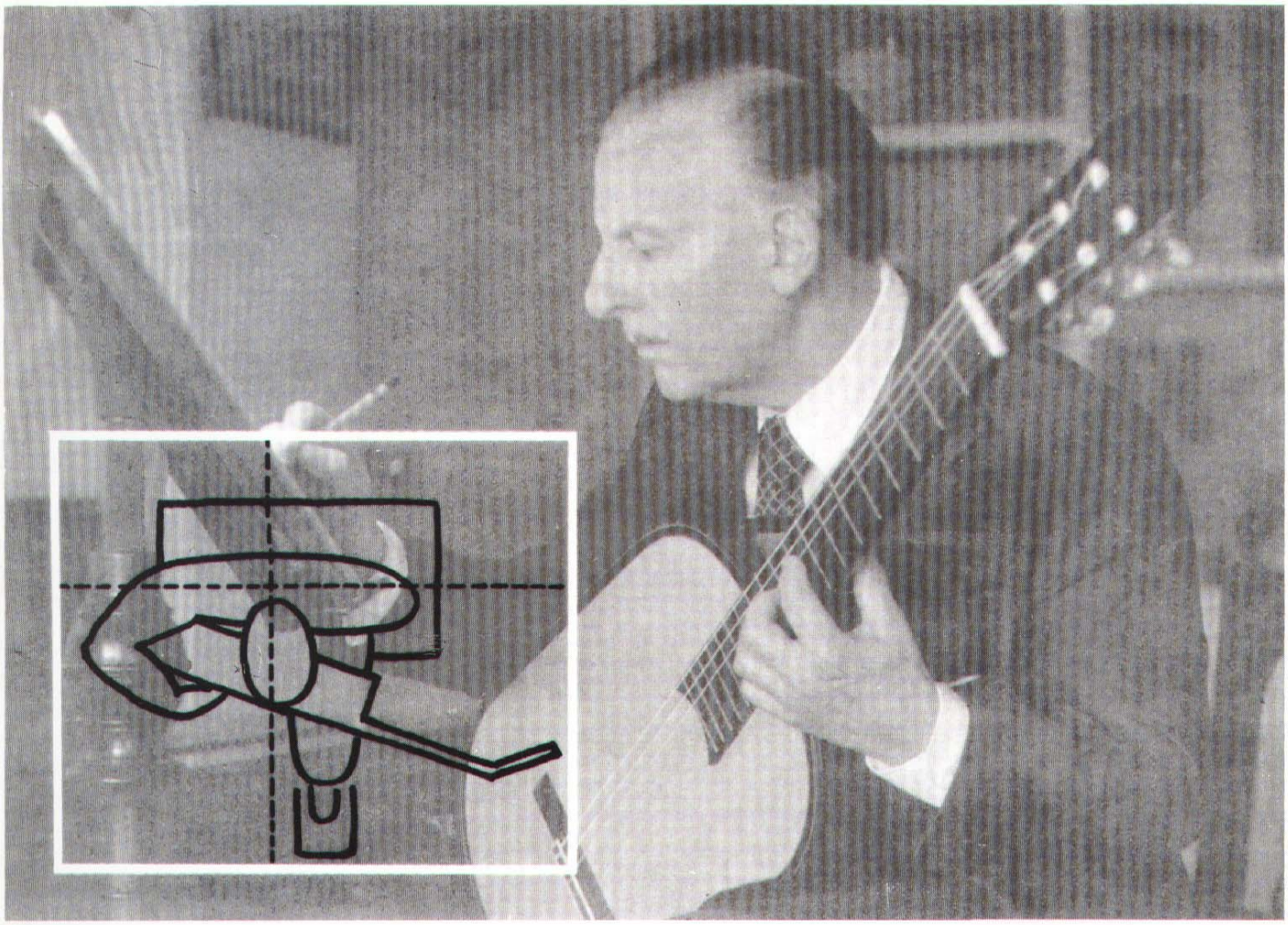
wind_170
2005.11.24
已批准
ken peng 05-11-24, 14:45

A. Carleuaro



古典吉他 教學系列

1

自然音階

亞貝爾・卡雷巴洛 作者　　羅文芳 譯

古典新韻 出版

前　　言

樂器技巧是隨著時間而呈現出邏輯性的演進過程，演奏也因此變得越來越困難與複雜，使得大家對所學都深深感到不足。並不是所有的學生都認爲他們需要花費大量的時間在技巧學習上。因此，指導必須根據實際的教學價值，在取材上也要加以簡化、濃縮並給予合理的順序。學習可以分成數個不同的發展階段，而且要提供單純及濃縮型式的素材給學生練習。

我們不必要求學生具有卓越的才能，但敏捷及專注卻是必備的。這系列教材所陳列的練習都是限制在手指的機械動作範圍內，因此它可以同時適用於專業及業餘的吉他演奏者。

尋求最好及最合理的的方法來引導及開發學生最大的才能是本書的目標。但唯有靠學習者專注及持之以恆的練習才能達到這項目標。

一套涵蓋各種不同階段的吉他練習教材方能適用於老師和學生們。並不是所有的教本都是好的，一般而言，有的教本是屬於較基礎性的教材，而有些則是針對特定的課題來提供可解決該課題的練習課程。然而，我們也必須承認，在學習這些課程時，存在著一些令人困惑的疑問與盲點，但我並不打算在此分析其原因。我不想去評論那些我們所熟知的教學法，但爲了強化教學效果，而坊間又缺乏足夠的教學材料，因此，爲了幫助老師及學生才促使我動手寫這四冊教學系列的教材。

必須強調的是，這系列教材是著重在技巧練習上，如果能將它列爲每日的練習課程，將會是極有效的強化教材。但這套教材並非爲入門及初學者來設計，而是爲了幫助那些中級以上的學生們而寫的。

我們必須瞭解，如果要有效率的增進技巧的發展，則必須經由不斷地思考，換言之，除了一些幸運的特殊例子外，我們可以說，一般所採用的樂器教學法都是不夠完備的，如果不具備整體教育所必須的素材，是很難獲致完整的技巧能力。

這系列書中的所有練習，都是根據實用性而設計的，除了可以照著書中的方式去練習外，老師或學生們也可以依自己的程度及創造力去設計適合的類似練習。經由這種過程，對於學生在這項樂器的表現力及相關於吉他與音樂的鑑賞力方面都大有助益。

吉他是那麼優美的樂器，有那麼多人爲她著迷，但它又存在著許多難以克服的問題，這四冊教學系列所涵蓋的課程，如能幫助解決這些難題。則是我最大的心願。

亞貝爾・卡雷巴洛

(ABEL CARLEVARO)

譯　序

亞貝爾・卡雷巴洛(Abel Carlevaro, 1918-)是烏拉圭著名吉他演奏家、教育家及作曲家，曾任蒙特維多音樂院主任教授，爲當今最傑出的吉他藝術家之一，亦是是與魏拉一羅伯士(H.Villa-Lobos)及賽高維雅(A.Segovia)齊名之大師。

大師以二十年光陰創造一套完整的吉他教學法，在美洲及歐洲早已被視爲吉他發展史上新的里程碑。其精心著作的”古典吉他——樂器技巧的理論與應用”一書中所探討的理論與實踐，被譽爲今日最完美的吉他技巧理論。大師並依其理論設計了四冊古典吉他教學系列的技巧練習(Serie Didactica)，使吉他學習者能在最短的時間內提高技巧完成度。最近大師更融合技巧、分析與音樂詮釋完成四冊大師課程(A.Carlevaro Guitar Masterclass)。這整套大師著作已成爲舉世公認的吉他聖經。

今日樂壇，大師的弟子們也都能藉著他的技巧理論及音樂詮釋而在多項國際大賽中連連得獎，如曾經來台演奏極受好評的吉他演奏家”沙達諾斯基(Sadanowsky)”及”費南德茲(Fernandez)”二位，另如奧賽爾(Aussel)、皮耶里(Pierri)、貝尼特茲(Benitez)、希洛葉(Girollet)等皆爲他的入室弟子。

卡雷巴洛的吉他作品如美洲前奏曲集、Cronomias I(奏鳴曲)、五首練習曲(魏拉—羅伯士讚歌)、普拉達河協奏曲等，皆早已享譽樂壇。大師每年定期至世界各地演奏與講習，也常受邀爲國際吉他大賽評審。爲了感謝大師在音樂上的傑出貢獻，美國聯邦協會(Organization of American States)於1985年特頒予大師代表最高文化勳章的榮譽學位(Diploma of Honor)。

回顧國內吉他教育的發展，頗令人憂心。至今仍缺乏一套立論正確的教學法，甚至一家之言的各種錯誤觀念充斥坊間，不知造成多少藝術生命的折損，誠令人扼腕嘆息！

自一九八四年起，投入於卡雷巴洛理論的研究已歷七個寒暑。其間又經法國著名吉他家沙達諾斯基悉心的闡釋與教導，亦曾就教許多疑點於烏拉圭吉他名家費南德茲；其時就深覺大師這套理論著實非常珍貴，它解決了絕大部分吉他彈奏者所可能面臨的問題。當時就曾許下宏願，要將這套教材逐一譯出，爲國內吉他愛好者略盡棉薄之力。

大師這次來台講習與演奏，除了直接帶給我們關於吉他音樂的珍貴資訊外，更對我們研究並出版大師理論的求知精神給予諸多勉勵與讚揚。在可預知的未來，大師的理論勢將成爲世界吉他教學的主流，我們何其榮幸能獲大師親自教誨!唯有捐棄不合時宜的觀念，方能不負大師對我們的厚望。

讓我們期盼台灣的吉他水準能經由大師來訪與指導及其譯作的出版而邁向另一新紀元，希望這只是一個開端，我們將以追求眞理的精神繼續努力。

羅 文 芳

一九九一年十二月於台北

自 然 音 階

音階的運指一定要完全合理，而且實際在樂器上練習之前必須對音階的理論詳加研究與分析。研究音階的運指可以促使學生瞭解練習的意義，並且能領悟調性變化的特性。先從大音階開始練習，接著再彈其關係小音階。

沒有正確的運指就不可能有正確的彈奏與詮釋。這似乎很容易，但不經多年嚴謹而深入地研習是不會具有這種能力的。

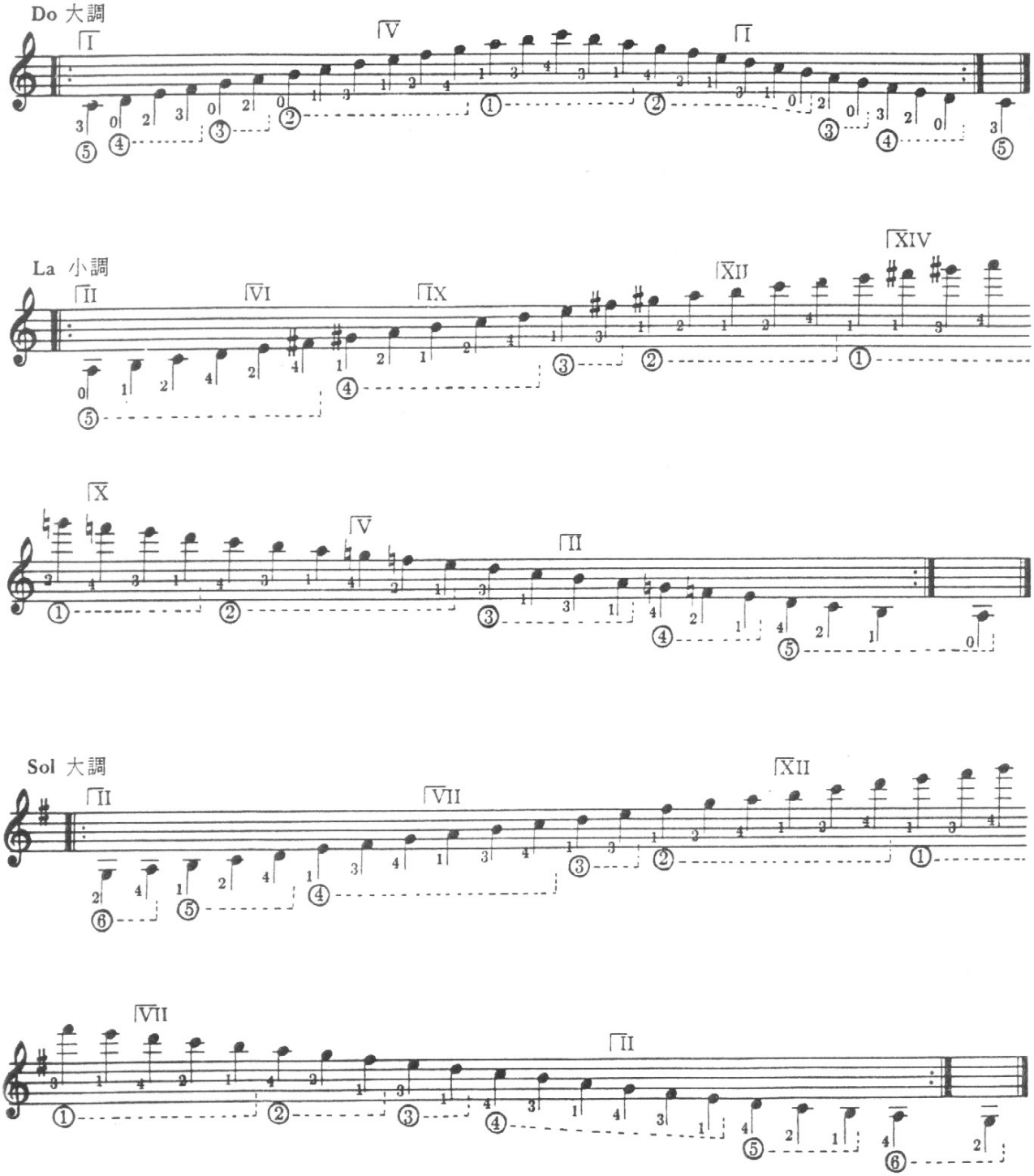
我們必須瞭解每一個動作完成後都需要休息，而這種知覺能力必須從集中精神，以緩慢的速度來彈奏並思改每一個音符之後才能逐漸獲致。將來以快速彈奏時，手指才能獲得同樣的感覺。

速度是建立在手指依音符的時值變化而形成的一連串收縮及放鬆的動作上。即使是很短的休止也要給予手指休息的感覺。在把位變換時，左手必須做到絕對圓滑的移動，拇指也必須維持其彈性。把位的變換必須不著痕跡，因爲它是屬於純技巧性的範圍與音樂是沒有關係的，因此不能因爲它而干擾了音階的正常進行。左手必須和手腕、手臂形成一和諧的整體，使動作能具有彈性。左手的動作必須完全和諧，如果沒有手腕及手臂的參與，將會有損於整體的動作。因而所有的動作都要手、腕、臂三個部份的共同參與。等到能完全控制手腕及手臂後，所有的左手動作都將變得容易掌握了。

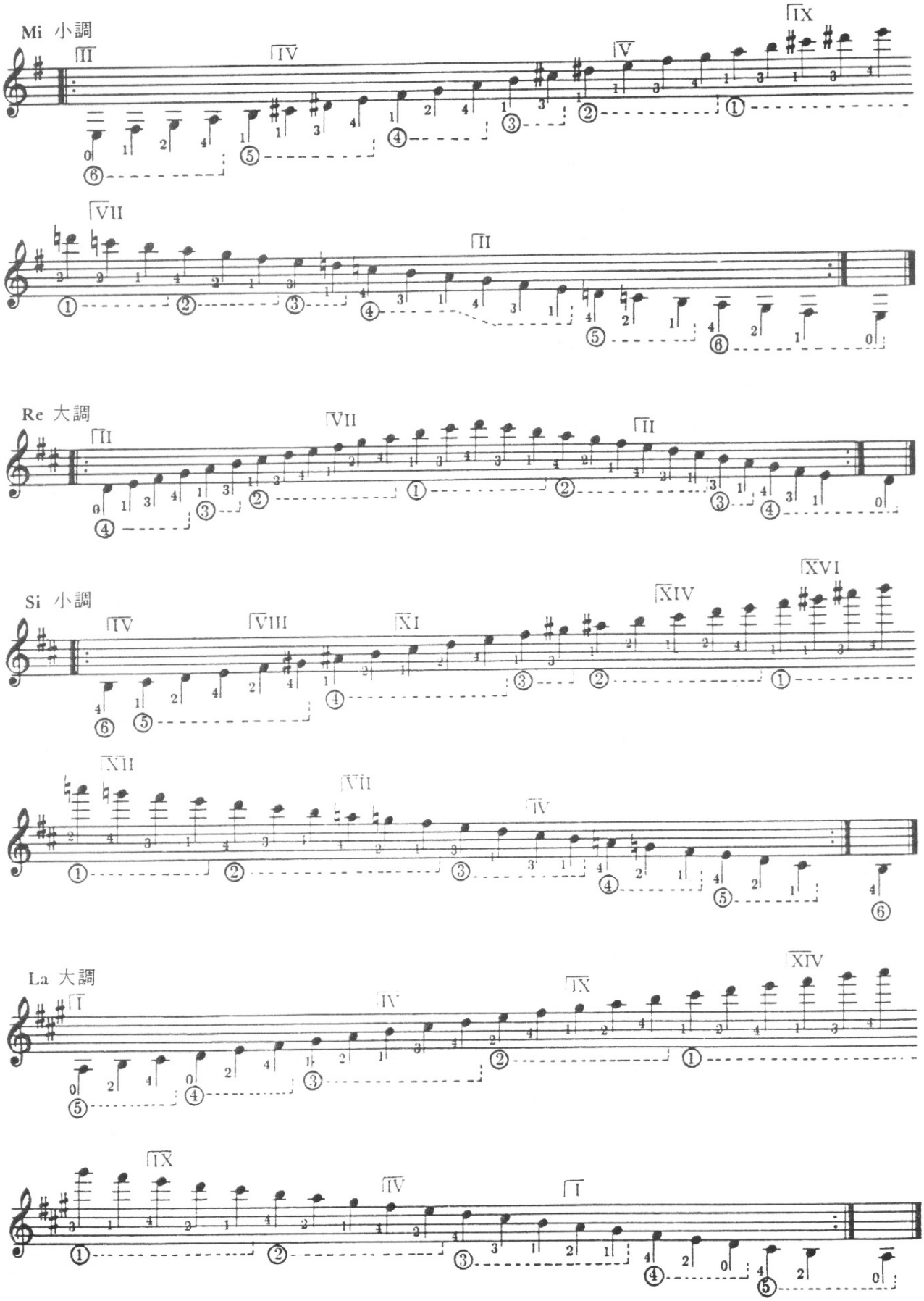
由於指板的長度及厚度使左手動作存在著相當的困難度，但又必須掌握精確的距離感，因此，要能善用手腕及手臂。手指的定位感必須成爲我們的一種感覺，在開始時需要依靠眼睛的幫忙，但慢慢地要減少對目視的依賴，之後頂多只要稍微一瞥就足夠了。

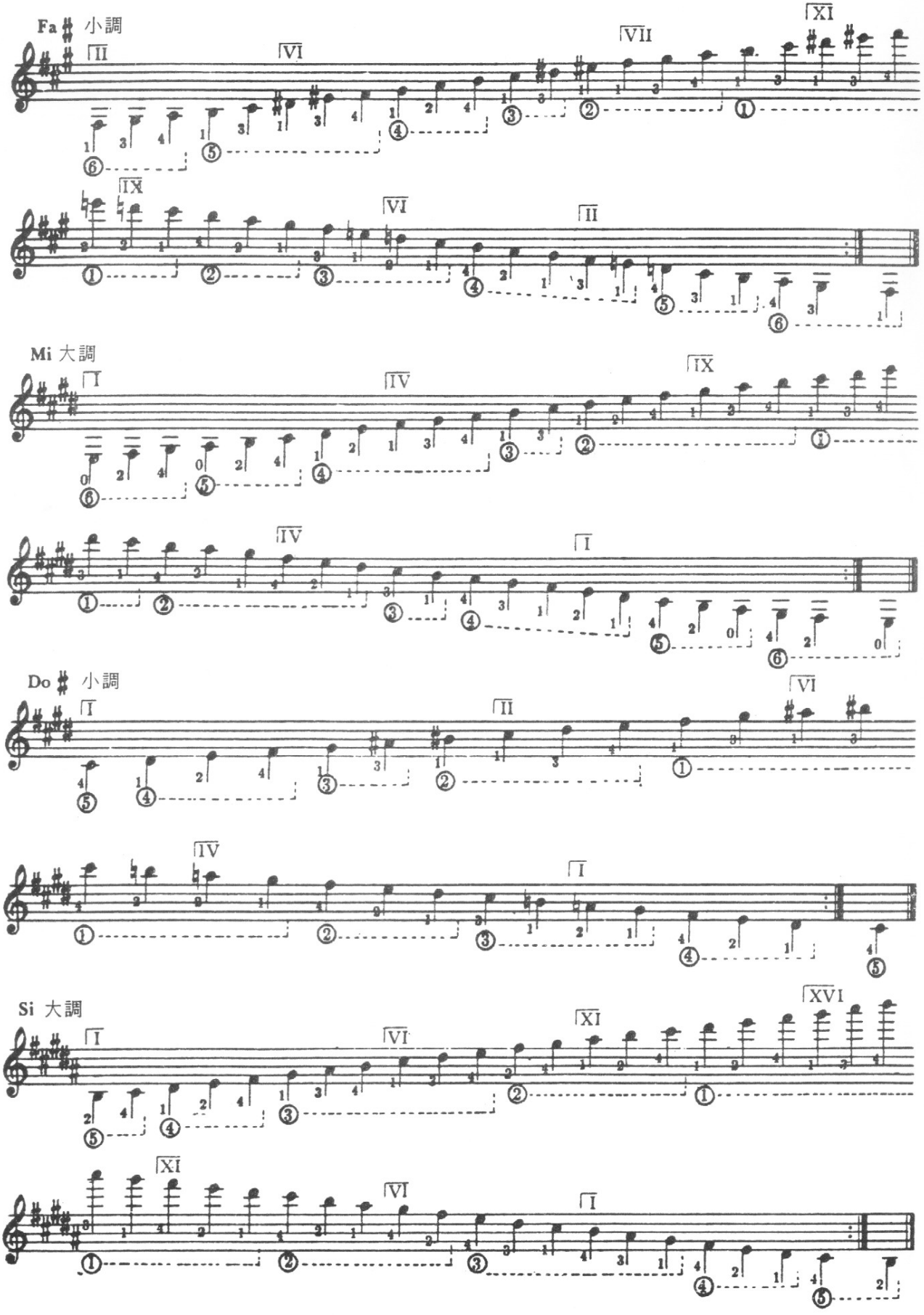
左手食指具有精確的定位功能，因而可以當成一種導引指，但最重要的掌握距離的定位功能則必須專注於拇指上。

想要獲致滿意的成果，就必須完全放鬆手與手臂的肌肉以及心智上不斷地注意，亦即，要避免所有不經預先思考的任何動作。

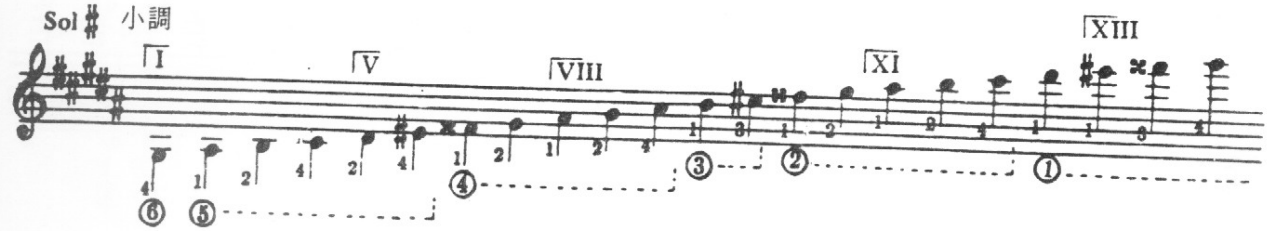


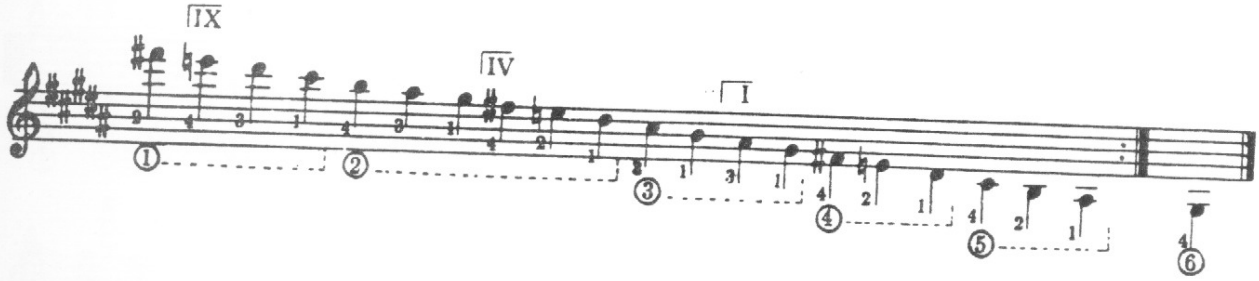
注意：羅馬數字表示左手把位的變換及1指在指板上的位置。本書小音階部份均採用旋律小音階。


Mi 小調
Re 大調
Si 小調
La 大調

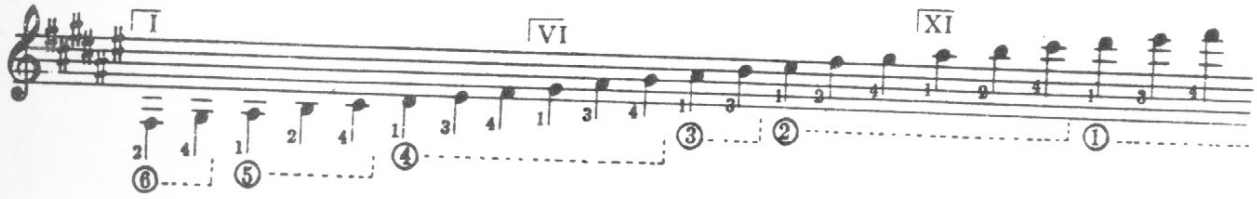

Fa ♯ 小調
Mi 大調
Do ♯ 小調
Si 大調

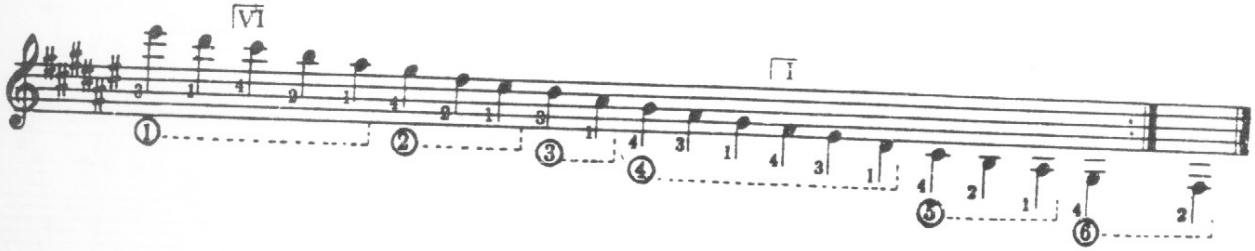
Sol ♯ 小調



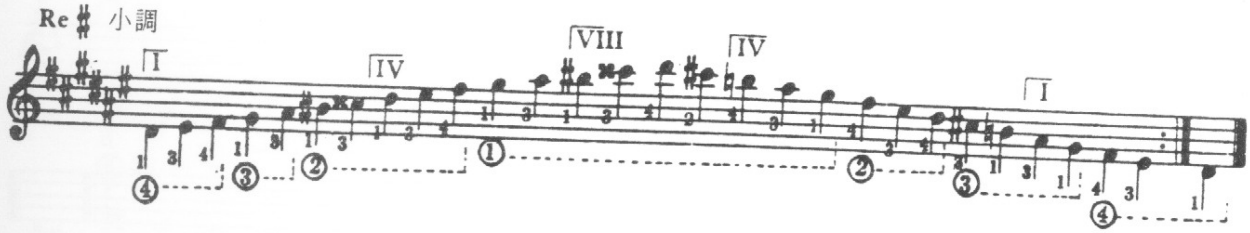


Fa ♯ 大調

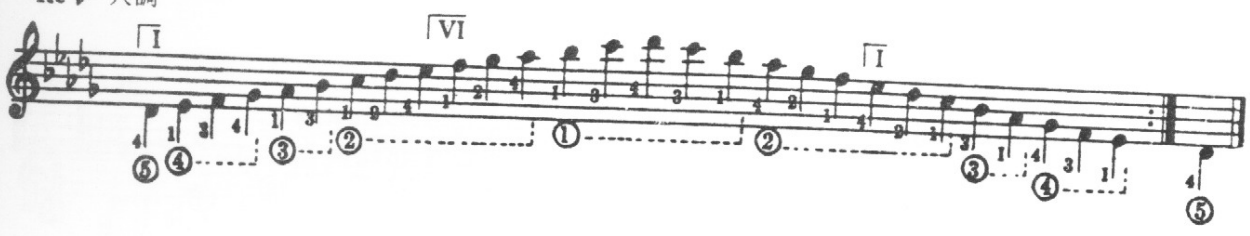


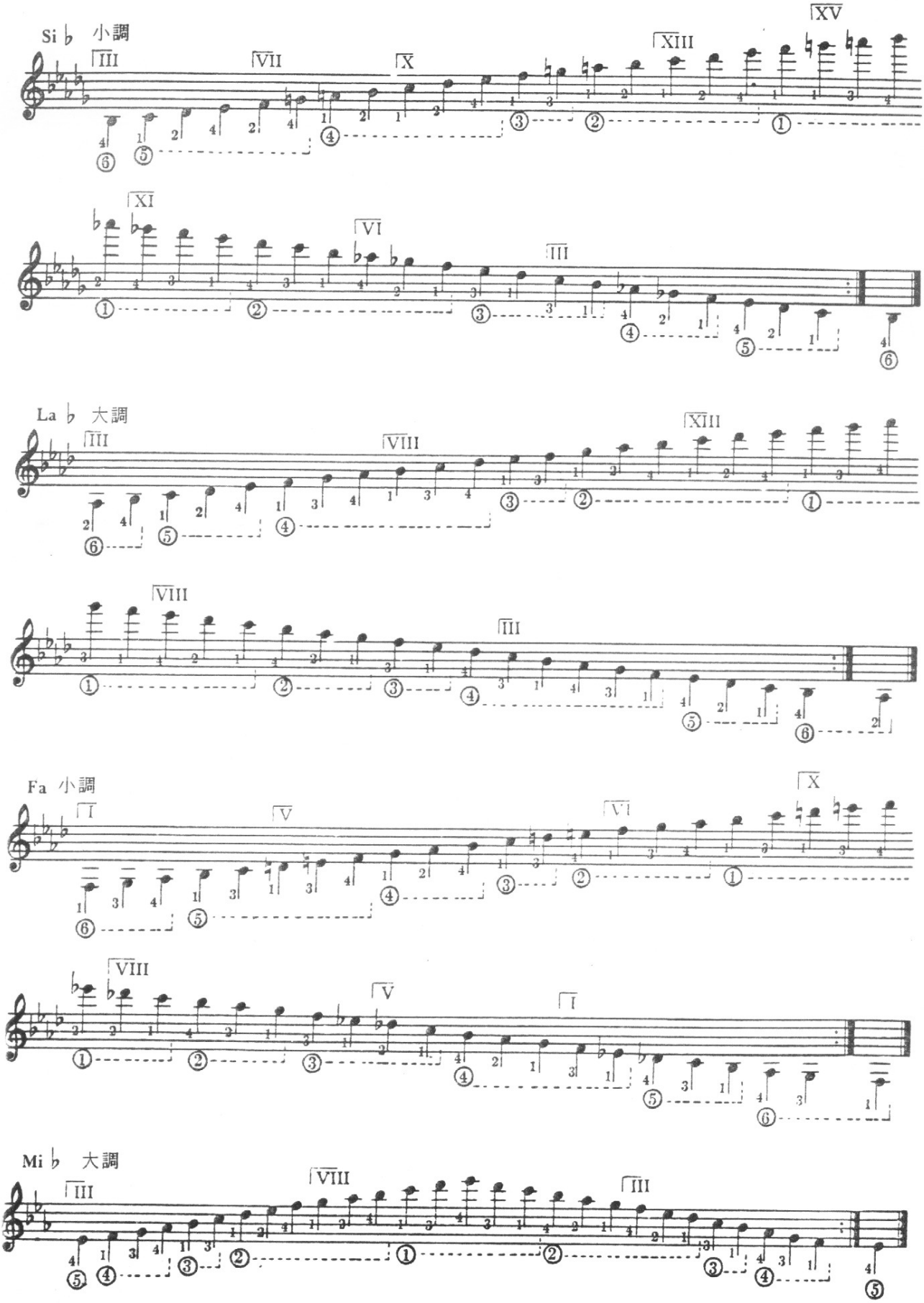


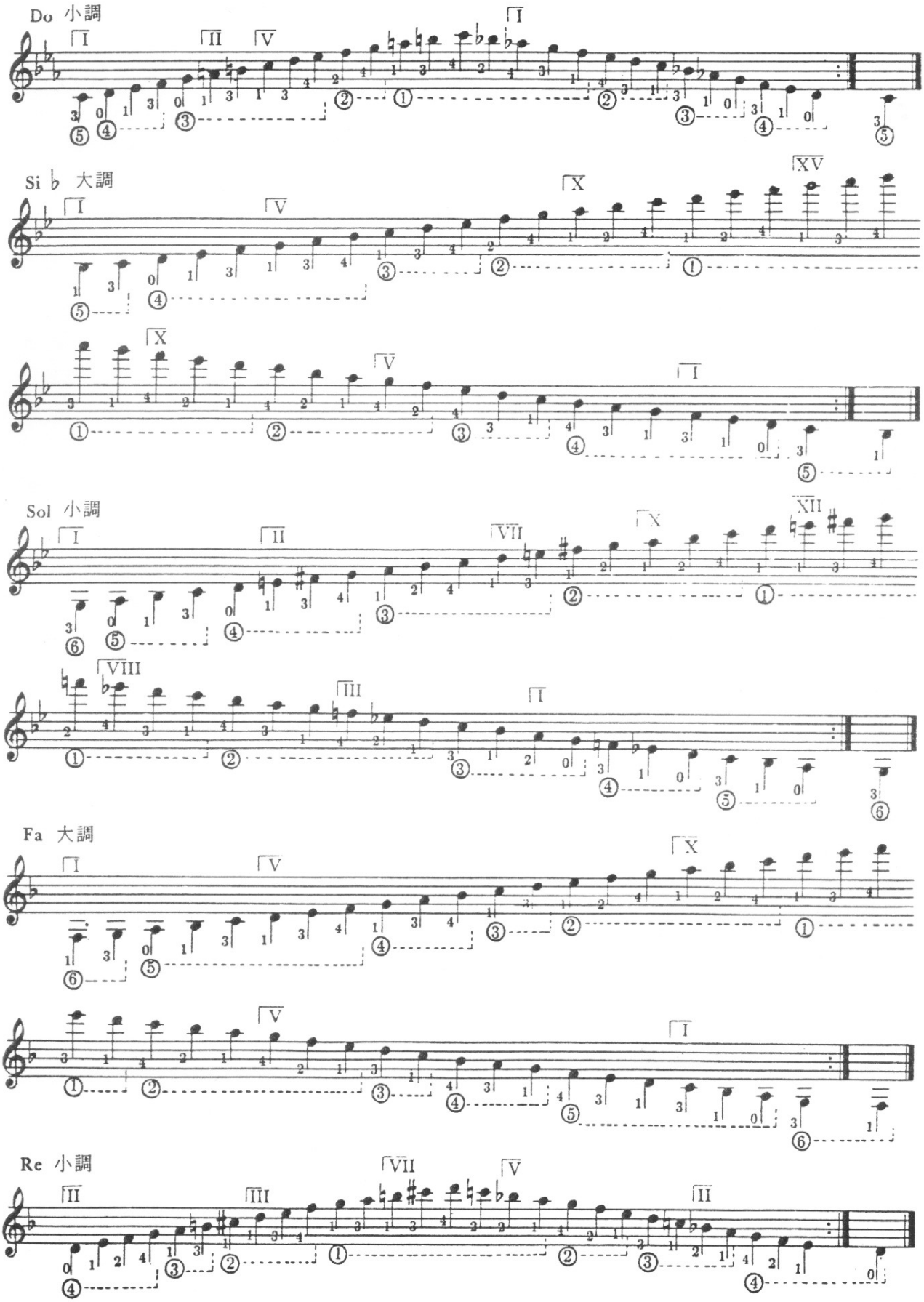
Re ♯ 小調



Re ♭ 大調




Si ♭ 小調
III
VII
X
XIII
XV
XI
VI
III
La ♭ 大調
III
VIII
XIII
VIII
III
Fa 小調
I
V
VI
X
VIII
V
I
Mi ♭ 大調
III
VIII
III

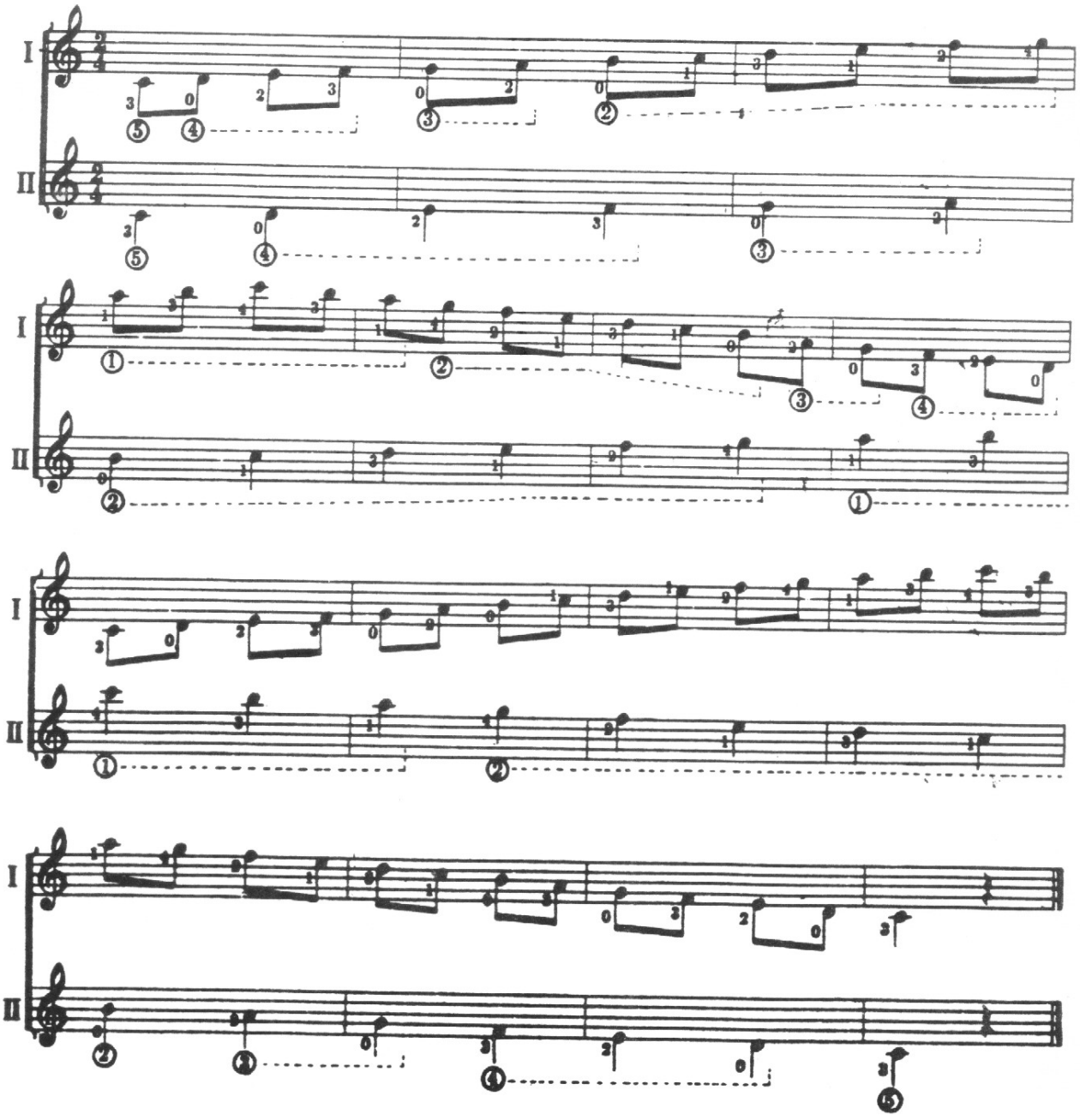

Do 小調
Si ♭ 大調
Sol 小調
Fa 大調
Re 小調

二聲部音階

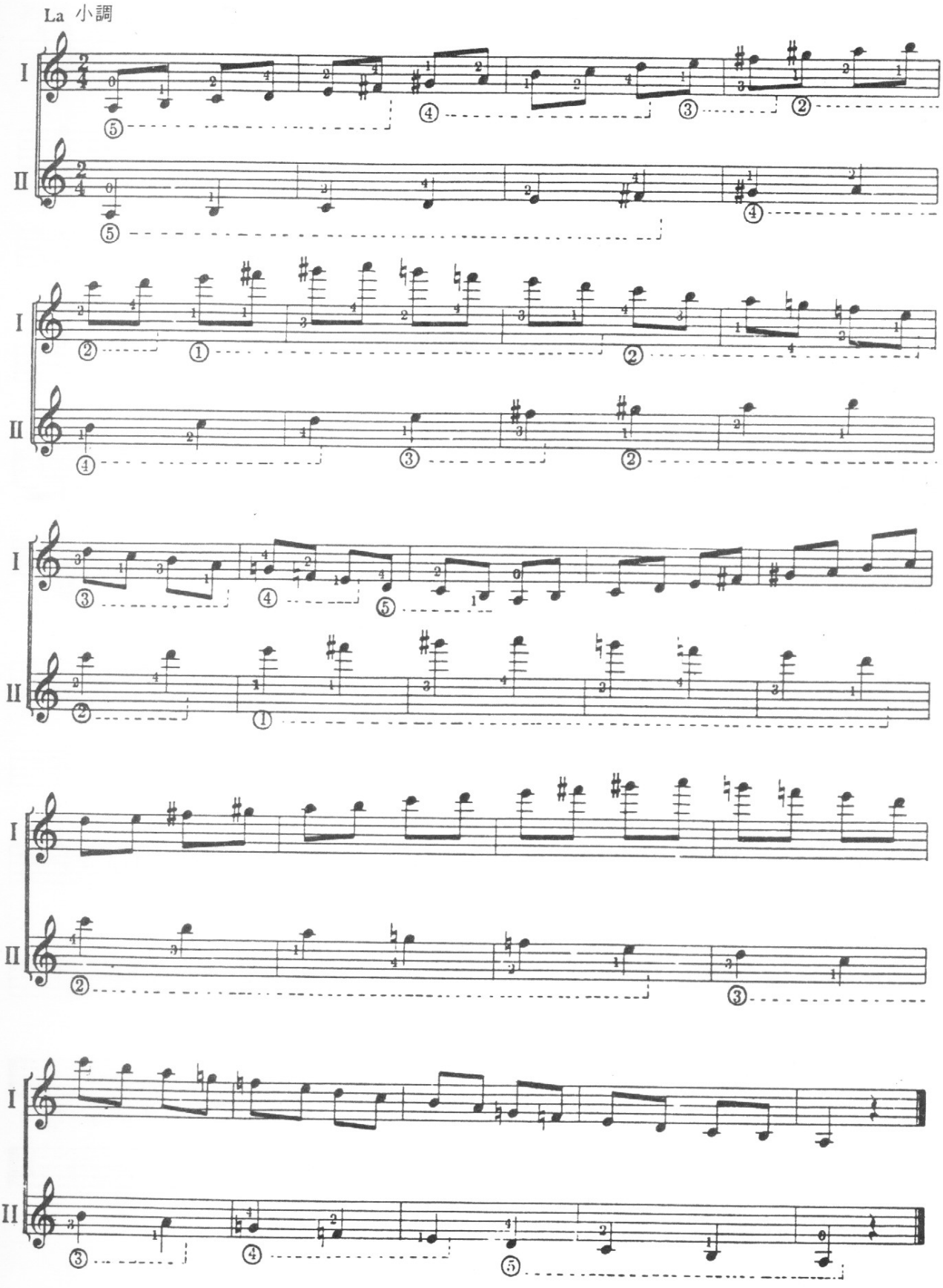
同音增值的模進

用這種方式來練習音階是相當有趣又有效的，無論是老師和學生或學生彼此間都可同時練習。其目的在激發學生對聲部進行的興趣及避免單獨練習音階時的枯燥。

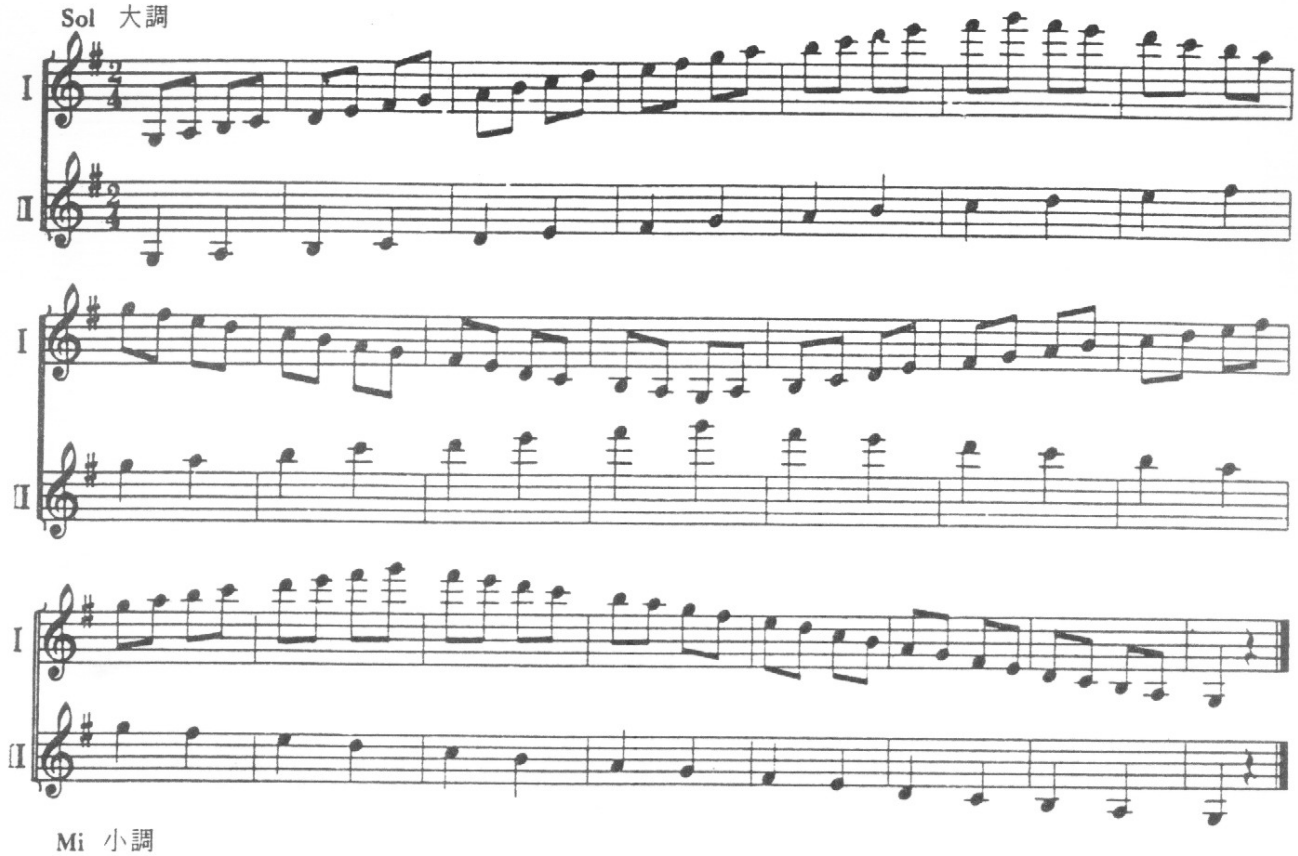
Do 大調



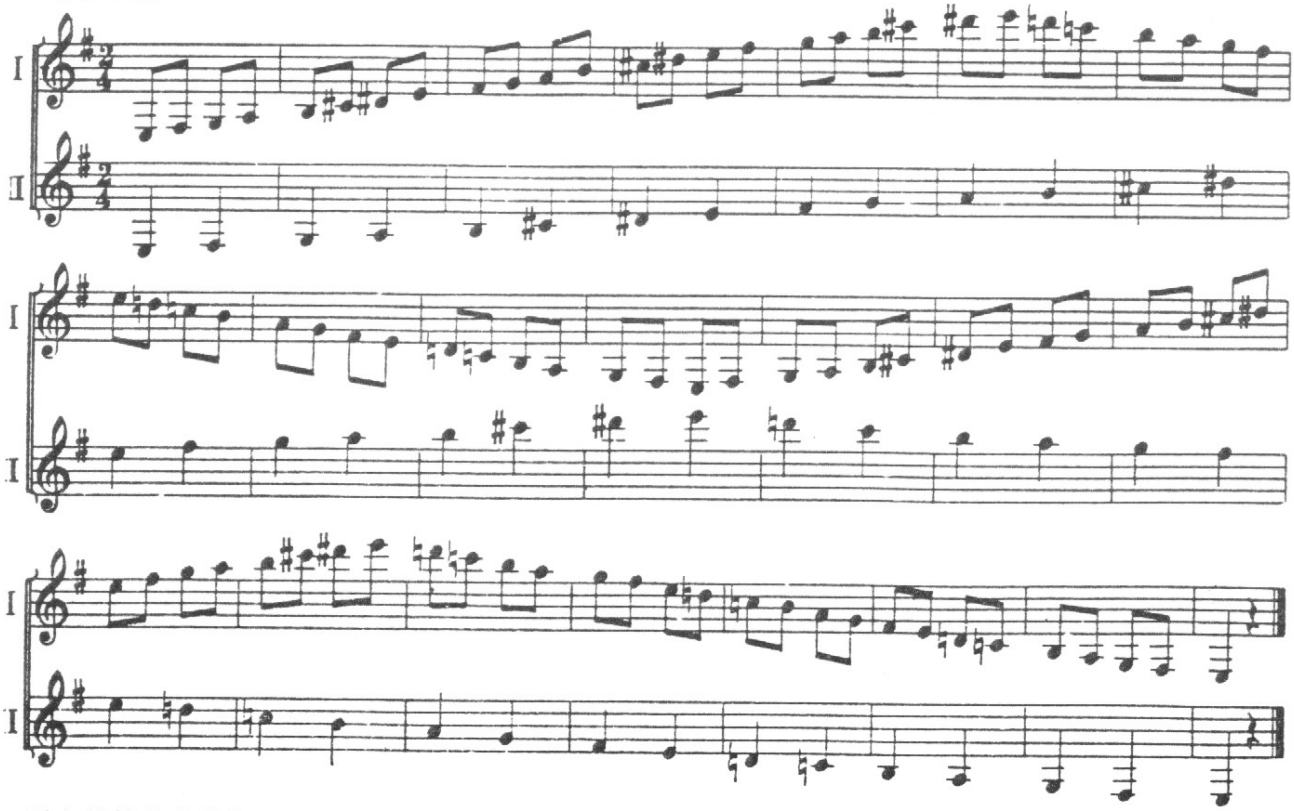
La 小調



Sol 大調



Mi 小調



所有其餘的音階都可以此方式，並依照先前的運指來彈奏。

附錄一

大小調自然音階

第一册技巧練習的說明

A. 把位的連接

B. 指法相似的音階組

C. 手指分開的角度

D. 選擇指法的原則

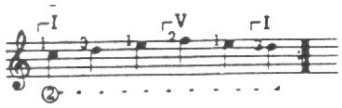
E. 練習音階的先決條件

練習音階在樂器技巧發展上的主要目的在於學習正確地變換把位的技巧。應自大調音階開始練習，因爲它只用到一種移動（跳躍）。而小調音階則要使用兩種移動（跳躍及移位），所以應在大調音階熟練之後再練習。

A. 把位的連接

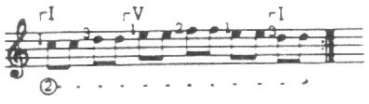
把位之間的連接部分指的是由前一把位的最後兩個音以及下一個把位的前兩個音所構成。以下的例子是C大調音階中由第1到第5把位的跳躍移動（例1）。

例1



我們以遵守嚴格節拍及重覆數次的方式，可將例一改成相當有用的練習。節拍器可用可不用。起初，D與E音之間可能會有停頓或中斷現象。聽力較敏銳者都應能察覺這種中斷，若以八分音符來取代四分音符，就能解決此問題（例2）。

例2

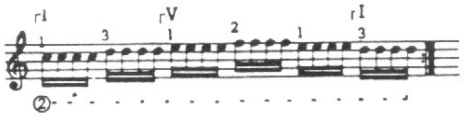


這樣的修正要比彈成四分音符需要更快更謹慎的移動動作，因爲容許移動的時間縮短了。一旦有把握了，我們又可將四分音符改爲三連音，但仍需遵守前述精確的節拍（例3）其間的空隙更小了，所以移動就得更緊密。

例3

我們還可以更進一步將把位變換的空隙縮小爲十六分音符（例4）。

例4

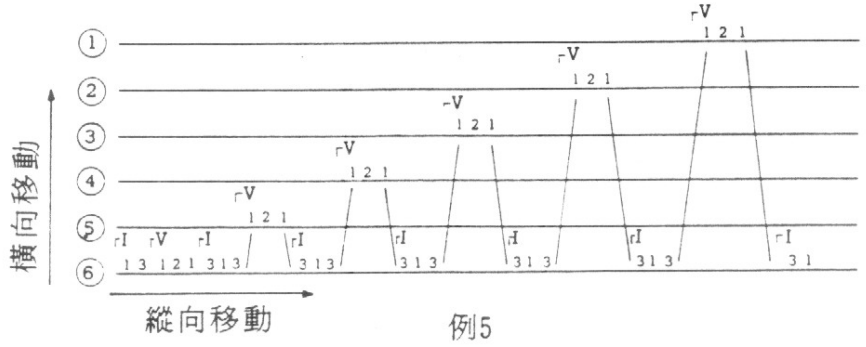


在這階段每個人都要練到能十分精確、有把握的移動。

下一步就要把四個音連結起來，♩ = ，將前面的動作技巧運用上以使每個音符的時值足夠。最好能養成習慣，在把位要改變時的精確瞬間才做出移動的動作，因爲如果提前彈出新的音符，前一個音符的時值就不足了。

這樣看來，音階的重要性就很明顯了。經由這樣的練習才能獲致其技巧上的價值。因爲當手在移動時存在著音與音的連接問題，所以必須將把位連接獨立而分離出來練習。若能了解到，在下一個音彈奏之前不可使前一個音中止（最理想的是毫無中斷的連接），那麼也就能夠明白，必須將這樣的心理狀態與

相對的肌肉記憶結合在一起。這個過程要能盡量一再地演練，直到能由起初的精神努力轉變成爲自然的正確習慣（反射動作），最後成爲完全精確的動作。所產生的就是流暢而細緻的手法，使得連接把位在移動時察覺不出。一旦這動作成型、熟練了，就沒有必要以純機械式的方式一再反覆練習，而忽略了考慮它的原意乃爲克服特定的障礙。相反地，這應要發展成一正確的習慣，如同我們在第三章所討論的。可將前述練習更進一步使縱向移動用橫向移動來增加輔助練習，如例 5 ，以 C 大調音階中的把位連接來做此練習。



例5

基本上，我們要記得每一個移動動作的順序。首先是要能及時到達把位，接著手指才有動作。因此，我們可以去除〝導引指〞（以手指在弦上作爲移動的導引）這種不正確的觀念。

B. 指法相似的音階組

開始練習音階時若能依指法相似而將其分組，必能促進了解相關的機械性。因此大調音階可分成三組：

1. C (Do), D$^{\flat}$ (Re$^{\flat}$), D (Re), E$^{\flat}$ (Mi$^{\flat}$), E (Mi), F (Fa).
2. F$^{\sharp}$ (Fa$^{\sharp}$), G (Sol), A$^{\flat}$ (La$^{\flat}$).
3. A (La), B$^{\flat}$ (Si$^{\flat}$), B (Si).

小調音階也可分爲三組：

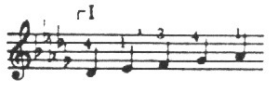
a. G (Sol), G$^{\sharp}$ (Sol$^{\sharp}$), A (La), B$^{\flat}$ (Si$^{\flat}$), B (Si).
b. E (Mi), F (Fa), F$^{\sharp}$ (Fa$^{\sharp}$).
c. C$^{\sharp}$ (Do$^{\sharp}$), D (Re).

剩下兩個 C （ Do ）小調和 D ＃（ Re ＃ ）小調無法歸類於上述任何一組，所以應單獨練習。

在同一組音階中，指法細微的差異有兩個因素：(1)開放弦的使用 (2) 音域的不同（兩個或三個八度音階）。

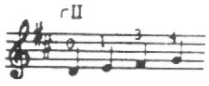
1. 開放弦

Db大調沒有使用到開放弦，我們拿來當成第一組音階的一個範例。它由第一把位第4指始，指法如例6。

例6 

如果要把同樣的指法拿到C大調使用，C音就要用第4指彈奏（第5弦第3格），開放弦D音在理論上是要把1指放在弦枕之後，E和F就要用3、4指彈奏。這種指法顯然不要考慮，正確的應是使用開放弦，以3－0－2－3開始，就如同第一册技巧練習中所標示的。

至於D大調音階略與Db大調不同之處在於使用第4弦的開放弦來彈第一個D音，然後使用以下的指法（例7）。

例7 

大調音階中，第三組（A，Bb，B）在第一個八度區中有所不同，其它就都一樣。指法的不同是由於開放弦的使用。

2.音域

第一組中的E、F大調包含三個八度，而其它4個音階只有兩個八度，這又說明了相似指法音階組中的另一差異。當然，這不同點在於所增加的第一個八度區，在這第一個八度中包含了這兩個音階各自的指法。

再重述一次，同一組音階中指法的不同是因開放弦的使用以及音域的差異。只要記得不同之處，其餘都是相同的。

第二組大調音階（F＃，G，Ab）的例子更加強了上述的說法：它們幾乎是完全相同，因爲都是三個八度，而且都沒有開放弦，只有把位不一樣而已。

C. 手指分開的角度

彈奏音階時，每個把位所需要手指打開的角度都不相同。音階既是由階梯式的音級組合而成，手的放置就必須是縱向的。當手在第一把位以縱向放置時，手指以最自然的姿勢所涵蓋的範圍並不超過三格。而在高一點的把位，同樣的排列則能包涵四格。這種現象衍生出以下的規則：手指間打開的角度（或手指間的擴張）在較低把位有意識地產生應視爲是正常的；但隨著手向較高把位移動，這種自主性的擴張就要逐漸減低，以合於越來越窄的空間。

正確的音階彈奏中；這種現象意味著在手指的分離度與指板琴格間的距離

是相同的。而且這些手的調整動作都要在接觸弦之前的空中就完成。

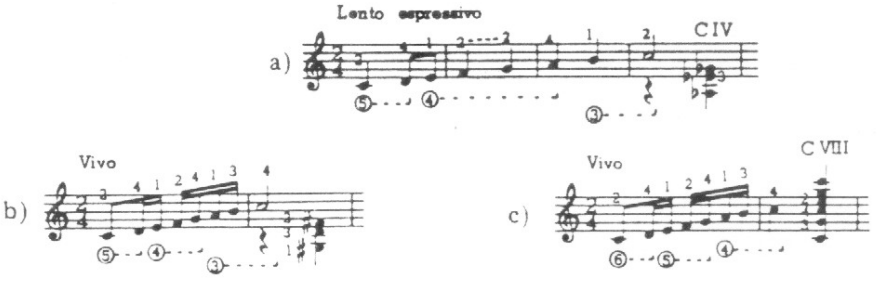
D. 選擇指法的原則

音階應視爲抽象的東西，本身並非音樂的因素（雖然有時它能融入音樂的結構之中）。它是樂器技巧的整合部分，使演奏者得以利用一些音樂理論（調性）來熟悉指板，雖然這種方式不若過去普遍，但仍是練習移動很有效的方法。

音階在任何速度下都要能正確地彈奏並運用其機械性功能。第一册技巧練習中的指法就是爲此設計的。每個把位變換中，前後把位的時值都使它儘可能一樣長，如此就能更有效地控制手臂的動作。這也避免了慣性作用所產生的中斷，也就是說避免音樂因中斷而產生的沈重感。運用這些指法，使移動的動作有規律地進行（以手在每個把位停留的時間而言），那麼就能獲致一均衡的狀態，成爲每個移動的控制力量。

在樂曲當中，音階的指法應要依速度及曲風而定，同時也要將樂器的限度與特色列入考慮。例 8 就列出使用音階的一些實際狀況，此處以 C 大調爲例。

例8

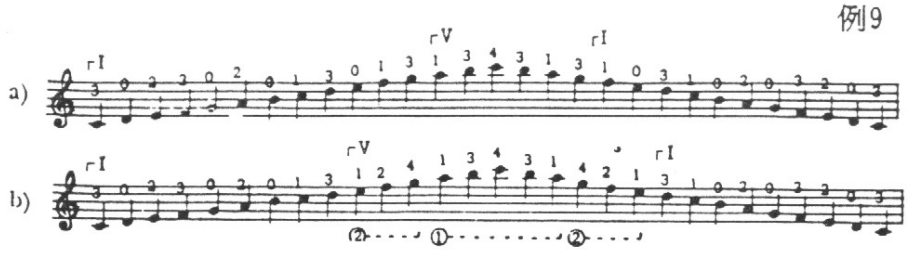


上文所提到的三個因素在例 8a 很清楚地反映出來。在此速度緩慢，能非常輕鬆地由第 2 把位換到第 4 把位（使用移位移動）。而指法也強調了標示的抒情風格， 2 指在第 4 弦上彈奏滑音（ Portamento ）最後，在顧及樂器本身的可能性，音階末了的 C 音應毫無疑問地以 2 指在 G 弦上彈奏，以因應隨之出現的和弦。

例 8b 和 8c 則一目瞭然，無庸解釋。

由其它觀點來看音階，某些標準也是必要的。由例 9 我們可以比較兩個八度的 C 大調音階的兩種不同指法。

例9



以緩慢的速度彈奏，兩者都不會有技巧上的問題，所以都算是正確。但另一方面，當音階以反覆的形態彈奏而且速度較快時，那麼把位的變換以速度來說就有困難了。在例 9a 就會有不平衡現象（或說失控）因爲缺乏規律性的改變。彈奏音階時，儘管手指是連續的動作，但手要在手臂將其帶到新的位置時才能有動作，在新的位置上停留至下一個動作需要之時。

這兩種 C 大調音階的指法使用了指板上的兩個把位，第一和第五，最好能試著平均手的休息時間，也就是說，使其停留的時間是相等的。把位變換的前後區之時值若能相等，那麼對手臂來回動作的控制就能更有效率了。

檢視之後，很明顯地可以看出在例 9a 中兩個區之間並不平均：第一把位包含 12 個音符而第五把位只有 5 個。因此，這樣的指法不利於發展輕鬆自由地快速彈奏，它所能獲致的結果只是浪費無用的力氣。例 9b 才是我們該使用的指法。

總言之，當完全以機械性的角度來看時，我們選擇音階的指法應該要考慮到週期性的原則：爲顧及手停留在每一把位的時間，變換把位的動作其間隔應要有規律。

E. 練習音階的先決條件

1. 左手縱向放置。
2. 手指的分離度與指板上手指放置的關係。
3. 熟悉各種把位移動的方式。
4. 橫向移動時手臂的參與。
5. 整體及部分移動。
6. 清楚指板上的分區以及相關的動作要領。
7. 身體動作與指板上分區的關係。
8. 預備消音的運用（將在下一章討論）。
9. 右手的正確姿勢，也就是要對第二章內容通盤了解。

注意：上述並非依重要性排列。

本章節錄自本社出版之大師卡雷巴洛名著：古典吉他——樂器技巧的理論與應用一書之第九章。

附錄二

食指、中指、無名指的觸弦方式（ Toque ）

Toque（註）

1) 依強度順序

Toque 1——自由的

這種 Toque 在彈奏單音、琶音或柔和的和弦時十分恰當。關節不必固定，所以手指可以自由地動作。保持恆定的觸弦速度，將使此種觸弦顯得靈巧而明快。至於最初的衝力要在彈弦後馬上藉由手指向上及向外彎曲的動作使衝力轉換成一抑制的動作，避免碰觸到鄰弦。

Toque 2

這種音量較大的 Toque 要將手指最後一個關節固定，讓第 2 、 3 節指骨形成近乎一條直線。動作的軸心是在第 1 和第 2 節指骨的關節交接處（ 圖 1 ）。

圖1 Toque 2

與第一種 Toque 相較，它對弦施以較大的壓力。這是來自於經由固定最後一個關節而有更多肌肉參與彈弦的動作。

Toque 3

這個彈法要把動作的軸心移到手指的根部，也就是手指與手掌的交接處（ 圖 2 ）。而其它的關節都要保持固定以避免形成太明顯的弧度。因此整個手指能透過其整體肌肉而形成單一的動作體。

註： Toque 在西班牙文中的字面意義是接觸，在此用來指幾種所能使用的特殊觸弦方式。

圖2　Toque 3

Toque 4

此彈弦法增加了手的動作。只有將指關節固定，手的參與才能發揮作用。動作軸心在手腕（圖3）。當需要更多力量時，手臂也要主動協助，此時手腕也要視情況而如同手指一般使用上固定法了。

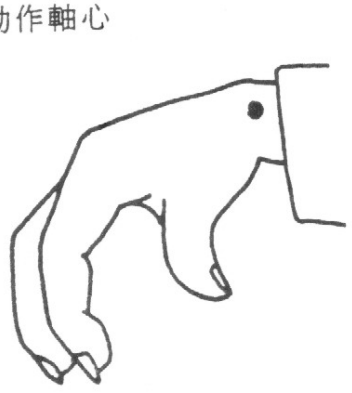


圖3　Toque 4

我們一定要了解，在Toque 4中，並非手指和手的動作就廢棄不用了，事實恰好相反：它們在動作上與手臂、手腕平行，這將會使各個不同的動力因素直接參與觸弦。

2)與音色的關係

Toque 5

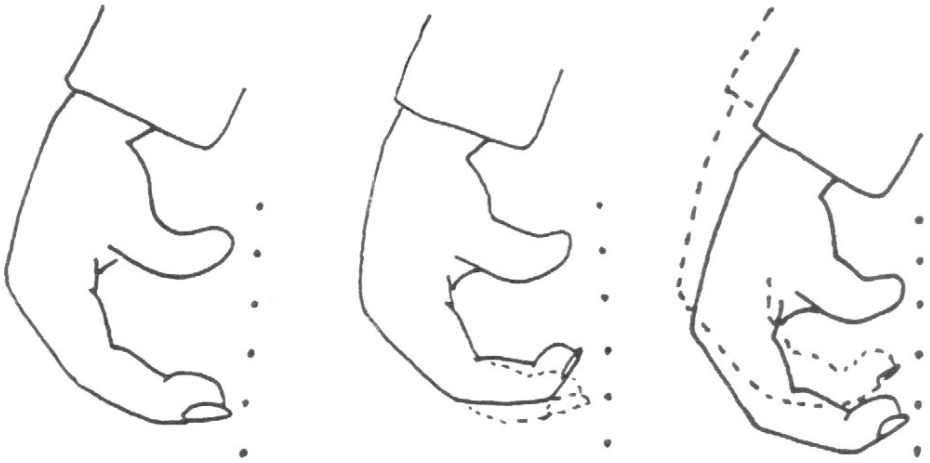
這種彈法是固定最後兩節指骨間的關節，形成一彎曲的角度。以這樣的前提去觸弦，並且與實際的觸弦力度無關。因此，Toque 5並非依動作的限度而是由角度的大小與僵硬度來決定。依固定僵硬的程度有所不同，音色就可以有許多變化，其中，像是：清晰、略帶金屬音質、金屬般的聲響、尖銳且具衝擊力等。這些音色全靠手指固定僵硬的程度來產生。

還有第二種力量也要考慮：這是與每一次彈弦所用的動作有關。和前述的

固定僵硬相反，這必須是輕柔的，因此，儘管手指固定著，觸弦卻不可生硬。這樣觸弦的適用力度範圍由甚弱開始，一直到中強，決不可超越力度的上限，否則預期的音色就會被撞擊的聲響所取代。

在說到有關音色的觸弦方式時，指甲的角色可重要了，像是要把弦拉起一般；使用輕一點的觸弦力量能使原本會產生刺耳噪音的觸弦轉變爲表現音色的手法。

有一點很重要：由於 Toque 5中，最後一個指骨要彎起以形成某種角度，所以手指會暫時不在正常的位置上。因此手要稍微調整以使手指能在要彈的弦上得到精確的位置，圖 4 就是說明這一點。



a. 基本Toque　　b. 手指彎曲的角度　　c. 再調整手的位置

圖4

3) Toque 1的變形：旋律要素

Toque 1與手聯合使用時，就會具有表現旋律的有用因素，此種旋律要素可以用來表現某些特定的樂句。這與Toque 2到Toque 5之間的彈法沒有直接關係，因爲手指不須固定，也與音色的彈法（ Toque 5 ）無關。它是非常具有特色的，其聲音的高貴性與極細緻的音質乃是與歌唱的觀念有極密切的關連。

動作要領：手指採 Toque 1的姿勢，但它變成手的延伸，其動作則委由手來執行帶動。更進一步，還需要指甲與指肉的結合動作。因此，這種彈法，觸弦的感覺要靈敏，而且要用良好的聽力來變化各種音色。因此，指肉—指甲的結合體與手的動作都是很重要的。

手與Toque 1結合，由手來主導動作，指甲－指肉的結合體則提供了觸弦部位。在這Toque 1的變形中，我們可以感受聲音是推進的、柔和的，大多數是溫暖——有時會有些外向——但通常都是如歌般的音質，是一種優雅細緻的溫暖聲響。

當音量增加時，i、m、a指的最後關節不要彎曲，因爲這樣會令聲音尖銳且伴有雜音，因爲弦會打在指板上而發出嗡嗡聲。但另一方面，音色的Toque卻需要最後指骨彎起，因爲這樣才能彈出特別的音色，不過要注意不要超過了它觸弦的力度範圍。

本段節錄自前述大師名著之第五章C段