

浅谈古筝演奏中的呼吸问题

□ 杜莉娟

近几十年来，古筝以其独特的魅力唤起了很多作曲家的灵感，古筝新作层出不穷，各种新兴演奏技巧大大丰富了古筝的表现力。关于古筝演奏及教学方面的问题，很值得我们去不断探讨和研究。本文仅就古筝演奏中的呼吸问题作出了一些思考。

著名的二胡演奏家赵寒阳先生曾指出：“呼吸感在演奏过程中很重要，它对于乐曲律动的掌握、旋律的流畅、分句的清晰，以及重音的劲头等许多方面都是至关重要的。”呼吸基本上被认为是与生命同在的自然现象，没有人不会呼吸，然而演奏中呼吸的控制尤为重要。但是，在古筝演奏和教学过程中，呼吸问题却往往被忽视，这就很值得引起同仁的关注和重视。

一、呼吸与节奏律动的完美结合

音乐作为表现人类生命精神的一种象征，它具有千般姿态、万种风情的特征。作为演奏者，应当力求将人体的呼吸与音乐的表现内涵、旋律句读等要素贯串于所有的演奏环节，而节奏作为乐音存在的首要条件，如何将呼吸与节奏相配合，让旋律的韵律在延绵的时间里形成“强而不躁，弱而不虚，呼吸自如，琴人合一”的琴乐境界，就成为了重要的内容。

节奏律动是一种体现节奏规律并结合音乐进行的脉动，节奏律动一定要发自内心，结合自身对音乐与节奏的共鸣与感受，把音乐中节奏轻重强弱的内在规律体现出来。譬如，在演奏古筝曲《汨罗江上》中第二段模仿鼓声段落时，如果任由手腕、手掌拍打琴柱，留给听众的只会是一遍嘈杂之声，根本不可能给人心旷神怡之感，难以达到预期的效果。在演奏这个段落时，演奏者应当透彻地理解乐曲，用呼吸带动手臂、手腕再到手掌，将掌心中的力点集中地落在琴弦上，一触即发。根据乐曲的需要，随着节奏由慢变快，由弱渐强的发展趋势，呼吸逐渐加强，以双腿作为支撑点，收小腹，由一呼一吸带动身体顺应旋律的发展趋势上下起伏。身心激发一种由外到内的合力，利用这样的“心力”状态集中在力点上拥有这种稳健沉着的呼吸，才会使演奏

应当有所配合，气息要由浅入深，收小腹，当演奏到倒数第二小节时也就是摇指最强的部分，应当感觉到气息已经吸入了脑腔，并屏住呼吸，靠腰部和臀部作为支撑点，待到乐曲结束处的和弦方才用力吐气，将脑腔中的气息一并落在和弦音上，沉稳而又饱满有力地完成整首作品。

古筝演奏中上下行刮奏的声音以其行云流水般的音色被世人称为“天籁之音”，获得这一殊荣，除了古筝本身优美的音色外，演奏者娴熟的演奏技巧、乐曲中力度对比的处理和完美的呼吸的结合也是非常重要的。特别在古筝曲《高山流水》中的流水段中，既有表现流水细流涓涓的部分，又有奔腾澎湃等多种水的不同形态的部分。在左手按滑和右手大量上下行刮奏的同时，呼吸应当配合不同层次的力度变化有所不同。在表现涓涓细流弱的地方，要以看似无声无息却又绵绵不息的呼吸感加以配合；在描述汹涌澎湃的流水动态时，特别到了高潮处，呼吸一定要加强，运用饱满的呼和吸，带动整个身体和头部，依靠腰部的力量使其向左右大幅度的晃动起来，将心潮的澎湃涌动与奔腾的流水融为一体。

从以上乐曲中对呼吸问题的初步分析，我们不难看出，一首动人、完美的音乐作品中定有呼吸感的存在。在力度较弱的地方，演奏时的呼吸很细微；力度渐强的部分，呼吸感也需逐渐加深；到乐曲力度最强的地方，呼吸还应当引起整个身体的共鸣来配合乐曲的需要。

三、呼吸与情感表达的内在契合

情感或感情是一个人为人处事的重要基础，它影响到一个人的世界观和价值观的形成。一首动人的乐曲是演奏者触及内心的感情流露，是抒发演奏者真正情感的音乐。“音”、“情”的高度结合是艺术审美感的一种体现。其中，音是情之“体”，情是音之“魂”。音情二者以技巧的组合为纽带，相互依存、相互制约、不断完善，以达到理想的演奏境界。这就要求我们演奏时把最真切的情感融入乐曲中。俄国文学家托尔斯泰说：“在自己心里唤起曾经一度体验过的感情，在唤起这种感情之后，用动作、线条、色彩、声音以及言辞表达的形象来传达出这种感情，使别人也能体验到同样的感情——这就是艺术活动。”作为一名古筝演奏者，要演奏好一首乐曲，不但要有演奏乐曲所具备的高超的演奏技巧，还要在心理和审美意识上与其相一致。在古筝演奏实践中我们逐步认识到，演奏技巧是音乐的表现手段，两者的关系是相辅相成、互相促进的辩证关系。比如乐曲《林冲夜奔》，描写了林冲英雄落难、怒火满腔、顶峰踏雪、夜奔梁山的豪情壮举。演奏者应当演奏出发自内心的激情和愤慨，使音乐具有强大的感染力

和震撼力。

例如,《林冲夜奔》引子段

1=C

	吸	呼	吸	呼
$\frac{3}{4}$	5̣ 1̣	5̣ 1̣	3̣ 5̣	1̣ 2̣ 3̣
$\frac{4}{4}$	0	0	3̣ 5̣	1̣ 2̣ 3̣ 3̣

乐曲以一个由弱渐强的刮奏进入引子,为贴近人物心理的深沉表意性,演奏前应当深深地吸一口气,所谓“未成曲调先有情”,做到预备拍的呼吸与旋律的动态相吻合。在演奏过程中需要提气时,要收小腹,用意念将丹田中的“气团”吸入脑腔,借助腰、臀的力量而非耸肩的力量依顺地球引力的方向,有弹性地往地心送。这就是我们经常说的力点集中,根据物理原理,往下掉的力量一定会有反弹力,这种反弹力是很自然和松弛的。同时演奏者还需要注意的是站在所要表现的人物心理的立场,用心体会复杂的心理活动。

呼吸是演奏过程中的灵魂,听众往往就是在演奏者细微的一呼一吸中感受演奏者的内心世界和情感。演奏者以呼吸划分句式,形成抑扬顿挫,用来表情达意,并与观众沟通。只有随着乐曲的韵律和节奏,自然、协调地呼吸,才能真正做到“情动意动,情急气促,情缓气畅,情刚气壮,情柔气和。”用演奏意识控制自身的呼吸,依感情的变化而变化,从而促进感情的表达。情感与呼吸相互依存、相互渗透,缺一不可。

老子云:“道法自然”,“无为而无不为”,一切行动都遵循大自然的规律。在演奏的过程中要诱导自己进入一种忘我和无我的状态。无我和无为并不是失去自我和无所作为,而是意味着超越自我,超水平发挥。本着这种思维理念,我们应寻找出一种最合适最恰当的演奏呼吸方式。不管演奏者是否赞同,演奏过程中的呼吸肯定有别于自然状态下的呼吸。因为演奏状态是一种运动状态,身心会随着音乐内容的跌宕起伏的变化而发生变化。笔者认为,多数情况下,这种状态应该是很自然地、自主调节地、不需刻意控制地,但在一些情况下,也不排除人为调节,以达到气息的整体平衡。

呼吸作为生命存在的全息密码,既是生命的本源,也是音乐的本源。一位优秀的古筝演奏者应该将呼吸贯串于整个音乐表现的所有过程,实现“操之于琴,发之于心,动之于手,得之于乐”的意境。