

纸上课堂

拉二胡双手不协调
先养成习惯性动作

最近,一位二胡乐友咨询笔者,说他在做左手揉弦的动作时,右手无论是推弓还是拉弓,弓杆总是晃动,不知道是怎么回事。

对此,笔者推断,应该是双手的配合出现了问题。

双手配合得不好,有两种表现形式:左手在做按琴及揉弦动作时,右手的控弓动作便不规范了;专注于右手的运弓动作时,左手的动作却又失调。但若分开做动作,无论左手还是右手,动作都很规范,两手同时做动作时,就会顾左手而忘了右手,顾右手时又顾不了左手。

在演奏二胡的过程中,有两个相对独立的体系:一是弓法,二是指法。弓法和指法,分别可以进行独立练习,然后再进行双手的配合练习。

实验证明,人的左右脑有着不同的分工,人的左右手也有着截然不同的分工,所以才有左撇子和右撇子之分。二胡的双手配合训练,就在于打破这种分工,在左右手的协调性上取得一致,强调的是二者动作上的默契。

文中提到的二胡乐友,之所以在左手做揉弦动作时,右手运弓时弓杆出现晃动的情况,其根本原因就是揉弦时,注意力都集中在左手的揉弦上了,

右手的运弓不够规范,因此才会出现弓杆晃动的情况。这种情况说明该乐友缺乏双手配合的基础训练,应该进行着重练习。

两手间的配合是一个习惯的养成问题。这个习惯,可以通过分步练习来养成。

刚开始时,可以从简单的动作做起,例如,按弦——推拉弓、技巧运用——推拉弓等,坚持反复练习,直到左右手的动作都协调了为止。

二胡乐友提到的揉弦时弓杆抖动的现象,就是揉弦不够熟练,注意力过度集中在左手的揉弦上了。对于这种情况,可先把揉弦动作练熟,双手配合时,注意力不至于过多地集中在左手上,分一部分精力给右手,便不会再出现这种现象了。

其实,二胡的弓法和指法,每个动作都不是刻意去做的,而是一种习惯性动作,这个习惯性,是反复多次练习的结果。习惯性动作养成之后,左右手便能各司其职,两手间的配合,也就是顺其自然的事了。

总之,二胡的最高境界是无技巧,而这种自然动作的基础,是由平时的勤学苦练得来的。

□胡嗑儿



段子时间

【造句】

老师布置作业,要求学生用“要么……要么”造一个句子。小孙子在作业本上这样写道:“卖苹果啦!要么?要么?” □冯忠方

【熏黑的】

这天,我教育外孙:“你们现在的学习条件太优越了,晚上照明灯都这么亮了。我们小时候晚上只能凑到煤油灯下看书学习,煤油灯冒黑烟,时间稍长就把脸和鼻子熏黑了。”

外孙瞅了瞅我,就像发现了新大陆一样,好奇地说:“原来姥爷的黑皮肤是煤油灯熏黑的呀!” □王保训

【距离产生美】

双休日,我带着外孙去一个景区游玩。在景区门口,我请一位不相识的游客帮我们爷俩照张合影。

那位游客让外孙贴近我一点儿。我对外孙说:“你和姥爷近一点儿,我们之间不要留距离,这样照出来的效果比较好看。”

外孙却说:“姥爷,我觉得我们之间留点距离好,照出来会更好看。”

我问:“你为什么这样说呢?”

外孙说:“距离产生美。”

□李朝云

智慧树

【趣味益智题】

1.老王手里拿着火柴到厨房烧开水,里面有一个煤气灶和一个酒精灯,他该先点燃什么?

2.有一种布很长、很宽、很好看,就是没有人用它做衣服,也不可能做成衣服,为什么?

3.时钟敲了13下,请问现在该去做什么?

4.什么时候太阳会从西边升起?

【看图猜成语】



(以上答案见“银发圈”版)

侍花弄草

鲜花咋养护花期长



现在,很多中老年朋友都喜欢在家里的花瓶中插上几支鲜花,装点居室。但鲜花漂亮是漂亮,就是保鲜期太短了,有什么方法能延长它的保鲜期呢?

光照少 一般的情况下,如果有没开放的花苞,鲜花可以放在光照充足的地方晒一晒。但若花开到一大半的时候最好拿到有散射光的地方,直接观赏就可以了,这样还可以多观赏几天。如果长时间晒太阳,会缩短花期。

通风好 通风环境不好,很容易让鲜花的叶子掉落或者烂掉,保鲜度不一,状态越来越不好,所以在插鲜花的时候,不要插得太多,要保持疏密有度。

加点料 想让鲜花的花期长一点,可以在水里加一片维生素C或者阿司匹林,既可防止烂根,又能让它的花期更长。

摘掉多余叶片 把花枝插在水里时,要把多余的叶片摘掉,尤其是插入花瓶中的部分,避免造成底部黄叶、落叶、烂叶的问题,影响观赏价值。平时要多换水,每隔一两天换一次清水,避免烂叶、黄叶。如果花都开了,尽量将其放在温度低一些的地方,可以延长花期。 □蔡花

炫耀一刻

摄影《湿地霞光》
作者 王春成

摄影《伙伴》

作者 顾玉驹

书法 作者 李玉竹
心如孤鹤静 节若古松高