

古筝学习中的慢练

莫军梅

(皖西学院 艺术系, 安徽 六安 237012)

摘要:本文简要地介绍了什么是慢练及慢练在古筝学习中的诸多好处,并希望在学习古筝时要重视并科学地运用慢练,从而得到高效的学习效果。

关键词:慢练;好处;方法;针对性

中图分类号:J632.32

文献标识码:A

文章编号:1009-9735(2005)06-0153-02

在古筝教学过程,笔者常遇到学生很难解决许多问题,如速度、节奏不稳;音高、音准概念差;手指关节的弹性开发的不合理;手下技术的转换不自然;音乐衔接停顿,演奏动作僵硬,身体各连带部位的动作不够协调统一;曲式结构感弱,音乐线条粗糙、生硬等。另外一些学生面对难度较大的技巧,易产生畏惧情绪,不愿采取积极主动的具体而又有针对性的练习去攻克难点部分,导致一演奏到该难点处就因为尚未解决的技巧问题不得不停顿下来……解决以上问题的重要方法之一就是慢练。

一、关于慢练

慢练就是用低于作品要求的速度进行练习,它是解决快速的、节奏复杂和技术难度大的作品首选而又有效的方法,也是最基本的科学的练习方法之一。之所以强调慢练,是因为慢练是完成一首作品的一把金钥匙。它是最大好处就是能给你改正错误的机会,使你的视觉、听觉得到信息反馈后及时地调整并纠正演奏上的缺点,使之更符合预定的设想要求和最终演奏目标,从而建立起运动神经的正确的习惯反应和条件反射。慢练也是快速弹奏的基础,其最终目的是达到更快,其过程是相当重要,必不可少。如果一开始就缺乏有意识的规范要求 and 训练,一旦形象陋习,纠正就更困难了。慢练是相对速度而言的,练习者可以根据自己实际水平的高低、作品技术难度的不同及弹奏的进展程度,选择合适的速度进行练习。这样,根据要求来放慢演奏速度及放大演奏动作,以便更好地观察自己的演奏动态。通过放慢速度的、有针对性的练习来有效解决技巧问题和技术难点,并可以强化练习

中带有表演意义的演奏动作,使演奏者的内心对音乐的感受得以通过手指细腻而准确的弹奏和恰如其分的动作把音乐内容淋漓尽致地表达出来。

二、慢练的方法

慢练并非是单纯的速度慢,因为慢练本身也有方法问题。方法不正确、不科学,错误地理解和运用慢练,花再多的时间也练不好作品,获得的也将只是粗糙的音乐。慢练只是一个方法,却不是目的,只有科学的慢练方法才能提高练琴效率。

科学的慢练方法应该是:思想上积极认真,手指的弹奏动作、指法、音乐分句、音乐控制、音量变化、音乐处理等等都要按照谱面的提示和快速弹奏的要领去练习和领会。慢练同样不应是快速弹奏的“慢镜头”,慢只是将音与音之间的间隔拉大了,而每一个弹奏的手指仍然要积极主动、灵活有力、弹奏出来的每个音仍然要清晰且富有弹性。随着速度的逐渐加快,要逐步缩小动作幅度,弹得越快手指动作越要精练,越要小。当然,音与音之间的间隔不是拉得越大越好,只要能让每个手指的弹奏动作、弹奏出的每个音得到大脑充分指挥,耳朵清晰检查就可以了。在慢练的过程中,因为速度放慢了,练习者就可以利用足够的时间来耐心地练习合理的动作组合,找到连贯的最佳动作路线,保持弹奏动作不变形,达到克服技术难点,成功演奏作品的目的。

三、慢练与视奏

* 收稿日期:2005-11-11

作者简介:莫军梅(1978-),皖西学院艺术系助教。

一首新的音乐作品,从视奏时就要学会慢练。正确的方法是思想上高度集中,眼睛超前地看着两行乐谱,双手以自己能控制的慢速度准确地弹奏,保持音乐的完整性。这种慢视奏便于学生仔细、认真地读谱,并有相应的反应时间来得及对乐谱做出反应,力求在一开始就把谱面上的各种要求弹对,少出错或不出错,为下一步弹好作品做了良好的开端。

由于在视奏过程中,学生既要照顾谱面又要注意弹法的正确,其难度是很大的。只有放慢速度,才能使学生更好地考虑弹奏方法、讲究弹奏技术、注意弹奏动作的正确,运用准确、科学的技术方法弹奏新作品,并且在作品逐渐练习成熟的过程中,把这些技术、方法也得到了相应的巩固和提高,能够较快地达到熟练掌握作品的程度。长期坚持这样的训练,既可以达到练琴效率事半功倍的效果,也可以大大提高学生的视奏能力。

四、慢练的程序

慢练的程序应是:慢练——熟练——快练——慢练。也就是说,先是放慢速度练习,达到熟练的程序后再加快速度练习,在达到所要求的速度和力度后,再放慢速度演奏,以便检查在如此快速度的演奏下,记忆中的指法和演奏手法是否正确,音乐处理是否合理。就古筝的单手技巧而言,应先把各手指的组合技巧分解出来进行单手练习,用眼睛来观察每个手指触弦的深度和角度是否合乎要求,同时用耳朵来仔细辨别在相同的发力点和相同触弦深度的基础上所发出来的声音共鸣,及时调整各手指的力度,以求得音色的均匀、统一。进行慢练的办法可以用相同的发力点及相同的触弦深度和角度来进行慢练,还可以用不同的发力点及不同的触弦深度和角度来进行慢练,经过对比便可知其中既明显又微妙的音色变化。如果能在慢练的基础上熟练掌握不同演奏手法所产生的音色对比度,并根据不同速度要求的音乐片段中发挥出来,学生的音乐演奏和艺术表现力将更具感染力。

至于双手的技巧组合,则更应强调慢练。应先从慢练开始,在确认左右手分别的弹奏指法和音响效果完全正确的情况下,再把双手配合到一起,在配合协调的情况下再加快速度。各乐段之间的连接处,也就是音乐情绪变化的起承转合之处,更应提出来慢练,以确保准确到位的音乐表达;指间的轻重应注意配合气息的缓急来运用,并且要掌握好渐强、渐弱、渐快、渐慢的和突强、突弱、突快、突慢的表现手法,这些也应从慢练开始练习和把握。而且慢可以帮助学生更清晰地感受自身的力量在身体各个加带部位——颈脖、肩膀、手臂、手肘以及各个手指关节和指尖的分布、流动和运动的协调统一;通过慢练,还可感受到在演奏中身体重心的灵活调整,使得今后的演奏动态更有活力。

五、慢练的灵活运用

前面谈过在识谱视奏时应该坚持运用慢练的方法。如果从头到尾一遍又一遍通篇慢练一首作品,会导致所有的不需要慢练的地方也在不断重复练习,而需要大量慢练的地方却始终得不到足够的练习。其实一首作品真正的难点往往只存在于个别地方,如果练习好这几个地方,整首作品也就基本上成功了。因此,慢练更要有针对性。

当然,除开始慢速度视奏整首作品外,有目的对作品进行通篇慢练也是必须的,但一定是在一首作品已经完全练习成熟之后(尤其是快速的作品)。作品练习成熟后,如果仅满足于用快速度反复演奏,容易使手指下意识地机械完成着习惯性的动作,有可能逐渐变得模糊、不准确、失去控制,作品也由于缺乏有意识的训练而失去其鲜明的艺术感染力,即通常所说的“弹游掉了!”所以适当做通篇慢练,进行意识化的加强和巩固,既可以强化正确的习惯,又可以从作品中得到新的启迪和发展,使自己的演奏更加细腻、精巧、更具感染力,以巩固演奏此曲的技巧、感受。

Slow Practice In Learning Guzheng

Mo Junmei

(Department of Arts, West Anhui University, Lu'an, Anhui 237012)

Abstract: In this paper, the author introduces what is the slow practice as well as its merits in learning China *Guzheng*. In order to achieve higher efficiency in learning China *Guzheng*, more attention should be paid to the slow practice.

Key words: slow practice; merits; technique