

## 浅谈古筝的学习方法

发表刊物：作者：李璐君

古筝是中国最古老的弹拨乐器之一，据考证，筝在春秋、战国时期及其广泛流传，至今已有两千五百多年的历史，自秦、汉以来古筝从我国西北地区逐渐流传到全国各地，并与当地戏曲，说唱和民间音乐相融汇，形成了各种具有浓郁地方风格的流派，有河南筝，山东筝，潮州筝，客家筝，浙江筝，内蒙筝六个派系，现在简称南北派（下面流派可按南北两大方面分，而现代筝的派别主要分南北两派，大多为长江以南、长江以北），其筝曲及演奏方法各具特色。

山东筝：多和山东琴书，民间音乐有直接联系。曲子多为宫调式，以八大板编组而成，其演奏风格纯朴古雅。

潮州筝：流传于广东潮州一带，音乐结构特殊，奏法别具一格，它以其右手的流畅华丽，左手按滑间的独有加花奏法，变化细腻、微妙而独具一格。主要曲调有《重六》《轻六》《活五》《反线》等。其中《重六》调乐曲比较委婉；《轻六》调乐曲清新明快；《活五》调乐曲缠绵悲切，律调很有特色。

浙江筝：即武林筝，流行在杭州一带。与江南丝竹有着密切的联系，其乐曲以移植琵琶曲为多。

对我而言，古筝是一种古老的乐器，它的音色优美，易于入门，近几年来受到越来越多人的喜爱和热衷，古筝艺术从原先的风毛麟角走向了可喜的普及，又从普及走向可贺的提高，如今又逐渐不可估量的渗入于大力提倡素质教育之中。我认为要深入地学习这有着丰富表现力和艺术个性鲜明的乐器，应该把古筝分为“学筝、练筝、弹筝、说筝”的形式来完善它。

“学筝”不是要说如何去学习弹奏古筝，而是在谈谈学习中古筝在全面提升素质上有不可低估的作用。因为音乐的学习可以潜移默化地使人增强对美的感受能力，能促进增强观察力，记忆力，想象力，思维力和人际交流能力以及自我心里控制的能力，如果学习乐器，还可以因为手指动作的反复训练，而提高动作的协调能力和平衡能力。由于古筝的弦长、形状、木结构，大共鸣箱等器制决定了它发音典雅柔和，悦耳动听。所以在演奏古筝时，左右手手指勾、踢、托、劈、抹、挑等富有弹性的拨弦和左手揉、按、滑音间等变化无穷的按弦动作，同样可达到学习其它乐器所能产生的智力开发效果。

在传统乐曲中包含很多历史故事。例：《渔舟唱晚》是一首古典风格的作品，引用了唐代王勃《滕王阁序》中的“渔舟唱晚，响穷彭蠡之滨”佳句为题，描绘了在夕阳西下时，渔人愉快的劳作和荡桨归舟，歌唱丰收的情致。它的风格传统，意韵悠长，证明了古筝艺术有着悠久的历史和丰富的文化底蕴。例：《林冲夜奔》也是一首有故事情节的作品，它以：一、惨遭陷害回忆往事百感交急 二、逼上梁山心急如焚乘夜疾驰 三、狂风大作大雪纷飞千难万险 四、冲破险阻信心百倍奔向梁山 这四个情节贯穿全曲，表现力极强。现代作品《长安八景》取材于清代文人朱集义的诗画。描写长安周围名胜古迹，这样，既让学习者更容易理解和掌握乐曲所表达的思想内容，又使学习者从中学会了众多的词语及应用。可见古筝艺术不但有着其它乐器的共同特征，还有着得天独厚的优越性和全面提升文化素质的内涵性。因此，我们学习古筝是为了全面提升文化素养。

“练筝”我以为学会有效的学习方法尤为重要。要想学好任何一件乐器，学习者在练习中必须自己掌握和运用一套有效的学习方式，这对已学完了初、中级水平的学习者就更为重要了。当然，学古筝不可缺少有经验的专业教师的指导和建议，以及有说服力的示范和激励手段，但是，在绝大多数情况下有

一定基础的学习者都是没有外来帮助的情况下进行练习的。所以练习是否有成效，很大程度上取决于是否自己能够教会自己。怎样是好的学习方式呢？

### 一、合理安排练习时间（是起步和关键）

（1）按时定点：因为人的生理机能常常是受到生物钟控制的，所以按时定点训练可以养成定时对感受音乐的兴奋习惯。这样能够让练习者快速进入状态，从而达到省时、高效的作用。（2）连续不断：连续不间断地上课和练习是始终保持学习进取心理状态的唯一方法。间断了的学习和练习再要断续时，都需要一个“热身”过程才能重新进入状态。这样的学习只能是浪费了大量时间，并大大降低了学习乐器的效果和作用。

### 二、明确练习的目的

要想练习的既省时，又有效果，就必须明确练习目的。漫无目的地练了几个小时没有丝毫进展，不但会令你苦恼，并且会使你怀疑自己的能力而失去自信心。所以在练习前应先静静地思考一下：这次练习的技术难点是什么？要解决哪几点问题？上课时老师提示了哪些？乐曲所要表达的思想内容是什么？然后根据你的能力和这次所练习的时间，能解决多少问题就解决多少问题。这样练习才有价值。

### 三、视谱练习与背谱练习相结合

我们在学习一个乐段时，一定要清醒地认识到，这反复奏了无数遍的乐段是否正确无误。错误的重复只能是养成了改不掉的坏习惯。

“视谱练习”为的就是把每个音，每个节奏，都弹的准确无误。

“背谱练习”为的是做到“胸有成竹”地把乐曲潇洒自若的表现出来。因此，在学习器乐演奏中视谱练习都不可少。初学某个乐曲时，在通过了练习前的默练后，就可以进行认真仔细地视谱练习。待视谱能完整的演奏该乐曲时，即可进行背谱练习了。为了确保其正确性，在能够背谱演奏后，应再次视谱练习，从中发现错误，并加以纠正。

### 四、慢练与快练相结合

在练习速度快、技巧又较复杂的乐段、乐句时，用把速度放慢一倍或二倍的慢练来练习是很有必要的，也是有效的训练方法。但是在练习技巧并不复杂的乐曲时，不根据具体情况而一味的运用慢练的方法那就太不合适了。因为长期这样，不仅会让练习者丧失了正确的了解乐曲的能力，而且还会逐步减弱他们对音乐表现的积极主动性和乐感。

正确练习方法是慢练与原速演奏相结合，在学习一首新作品的初期，一旦完成了指法，节奏时，就得考虑正确的速度要求。再把一些技巧较复杂的乐句通过慢练，确定了指法的正确性和协调了左右手的动作后，就应该开始用原速进行练习。只有原速演奏，才能真正理解乐曲，才能真正发现所存在的不足和技巧的问题，也才能找到真正需要慢练的地方。要记住，练习时应困难点重点练，易错点仔细练，慢与快相结合练。

### 五、不可忽略的左手的按颤技巧练习

在练习中左右手拨弦的发音作用是明显的，出现的错误也易被察觉，所以一般都把精力放在右手上，但千万不能忽略左手的按颤技巧。古筝演奏中，左手的“揉、按、滑音”正是它的“灵魂”所在，“以韵辅声、音韵相成”是古筝音乐的特色所在，左手按弦的好坏，很大程度上决定了一个古筝演奏者的艺术水准的高低，缺乏了左手的按颤运用，筝乐就淡而无味失去了光彩。因此，在练习中须认真仔细的琢磨左手按颤技法，不可忽略。

## 六、不要轻视演奏技巧“简单”的乐曲或乐段

在有的筝乐作品中，一看乐谱就知道技巧很简单，因此容易被人忽视对它的练习，但往往这些看似简单的乐曲恰好是风格特点，韵味十足的曲目，所以才更要注意，由于这些乐曲一般速度比较慢，在练习时不但要把握好风格特点表现的左手按揉技法，还应该注意其节奏的准确，句法的呈现，音色的纯净，强弱的控制，所以在学习这类乐曲时，练习重点只是不同于那些快速度，大力度的技巧练习罢了，更多的是要加强对乐曲的风格和表现手法的分析。例：特别是古曲，如《出水莲》、《渔舟唱晚》等。

## 七、重视练习曲的训练

在古筝的学习中，人们往往只重视弹几首曲子，而忽视了练习曲的训练。这个问题非常突出，我也存在这个问题。

随着古筝艺术的不断持续发展，弹奏的力度、速度、技巧和乐曲表现内容都有了更高的要求，练习曲的训练也必然成了我们提高演奏技巧不可替代的一种重要手段。因为，练习曲一般都具有针对性，通过反复、专门的某种单项练习，可以从中学会、巩固或改进某种弹奏技巧和方法。加上训练练习曲通常是纯技巧练习，没有旋律和乐曲表现方面的负担，就能更好的把握技术要求，效率也高。

## 八、温故知新有助于不断提升

很多学古筝的人，也包括我在内“猴子掰玉米”的现象非常严重，学了后一个曲子却丢了前一个曲子，这样的学习是得不偿失的。在学习过程中，我们应该把复习一些经典的曲目作为不断提升的一个重要手段，这样不但可以为我们积累大量的表演曲目，还能够训练和提高我们的记忆能力。更重要的是通过复习可以在那些旧曲目中得到新的体会和认识，从而在演奏的技巧能力上，乐曲的理解能力上得到不断提高。

## 九、调整心理状态学会激情练习

练习的目的就是要演奏，而演奏和练习又有着很大的不同。如：在家自己练习时，错了可以反复的去改正，去练习，在舞台上演奏就完全不同了，根本是没有反悔的机会的。由于在舞台上演奏的人内心都会十分激动，心理上和肢体上都会比平常练习时紧张得多。平时已练习得滚瓜烂熟的乐曲，这时往往由于紧张错音百出，因此，我们在努力创造上台的表演机会之外，还应注意在平时练习完整的乐曲时调整心态，想象自己是在舞台上演奏，这样练习就能让精神处于兴奋状态，增加信心提高练习效果。

对我而言，在几年的古筝学习过程中，老师与学生的相互作用都非常大。学生不能一味的去等老师教，并死板的学，这样只能对老师产生依赖性，不善于独立思考，学习被动等。应该听取老师意见的同时，善于自己发现问题和增强自我感觉。还有就是弹奏技巧是学习乐器必不可少的能力。所以有了一定

的弹奏基础后，应该回头去检查一下自己在弹奏技巧上还有哪些的不足处，重视以练习曲做针对性的训练，加以改进，还应该在学琴的同时认真学习乐理知识，熟悉各种记号、音乐术语、培养读谱习惯，增强节奏感和音乐的心理感应能力。只有这样相结合的学习，才能在古筝上有所突破，才能不断进步。

