

成年人学钢琴(劝退)指南。

 <https://www.douban.com/note/809937806/>

None

Wed Sep, 08 21:10

我自己的大概情况是目前学琴一年半，平均每天练琴两小时。一直在跟老师学，现在的老师是武汉音乐学院钢琴系的毕业生。

① 劝退

我老早就想好了，写学琴相关的，这个部分要放在前面。因为练琴是个每一天，只要你愿意，可以持续到永远的事。想象一下，自己从今以后的每一天，坐在钢琴前面，两小时，everyday，这是一整个生活状态的改变，你可以坚持多久呢？所有的钢琴老师都知道，成年人学钢琴，99%都会很快放弃。你是那1%吗？(小孩坚持的多一些是因为有家长打😊)

练琴的过程也没啥优美浪漫的，而是音阶、琶音、和弦、各种手指机能练习、永无止境的练习曲那些的，老师永远在抠你的触键、音色、细节处理。虽然也可以穿插一点自己想弹的东西，但如果要按时完成老师的作业，你会发现：没时间弹别的，能完成作业就不错了😊

很多初学者可能很会问一个问题：我适合弹钢琴吗？其实是在问：学钢琴需要天赋吗？我有学钢琴的天赋吗？我自己的感受是，弹钢琴和从事体育运动一样，跑步、游泳、骑自行车，只要你学，都能学会的。但是要成为专业的运动员，出成绩，肯定就还是需要一些天赋的。不过学到钢琴业余十级的水平，不需要天赋，只需要努力就够了。对大多数人来说，知道这一点就可以了。干就完了。

② 学什么

成年人学钢琴的话，有三个方向——古典钢琴、流行钢琴、爵士钢琴。

古典钢琴：音乐学院里钢琴演奏专业都是学的这种，成名了就是朗朗李云迪那种，不成名就是各大机构的钢琴老师。小孩学的也基本都是这种(因为小孩以后有可能走专业)。古典钢琴弹的就是巴赫、莫扎特、贝多芬、肖邦、李斯特什么之类这种古代人的作品。弹奏是要完全按照谱面来的，不能自己瞎发挥改谱子。里面也有很多技术超级难的曲子，不过钢琴家们在解决完了技术层面的问题之后，更多的是在音乐性上下功夫，就是怎么诠释作品能够兼顾作曲家的思想、时代背景、乐曲意境还有钢琴家自己演奏的个人特色。要是你觉得这种方向是你感兴趣的，你可以学古典钢琴。

流行钢琴：其实现在的古典钢琴在古时候也是当时的流行钢琴(这么说也不大严谨，大意是这样)。肖邦李斯特啥的，就是以前的周杰伦王力宏。针对成年人的钢琴教育机构主要是教流行钢琴为主(学生的诉求决定的，但他们的老师也可以教古典，这个可以自己和老师沟通)。因为成年人大多数没有时间和耐性一直把琴练下去。大多数成年人学完一两首自己喜欢的流行曲子，体

会过练琴的枯燥之后，也就停止了。机构里面会自己编一些流行钢琴的教材，曲子就是一些什么菊花台啊、天黑黑啊那种流行歌，右手是主旋律，左手是一些伴奏织体，可能会教一些基本的乐理知识(其实这个是很必要的)。

虽然这些机构教的东西很初级，听上去还蛮弱的，也不大管成年人的基本功啊手型啊放松啊机能的训练那些(也不是不想管，这也是大多数成年人不认真，想速成，慢慢和机构之间形成的一种“你不认真学，我也不认真教”的氛围)。但是实际上流行钢琴本身是可以走得很深入的。最终的学习方向，我觉得是即兴演奏，即兴伴奏(包括自弹自唱)，和声上各种玩花样，各种加花，那样也是很高级的。参考各种乐队里的牛逼键盘手啊那些的。很多流行钢琴弹得好的人是有古典钢琴的功底的。

学流行钢琴要想厉害，同样是要练基本功的。另外，如果要拥有即兴编配的能力，对乐理的要求也比较高。

(硬练一首曲子也不是不可以，但那不属于可持续性的学习方法，这里就不多说了。)

爵士钢琴：学的人比较少，正经能教的老师也比较少。它的节奏和和声都比较有自己的特色。它可能有自己的基本功练习的一套东西，这个我没啥涉猎，就说不出个什么东西来了。如果你选择学爵士钢琴的话，那说明你肯定有一个初步的了解和自己的想法了，那你自己解决吧😊爵士钢琴对于即兴的能力要求更强，因为爵士钢琴家连音乐会都是即兴的，每场会弹出些啥他自己都不知道，完全看合作的伙伴之间相互刺激能当场给自己啥灵感。

③ 选机构，选老师

这两个我就放在一起说吧，因为主要还是选老师。

首先回答一个问题：0基础可以自学钢琴吗？不能！老老实实找老师吧。

如果你目前没有琴，那就选机构。因为机构提供琴房，可以去练琴。

选老师的话，我觉得主要看这么几点：

1) 价位：音乐学院的专业老师是很好，但是贵，人家也不一定收你。我觉得如果你学古典钢琴，入门的话，当地音乐学院或者师范类院校钢琴演奏专业的学生是完全没有问题的。武汉的话，本科生是200左右，研究生在300左右。北京的话，研究生在400~500了。通常一节课是1小时，一周一节课。机构会更便宜些，有的机构是买课时的，有的机构是买年限的，比如几千块钱买一年的学习时间，不限上课次数。虽然听上去感觉要是每天去上课平均下来每节课只有十块钱，超便宜。但是学琴主要的时间是在练琴，能保持一周回一次课这样的频率就需要很刻苦了。所以不要听机构忽悠单价多低，要看你能去的频率是怎么样。

2) 选老师：古典钢琴可以选择钢琴演奏专业的学生。流行钢琴可以选择钢琴伴奏(艺术指导)或者作曲专业的学生。(不是非得这样，只是一种建议。具体看老师的情况。)爵士钢琴自求多福，能找到能教爵士，有系统方法的老师就烧高香了，还要啥自行车☺

老师一般都接受试课，试课给不给钱因人而异。试课的时候可以听一下老师最近在练的曲子，或者考学时的曲子，或者最近在准备的音乐会(音乐学院学生会需要准备个人音乐会)的曲子，听听ta弹得怎么样，曲子在什么难度上。(我觉得能弹李斯特的一些比较有名的曲子，肖练，水平就是很不错的。)

可以带一些自己喜欢的流行曲的谱子去试课，让老师视奏一下。合格的老师应该视奏无压力。但如果你拿一些克罗地亚狂想曲这种抖音神曲去给老师视奏，老师奏不出来或者磕磕巴巴那不怪老师了。

(我经常带的是电影《钢琴课》里的两首曲子：“the heart asks pleasure first”和“big my secret”，这两首是属于视奏有点难的。)

和老师确定一下学习方向。告诉老师你最后想练到什么样的目标，日常想弹什么类型的曲子为主。和老师沟通下日常练琴中基本功和练曲子的比例是怎样的，看看这种安排是不是你可以接受的。

我觉得老师的沟通能力是很重要的，ta要会用你听得懂的语言让你理解怎样做是对的。对于新手来说，老师要用很形象很生活化的语言帮你理解手指的支撑、触键等等。换句话说就是：不管你在任何程度，老师说的话你要能听懂。

有些不是第一次试课就可以看出来的，或者刚开始你还没有足够的知识储备去判断，这个可以日后慢慢考察。包括老师给你选用的教材是什么，教材内容之间的是否相互呼应。比如这周让你练A大调的音阶，然后曲子也是A大调的；或者基本功让你练了一个轮指的，这周的曲子里也涉及到了轮指的技术点的，这就属于有呼应的。当然每本书分别在往下走，有时候作业的布置上不能每次都书和书之间能呼应上，但是长期来看，还是可以看出老师对教学有没有自己的系统想法，有没有对你上心。还有就是上一段时间课，才可以看出老师能不能及时发现你的问题并帮你改正。如果不能，就换老师吧。(我有跟一个老师上过几个月的课，老师给我从头到尾大改以前的习惯和方法，但几个月下来我也没有觉得我有进步，还越来越迷糊不知道自己应该怎么样才是对的，后来就果断炒掉了老师，换的现在的老师，又回到原来的老路上，又开始有进步了。)

不过换老师也需要谨慎，换过老师的人应该都能体会，换一次老师就是一次回炉重造的过程，也蛮痛苦的。

好的老师会跟你讲乐理，会分析谱子，会对你的手型、发力模式、触键、音色有要求，音乐性上的要求也会循序渐进的加进来，比如分句、呼吸、谱面上的各种表情等等。这就难免会给你提很多不足，那么整个教学过程中能保持良好的一个氛围我觉得就还蛮重要的，这个就涉及到老师的教学风格和态度问题。我个人比较喜欢鼓励型的老师，因为我自己在正向的氛围内会比较有动力。如果是音乐学院里面的那种学生或者老师，通常都是从小学琴走专业的，那种专业的路线里面遇到的老师，很多都很凶。在音乐学院里面被自己的老师骂哭、摔谱子、打手打头，都是蛮常见的。有些人毕业后自己教学生了，可能还延续着那一套师徒式的教学方法，我觉得不是很适合成年人。所以我倾向于选择温和、鼓励一些的老师。

④ 选琴

很多老师都会说只有在真钢琴上才练得出来好的发力模式、触键和音色。但现在电钢琴键盘模拟真钢琴的手感也已经有做得很好的了，也有那种键盘和击弦机是和真钢琴一样的，但音响系统是电钢琴的混合钢琴。我觉得初学者更需要从以下几个方面去选择真钢琴还是电钢琴。

真钢琴的好处：有老师们说的那种迷之优势。（但的确有些曲子是需要榔头敲击到真的琴弦上才能产生的效果，比如有的曲子是需要别的没有被敲击的琴弦发生共振来产生一个最终的音响效果的，电钢琴就做不到这种共振了。不过这种曲子很少。）

真钢琴的坏处：音量大，可能扰民被投诉。每半年到一年需要整键盘、调音，会产生费用。

电钢琴的好处正好相反：音量大小可以调节，可以插耳机。不需要调音。但键盘手感上可能会有迷之差异。（好的电钢琴可能会有迷之差异，差的电钢琴是一定会有差异，不用怀疑。）

大家可以根据自己家里房子的隔音情况、练琴的时段，自行选择。

（我个人是觉得，不同的真钢琴的键盘本身也差别蛮大的，真钢和真钢之间的手感差别，可能比真钢和电钢的手感差别还大……）

我强烈建议0基础的初学者，买个便宜的电钢琴。2000~3000左右那种。我第一台琴是2000多的KAWAI电钢琴，现在弹的是YAMAHA的CLP685，也是一台电钢琴。现在再弹KAWAI那台琴，觉得键盘的确好轻，好塑料，手感好差。可是我现在还是觉得当时的决定是对的。要记住：半途而废是大概率事件，一开始就买好的琴、贵的琴、想一步到位，结果没练两个月就搁置了，那不浪费钱吗？问问自己：我的努力程度配得上我买的琴吗？如果不确定，就先买便宜琴。能坚持学一年再换琴，到时候再换施坦威我也没意见。

⑤ 书

因为我找过的老师比较多，所以乱七八糟的书也买得比较多。我用过的主要有这些：

《约翰·汤普森简易钢琴教程》（小汤）1~3册、《拜厄钢琴基本教程》

这两个是最最基础入门的。小汤更友善点，拜厄虽然也是从0基础开始，但是会生硬一些。拜厄肯定也还是要弹的，但是小汤可以当做一个前面的过渡。

《哈农钢琴练指法》、《什密特钢琴手指练习》、《周广仁钢琴手指基本练习》

这些都是针对基本功、技术上的难点和手指机能的书。我主要还是在练哈农，另外两本偶尔作为补充。周广仁那本，一开始就明显比较难(但我听说书编得很实用)。

《车尔尼钢琴初步教程》(599)、《车尔尼钢琴流畅练习曲》(849)、《莱蒙钢琴练习曲》

这些就是练习曲了，我是在拜厄弹到后半年的时候，开始弹599的。莱蒙作为599和849之间的衔接，我会和849穿插着弹。反正车尔尼是要弹很久的了。599完了弹849，849完了299，299完了740，通常是这几本，然后就可以弹肖练了吧。

《巴赫初级钢琴曲集》、《巴赫创意曲集》

巴赫是另外一个范畴了，复调音乐。车尔尼的练习曲或者流行曲子一般是一只手是旋律，另一只手是一些音型相对固定的伴奏。而复调音乐就是两只手都是旋律，有三声部和四声部的曲子，两只手还需要能弹出三条或者四条旋律(听觉上)。对双手的协调能力、手、眼、脑的合理分配，对于音色的控制，都是很好的训练。复调音乐是学习古典钢琴很重要的一个组成部分。我说的这两本弹完了后面还有巴赫的各种组曲，平均律什么的一大堆。我是在599弹到1/3的时候开始弹小巴赫的。

《钢琴基础教程1》(一个绿色封面的书)、《布格缪勒初级钢琴曲集》、《小奏鸣曲集》

这些都弹过很少的一部分。这是当时一个老师希望我能多接触一些曲风，给我布置过其中的一些曲子。不过现在的老师都让我已经停掉了。我自己也是觉得，在手上的基本功还没有很好的前提下，接触风格多样的乐曲意义也不大。往后放一放好了。

《音乐理论基础》(李重光著)

就是一个蛮常见的乐理书，音乐学院附中的教材。买来翻翻的，一会儿就翻完了。初学者有一些基础的乐理概念就可以了，也不用像对待考试那样死记硬背。

《英皇考级作品1~8级》

正版是一级一本书分开的，很贵，但如果你要考英皇的考级，就必须买正版书，不然进不了考场。淘宝有1~8级合辑的盗版书。里面曲风蛮多样的，也不局限于古典，也蛮符合现代人审美，简单的难的都有，可以根据程度挑些曲子弹着玩儿。比如六级里有首曲子叫开幕之夜，爵士的，我觉得就很棒，朋友聚会表演一下的话感觉也很酷。

《约翰·汤普森现代钢琴教程》(1~5册)

友邻推荐的，里面区分也比较多，也可以挑曲子出来弹着玩儿。

有些书有好多版本的，我推荐人民音乐出版社的，那里面印刷错误比较少。

⑥ 练琴方法

不同的人的学习方向和目标差太大了，就蛮因人而异的，也不好展开来讲。我觉得能讲的也就是：

- 1) 这是一个需要坚持的事情，也需要寻找适合自己的方法去保持能坚持下去的热情。
- 2) 选择了自己的老师，就在那段时间里相信自己的老师。老师说什么，就尽量去练，去做到。
- 3) 如果要学好，基本功真的超级超级重要。值得花时间去枯燥的练习。以后会事半功倍。
- 4) 有的人会一本书练一个三五首，觉得自己都可以弹下来了，很快换下一本书弹。我不建议这样的学习方式。我还蛮认可我第一个老师说的：最好的状态是持续的在爬一个缓坡，而不是翻越一座又一座高山。一直翻山的话，虽然短期内看好像进展很快，但很容易碰到瓶颈，一旦遇到一座山翻不过去，就很容易放弃。

多练一些曲子，除了难度上有个循序渐进的过程，每次都能使一点劲就能够着，不用特别痛苦就能获得相应的成就感，这种奖励机制会比较让人愿意持续的学下去；另外就是“练新曲子”本身就是一种能力，需要锻炼。曲子练得多，以后开谱都会更快，同样一首曲子，你拿下来的速度也会比练曲子练得少的快一些。

我个人是觉得，每本书得练到2/3的曲目，最最起码得练一半的曲目。然后挑几首曲子，细抠、精练，精练到可以上台表演的那种程度。从开谱到弹下来，再到练熟，再到能气定神闲融汇贯通的表演，每个阶段都会锻炼到一些能力，开启一些新感悟，所以每个环节都不能落下。

5) 能通过练习就掌握的知识点，就尽快解决。比如尽早解决左手伴奏音量小于右手主旋律音量的这个左右手的力度控制问题(以及反过来)，尽早解决装饰音的问题等等。这些基本都能在一两周的练习中解决的问题，就不要拖到一个长期的周期里面去缓慢解决。但有一些是短期内练不好的东西，比如我自己的四指独立性差，五指支撑不好，双音连奏快起来就弹不齐，这种问题会随着手指机能的提升逐渐改善，这些问题就不用非要死磕过去才能弹下一条。所以不同类型的问题自己要甄别一下，哪些是可以通过努力在一周内解决的，哪些只要保证自己走在正确的方向上就可以了。(好的老师会帮你甄别这些情况。)

6) 带脑子练琴。脑子要很清楚自己的手在干什么，下一步要干什么。而不是那种慌慌张张然后谢天谢地还好没弹错但也不知道自己到底是怎么弹对的那种不确定的感觉。最后是要练到肌肉记忆没错，但是最好的状态是肌肉记忆+脑子也清楚自己的手在干什么。

7) 识谱能力很重要，有必要的可以练一些英皇的视奏教材，有针对性的锻炼下识谱能力。

整个学琴的过程中肯定一直会有一些细致的具体的体悟，比如有的学派是高抬指，有的学派要求贴键练习，实际上我觉得里面是有共通的部分，都可以加以利用。还比如怎么力量转移，整个手臂的力量怎么自然的传递到指尖，怎么加速等等，这些我觉得对初学者来说讲了也没有什么太大的意义，就先不说了。

8) 回课时间要固定，比如一周一节课或者两周一节课，定好了就尽量按照这个去执行，没有特殊情况不要在短期内去改动(除非弹到后面的书，曲子难了长了一周完成不了了再和老师协商一个新的回课周期)。不要想着什么时候练好什么时候再回课，要把回课当成deadline，每天完成每天的练琴目标，带着一定压力的去练琴。太轻松的话是……练不好琴的。如果好好练琴一周就能够完成的作业，放宽到两周，其实也并不会弹得更好。时间放长了的话人会进入摸鱼模式。

9) 多听。多听名家的演奏，多听好的音乐会。听听别人的处理，对比几个版本的不同，逐渐培养出一个比较好的审美。

10) 最后但是最重要的：节拍器是个好东西！用起来！慢练！慢练！慢练！缓慢提速！在一个速度下已经完全有把控能力，完全不出错的情况下再提到下一个速度。练习过程中要尽量少错，一直弹错也会形成错误的肌肉记忆。

⑦ 是否要考级

从目前音协考级的现状和要求来看呢，考级是不太能够体现真实的钢琴演奏水平的。如果是想通过考级来提升自己的钢琴水平，不如把那个时间用来练琴完成老师的作业，一首一首曲子、一本一本書的往后学。

在我看来，考级主要是起到一个肯定自己，给自己一个形式上的激励这样一个作用。

从对技能要求的含金量来说，我比较认可的排序是：英皇考级>国内音乐学院考级>音协考级

但我自己没考过级也不打算考级，所以也没有详细的了解过，可能说得不大对。

不过英皇考级的书里面的曲风比较多样，符合现代人“好听”的标准的曲子比较多，可以当做乐曲练着玩儿。

⑧ 一些网络资源

[如何从头系统地听西方古典音乐?](#) (知乎的一个帖子，文风蛮搞笑的我觉得比较好接受)

[李重光基础乐理-全集](#) (这个博主讲得也很搞笑，但是很粗略)

[宋大叔教你学乐理](#) (这个讲得很详细但是比较拖沓)

[IMSLP\(国际乐谱网\)](#) (不要钱的谱子上这儿找)

以前我也是一个会觉得“如果拥有XXX技能感觉挺好的”、“好想学会XXX”、“也许某一天会开始学习XXX”之类的人，这些想法都一直停留在想象阶段，没有真的提上议事日程。在我坚持种花和健身几年之后，我才确认了两件事：第一是我是一个可以把事情坚持做下去的人。第二是不要停留在想法上，不要再以后以后了！就是现在！right now!

想法不产生意义，行动的那一刻才产生意义！

如果你从来没有坚持过什么，那学钢琴大概率也坚持不了多久，但如果万一你练着练着爱上了弹琴，这的确是一个可以持续一生的爱好，进门之后，里面是另外一整个新世界。沉浸下去练琴(或练任何事)的那种心流体验，此生很值得体会一次。