

牟楠
著

笙的演奏技术与教学



新华出版社



笙的演奏技术与教学

牟楠 著

新华出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

笙的演奏技术与教学 / 牟楠著. -- 北京 : 新华出版社, 2020.9

ISBN 978-7-5166-5358-6

I. ①笙… II. ①牟… III. ①笙—吹奏法—教学研究
IV. ①J632.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2020) 第 174789 号

笙的演奏技术与教学

作 者：牟 楠

责任编辑：徐 光

封面设计：杭州众书

出版发行：新华出版社

地 址：北京市石景山区京原路 8 号 邮编：100040

网 址：<http://www.xinhupub.com>

经 销：新华书店

新华出版社天猫旗舰店，京东旗舰店及各大网店

购书热线：010-63077122 中国新闻书店购书热线：010-63072012

照 排：杭州众书

印 刷：四川福润印务有限责任公司

成品尺寸：145mm×210mm 1/32

印 张：8 字 数：150 千字

版 次：2020 年 12 月第一版 印 次：2020 年 12 月第一版印刷

书 号：978-7-5166-5358-6

定 价：35.00 元

版权专有，侵权必究。如有质量问题，请与出版社联不调换：010-63077101

前 言

笙不仅是一种魅力十足的独奏乐器，而且也是民乐队里无可替代的合奏乐器。作为中国十分古老的民族吹管乐器之一，笙具有悠久的发展史，不仅有着甜美、丰满而又和谐的音色，还有着丰富多变、与众不同的演奏技巧，深受广大音乐爱好者的喜爱与推崇。

为了让人们更好地了解这种别具一格的乐器，掌握其演奏技术与教学的相关内容，笔者参考了大量的权威材料，对笙的演奏技术与教学作了总结，而且还借鉴了不少国内外著名音乐大师的专著或观点，编写了这本《笙的演奏技术与教学》。

本书主要介绍了以下内容：

1. 笙的概述，主要讲述了笙的发展史、笙的种类、笙的性能以及笙的构造等方面的内容；
2. 笙的基本奏法，主要讲述了演奏姿势、持笙的方法以及按孔的方法等方面的内容；
3. 笙演奏的口内技巧，主要讲述了平吹、吐音、花舌、呼舌、锯气、顿气、刹气以及颤音等方面的内容；
4. 笙演奏的手指技巧，主要讲述了颤指、倚音、历音、抹音

以及打音等方面的内容；

5. 笙演奏的气息技巧，主要讲述了笙的呼吸用气法、笙演奏中的气息控制以及腹颤音等方面的内容；

6. 笙教学中的“演”与“奏”，主要讲述了笙教学中的演与笙教学中的奏这两方面的内容；

7. 笙教学的科学方案，主要讲述了坚持让基础训练贯穿学生学习的整个过程、根据不同的情况，采取不同的方法，因材施教以及强化特殊技巧练习、加大技术难度训练等方面的内容；

8. 笙教学进度的合理安排，主要简述了基础练习阶段与吐音练习阶段这两方面的内容；

9. 高校笙教学的思考与探索，主要讲述了重视兴趣的培养、重视学生合奏的培养以及引入多媒体教学模式三方面的内容。

本书内容丰富翔实，语言简洁易懂，结构安排合理，有着很强的实用性，非常适合音乐爱好者阅读，特别适合校园师生使用，而且还可以作为相关专业学生及爱好者基础入门的工具书。因为笔者的水平有限，本书在编写的过程中难免会出现些许错误或疏漏，希望广大读者予以指正。

目录 CONTENTS

第一章 笙的概述.....	1
第一节 笙的发展史.....	1
第二节 笙的种类.....	10
第三节 笙的性能.....	21
第四节 笙的构造.....	28
第二章 笙的基本奏法.....	35
第一节 演奏姿势.....	35
第二节 持笙的方法.....	42
第三节 按孔的方法.....	47
第三章 笙演奏的口内技巧.....	54
第一节 平吹.....	54
第二节 吐音.....	59
第三节 花舌.....	65

第四节	呼舌.....	70
第五节	锯气.....	76
第六节	顿气.....	77
第七节	刹气.....	78
第八节	碎吐.....	78
第九节	颤音.....	82
第四章	笙演奏的手指技巧.....	99
第一节	颤指.....	99
第二节	倚音.....	102
第三节	历音.....	106
第四节	抹音.....	107
第五节	打音.....	108
第六节	滑音.....	114
第五章	笙演奏的气息技巧.....	116
第一节	笙的呼吸用气法.....	116
第二节	笙演奏中的气息控制.....	121
第三节	腹颤音.....	127
第四节	腹震音.....	134

第六章 笙教学中的“演”与“奏”	140
第一节 笙教学中的演.....	140
第二节 笙教学中的奏.....	147
第七章 笙教学的科学方案.....	154
第一节 坚持让基础训练贯穿学生学习的整个过程.....	154
第二节 根据不同的情况,采取不同的方法,因材施教..	172
第三节 强化特殊技巧练习,加大技术难度训练.....	187
第四节 提升艺术修养,加强乐曲表现力.....	188
第八章 笙教学进度的合理安排.....	199
第一节 基础练习阶段.....	199
第二节 吐音练习阶段.....	206
第九章 高校笙教学的思考与探索.....	214
第一节 重视兴趣的培养.....	214
第二节 重视学生合奏的培养.....	222
第三节 引入多媒体教学模式.....	236
参考文献.....	244

第一章 笙的概述

笙，是一种非常重要的乐器。它音色奇特，被普通运用于高校的艺术课堂中。作为教师，要想教好笙这门课程，就需要了解笙的发展史、笙的种类、笙的性能、笙的构造。这对教师系统地掌握笙乐器的知识意义重大，同时，对教师提升笙乐器的教学质量有着很好的促进作用。

第一节 笙的发展史

我国有很多的吹管乐器，笙是其中的一种。笙的演奏形式特别适用于器乐的合奏、独奏以及民间的戏曲中。笙以丰富多样的传统演奏技术，形成了笙演奏的民族特色。笙具有悠久的历史，它的出现为人们的生活增添了许多乐趣，因此深受国内外人们的欢迎与喜爱。

一、笙在中国的发展史

笙在我国是很一种古老的乐器，其渊源据说可以追溯至上古时代，先秦史书《世本》记载有“女娲作笙簧”的说法。笙的雏

形初现于 3000 多年前的商朝。笙属于簧管乐器，是“八音”中的匏类。据说笙最初被定名为“生”，但因其是由竹子制作，所以加了竹字头，于是被改为“笙”。在出土的殷墟（公元前 1401 年～前 1122 年）的甲骨文中出现了笙的记载，笙在古代也有“和、芋、巢”的记法。《尔雅·释乐》中记载：“大笙谓之巢，小者谓之和。”古代的《尚书益稷》中提到“笙镛以间”；《诗经·小雅·鹿鸣》中也有“我有嘉宾，鼓瑟吹笙，吹笙鼓簧，承筐是将”的诗句。

周朝时，笙已成为当时的主要乐器，《仪礼》《周记》《礼记》等文献中多有记载。相传西周时期，周穆王特别喜欢笙的演奏，他随身带着乐队以便能随时欣赏。在笙的演奏史上，最早记载的乐曲有《由庚》《崇山》《由仪》《南陔》《白华》等，这些也是当时宫廷中备受统治阶级喜爱的曲目。《周记·春官》中记载：“笙常继间歌之后，即笙由仪、侧笙继人声之后为贵。”笙在重大的礼仪中处于领奏的位置，通常是唱一遍歌，奏一遍笙。现代考古发现的最早的关于笙的实物，是湖北随县曾侯乙墓出土的，距今有两千四百多年的历史。

春秋战国时期，笙与竽的地位并列。史书《战国策·齐一》中记载：“淄博甚富而实，其民无不吹竽。”“滥竽充数”的典故就发生在这个时期，可见当时竽的普及程度，以及上至王公贵族，下到普通百姓对笙的推崇和喜爱。笙是当时最重要的吹管乐器，可以独奏、领奏、伴奏等。在这个时期，领奏、伴奏、合奏

的形式要明显多于独奏的形式，因为当时的笙乐器在构造上更適合领奏、伴奏、合奏。后来经过改良之后，独奏的性能才得以更完美地展现。但无论是哪种形式的演奏，都得到了人们的喜爱和纷纷效仿，都为笙乐器的发展奠定了基础。由此可见，在几千年前的华夏大地上，笙已经作为一种出色的、能够代表民族音乐特色的乐器登上了历史舞台。它见证了无数的风雨和辉煌，而在这个过程中，它自身也在不断地嬗变。

两晋时期，笙进一步发展，演奏技巧更加丰富和巧妙。这个时期的独奏曲《飞龙》《双鸿翔》《白鹤飞》等，演奏技巧难度加大，但是有创新，着重借景抒情。演奏技巧是笙演奏中极其重要的部分，从魏晋时期开始，我国劳动人民就善于总结笙乐器的演奏技巧。这可以充分证明，笙乐器的演奏技巧是非常成熟的，而且是经过时间和历史检验的，是中华民族无穷智慧的结晶。众所周知，魏晋时期是一个文化处于浪漫阶段的时期，借景抒情成为了那个时代文人、文艺的需要。而借景抒情在那个时期也是曲子非常重要的内涵表现，笙乐器对曲子进行借景抒情的演绎成为了笙乐器演奏史上的一大进步。综上，在魏晋时期，笙乐器的演奏就已经达到了较高的水平，对技巧的重视程度更高，对曲子内涵的表达也更深刻。笙乐器在魏晋时期的发展与进步为隋唐时期的发展做好了铺垫。

隋唐时期，最著名的乐器是琵琶。当时，唐朝的文化艺术吸收了来自世界各国的精华，外族音乐也大量进入中国，特别是“燕

乐”的兴起以及弹拨乐的流行。笙从主奏乐器逐渐变成伴奏乐器，作为合奏的一个声部。魏晋南北朝以前，音乐的形式以吹管乐器和瑟为主，包括钟磬等打击乐共同演奏。隋唐九部乐、十部乐中，笙仍然作为重要的乐器被采用。此外，笙也用于各种小型乐队，即使是三五人的乐队，仍然有笙的身影。而且，唐代诗歌中有很多关于笙的描写，李商隐的《银河吹笙》中就有“怅望银河吹玉笙”之语。唐代的南诏地区，生活着很多少数民族，直到今天，那里仍然流行着葫芦笙和芦笙，并且是当地重要和平常的民族乐器。宋代对于笙也是十分重视的，宫廷雅乐讲究气魄、音响的效果，所以在大型的乐队中，吹笙的乐师通常配备十到三十个人。

由此可见，在唐宋时期，笙乐器的地位也逐步得到重视。这在我国的文献资料中就有记载。唐宋文化的兼容并包给予笙乐器更多的发展空间，也是因为唐宋时期社会、经济、文化的繁荣给予了笙乐器发展的土壤。比如，在九部乐、十部乐中，笙的重要作用被体现得淋漓尽致。唐宋时期的宫廷音乐能够将笙用于乐队之中，可见其艺术魅力是足够的。这得益于笙在和音中的完美调和作用。宫廷音乐对笙的重视也影响了民间小型乐队对笙乐器的态度。这种自上而下对笙乐器的重视，对笙乐器的发展起到了积极的作用。这不仅让笙登上大雅之堂，也让笙可以在平常百姓的生活娱乐中获得一席之地。这就很好解释了，为什么几千年之后，在一些少数民族地区，比如云南的一些少数民族，那里的人们仍非常擅长葫芦笙、芦笙等乐器。这些乐器的演奏虽然与当时的演

奏方式有一定的区别，但是它们作为一种传统的笙乐器仍然得到广大人民的喜爱，这是非常值得肯定的。因为，只有广大人民的喜爱，才能保证笙乐器具有生生不息的传承的动力。在宋代，笙演奏者的地位得到了更高的提升，从笙演奏队伍的壮大就可窥见一斑。统治阶级只有足够重视笙乐器的演奏，才有可能在宫廷音乐队伍中扩大笙乐器演奏者的队伍。这种积极的措施对培养笙演奏人才具有极大的意义。可以推断，在宋代，笙乐器的演奏与传承，从统治阶级到民间，都得到了空前的繁荣发展。

到了元明清时期，民间戏曲曲艺兴起，琵琶等乐器的演奏技术快速进步。由于笙的音域的限制，笙的地位下滑得很严重。盛唐时期，笙的最佳状态是三十六簧笙；到元明清时期，下滑到最少七簧笙。笙乐器的下滑趋势经过了漫长的时期，它不是在短时间下滑的，而是逐步下滑的。在元明清时期，更流行的是民间戏曲，而笙对它们的演绎作用不足以取得领导地位，因此，它的演奏地位被削弱。

笙乐器自从诞生开始，既可以独奏，也可以伴奏等，声音甜美、丰满，演奏技巧丰富、独特。笙的流传至今有三千多年，从宫廷传向民间，从北方传到南方，并且应用广泛，延绵不绝。但是，笙从元明清时期开始衰落，其功能没有得到更好的发展。究竟是什么原因导致笙的衰落呢？

第一，笙由三十六簧逐渐减少到明清时期的十七簧、十四簧，簧的减少导致发音的数量减少，音域变得狭窄起来，很多声音就

发不出来，在演奏的时候无法承担重要的功能，也就是不能作为领奏、独奏的乐器，而变成了从属的伴奏乐器。笙作为演奏的伴奏乐器，是它演奏地位削弱的主要表现。乐器的发展在很大程度上依赖于其演奏地位，在民间戏曲发展繁荣的时期，笙演奏的地位势必被削弱。

第二，笙最开始是为宫廷雅乐来演奏的，笙的地位很高；而随着民间戏曲和乐器的兴起，笙作为雅乐的象征观念抑制了笙的进一步发展。笙作为高雅的宫廷音乐，虽然经过了长期的发展，在民间也有一定的地位，但是由于演绎的曲子、风格等仍然不适合民间戏曲的发展，所以它理所当然地出现了退化的趋势。与此同时，笙的伴奏的地位却得到了空前的扩展。民族器乐的表演形式不断地发展变化，最终在明清时期形成了几种主要的类型：丝竹乐、鼓吹乐和吹打乐。丝竹乐有江南丝竹、广东音乐、潮州弦诗、福建南曲等，各具地方风格的特点。鼓吹乐有冀中管乐器、山西八大套、鲁西南鼓吹乐、辽南鼓吹等。吹打乐有十番锣鼓、十番鼓、浙江锣鼓、潮州锣鼓、西安鼓乐等。笙作为伴奏都出现在这些民族器乐演奏中，广泛地用在歌舞、戏曲中。比如，在豫剧、昆剧、河北梆子、晋剧中，笙都起着重要的伴奏作用。笙经过几千年的发展，到明清时期，扮演了另外一个重要的角色，就是伴奏的角色。虽然它的主奏地位被替代，音乐地位被削弱，但它还有自身应该具有的位置。在不同地区的不同音乐中，笙都有伴奏的一席之地，这更能体现笙乐器的主动适应性、可变性和强

大的调和作用。这使得笙乐器在主奏地位削弱的情况下仍能够保持重要的伴奏地位，更使得笙乐器的发展可以获得持久不变的动力。笙具有独特的表现力，能够调和乐队音色，增加声音的色彩，让声音的表现力更加丰富。

新中国成立后，我国的音乐形式是民族管弦乐的形式。民族管弦乐是参考了西方交响乐队的设置而配置的，民族乐器进行整合和组合，逐渐形成了大型、中型和小型的乐队。不论是何种演奏形式，笙都是不可缺少的，并重新焕发新生。为了演奏出更丰富的声音，让笙有更好的发展，笙的演奏者和继承者对笙进行了改革创新。大型的民族管弦乐队中，有吹管声部、拉弦声部、弹拨声部和打击声部。笙属于吹管声部，与唢呐、笛子、管子等共同发挥着重要作用。在大型民族管弦乐队中，关于笙的部分，由高音声部、中音声部、次中音声部和低音声部组成，可谓是笙的系列化。而组成这些声部的常用的笙有 36 簧加键笙、中音笙，次中音笙、低音笙等也都是 36 簧抱笙或者排笙。随着笙的改良，笙的半音不断增加，音域也扩展开来，演奏功能不断被发掘出来，大大丰富了民族音乐的表现力，可与交响乐器的配器相媲美。

在民族音乐中，笙可以作为乐队的领奏，演奏很多协奏曲，也可以作为独当一面的独奏乐器，演奏众多独奏曲。笙在经历了明清时期的主奏地位削弱、相对低潮的发展之后，又一次焕发了生机。在当代的笙演奏中，笙演奏家、制作家们都致力于让笙作为一种独奏的乐器登上音乐舞台。这也是笙乐器发展史上返璞

归真的举措。笙乐器的魅力就在于它角色的多变性，它可以处于乐队的多种角色之中。在明清时期，它的独奏地位被忽视，而这种独奏的性能在今天却又再一次被重视，这是笙乐器发展历史中值得重视的一个课题。

笙是一种古老的乐器，这种古老乐器自身的性能也是可以反复、仔细发掘的。笙乐器原本在久远的年代就已经成为一种独奏的乐器，而现在要让它的这种性能得以恢复，就是对笙乐器的发扬和继承最有力的证据。笙在乐队中扮演着重要的角色，被视为民族管弦乐的和声配置基础和旋律声部。更因为笙的音域宽广，高音笙、中音笙和低音笙组成笙组来演奏，不仅是民族的，还是世界上著名的曲目。笙乐器的性能非常强大，它是我们民族特有的，也是可以融入世界音乐的乐器。对于西方音乐的民族化改造，笙乐器作为民族乐器的一种，可以提供不少的支持，这必然是现代中西方音乐交流的福音。笙组合在一起，不仅可以演奏出细腻的音色，还能展现出气吞山河的声乐效果。比如“百笙大合奏”《笙声不息》，就是传统的高音笙、加键高音笙、中音笙、次中音笙、低音笙和葫芦笙、芦笙等组成的大型笙乐团演奏出来的振奋人心的乐曲。笙乐器作为一种典型的民族乐器，经过几千年的发展，在不同地区形成了不同种类的形制。因为种类繁多，必然带来不同的演奏效果。正是这些各具特色的笙乐器，在具备高超的演奏技巧的演奏者手中才能发挥出意想不到的艺术效果，《笙声不息》就是最好的例证。

近年来，中国民族音乐的发展得到了飞速的提升。笙作为我国三千年以来一直流传下来的民族乐器，具有历史性、民族性的特点，同时，它还具有和声性、复调性，在乐队中具有重要的独奏、伴奏的地位。笙乐器以其性能的丰富性，在民族音乐的不断发展、改革中也可以得到不断的进步与改良。笙会随着民族音乐的崛起而发展得越来越好，会有更多的人认识它。我们更多的人去学习演奏它，不仅要將笙推广到全国各地，还要让它能随着民族音乐走向世界。

二、笙在国外的传播

中国民族乐器笙是在盛唐时期向东传到日本的。在奈良东大寺的正仓院内，现在还保存着我国唐朝时期制作而成的两支吴竹笙、两支吴竹竽、一支假斑竹笙以及一支假斑竹竽。它们都是17管，其排列的方法都呈现出了马蹄形，只有弯曲的吹嘴非常长，斗上面均有油漆彩绘的风景画或者人物。根据古籍的记载，竽是多管的，而正仓院所保存下来的唐俗乐使用的竽，则和笙一样都是17管的。

我国的民族乐器笙曾经对西洋乐器的发展起到了十分积极的推动作用。笙在很早的时候就通过“丝绸之路”传到了波斯。1777年，一个名字叫作阿米奥的法国传教士又将中国的民族乐器笙带到了欧洲地区。

1780年，作为移民定居在俄国的丹麦著名管风琴制造家科斯尼克，首先通过对我国民族乐器笙的簧片原理进行仿照，最终成