

SỐ TAY KHÁM PHÁ VÀ THỰC HÀNH

Đàn Tính

Chạm vào thanh âm di sản



Ảnh: DTH-BD-NVT · Wikimedia Commons · CC BY-SA 4.0

CLB NGHỆ THUẬT · THPT TÂN HÀ

6 chương đọc · 14 ngày làm quen với đàn tính

Nghe một câu chuyện. Tự tay tạo tiếng đàn.

MỤC LỤC

Mở sách, mở một hành trình.

Chọn một chương để bắt đầu. Các liên kết trong sách có thể chạm hoặc nhấp để mở tư liệu gốc.

01 Gặp gỡ đàn tính / 3

Một cây đàn, cả một miền ký ức

02 Hiểu cây đàn trong tay / 4

Quan sát cấu tạo, bắt đầu thật nhẹ nhàng

03 Chuyện kể bên tiếng tính / 5

Chàng Xiên Cầm và cây đàn mười hai dây

04 Tuần 1 · Khởi đầu / 6

Ngày 1-7: nghe, quan sát và tạo tiếng đàn

05 Tuần 2 · Kết nối / 10

Ngày 8-14: câu nhạc, bạn bè và chia sẻ

06 Video & tư liệu / 14

Tiếp tục hành trình bằng đôi tai và sự tò mò

CHƯƠNG 01

Gặp gỡ đàn tính

Một cây đàn, cả một miền ký ức

Lời gửi đến em

Cuốn sổ tay này dành cho học sinh Câu lạc bộ Nghệ thuật Trường THPT Tân Hà. Em có thể đọc từng chương, nghe tư liệu và bắt đầu thực hành cùng giáo viên hoặc nghệ nhân.

Không cần vội. Mỗi ngày dành 15-20 phút để lắng nghe, tìm hiểu và thử một điều nhỏ. Lộ trình 14 ngày là gợi ý làm quen; em có thể lặp lại bài tập theo nhịp của mình.

Đàn tính là gì?

Đàn tính, còn gọi là tính tẩu, là nhạc cụ dây gảy gắn với đời sống văn hóa của người Tày, Nùng, Thái. Bầu đàn tròn, cần đàn dài và tiếng dây mộc mạc tạo nên dáng hình rất riêng.

Trong thực hành Then, tiếng đàn hòa cùng lời hát và nghi lễ. Năm 2019, UNESCO ghi danh thực hành Then của người Tày, Nùng, Thái vào Danh sách di sản văn hóa phi vật thể đại diện của nhân loại.

[Tìm hiểu thực hành Then · UNESCO](#)

Cách dùng cuốn sách

Đọc phần giới thiệu và câu chuyện trước khi bắt đầu lộ trình. Chuẩn bị một cuốn vở nhỏ để ghi cảm nhận sau mỗi buổi tập. Bản PDF giữ nội dung để đọc khi không có mạng; các liên kết video cần Internet.

CHƯƠNG 02

Hiểu cây đàn trong tay

Quan sát cấu tạo, bắt đầu thật nhẹ nhàng

Bầu đàn

Phần bầu tròn giúp tạo không gian cộng hưởng cho tiếng đàn. Hãy quan sát hình dáng và mặt đàn trên ảnh hoặc mô hình 3D, rồi so sánh với nhạc cụ thật trong buổi sinh hoạt câu lạc bộ.

Cần đàn và dây đàn

Cần đàn dài là nơi bàn tay trái di chuyển để thay đổi cao độ. Đàn tính thường gặp có hai hoặc ba dây. Cách lên dây và vị trí bấm phụ thuộc vào cây đàn và lối chơi; hãy thực hành theo người hướng dẫn.

Khóa đàn

Khóa đàn giúp điều chỉnh độ căng của dây. Khi mới học, nhờ giáo viên hoặc nghệ nhân kiểm tra và lên dây trước buổi tập. Không tự xoay khóa quá mạnh.

Trước mỗi buổi tập

Ngồi thoải mái, thả lỏng vai và cổ tay. Chơi chậm, ưu tiên âm rõ và nhịp đều. Nghỉ khi bàn tay mỏi. Mô hình 3D trên website giúp quan sát cấu tạo; âm mô phỏng dùng để khám phá và không thay thế tiếng đàn thật.

CHƯƠNG 03

Chuyện kể bên tiếng tính

Chàng Xiên Cầm và cây đàn mười hai dây

Một người tìm tiếng nói

Một dị bản kể về chàng Xiên Cầm, sống một mình và mong có tiếng đàn để vui nổi buồn. Chàng tìm đến Ngọc Hoàng, xin được làm một nhạc cụ để gửi gắm lòng mình.

Món quà từ thiên giới

Người trời trao cho chàng giống bầu, gỗ mộc hương và tơ. Từ những vật liệu ấy, chàng làm nên cây đàn có mười hai dây. Khi chàng gảy, âm thanh khiến người nghe say mê.

Mười hai dây còn ba

Tiếng đàn cuốn hút đến mức mọi người quên cả việc ruộng nương. Ngọc Hoàng sai Pụt Luông xuống cắt bớt chín dây, để người dân trở lại với công việc. Trong dị bản này, cây đàn từ đó còn ba dây.

Tiếng đàn được trao đi

Đọc truyền thuyết, ta có thể cảm nhận cách cộng đồng gửi tình yêu âm nhạc vào một nhạc cụ. Câu chuyện không phải bằng chứng về nguồn gốc lịch sử; đàn tính ngoài đời có nhiều kiểu và có thể có hai hoặc ba dây.

Nguồn truyền · VietnamPlus

CHƯƠNG 04 / Tuần 1 · Khởi đầu

Ngày 1: Làm quen với đàn tính

Lắng nghe trước khi chạm vào dây đàn · 15 phút

Nhận biết đàn tính và tìm ra một điều khiến em tò mò về tiếng đàn.

1. Xem video học đàn cơ bản của Chu Thạch. Quan sát cách người chơi đặt đàn và dùng bàn tay.
2. Mở mô hình 3D, tìm bầu đàn, cần đàn và dây đàn.
3. Ghi lại ba từ mô tả cảm nhận của em khi nghe tiếng đàn.

Thử thách của em

Kể tên ba bộ phận của đàn và chia sẻ một cảm nhận với bạn cùng nhóm.

Học Đàn Tính Cơ Bản Bài 1 · Chu Thạch

Ngày 2: Tiếng đàn trong văn hóa Then

Một nhạc cụ, nhiều câu chuyện · 15 phút

Hiểu mối liên hệ giữa đàn tính và thực hành Then của người Tày, Nùng, Thái.

1. Đọc phần giới thiệu và mở nguồn UNESCO ở cuối trang.
2. Phân biệt nhạc cụ đàn tính với toàn bộ thực hành Then, vốn có cả nghi lễ, lời hát và nhiều yếu tố khác.
3. Chia sẻ vì sao việc học một nhạc cụ cần đi cùng sự tôn trọng cộng đồng gìn giữ nó.

Thử thách của em

Viết hai câu giới thiệu đàn tính cho một người bạn chưa từng nghe về nhạc cụ này.

CHƯƠNG 04 / Tuần 1 · Khởi đầu

Ngày 3: Tư thế và cách cầm đàn

Bắt đầu bằng sự thoải mái · 20 phút

Tìm tư thế vững, thả lỏng vai và cổ tay khi cầm đàn thật.

1. Ngồi trên ghế chắc chắn, đặt chân thoải mái và giữ lưng tự nhiên.
2. Nhờ người hướng dẫn chỉnh vị trí bầu đàn và độ nghiêng của cần đàn phù hợp với cơ thể.
3. Tập cầm đàn trong ba lượt ngắn, kiểm tra vai và cổ tay có bị gồng không.

Thử thách của em

Giữ tư thế thoải mái trong một phút và nhờ bạn quan sát góp ý.

Ngày 4: Âm đầu tiên

Một lần gảy, một lần lắng nghe · 20 phút

Tạo tiếng dây buông rõ, với lực gảy nhẹ và đều.

1. Nhờ người hướng dẫn kiểm tra dây và lên dây trước khi tập.
2. Quan sát cách gảy trong video ngày 1 rồi tập chậm trên một dây buông.
3. Gảy tám tiếng, nghỉ một chút, lặp lại ba lượt. Lắng nghe độ rõ của từng tiếng.

Thử thách của em

Gảy tám tiếng liên tiếp với lực tương đối đều, không tăng tốc.

CHƯƠNG 04 / Tuần 1 · Khởi đầu

Ngày 5: Giữ nhịp thật đều

Để tiếng đàn có một bước đi · 15 phút

Giữ nhịp chậm ổn định khi gảy dây buông.

1. Bật công cụ giữ nhịp ở tốc độ 60 nhịp/phút.
2. Vỗ tay theo tám nhịp trước khi chơi đàn.
3. Gảy một tiếng mỗi nhịp trong bốn lượt, mỗi lượt tám nhịp.

Thử thách của em

Giữ được tám nhịp đều và tự chỉ ra chỗ mình còn vội.

Ngày 6: Làm quen tay trái

Nghe sự thay đổi của cao độ · 20 phút

Nhận biết rằng vị trí bấm trên cần đàn làm thay đổi cao độ.

1. Nhờ người hướng dẫn chọn hai vị trí bấm phù hợp với cách lên dây của đàn đang dùng.
2. Đặt ngón tay nhẹ, gảy chậm và nghe cao độ thay đổi.
3. Luân phiên dây buông và một vị trí bấm, giữ vai thả lỏng.

Thử thách của em

Phân biệt bằng tai hai cao độ và chơi luân phiên bốn lần.

CHƯƠNG 04 / Tuần 1 · Khởi đầu

Ngày 7: Buổi gặp gỡ đầu tiên

Ôn tập cùng một người bạn · 20 phút

Kết nối kiến thức văn hóa, tư thế và tiếng đàn đã tập.

1. Kể cho bạn nghe một điều em biết về đàn tính.
2. Chơi lại bài tập tám nhịp của ngày 5.
3. Nhờ bạn góp ý một điều đã làm tốt và một điều cần tập thêm.

Thử thách của em

Tự ghi âm 20 giây trên điện thoại để so sánh ở ngày 14.

Nhật ký nhỏ của em

Điều em đã làm được hôm nay:

Điều em muốn hỏi người hướng dẫn:

CHƯƠNG 05 / Tuần 2 · Kết nối

Ngày 8: Hai âm thành câu nhạc

Từ tiếng rời đến một giai điệu nhỏ · 20 phút

Chơi một mẫu hai cao độ theo nhịp chậm.

1. Dùng hai cao độ đã được người hướng dẫn chọn ở ngày 6.
2. Chơi mẫu thấp - cao - cao - thấp, mỗi âm một nhịp.
3. Lặp lại bốn lần ở 60 nhịp/phút, nghỉ khi bàn tay mỏi.

Thử thách của em

Chơi mẫu bốn âm hai lần liên tiếp, giữ nhịp đều.

Ngày 9: Nghe và đáp lại

Đôi tai cũng cần được luyện tập · 15 phút

Nhắc lại một mẫu âm ngắn sau khi nghe.

1. Nhờ bạn hoặc người hướng dẫn chơi mẫu hai đến bốn âm.
2. Nghe trọn mẫu, không chơi đuổi theo ngay khi đang nghe.
3. Đáp lại bằng đàn, rồi đổi vai để cùng luyện.

Thử thách của em

Nhắc lại đúng thứ tự của hai mẫu âm ngắn.

CHƯƠNG 05 / Tuần 2 · Kết nối

Ngày 10: Giai điệu em lựa chọn

Học một câu nhạc vừa sức · 20 phút

Tập một câu nhạc ngắn do giáo viên hoặc nghệ nhân chọn.

1. Chọn câu nhạc dễ, phù hợp với cách lên dây của đàn và trình độ hiện tại.
2. Nghe người hướng dẫn chơi chậm rồi chia câu nhạc thành hai đoạn.
3. Tập từng đoạn trước khi nối lại; ưu tiên âm rõ hơn tốc độ.

Thử thách của em

Chơi trọn câu nhạc chậm, có thể dừng để chỉnh ngón.

Ngày 11: Nối những câu nhạc

Tạo một đoạn nhạc liền mạch · 20 phút

Nối hai câu nhạc ngắn và giữ nhịp qua điểm chuyển.

1. Ôn câu nhạc ngày 10 và học thêm một câu tương tự với người hướng dẫn.
2. Tập riêng hai âm ở chỗ chuyển giữa các câu.
3. Chơi cả đoạn ở tốc độ chậm, đếm nhịp thầm.

Thử thách của em

Nối hai câu nhạc mà không vội ở điểm chuyển.

CHƯƠNG 05 / Tuần 2 · Kết nối

Ngày 12: Chơi cùng nhau

Lắng nghe để hòa nhịp · 20 phút

Chơi một đoạn nhạc trong nhóm nhỏ.

1. Thống nhất tốc độ và ra hiệu bắt đầu trước khi chơi.
2. Một bạn giữ nhịp, một bạn chơi đàn; sau đó đổi vai.
3. Nghe âm của bạn và điều chỉnh lực gảy để cả nhóm cân bằng.

Thử thách của em

Cùng bạn chơi một đoạn nhạc và kết thúc theo cùng một hiệu lệnh.

Ngày 13: Chuẩn bị phần chia sẻ

Tiếng đàn mang câu chuyện của em · 20 phút

Chuẩn bị một tiết mục ngắn và lời giới thiệu chân thành.

1. Chọn đoạn nhạc đã tập vững nhất, không cần chọn đoạn khó.
2. Viết lời giới thiệu 30 giây về đàn tính và điều em đã học.
3. Tập phần mở đầu, đoạn nhạc và lời cảm ơn liền mạch.

Thử thách của em

Diễn tập trước một người bạn và nhận một góp ý cụ thể.

CHƯƠNG 05 / Tuần 2 · Kết nối

Ngày 14: Tiếng tính của chúng mình

Chia sẻ hành trình, tiếp tục khám phá · 20 phút

Chia sẻ một phần trình diễn ngắn và tự nhìn lại sự tiến bộ.

1. Giới thiệu nhạc cụ và trình diễn đoạn nhạc đã chuẩn bị cho nhóm.
2. Nghe lại bản ghi ngày 7 để nhận ra một thay đổi tích cực.
3. Chọn mục tiêu tiếp theo cùng giáo viên hoặc nghệ nhân hướng dẫn.

Thử thách của em

Ghi lại một điều em tự hào và một điều muốn học tiếp.

Nhật ký nhỏ của em

Điều em đã làm được hôm nay:

Điều em muốn hỏi người hướng dẫn:

CHƯƠNG 06

Video & tư liệu

Tiếp tục hành trình bằng đôi tai và sự tò mò

Học Đàn Tính Cơ Bản Bài 1

Video tham khảo từ kênh đàn tính chuthach. Quan sát tư thế và bàn tay; thực hành trên đàn thật cùng người hướng dẫn.

[Xem video · Chu Thach](#)

Video từ Nốt nhạc nhỏ

Cùng khám phá âm nhạc với Nốt nhạc nhỏ.

[Xem trên TikTok · @nt.nhc.nh](#)

Tập 1: Nguồn gốc của đàn tính

Mở đầu chuỗi video tìm hiểu đàn tính từ Nốt nhạc nhỏ.

[Xem trên TikTok · @nt.nhc.nh](#)

Nguồn văn hóa và truyện kể

Thông tin về thực hành Then: UNESCO. Dị bản Xiên Cầm: VietnamPlus. Các đường dẫn đầy đủ nằm ở chương giới thiệu và chương truyện.

Ghi nhận hình ảnh

Ảnh đàn tính tại Lạng Sơn: DTH-BD-NVT, Wikimedia Commons, giấy phép CC BY-SA 4.0. Ảnh dùng trong sách giữ nguyên tác phẩm gốc.

[Ảnh gốc & giấy phép](#)