇ 6̇

备注:将 C 调的 3 升高小二度,即将第 5、10、15、20 弦的弦柱向右移动或调节弦轴升高小二度即可转成 F 调。此时,C 调的 3 唱作 F 调的 1。

1 =  $\flat$ B

3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1 2 3 5 6 1 2 3 5 6 1̇ 2̇ 3̇

备注:将 F 调的 3 升高小二度,即将第 3、8、13、18 弦的弦柱向右移动或调节弦轴升高小二度即可转成降 B 调。此时,F 调的 3 唱作降 B 调的 1。

1 = A

3̣ 5̣ 6̣ 1̣ 2̣ 3̣ 5̣ 6̣ 1 2 3 5 6 1 2 3 5 6 1̇ 2̇ 3̇

备注:将 D 调的 1 降低小二度,即将第 1、6、11、16、21 弦的弦柱向左移动或调节弦轴降低小二度即可转成 A 调。此时,D 调的 1 唱作 A 调的 3。

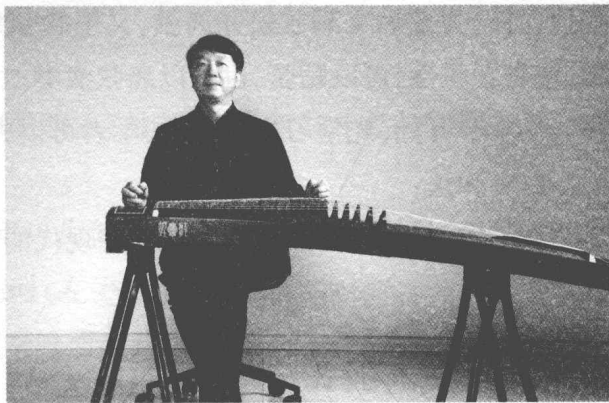
## 第二节 古筝演奏姿势与手型

### 一、古筝演奏姿势

古筝演奏分为坐、立两种姿势,一般采用坐姿。良好的坐姿习惯是演奏好古筝的先决条件,也是保证技巧发挥的首要因素。

1. 琴凳要置于古筝的右端,演奏者腰的右部基本与古筝的前岳山对齐,身体与古筝保持一拳半的距离。如果是幼儿学习,需要垫高琴凳,以防止肩部过于抬高,造成疲劳、紧张等。

2. 脚平放,略微打开,右脚踏在筝架上(或地面上),两膝相并;腰部自然直,不要驼背;双肩放松持平,手臂弯曲,手腕与小臂平行,呼吸自然,身体自若。



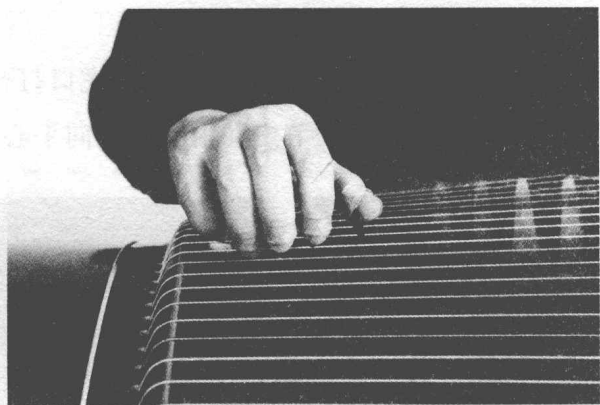
演奏姿势

### 二、演奏古筝的基本手型与弹弦点位置

1. 手指自然弯曲,尤其是末关节一定要弯曲,手心垂直向下,保持放松状态(左手演奏手型与右手一样)。

2. 右手弹弦点:弹奏高音区一般在距离前岳山2至3厘米处,弹奏中低音区一般在3至5厘米处。

3. 左手弹弦点:一般在前岳山与筝码的二分之一处,中低音区一般偏向二分之一处的靠右部分。



基本手型



## 第三节 “托”的弹法

### 一、古筝弹奏方法

#### 1. 提弹法：

指各指用小关节弹奏。这种方法主要采用悬腕弹,四指均衡弹奏。要求小关节具有爆发力和独立性,弹弦后立刻放松并离弦,义甲触弦角度 90 度,正面触弦。适合演奏快速乐句,音色清晰,富有颗粒性,可以贴弦,也可以离弦演奏。

从本节开始,先学习提弹法,初学者可以先学习贴弦练习。

#### 2. 夹弹法：

在第二十二节中再学习。当然,在现代的古筝演奏中,提倡两种方法共同使用,取长补短,形成丰富多样的音色特点和技巧表现。

### 二、指法学习:托

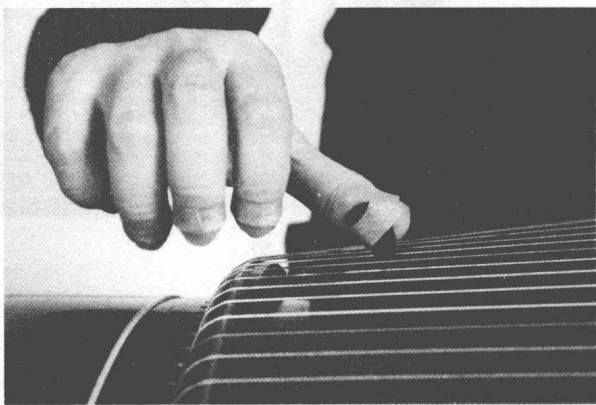
#### 1. 托的概念：

大指小关节向手心方向弹奏称为“托”,符号为“ㄥ”。

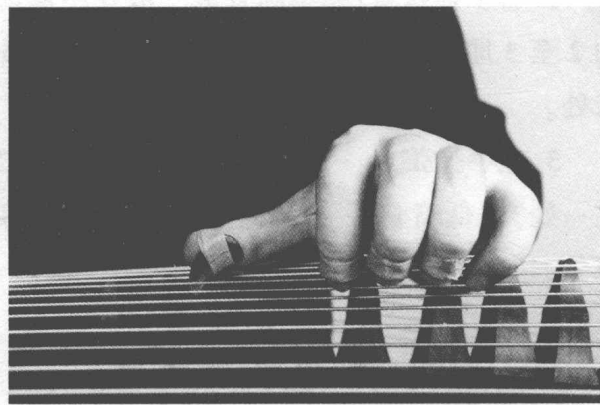
#### 2. 具体做法：

(1) 准备弹奏时,保持手型,大指虎口打开,义甲外侧贴在所弹奏的琴弦上。

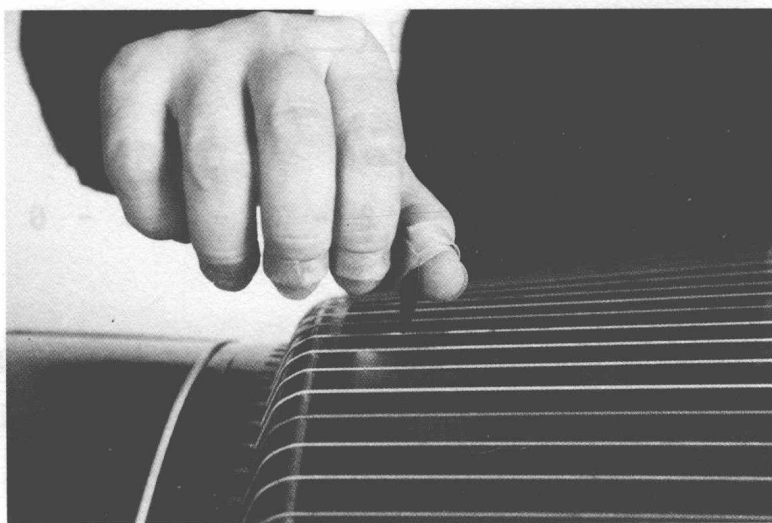
(2) 弹奏时,小关节主动由下而上向手心方向弹奏。



托(一)



托(二)



托(三)

### 3. 关键要领:

- (1) 整体手臂与身体略微打开(非常重要)。
- (2) 可以悬腕,也可以扎桩,建议初学者先学习悬腕。(扎桩,无名指和小指轻轻贴在前岳山上或琴弦上,注意不可改变手型。)
- (3) 古筝有贴弦和离弦两种触弦方式,初学者可以先使用贴弦方式弹奏。
- (4) 从这一课开始,右手大指弹奏单音、练习曲时,左手保持好手型并放在琴码左侧 15 厘米处,并依次跟随右手大指所弹奏的琴弦。老一辈演奏家简称此为“左手跟弦”。

## 三、练习曲与小乐曲

### 练习曲(一)

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

┌  
5 - - - | 6 - - - | i - - - | 2̣ - - - | 3̣ - - - | 5̣ - - - |  
5̣ - - - | 3̣ - - - | 2̣ - - - | i - - - | 6 - - - | 5 - - - ||

弹奏提示:弹奏之前手臂略开一些,同时虎口一定要打开。