

古筝扫摇练习方法

对于使用小指扎桩者来说，扫摇就和一般指法的姿势一样没有太大的改变。这个指法比较需要练习的地方是因为中指做扫的动作后，大指的托劈托没办法清楚，所以无法将主旋律清晰地呈现，只是不断地听到扫的声音，结果就变得很嘈杂。练习方法如下：

1、为求旋律清楚，所以先练单纯的勾托劈托，其中托劈托三个动作是属于摇指的部份，因此弹这三个音时，可用食指轻捏大指，但弹中指勾时，食指则是保持开放的，整个手型仍是基本的八度撮音样子，所以摇指的角度是与琴弦略呈45度角，不似平常单弹摇指时是垂直的，最后练习时当然要注意音量的平均，而且切记要“慢”。

2、弹清楚之后，慢慢加快速度，等到姿势确立且熟练中指与大指衔接的关系之后，中指再加上扫的动作，大概扫两三条弦，再加快速度，这样练习应该可以得到清楚好听的扫摇。

注：不使用食指一直捏着大指的原因是，保持食指开放，这样才能让整个手可动且放松，不会因食指捏着大指而限制中指的活动，因为我自己觉得一但限制住中指，就很难让手臂放松，这样的弹法，手臂手腕手掌都是松的，自然就很容易弹得轻松自在了！

要有计划和步骤，把一项技术拆成几部分来练。李萌老师说过扫摇首先要求摇指的技术。所以先自己依次检查一下摇指是否过关：

- 1、托劈在音色和力度上是否均匀，音质是否饱满；
- 2、不扎桩摇，仍然能达到上述要求；
- 3、相隔一个弦距换弦，仍然能达到上述要求；
- 4、依次练习相隔2到5个弦距换弦，仍然能达到上述要求；
- 5、在保持上述质量的前提下，达到一定的速度(不需要太快，流畅就行了)；
- 6、练到第6条满足了，就可以开始尝试扫摇了，开始可以让扫在次要地位，重点强调主旋律的清晰和均匀，然后，逐渐增加扫的力度，达到乐曲要求的满意效果。

其实扫摇之所以显的困难，是因为摇指的技术不够扎实，我觉得磨练摇指的技术，增加手腕，手臂的控制能力才是练习的关键。练习时一定要要有步骤，按部就班一条一条的解决它们，这样反倒不觉的太难了。

要注意要用手腕去摇，手臂不动，经常做做空动作，让自己感觉这种姿势慢

慢地熟悉，摇的时候要注意大拇指来回用力均匀，从慢练起，后来才渐渐加快，摇指是练习和时间的问题。