

您现在的位置：中国音乐学网 > 音乐论文 > 音乐表演理论 > 正文

浅谈二胡的演奏姿势与发音的关系

2008-2-28 来源：傅华根 作者：傅华根 人气： Emus论坛

浅谈二胡的演奏姿势与发音的关系

傅华根

每一位二胡演奏者一定要养成正确的演奏姿势和良好的演奏习惯。演奏姿势包括坐的姿势、左手持琴、按弦的姿势及右手持弓和运弓的姿势。

一、演奏姿势的重要

演奏姿势的正确与否对二胡的发音和演奏具有决定性的作用。对演奏姿势总的要求是自然、放松、平衡。对于初学者则更要在练习中经常检查自己的演奏姿势，如不重视这个问题，听之任之就会养成坏的演奏习惯，而要根除和改正任何已养成的不良习惯，则是十分困难的。

我们常常会听到有人这样说，对于一个初学者，只要有一个一般水平的老师教教就行了，其实这种说法是很错误的。我们知道培养良好的习惯、建立良好的基础对一个渴望在音乐上有较高成就的人来说是太重要了。事实一再证明，许多人毕生致力于改正他们在初学阶段从无知的教师那里学到的坏习惯，结果却效果甚微。“对于一个初学者随便哪个老师教都行的”这一说法是非常糊涂和有害的，所以从初学阶段就找一位好老师养成良好的习惯、建立良好的基础是非常重要的。

二、坐的姿势

二胡演奏采取坐的姿势。演奏时两脚稳定地踩在地面上，身体的重量由凳子和两只脚来支撑。所坐凳子的高度不能太低也不能太高，凳子的高度以坐在凳子上使两大腿与地面平行或使大腿略斜向上为宜。坐在这样的凳子上容易保持一种自然、放松的姿势，同时人体也能保持平衡，二胡也会较稳定地站立在左大腿根部上。如坐的凳子偏高，演奏者的两大腿就会斜向下，即大腿与地面所成角度小于90度，这时放在左大腿根部上的二胡就会不稳定，所以我们常常可以看到一些演奏者在演奏时为了保持二胡的稳定就不得不踮起脚尖，抬高左腿，这种不自然的演奏姿势对二胡的演奏是很有害的。演奏二胡时坐在一个高度合适的凳子上是很重要的。演奏者坐在凳子上时，两大腿要自然分开、成八字形，左脚位置比右脚位置略靠前一点。演奏时琴筒放在左大腿根部，琴杆垂直向上，身体挺直略向后倾。这样，人体的重心稍往后移与二胡的重量和左手持琴时左手臂的重心在身体前面正好形成一种平衡的状态。



中国音乐学网 上海 徐汇区

+ 加关注

杨燕迪教授的这场讲座还将于2013年6月周五14:30在南京艺术学院音乐学院108演奏厅演一场。详见：<http://t.cn/zHmNLv> [转] 讲座并纪念瓦格纳诞辰200周年专题讲座，上海音乐学院音乐学系第150期学术论坛，瓦格纳的乐剧思——以《特里斯坦与伊索尔德》为例，杨燕迪主时间：2013年6月19日下午15:30，地点：上乐学院新教学楼-中605。免费，欢迎，请转！
6月16日 23:56 转发 |

讣告：中国共产党党员，著名作曲家、钢琴家、乐理论家、音乐教育家，上海音乐学院原院长青教授因病医治无效，于2013年6月10日15时58分在上海瑞金医院逝世，享年71岁。兹定于2年6月18日下午2点，在上海龙华殡仪馆银河厅杨立青同志送行。
<http://t.cn/zHRyy2g>
6月13日 14:37 转发 |

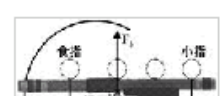
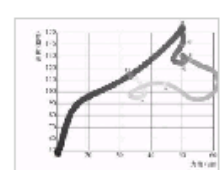
第二届全国艺术学青年学者论坛将于6月14-1

TA的粉丝 (2783)

热门

- 1 bel canto的声乐传统和意大利声乐风格的
- 2 中外音乐表演理论研究进展及比较和评价
- 3 铜管乐演奏艺术新概念
- 4 西方音乐表演中有关Rubato问题的传统观
- 5 新中国60年声乐学术热点追溯与反思
- 6 怎样提升琵琶舞台表演水平
- 7 剑为我动乐为我心——简析小提琴与筝
- 8 如何提高琵琶轮指质量技巧
- 9 琵琶快速弹跳的必由途径
- 10 札记：涉及音乐传播学，对客家筝派形
- 11 录音技术影响演奏风格的表现
- 12 录音技术如何影响了演奏风格？

热图



重量和左手持琴时左手臂的重心在身体前面正好形成一种平衡的状态。这种自然、放松、平衡的姿势使演奏者会感到稳定、可靠和不费力气。

三、左、右手的演奏姿势

有了一个良好的二胡演奏坐姿后，如没有正确的左、右手的演奏姿势，要演奏好二胡还是不可能的。左、右手的演奏姿势包括持琴、按弦、持弓和运弓。所有的演奏姿势的正确与否主要取决于演奏动作是否自然、放松，自然、放松的演奏动作一般来说都可被认为是正确的。在演奏二胡中为什么一定要保持演奏姿势和演奏动作的自然、放松呢？二胡演奏的实践证明，在二胡演奏中自然、放松的演奏动作产生优美的声音，紧张的演奏姿势和演奏动作是不会产生良好的声音效果的，而且还会给演奏技术的发展造成很大的障碍。

四、二胡的持琴

正确的二胡持琴对于正确地掌握按弦、换把、滑音演奏以及其它左手演奏技术的提高都有着非常重要的意义。为了保证在持琴时左手的轻松自如，首先应保证二胡稳定地站立在左大腿根部上。这里很重要的一点就是在持琴时要使二胡垂直向上。如持琴时琴杆向前倾斜，则左手就要用一定的力来承担由于琴杆向前倾斜而产生的重力，以保证琴杆不致于倒下，这样就不可避免地会给左手的按弦、换把等动作带来麻烦和不便，而这种麻烦和不便都会使演奏者的左手或多或少地产生紧张，这种生理上的紧张都将影响二胡的发音和二胡演奏技术的发展。

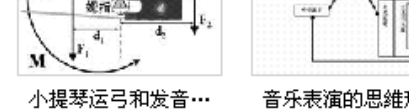
二胡稳定地垂直站立在左大腿根部上后，在持琴时要求演奏者做到左大臂、小臂、手腕、手及手指的自然、放松，使手指在琴弦上上下下运动时能轻松自如，没有阻碍，没有沉重感。左手持琴的主要缺点是虎口紧握琴杆，这样就会在演奏中造成左手的紧张，使左手动作不便，严重时会出现左手甚至左肩关节的酸痛。左手紧握琴杆，使左手动作不灵活，给换把带来困难。为了有效地避免左手虎口紧握琴杆的现象，在持琴时要求演奏者必须培养一种心理感觉，在意识上应做到是将琴杆轻轻地放入左手虎口处，而不是用左手虎口去抓住或握住琴杆，这一点非常重要。

在左手持琴前抬起左手臂，使左大臂与体侧约成45度角，左手轻松地握空心拳，如握一圆形的气球一样，手背斜向上，手腕平直或微微下凹，大拇指斜向上，拇指指肚面朝前方略偏向下方，拇指指尖对着食指指肚，然后将琴杆轻轻地放入左手虎口处，这样就能比较容易地做到左手及整个左手臂的自然、放松。

关于持琴时左手臂抬高与体侧所成的角度是因人而异的，人的手臂的长短不一样，所演奏的二胡的千金的高低不一样，则手臂抬高的高度也会不一样。这里所讲的持琴姿势只是指上把位演奏时的情况。由于在演奏时左手所在的把位的不同，而从千金开始到最下把位二胡的琴弦离琴杆的距离在均匀地、渐渐地变大，二胡的内外弦之间的间隔也在均匀地、渐渐地变大，因而左手持琴的姿势在不同的把位上都会有所不同，甚至在演奏外弦时左手的持琴姿势和在演奏内弦时左手的持琴姿势也会有所不同。但不管怎样，正确的持琴应做到左大臂、小臂、手腕、手和手指的自然、放松，在演奏时能保证左手轻松地按弦、换把、上下运动，能有利于二胡的正确发音和左手演奏技术的提高和发展。

五、演奏姿势、动作自然放松的重要

不光是演奏乐器、演奏二胡要讲究姿势、动作的自然、放松，其它所有的带有技巧性的运动和表演都需要讲究姿势、动作的自然、放松。体操运动员的体操姿势和动作要讲究自然、放松，跳水运动员的跳水姿势和动作要讲究自然、放松，舞蹈演员表演的姿势和动作要讲究自然、



推荐

- 1 bel canto的声乐传统和意大利声乐风格的
- 2 中外音乐表演理论研究进展及比较和评价
- 3 西方音乐表演中有关Rubato问题的传统观
- 4 新中国60年声乐学术热点追溯与反思
- 5 如何提高琵琶轮指质量技巧
- 6 琵琶快速弹跳的必由途径
- 7 录音技术影响演奏风格的表现
- 8 录音技术如何影响了演奏风格？
- 9 从肖邦夜曲看演奏中的速度弹性与节奏性
- 10 圆号吹奏法与矛盾原理的辩证关系
- 11 论钢琴弹唱训练的突破口
- 12 关于俄罗斯声乐体系初期教学阶段的研究



博客

放松，还有其它许多运动和表演都要讲究自然、放松。无论是体操运动员、跳水运动员，还是舞蹈演员，他们表演的姿势和动作越自然、放松，则他们的表演就越优美。他们表演的姿势和动作越不自然、越紧张，则他们的表演就越不优美，这是每个人都知道的常识。所以人们也不难理解二胡演奏中正确的演奏姿势，自然、放松的演奏动作是在二胡上演奏出优美动听的声音的保证。

六、常见演奏姿势和动作的毛病

演奏姿势和演奏动作上的毛病所引起的后果要比人们开始时想象的严重得多。

那么，二胡演奏中演奏姿势和演奏动作是否正确、自然、放松的标准是什么呢？这个标准只能以是否能在二胡上演奏出符合音乐艺术要求的优美动听的声音为准。这里所说的演奏姿势和演奏动作的自然、放松，是相对于限制和影响二胡演奏技术的发展和二胡正确发音的左、右手的过度用力，也就是我们在专业上所说的紧张来说的。初学二胡者左、右手出现酸痛的现象，就是演奏姿势和演奏动作紧张的最有代表性的例子。从物理学的角度来说，任何一种活动，包括演奏二胡，丝毫不紧张不用力是不可能的。要在二胡上发出声音，就需要一定的能量，需要用一定的力。声音是一种能量，它是通过机械能转换成声能的。二胡上产生声音是由二胡演奏者在运弓时将一定的压力通过弓毛施加到琴弦上，使弓毛与琴弦摩擦产生振动，再通过琴筒的共鸣来实现的。在这个从机械能转变为声能的过程中，演奏者在运弓时左手就要用一定的力，同时左手也会有一定的紧张度。这种紧张度是必要的，它不是我们专业上所说的紧张。专业上所说的自然、放松、不费力是指用最小的力来达到最佳的效果，俗话说“四两拨千斤”就是我们所说的专业上的自然、放松和不费力。

七、任何生理上的过分紧张都有害于二胡的演奏

演奏中任何生理上的紧张，不管这种紧张状态的影响来自何方，它总是要妨碍演奏者左、右手的放松。在二胡演奏实践中，演奏技术发展不大，发音不优美都是由于生理上的过分紧张，左手手指过分用力按弦，左手虎口过分用力夹紧琴杆或右手持弓、运弓过分用力所造成的。所以作为一位二胡演奏者必须从初学阶段开始就要注重培养自己建立一种良好的自然、放松、平衡的演奏姿势，并在这方面作长期的努力，只有这样，我们才能不断提高和发展我们的演奏技术，不断提高和改进我们的二胡演奏音色。