

演奏小提琴的基本姿势

[苏]尤·伊·杨凯列维奇

尤里·伊萨耶维奇·杨凯列维奇(1909—1973)是苏联著名小提琴教授、俄罗斯功勋艺术家和艺术副博士。9岁起学小提琴,1923年考入列宁格勒音乐学院,1932年起在莫斯科音乐学院师从亚姆波尔斯基,并在其门下本科和研究科毕业。1939年起在莫斯科音乐学院附中执教,1961年起任莫斯科音乐学院小提琴教授,培养了包契科娃、斯皮瓦科夫、特列齐亚科夫等驰名世界的小提琴家。60—70年代在苏联各地和东德、朝鲜、法国、日本举办小提琴研究班。

谈到拉琴姿势问题,众说纷纭,各有一套,而且我们常常可以看到,这些似乎不同的方法实际上都得到同样良好的结果。然而由此而得出结论认为姿势是没有一般准则,因而不需要一定之规,那就太轻率了,并且会大大有害于小提琴教学。小提琴演奏者的左右手是有一般准则和一定之规的,它们以生理学、解剖学和力学的客观原理为基础。

在叙述对姿势的看法之前,必须知道这概念表示什么。

不应当把小提琴演奏者的姿势看作是固定的、一成不变的。不要忘记,它在历史上曾起过变化。大家知道,曾几何时人们不是从系弦板的左边而是从右边以下巴持琴。当然这就决

定了左右手的相应姿势。古德国学派通常就用这种右手姿势,这时肩膀*应当紧贴身体;当时为了使学生习惯于这种姿势,就教他练琴时肋下夹一本书,现在这方法显得很荒谬,但是当时人们就用它,它与上述持琴法有关。

姿势的历史上的这种变化不是自行进行的,而是取决于艺术观念和风格的变化。要扩大小提琴的音域和掌握整个指板就必须解放左手。这就促使演奏者把下巴从系弦板的右边移到左边,相应地改变了整个姿势。在小提琴技术继续发展和左手更加灵活的情况下要求持琴更平稳,这是由腮垫来保证的。因此时代的要求决定艺术风格的转变,而风格决定了技术手法,它们只有以相应的姿势为基础才得以实现,最终为了符合新要求,姿势也变了。

必须清楚地知道,持琴法在演奏过程中也常按照技术要求和艺术要求而改变。我们可以举出许多在和弦变换、撑指、半音阶进行时要改变左手姿势的例子。这些例子说明,拉小提琴的姿势是一个日新月异的概念,是与运动器官的要求紧密相连的——选择适当的动作的过程改变了姿势。

但是我们常常看到人们盲目崇拜姿势的某些方面的例子。有代表性的是伊·沃伊库·包·

* 指肱骨(肩关节到肘关节的一段手臂)。

米哈洛夫斯基和另外一些人的著作*，他们推崇一些很脱离活的演奏的要求的、固定的姿势格式。有时甚至高度权威人士也有这种见解。例如约阿希姆在其《教程》中研究换把问题时就指出必须在换把时保持同固定把位一样的手指击弦的姿势。其实每个拉小提琴的人都明白，这样做就会造成一定的拘束和不自然，而这就不可能不影响动作的自如。

毫无疑问，姿势是否适当的问题，我们只能直接联系那些动作来看——这姿势是为了那些动作而形成，而这姿势又应保证那些动作的放松自如。同时不要忘记，在音乐演奏中动作是否正确只能以是否能保证奏出的声音的质量为标准。

教学中有一种“姿势应有远景”的说法。联系上面所说的，小提琴演奏者的姿势有没有远景决定于姿势能保证小提琴演奏者今后发展所需的全套动作到什么程度。音乐小学的教师处境特别困难，因为他们只能和初学者打交道，而且难得遇见程度较深的学生。其实培养姿势不仅要知道最初如何握弓和如何运弓，而且还要知道比如演奏勃拉姆斯协奏曲时应当如何使用弓子，也就是应当向看得远。因此必须深思熟虑、十分敏感和掌握小提琴性能。

上面已经说过，演奏动作并不是属于与声音无关的纯运动范围：放松的动作产生优美的声音，而紧张的动作是不会产生良好的声音效果的，而且还会给技术发展造成很大的障碍。

谈到演奏动作和声音的关系时，必须强调指出，声音并不是什么抽象的东西；我们只能联系具体演奏的音乐材料来评论它的质量；因为这音乐材料的性质决定声音的性质，在这里我们面临着音乐内容的问题。当然，在初学阶段中对学生的声音只提起码的要求，诸如不出杂音，声音要柔和、丰满，但是当谈到演奏艺术作品时，只能联系作品内容来评论声音。由此可见，像姿势、动作、声音和内容这些好像各不相干的概念乃是一根链子上的环节，而且有一点也清楚了，就是姿势的毛病引起的后果要比初看起来严重得多。

在教学实践中常常会发现人们教条地对待姿势问题，教师不考虑学生拉琴的个人特点和左右手的天生条件而推崇某些姿势格式。我们可以比较一下各教学法书中对个别问题，例如左手大拇指的姿势问题的指示为例证来说明。

利奥波尔德·莫扎特的教程《实用小提琴教程》中说，左手的大拇指必须靠拢二指或甚至三指。

卡姆帕诺里的《手指高度灵巧的新方法》则认为，大拇指的位置应当对着那按G弦B音的二指。

奥尔的《小提琴演奏教程进阶》指出，大拇指的位置由按D弦F'音二指来决定（也就是说还要低半音）。

约阿希姆的《教程》建议大拇指对着在G弦A音上的一指（也就是说再低半音）。

对这问题持极端观点的是比利时教师克尔特（那位演奏技艺高超的著名小提琴家汤姆逊的助教）和维·格·瓦尔特，前者断言大拇指应当尽量向后向琴头偏倾，后者则主张相反的方法，指出大拇指应当尽量远离琴头，向着琴身。

上述这些意见都是在小提琴演奏史上占重要地位的大权威们发表的，这些不同的意见自然要引起一个困惑的问题：到底谁对？其实这些人在某种程度上都对又都不对；他们每人把个人解决问题的办法奉为常规，也就是当作教条，这就错了。

在教学中我们常常听到教师这样来论证自己的指示：这样之所以正确是因为“人家是这样教我拉的”或“某人是这样拉的”（同时提到一个著名演奏家的名字）。我们可以举这样一件事为例：大卫·奥伊斯特拉赫刚从事演奏活动时，演出的海报上有他的一张照片——握弓的右手食指翘得很高。拍照的人是真的在他演奏时拍下这个瞬间，还是拍坏了，现在就很难说了，

* 伊·沃伊库：《论小提琴演奏的自然方法（左手技术）》。

包·米哈洛夫斯基：《小提琴演奏的新道路》。

但是无论如何这不是奥伊斯特拉赫的握弓姿势。然而这张照片却成为许多小提琴学生和教师模仿的榜样。

从这问题方面来看，包·亚·斯特鲁维的著作《器乐演奏者左右手姿势的标准格式》很有意思，他力图把姿势动作和每个人的解剖结构的特点联系起来。

我们可以拿右手肘部的高位置或低位置问题——教学中引起许多争论的问题——作为说明作者分析方法的实例。斯特鲁维建议根据右手，尤其肩关节的解剖结构来确定肘部的正确位置（高或低）。研究的结果表明，手臂放松地下垂时，肩膀、下臂以及肘关节（“肘部”）不一定都保持同一个位置，有些人的肘部紧贴身体，有些人的肘部则离得很开。在前一种情况下肘部的低位置是自然的，在后一种情况下高位置是自然的。

在教学中为学生决定适宜的姿势并非易事。教师有时无法立刻弄清学生的个人特点，所以他应当用心观察学生拉琴的过程，不受教条的限制，帮助学生定下他应有的基本动作。

在小提琴教学过程中人们常谈到动作和姿势要自然。问题是什么叫自然？如果我们看到小提琴演奏者的左手姿势是肘部向外翻地持琴，那我们应当承认这姿势是不自然的，在日常生活中见到这种姿势只是例外。有这种情况为证：学生初学琴时左手老酸疼，这是因为左手的姿势从自然的角度来看当然是最差的。

伊·沃伊库的书《论小提琴演奏的自然方法》的主旨正是尽力想不用这不自然的左手姿势而创造另一种比较自然的姿势。他的错误就在于他所推荐的左手姿势虽然比较符合日常生活中的姿势，但是却无法保证小提琴演奏过程中必需的全部运动机能。因此沃伊库的方法不适用于实际。

由此可见，不应当从日常生活中的自然姿势出发而应当从一定专业条件下的自然姿势出发来谈小提琴演奏的自然问题。

任何一种活动，特别是小提琴演奏，丝毫不紧张是不可能的（指完成某种活动所必需的

起码的用力），而那引起拘束和限制演奏能力的过度用力便是专业上所说的紧张。

我们往往可看到，技术发展不理想是太紧张、手指过分用力按弦和左手过分紧捏琴颈造成的。必须指出，在教学中我们不断遇到下面二者之间的矛盾：动作放松的要求和建议采用的动作却无法达到放松。

当谈到某种紧张时，永远不要忘记，人体是一个完整的系统，不管哪里出现紧张，不管紧张状态的影响来自何方，它总要妨碍演奏者的左右手放松。所以要使左手动作放松，必须同时使右手放松，肩胛带和身体放松。姿势自然和左右手动作放松的必需条件是身体站稳和姿势自然，这在很大程度上取决于两脚的位置和身体的重量如何分配在两脚上。

教学法文献对如何确定两脚的正确位置这问题没有统一的意见。老的经典教程中常有的插图画着拉琴的人的两脚保持芭蕾舞第三姿势。应当认为，把身体的重量平分给两脚是比较合理的，而且两脚不应当过分并拢，也不应当过分叉开，也就是说应当大约与肩等宽。

要使肩胛带放松就必须规定头部的正确姿势。我们常常看到这种持琴法：头过分扭到左边去，小提琴是用下巴尖夹住的。说到这里我想起采特林的建议来，他自己持琴就很放松，他建议根据颈、头和双肩的平常自然姿势，下巴只稍微低下来，颌的左方就把琴平稳地固定住了，这种姿势最能使肩胛带和左右手放松。

琴的平稳对右手，尤其对左手动作放松有很大意义。因此腮垫和琴垫的合理构造非常重要。腮垫不应当很高，但要相当深，以便下巴平稳地放在上面，这使演奏者能牢牢地持住琴。如果腮垫扁平的话，为了持住琴就不得不使劲用下巴夹住琴，这就会造成颈肌紧张。

关于使用琴垫，众说不一。可以举出许多不用琴垫来演奏的小提琴家的名字，其中包括海菲茨、科冈等优秀演奏家，有些教师教学生不用琴垫来拉琴。但是我们不能不承认，用了琴垫就能为持琴创造有利的先决条件，避免耸肩时产生不必要的紧张。拉琴不用琴垫时，甚

至肩膀平直的人都要耸肩，更何况溜肩膀的人呢。无疑，不应当认为援引科冈、海菲茨等持琴有异常拉琴特点的优秀小提琴的例子是理所当然的。演奏现代作品的复杂情况要求为左手彻底放松创造最好的条件。

对演奏时琴的位置问题有两种看法。第一种看法在实践中很普遍，认为琴是由一个支点来支持的，也就是在下巴和锁骨之间，而且琴固定在这点上，这样就彻底把左手解放出来了。

第二种看法的杰出代表是涅米罗夫斯基，他认为用两个支点来支持琴是正确的：一个是固定的（琴放在锁骨上，不用琴垫，也不要耸肩），另一个是不固定的（左手）。在一个把位演奏或往上换把时可以用这方法；但是往下换把（从高把位到低把位）时这方法会带来很大的困难。在这种情况下，所有不用琴垫的人一般都不得不耸起肩膀。然而涅米罗夫斯基却建议不要耸肩，而用大拇指的辅助动作来代替这方法：大拇指提前先移到低把位，为整个手臂以后的移动造成支点。

可见用两个支点来持琴经常需要大拇指作补充的、预备的动作，而这些动作是额外的技术麻烦。演奏快速经过句时事实上是不可能以相应的速度来使用大拇指的，因此不用琴垫的人就不得不特地耸起肩膀来使琴平稳。

事实上用琴垫是否合理的问题应当这样来解决：教师应当给学生挑选腮垫和琴垫，高低要适合学生的情况，并且在这些条件下开始教学；以后当学生在各把位都开始拉得很敏捷流利并且看得出他个人特点使他有可能不用琴垫时，就可以把琴垫拿掉。（我们要说，科冈初学时也是用琴垫的。）

琴的位置高低很重要。奥尔在其教程中指出，要使换把放松就必须高高地持琴。初看起来似乎换把和抬高琴没有必然的联系，但是我们把这问题加以分析就会明白，奥尔的意见是绝对正确的。做一个简单试验你就会信服。坐在椅子上持琴，用肘部支在桌子上，把一指按在任何弦上的第一把位。如果这样转到第三把位，琴便抬高了。这是显而易见的，因为手臂

支在桌上，只能做手臂周围的动作。再回到第一把位时琴就会相应地低下来了。所以显然演奏实践中是需要一些辅助的、修正的动作来使手臂不做它周围的动作而走直线的。这些辅助动作是这样来实现的：换到低把位时略抬高肘部，同时上臂离开身体；换到高把位时放低肘部，同时上臂贴近身体。

初学者学把位，在换把位时往往有两个相反的错误：或者把琴往上猛一抬，或者往下放低。从上述试验可以明白这两个错误的起因。猛抬高琴时上臂和肘部并没有做辅助的修正动作，而放低琴时上臂和肘部的动作却又做得太过分了。

我们研究手在指板上部的动作时可以确定，在这情况下上臂做辅助动作，而只在指板上部换把时这动作才具有另一种性质：不是往上和往下，而是往左和往右。由此可见，这些上臂的动作是保证琴的正确位置和左右手沿着指板运动自如所必需的。

所以奥尔的指示是明白易懂的——琴的位置低时上臂和肘部贴近身体，动作受限制，而琴的位置高就容易做必需的修正的动作，不仅往上往下，而且还往左往右。要使运弓正常也需要把琴高持，因为在低持的情况下弓子滑向指板，这就变成以后很难根除的坏习惯了。

持琴的方向与身体的关系（靠右边一些或靠左边一些）也很重要。怎样估计这个因素对右手的作用都不为过。把琴往左挪，右手就不得不向前伸出，否则弓子就会不垂直于琴弦上了，而这是会影响声音的。如果琴太靠右，那么为了使弓子垂直于琴弦上就必须使手腕过分弯曲，而这对手臂长的人来说特别别扭。右手不自如、手腕不放松和由此造成的演奏各种弓法时的困难，往往就是琴的这种不正确位置引起的。在这场合使琴靠左一些就立刻能使右手解脱，这样它就能自由行动。

琴的位置应当因人而异取决于左右手臂的长短。手臂较短就要使琴靠右一些，手臂较长就要使琴靠左一些。琴的倾斜度也十分重要，它是由琴垫的高度来调整的：琴垫愈高，琴就

愈倾斜，反之，琴垫愈小，琴就比较平。琴的倾斜度由左肘的位置来决定，持琴太平就使肘部不得不向右过分伸出，而这是不自然的^①。

拉G弦时持琴持得平会引起上行时运弓方向错误，即弓子朝下。初学者常有这个毛病。另一方面，琴太倾斜会破坏落指角度的正确，并且在拉E弦时会使手指滑脱。

在转向握弓问题时必须首先确定几个手指对于弓根的位置。

许多教师建议让大拇指顶住弓根突出处；有时演奏者把大拇指放在弓根S形处。大拇指放在弓杆上弓根旁边最为适宜。

手臂短很难把弓子拉到顶端时，大拇指往往就稍微离开弓根。例如奥尔就这样握弓，他的左右手臂都很短。

有时初学的学生的弓子太重，他就会有这样握弓的倾向。学生直觉地想减轻弓子的重量，便从弓根往上移动手，从而缩短杠杆的沉重的左臂。错误地分配弓子的重量也会有类似的握弓特点。

在弓子太长的情况下教师常常教学生不要把弓子拉到顶端，专门系一根线来表明动作的极限。采特林建议用握弓的位置从弓根往上移的办法来缩短弓子，这样不仅弓子短了，而且正如上面已说过的，还减轻弓子的重量。在这种情况下这个建议可以说是最合适的。但是最好给学生挑一根长度和重量都适合他的弓子，免得用上面那种办法。上面所说的关于握弓位置的一切都决定大拇指对弓根的位置。大拇指应当放在弓杆上，而不是像人们往往建议的那样顶住弓根突出处。

在大拇指对其他手指的位置这问题上也有各种不同的看法。斯特鲁维在我们上面提到过的那本书中说，握弓时大拇指的位置由鞍状关节的结构来决定。捏紧拳头就可以明显地看到这点，不同的人的大拇指有不同的位置。因此有些拉琴的人把大拇指对着中指，有些人则对着无名指，还可能对着中指和无名指之间。可是还必须指出，斯特鲁维所说的这种位置不是自然决定的，这里重要的是那些与某种学派的

艺术意图有关的因素。

说到这里不禁要把这问题上的两种观点，即采特林的和亚姆波尔斯基的观点对照一下。

亚姆波尔斯基建议大拇指对着中指，而采特林则建议大拇指几乎对着无名指，也就是在中指和无名指之间（当然，偏差取决于上述的解剖结构特点）。这两种握弓法产生不同的后果。

采特林自己的演奏和教学的艺术意图都是要求强有力的声音，倾向于宏大的演奏规模。照他建议的握弓法就可能要比弓子紧贴琴弦更有力地压弓杆。同时手指的这种位置在某种程度上会给演奏轻巧的弓法造成困难。

亚姆波尔斯基则追求运弓技术的广泛多样化，力求掌握各种优雅弓法，所以他的握弓法是另一种。

大拇指的位置及其正确的运动对右手放松有很大意义。通常大拇指在弓根旁边应当稍稍弯曲。在运弓过程中从弓根到弓尖大拇指逐渐伸直。而从弓尖返回弓根时大拇指又逐渐弯曲起来。

有时教师要求学生的大拇指经常弯曲着，错误地认为这是放松的标志。其实大拇指经常弯曲和僵硬会使其他的手指都紧张和不灵活的。弓杆上各手指的放松是为了使它们在换弓和演奏各种弓法时能做各种轻微的辅助动作。要取得这放松就必须让大拇指和弓杆上的各手指一起，在弓子任何一段演奏时都象关节一样灵活地与弓杆结合起来。如果让大拇指保持某种姿势（弯曲的或伸直的），那么所有的手指的动作都会受限制。

用弓尖演奏时手臂各部分动作不灵活往往是因为大拇指的紧张姿势。同时我们常常看到小提琴家自如地掌握弓子，不管大拇指是伸直的或甚至朝相反的方向弯曲。奥尔就是这样握弓的。科冈的大拇指也是这样的。显而易见，这样握弓并没有妨碍他俩。这是因为有些人的关节由于构造特别而十分柔软灵活，必要的动作正是靠柔韧性来完成的，尽管大拇指是弯曲的。当然，应当把这当作例外。

所以在分析大拇指的作用这问题时必须从大拇指应当促使弓上其他的手指动作放松这一点出发。

其余的手指握弓姿势可深可浅，这在很大程度上取决于手指的长短。手指不要太并拢，也不要太分开。古时候建议用指尖来握弓，这种方法现在是不实用了，因为它拉不出强有力的音来。

各手指姿势正常的情况下，整个手臂的重量转到弓杆上，发声就自然了。弓杆上的手指应当呈圆形。常见的姿势是右手的手指在弓上都紧张地伸直，第一节指骨都突出来。这个姿势的毛病很容易改正：把手指弯起来，使之呈半拱形即可。

注意使小指具有圆形姿势这很重要。演奏时它在弓根是弯曲着的，是以指尖支在弓杆上。在运弓过程中起重要作用的小指的这个姿势使其余各指能自然地放在弓杆上。但是教师往往或没有充分注意小指的姿势，或容忍小指姿势方面最初的毛病，这些毛病以后会给掌握右手技术造成许多困难。当弓子运近弓根时，弯曲的小指应当使弓子的重量均衡。因为初学者难于使小指弯曲和使弓子的重量均衡，所以在这种情况下小指就伸直着，它紧张地支在弓杆上，就会破坏各指的正确活动。必须使小指既保持住弓子的重量又能做各种弯曲的和伸直的动作，这就是正确的姿势应当保证的。

运弓从中弓到弓尖时，小指就不需要起这种作用了，因为弓子的重心变了，和拉弓子的下半部时不一样了，现在弓子自然地平放在琴弦上，不用小指来平衡。但是在实践中教师常常要学生用弓尖拉时也把小指放在弓杆上。这要求多半引起手腕不自然地下垂，手的长度正常的人都如此，何况手短的人呢。

必须考虑到，要使右手动作放松，按亚姆波尔斯基的说法“手腕的极限姿势”（也就是拉到弓根过分弯曲的手腕和拉到弓尖过分下垂的手腕）是有害的，手腕在拉到弓根时应稍微弯曲，拉到弓尖时可以稍微下垂。往上运弓时在弓尖很难从手腕过分下垂的姿势中脱出来，

所以在弓子的上半部拉分弓时下臂的自然动作被上臂的动作代替了。只有手臂很长的小提琴家才能使弓子运到弓尖时小指很放松^②。

必须清楚地想象手在拉弓根和拉弓尖时握弓姿势的差别。拉弓根时各指稍微弯曲，而拉弓尖时则比较伸直。大拇指在拉弓根时是半弯曲的，而在拉弓尖时是挺直的。当然，拉弓尖时手腕和弓杆成锐角。

握弓放松的话，在运弓过程中换位置是毫无困难的。而握弓紧张的话，不得不在运弓各阶段都保持手指的固定姿势，这就会影响动作的放松。

食指在弓上的正确姿势很重要：它的第一节握弓握得太深就会限制腕部动作，尤其在拉弓根时。

卡尔·弗莱什在其教程《小提琴演奏艺术》中提出三种握弓法：老德国式——各指用指尖握弓；法国、比利时式——弓杆握得比较深；俄国式——弓握得最深，可是这时弓子并没有跑到那连接食指的第一节和第二节的关节下面去。当然还有特殊的因人而异的握弓法，但它们不是我们规定的标准的样式。

比如有些小提琴家握弓握得很深，也就是正好违背这些规矩。看来似乎这样拉弓根一定很受拘束。但是优秀的小提琴家在这情况下也掌握各种必需的弓法，因为食指深握弓杆的姿势与肘部的高位置相抵消，这样腕部动作的方向就有点变了。此例再次表明了演奏姿势的因素的相互联系和必须正确和细心弄清这些因素，以免作出错误的结论。

弓杆的位置应当略靠近指板。问题是在琴马附近琴弦很能抗住弓子的压力，而靠近指板时琴弦好象变软了。除此以外，几根琴弦与指板并不平行：弦枕那里要低些，而琴马那里则要高得多。所以弓子倾斜时弓子的压力就使琴弦更能抗住它，这样一来琴弦能承受更大的压力。因此在保持必需的音质的情况下可以做各种不同的力度。有意思的是拉大提琴时，尽管乐器的位置和右手姿势不同，弓子的倾斜也根据这样一些规律性，也就是弓子也朝指板倾斜。

我们仔细研究弓子从弓根到弓尖的运动就可以看清，弓子在用弓根拉时最倾斜，而在用弓尖拉时最不倾斜。这是因为用弓根拉时主要用手臂和弓子的重量来发声，这时不一定使用全部弓毛。而在用弓尖拉时要拉出结实的声音就需要使用很大的压力和多用弓毛。所以用弓尖拉时倾斜度最小。拉 *p* 时不需要用全部弓毛，而拉 *f* 时和相应地增加压力而不改变弓杆的倾斜度时弓毛张开，很自然全部贴在琴弦上。

弓子的倾斜度也与演奏者把弓毛绷得松或紧的习惯有关。弓毛绷得紧，弓子就可能更倾斜，绷得松些就会限制倾斜度。演奏者的艺术意图对弓毛在琴弦上的张力大小的问题有很大作用。拿优秀小提琴家如克莱斯勒、萨拉萨蒂、格里戈罗维奇等人的演奏风格来对照一下就清楚了。克莱斯勒演奏起来是用绷得很紧的弓子，弓子很斜，动作基本上不大，总结实有力地发声，声音丰润浓郁、富有表情。萨拉萨蒂则不大绷紧弓子，差不多总只用弓子的重量来发声（他使用的是重弓子），动作很大又轻巧。格里戈罗维奇的方法与萨拉萨蒂的相同，他的右手极其轻巧和自如。人们传说他练琴时几乎用原速用全弓来拉巴赫的 E 大调组曲中的前奏曲。

在谈弓子运动的问题时，必须清楚地知道手臂的哪些部分和怎样先后来保证手的放松。手的各部分不应当孤立地活动这条人所共知的原理尤其在这问题上证明是对的。

分析运弓从弓根到弓尖时我们看到，运弓开始时腕部同时伸直，然后下臂动起来，拉到弓尖时肩膀稍朝前突出，做一个辅助动作（正是辅助动作，因为它不应当人为地练就，学生不应当专门去注意它——否则会变成可笑的夸大）。手臂放松的话这动作就自然而然产生。

从弓尖到弓根的运弓过程是反方向地进行的。下臂先动起来，同时肩膀稍微往后，然后肩膀动起来，同时腕部弯曲，拉到弓根时弓子的正确方向使各指弯曲，这些动作综合起来才能保证弓子走得直。

为了弄明白运弓过程中动作的先后次序，许多教师（莫斯特拉斯、贝克尔）建议用下面

一个十分巧妙的办法：教师拿着弓子，学生的手臂随着他拉的弓杆就象顺着轨道走，努力保持动作的一切正确的相互关系。这样学生就很快克服初学时常有的运弓毛病，也就是手臂的动作不是太往后就是太往前。学生的手臂要随着弓杆走就应当不紧捏弓杆，这样来克服使学生过分紧捏弓子的天生的“抓握反射”，并养成握弓和运弓放松的感觉。

莫斯特拉斯教授考虑到初学阶段常产生的用弓根演奏的困难，建议先从中弓开始拉，以后再朝两头扩大出去（即朝弓尖和弓根扩展）。在这两种情况下还可以从拉上弓开始。

现在必须涉及换弓问题。在运弓大体上正确、稳定、自如了时再来研究这问题比较适当。不露痕迹地换弓问题是细致和复杂的，所以在初学阶段往往故意推迟解决这问题。不能立刻要求学生换弓无缺点这个看法是正确的，但是有些教师往往把这种看法以此类推搬到别的问题上去，这是完全错误的。例如常常可以听到一种见解，说不可能要求初学者音拉得准，最初音拉得不准好象是很自然似的。但是有了这种观点学生就永远不会拉得准了，这是实践多次证实的事。一开始就应当培养学生对音准和音质的听觉方面有严格要求。

顺便说说，在实践中这问题的一方面常常是与另一方面脱节的：学生改正拉得不准的音，但并没有觉察声音很难听。如果学生养成对自己要求很严的习惯，那么以后教师教起来就会容易些了。最主要的是：使学生习惯于听自己拉出的声音。要提高音准和音质就必须这样做。

各指的辅助动作（所谓的手指运弓的动作）对于做到不露痕迹地换弓很重要。当然，不做这些动作也可以改变运弓方向，但是我们认为，使用手指运弓的动作是十分适当的。在换弓时，手臂的直线运动可分为两个阶段：弓子往上走时手臂在弓根停下来，而手指还在继续往前走；在“死点”时，也就是在手指和弓子都停下来时，手臂已经往回走了——这样换弓就不那么笨拙，也就是不那么听得出来了。

掌握无声换弓是很艺术地演奏如歌的优美

演唱演奏专业教学问题笔谈

本刊今年第一期发表的张权同志《关于演唱中国歌曲的问题》一文，在音乐教育界引起了反响。这里刊出了赵沅、王品素、司徒华城等三位同志的意见，供大家参考。我们希望能有更多的同志来参加这个笔谈会。

——编者

就张权同志的文章谈起

中央音乐学院名誉院长 赵 沅

读了张权同志的文章，引起了很多感想，拉杂写来，就教于声乐界的同志们。

中华人民共和国成立初期，曾经展开过“洋嗓子”和“土嗓子”的争论。这里指的“洋嗓

子”是指欧洲演唱歌剧和艺术歌曲的演唱方法。关于“土嗓子”含义并不十分明确。有人指的是以自然真声唱法为主的民歌、小调唱法，有人指的是以传统戏曲唱法为主的各种唱法，有的指的是在欧洲传统唱法的基础上，参照民歌唱法的风格特点或者是在民歌唱法的基础上借鉴欧洲唱法的技法的各种唱法。所以讨论中有一些论点，由于上述的概念的不尽一致，没有达到很全面的结论。但有一点最主要的必须肯定的是，优秀的中国唱法，必须具有适合于中国人民审美习惯和审美要求。这是大家一致的。

中国古人说：“丝不如竹，竹不如肉。”一方面由于声乐艺术和文学的诗词相结合，可以具体地表述人们的思想情感，另一方面人声具有更直接的表情功能，这种说法无疑地是具有一定的道理的。

歌唱艺术是人类社会音乐实践活动中最古

旋律所必需的条件，在很大程度上取决于声音修养和右手运动修养，这就需要经常不断练习。为此练慢运弓——拉或“抻”长音是有益的。

换弓出声有两个原因。第一，主要由于在弓根换弓时手返回的动作往往晚了一点，这动作本应当借助于手指运弓的动作在上行的最后一瞬间就完成，否则就会听到间断。

第二，正如波里亚金所指出的，是由于换弓时弓子没有紧贴于琴弦上^①。

总之，本文叙述了一些合理的姿势的原则，它们为小提琴演奏技能的形成和提高创造了良

好的条件。笔者在教学实践中就遵循这些原则。

（刁蓓华译自《小提琴遗产》一书，

1983年莫斯科出版）

（责编 育培）

① 我们已经说过，左肘的位置从自然的角度来看往往是最差的，而琴持得平就会增加不自然了。

② 我们可以举约瑟夫·西格蒂为例，他的手长得拉到弓尖时下臂和肩膀成直角，而这是别人拉中弓的正常姿势。西格蒂拉到弓尖时小指几乎从不离开弓杆，对他来说一点也不困难。

③ 随后的关于左手姿势和换把的材料从略，因为这些问题在另一文《换把与小提琴艺术性演奏的课题的关系》中有较详尽的叙述——译者。