

浅谈现代古筝演奏技法

长江大学艺术学院音乐 2042班 崔 晓

[摘要] 筝,又名古筝。是我国古老的民族弹拨乐器之一。流传至今已有一千多年的历史,在这漫长的历史长河中,古筝演奏技巧也在不断的变化,筝乐的创作呈现出百花盛开的繁荣景象。在古筝演奏技巧迅速发展的时代,古筝新技法如雨后春笋般不断涌现。

[关键词] 筝 演奏技法 风格 展望

一、现代古筝演奏技法发展

近代以来,随着筝专业教育的发展,新的筝专业人才的不断涌现;各专业团体的频繁演出,民间传统的筝曲的整理,出版;古筝界专业人士学术研讨和各流派地域间的相互交流等,使古筝艺术迈上了一个崭新的台阶,古筝新技法如雨后春笋般不断涌现。

(一)指序的变化

筝乐右手传统技法主要是大指、食指、中指三指的运用。无论是托、劈、勾、挑,还是撮、摇等诸多指法,其核心原则都是:以大指为轴心,五声音列八度内的勾搭技法为特点的技巧规律。古筝的技法随着时代的发展,借鉴吸收了其他乐器的技法来丰富自身的表现力。现代筝乐常常根据旋律进行的规律安排用指顺序,手指不在局限与右手的大指、食指、中指三指,而是双手并用,强调手指的独立性。如:《井冈山太阳红》

1=D $\frac{2}{4}$ 艾 南曲
赵曼琴改编

轻快地 J=152

(二)对其他乐器演奏技法的借鉴

1. 借鉴琵琶技法的轮指

古筝与其他乐器的不同之处之一是它表现长条的持续音难,表现短的颗粒性的音难。所以在轮指和弹轮这一技巧上,古筝借鉴了琵琶的手法形成了古筝的新技巧轮指。它是运用大指、食指、中指、无名指等依次在同一根弦上进行快速演奏使音连绵不断。如:《彝族舞曲》

1=D 王中山改编
自由地、慢起渐快

1=D 王中山改编
自由地、慢起渐快

2. 琶音技术

它是借鉴了竖琴和钢琴的弹法,形成的新技巧。现代筝乐曲中的琶音演奏已超出了三、四个音的局限,特别是在左手连续起个音弹奏,要求指间音色、力点平衡、连贯。如:《雪山春晓》

1=G

范上娥曲
格桑达吉

速度自由

Musical score for 'Xue Shan Chun Xiao' in G major. The score includes a treble clef, a key signature of one sharp (F#), and a tempo marking of '速度自由'. The notation features a complex sequence of notes and rests, with some notes marked with '3' indicating triplets. There are also some notes with dots above them, possibly indicating accents or specific articulation. The score is written in a standard musical notation style with a treble clef and a key signature of one sharp.

(三)左手技法的发展与运用

古筝自秦朝流传至今已两千多年的历史,期间古筝左手技法的演变经历了由单一到多变,由简单到复杂的发展历程。左手技法成为古筝技法发展的重要推动力量。80、90年代以来,古筝左手新技法层出不穷,而这些技法中最根本的变化就是左手解放,全面参与取音演奏。左手技法的发展是现代筝乐技法创新的重要体现。如:《东海渔歌》

1=C张燕曲

汹涌澎湃地

1=C

张燕

曲

汹涌澎湃地

Musical score for 'Donghai Yuge' in C major. The score is marked 'mf' and '汹涌澎湃地'. It features a treble clef and a key signature of no sharps or flats. The notation includes a sequence of notes with slurs and accents, indicating a fast and powerful performance style. There are also some notes with dots above them, possibly indicating accents or specific articulation. The score is written in a standard musical notation style with a treble clef and a key signature of no sharps or flats.

二、古筝技法的发展对古筝音乐风格的影响

音乐风格的形成有多处因素构成。古筝曲流派是以地域特征来划分的,它们有各自的生长环境和音乐文化背景,同时还有不同的演奏技巧特征。而这些特色技巧不仅突出筝曲流派的风格特征,还成为每一流派的重要标志。近年来,随着筝曲的创作与发展,演奏技巧也在突飞猛进的前进。然而,古筝曲在传承过程中,出现南北筝曲风格模糊、音韵单一的现象,究其原因与演奏技巧的运用不无关系。尤其是一些风格性较强的技巧,被20世纪80年代的新技巧所取代,使古筝曲的个性特征被抹杀。

传统筝曲的音乐风格是“音”、“韵”相结合,平衡发展的音乐风格。从技术角度讲,是在左手的润饰技法和右手的取音技法支持下形成的,这一风格的技术核心是右手以取为主,左手以韵为主,琴码两侧演奏技术平衡发展。而反观今天的筝曲,我们看到琴码右侧的演奏技术成为筝曲的主要技术指标。由此形成现代筝曲风格的基本技术,也就是说现代古筝音乐风格的形成是以取音能力的加强为主导。左手技术的发展尽管带来了古筝技术发展的新思路,但他在参与取音的同时也弱化了韵。由此我们可以看出传统筝曲的风格为单音多韵,而现代筝曲的风格则为多音少韵。

三、对古筝技法前景的展望

近几十年中,由于弹筝者的增多和对古筝研究的不断深入,在演奏技法上已有了很大发展——从单手(右手)弹奏到双手同时弹奏,从摇指的出现到快速指序的应用,无一不增添古筝这一传统乐器的魅力,使其具有时代特点,顺应了时代要求。尽管如此,但从乐器演奏的发展角度来看,古筝演奏技法的发展还不够平衡。这种不平衡表现在:

(一)手指间技法的发展不平衡

古人弹筝把小指列为“禁指”,意思是弹筝时不能使用小指。而古筝技法流传到今天,现代筝的演奏者仍没有重视对小指的启用,小指一直处于辅助性的地位,如大指摇指时,小指扎桩作为支撑点,起到平衡手指的作用,或者偶尔用于拨弦,小指始终没有正式地参与弹奏的行列,而成为“闲指”。

如何在筝乐演奏中很好的运用小指是一个值得我们深思的问题。

(二)左右手技法发展的不平衡

古筝传统的“音韵体系”使得古筝演奏者多只训练右手弹奏的基本功,左手只做吟、揉、滑、颤的练习,这样一来便造成了左右手的技法发展不平衡。有些演奏者,在弹奏右手技法时表现得得心应手、游刃有余。而左手的弹奏,就不如右手那样自如了,一旦遇到左手弹奏时,演奏速度也明显下降,这便是古筝演奏中历来把弹奏技法重点放在右手而忽略对左手弹奏能力训练的结果。

当然,左手在演奏中也有其不可缺少的作用,传统乐曲中的“以韵补声”就是靠左手在琴码左侧以吟、揉、滑、颤 (下转 202页)

根据上表分析可以看出,体育人口组的心理健康水平明显高于非体育人口组,这与国外研究结果相一致。在 SCL - 90 九项因子中,其中躯体化、人际关系敏感、焦虑、精神病性、体育人口总体均分明显低于非体育人口,两者存在显著性差异 ($P < 0.05$)。抑郁因子、体育人口与非体育人口有着非常显著性差异 ($P < 0.01$)。在强迫、偏执、敌对、恐怖因子中,体育人口总体均分低于非体育人口,但无显著性差异 ($p > 0.05$)。综合分析,表明体育锻炼对抑郁、人际关系敏感、焦虑、精神病性的康复起到积极作用。另外,通过对体育人口与非体育人口心理反应异常分析显示,体育人口组大学生心理反应异常者 296 人,占总体的 7.7%,非体育人口心理反应异常者 1072 人,占总体的 28%,经独立样本比例差异的显著性检验 ($P < 0.05$)。此结果也间接表明了体育锻炼对人的心理健康状态的积极作用。

3.4.2 体育心理疗法的优点

为了推广体育心理疗法,本文分析了体育作为调节治疗心理疾病手段的几大优点。

人们易接受。绝大多数心理患者不承认自己有心理障碍,也不愿意到心理咨询机构去接受治疗,但对体育疗法易接受。因为人们在接受治疗时,没有病人的感觉,能避免周围人的议论,在愉快的活动中得到治疗。

见效快。体育疗法不但能调节心理,而且也能有效的改善生理机能水平,达到用生理来帮助心理的治愈。

无副作用反弹小。通过体育手段调节治疗,复发的可能性少,一般没有什么危险。

便于自我调节、治疗。体育手段方便易行,不受医疗条件、环境的限制,也无需花费财款。在一定程度上弥补学校现有心理咨询人员、设备不足。体育心理疗法经过实践证明,正逐步得到承认和推广。

可持续性进行,其他药物疗法或咨询方法总有中断的时候。

3.4.3 不同运动量对高校大学生心理健康水平的影响

通过“体育锻炼状况调查表”以及运动等级量表,将受试者分为 3 组,大运动量组、中运动量组和小运动量组进行比较分析。中运动量组在总均分上低于大运动量组,但两者无显著性差异,其中恐惧因子总体均分高于大运动量组,但两者无显著性差异 ($P > 0.05$)。强迫症状、敌对二因子,大运动量组总体均分高于中运动量组,两者具有显著的差异 ($P < 0.05$)。抑郁、躯体化、人际关系、焦虑、偏执、精神病性因子,大运动量组均高于中运动量组,但两者无显著性差异 ($P > 0.05$)。中运动量组 SCL - 90 各症状因子均分都低于小运动量组,其中抑郁、焦虑、强迫、偏执因子有显著性差异 ($P < 0.05$)。躯体化、恐怖、人际、精神病性因子中运动组均分低于小运动组,但两者无显著性差异 ($P > 0.05$)。敌对因子中运动组均分高于小运动组,两者亦无显著性差异 ($P > 0.05$)。

综上所述,中等运动量体育锻炼更有利于高校大学生的心理健康。

4 结论与建议

4.1 结论

苏州高职院校学生心理健康水平低于全国常模,令人担忧。其中抑郁、焦虑、偏执、精神病性、躯体化是当前苏州高职院校学生心理障碍或心理疾病的主要症状。苏州高职院校学生心理健康指标在人际关系敏感、焦虑因子存在性别显著性差异。

体育人口心理健康水平明显优于非体育人口,尤其对躯体化、抑郁、焦虑、精神病性、人际关系敏感存在显著性差异。中等运动量体育锻炼取得最佳心理效益。

4.2 建议

4.2.1 完善机构

完善苏州高职院校心理健康教育机构,对苏州高职院校学生进行必要的心理健康教育,普及心理健康的知识。培养大学生的健康情绪,预防心理疾病的发生。

4.2.2 合理引导

体育运动能改善人们的心理健康水平,且心理健康水平随锻炼年限的增长而递增,我们建议高职院校应引导大学生坚持积极的体育锻炼,选择适宜自己的中等运动量。来调解自己的心理疾病。

4.2.3 对症选项

不同的体育运动项目对人们心理健康因子影响不同,建议学生根据自己的情况,对症下药,选择适合自己的运动项目。

4.2.4 加强师资队伍建设

加强体育师资队伍建设,健全体育选项课制度,合理培养学生不同项目兴趣,落实俱乐部管理与建设,使学生真正能够参与到体育运动中来。

参考文献

- [1] 刘彦. 体育锻炼促进心理健康的研究综述 [J]. 武汉体育学院学报, 1996
- [2] 季浏主编. 《体育心理学》[M]. 北京:高等教育出版社, 2006
- [3] 谭荣波,梅晓仁编著. 《SPSS 统计分析实用教程》[M]. 北京:科学出版社, 2007
- [4] 杨忠伟著. 《体育运动与健康促进》[M]. 北京:高等教育出版社, 2004: 242 - 244
- [5] 吴永慧,张宝荣. 促进大学生心理健康的体育锻炼因素分析 [J]. 现代预防医学, 2007 34(5): 923 - 925
- [6] 吕中凡,于洪波. 大学生心理健康的影响因素及体育锻炼的心理干预效果研究 [J]. 沈阳体育学院学报, 2006 25(6): 47 - 49
- [7] 诸杰,闫振龙,顾利民等. 影响我国大学生心理健康状况的因素及其干预对策的研究 [J]. 西安体育学院学报, 2001 (1): 111 - 113

(上接 199 页)技法表现出来的,这正是古筝比其它乐器更具魅力之所在。然而,这一优势又使古筝的技法发展受到了一定程度的限制,因此,开发左手的使用,使左手的弹奏如同右手的弹奏一样,能够灵活自如地完成快速高难度的弹奏技巧,成为目前需要解决的问题。

首先,在古筝的教学与训练中必须要求左右手同时进行训练,也就是右手能弹奏的技法,左手也必须能弹奏,并且在速度、力度以及熟练程度上有一定的要求。其次,左手的“以韵补声”的特点,不仅应该保持,而且应该发扬,不能因为重视弹奏技巧就丢掉原有的特点,忽视了古筝演奏的韵味。

我们应该保持左手原有润饰技术的同时,坚持发展右手取音技术,使“音”“韵”相结合的传统风格得到更高层次的实现。那时,我国古老的筝曲艺术定将迎来它的另一个春天。

参考文献

- [1] 汪运. 《近十年来古筝左手演奏技术的发展与创新研究》[J]. 《黄钟》(中国·武汉音乐学院学报), 2004 年 B07 期 90 - 96
- [2] 杨凡. 《以当代古筝演奏新技法看文化脉络中的传统音乐》[J]. 《福建艺术》, 2007 年 3 期 65 - 66
- [3] 汪小平. 《近年古筝左手技术的发展与筝曲音乐风格》[J]. 《人民音乐》, 2001 年 12 期 34 - 36
- [4] 赵毅. 《古筝演奏技法的流变及其当今教学中的问题》[J]. 《黄钟》(中国·武汉音乐学院学报), 2007 年 2 期 33 - 39
- [5] 李晗. 《谈古筝演奏技法的创新与发展方向》[J]. 《中央音乐学院学报》, 2001 年 4 期 58 - 60
- [6] 赵曼琴. 《古筝快速指序技法概论》[M]. 国际文化出版社, 2001 年
- [7] 周耘. 《古筝音乐》[M]. 湖南文艺出版社, 2000 年
- [8] 阎小力. 《传统筝曲演奏技巧对风格特点的影响》[J]. 《秦筝》