

朗诵艺术总是以文学作品为二度创作基础

以饱满的情感色彩赋予有声语言声音形式的律动变化

情感色彩是朗诵艺术之魂，声音形式是朗诵艺术之本



LANGSONG
YISHU TONGLUN

朗诵艺术 通论

邹俊◎著

中国  广播电视出版社
CHINA RADIO & TELEVISION PUBLISHING HOUSE

LANGSONG
YISHU TONGLUN

朗诵艺术 通论

邹俊◎著

中国  广播电视出版社
CHINA RADIO & TELEVISION PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

朗诵艺术通论/邹俊著. — 北京: 中国广播电视出版社, 2013. 1

ISBN 978-7-5043-6758-7

I. ①朗… II. ①邹… III. ①朗诵—语言艺术
IV. ①H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 298274 号

朗诵艺术通论

邹俊 著

责任编辑 樊丽萍

封面设计 丁琳

责任校对 张莲芳

出版发行 中国广播电视出版社

电 话 010-86093580 010-86093583

社 址 北京市西城区真武庙二条9号

邮 编 100045

网 址 www.crtv.com.cn

电子信箱 crtp8@sina.com

经 销 全国各地新华书店

印 刷 河北省高碑店市德裕顺印刷有限责任公司

开 本 710 毫米×1000 毫米 1/16

字 数 200(千)字

印 张 12

版 次 2013 年 1 月第 1 版 2013 年 1 月第 1 次印刷

印 数 4000 册

书 号 ISBN 978-7-5043-6758-7

定 价 28.00 元(含 CD)

(版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换)

前言

当我们徜徉在艺术的花园里,就会形成这样一个共识:一部电影、一幅绘画、一个舞蹈、一首经典歌曲,以至一个优秀的朗诵作品,除了使我们得到艺术享受外,同时又让我们体察到一个时代、一个区域的社会生活状况。优秀的艺术作品常常被誉为生活的镜子,它能够真实而深刻地反映社会生活,帮助人们认识社会生活,开启人们追求美好、向往未来的心灵之窗。

朗诵艺术以它独特的表现形式和感染力,已成为当今社会生活中一项普及性的艺术活动,被广大人民群众所喜爱。同时,朗诵作品的欣赏与评论也成了人们与朗诵作品相呼应的审美需求,这对朗诵爱好者深度把握作品,不断提高朗诵的创作水平,无疑是一个推动和鞭策。

本书在编写过程中,主观愿望力求突出朗诵艺术的独特性和综合性,并密切联系创作实际,牢牢抓住朗诵艺术自身所需要的基本原则、基本方法,挖掘出朗诵艺术特有的艺术规律。通过对比分析,厘清朗诵艺术与表演艺术、播音艺术、演讲艺术以及朗读的相同和不同之处;从人的心理活动运行规律入手,强调并阐述情感活动在朗诵创作中的核心地位和引领作用,突出朗诵艺术的抒情性;以情感结构为审美内涵,突出朗诵声音形式的律动美感。本书在汇集归纳朗诵基础训练、创作技巧等方面注意吸收表演艺术、播音艺术以及其他姐妹艺术中成熟有益的营养,同时力求写出朗诵艺术应有的特色,使朗诵艺术理论形成更加系统、完备的情感色彩与声音形式的律动美学,为业界人士充分认识朗诵艺术的抒情性,特别是为初学者在朗诵学习和创作中摆脱单调、刻板的表现方法,起到正确的导向作用。文字表述也力求做到深入浅出、简明扼要,让普通读者读得明白、朗诵爱好者读得能用、专业朗诵者读得有参考价值。由于自己的理论水平和艺术修养的局限,上述意图和愿望可能没有得到很好的实现,书中还难免留有不少缺憾和不足,欢迎读者朋友予以指正。同时,也真诚地希望这本书的出版能为推动朗诵艺术的研究和发展,发挥积极作用。

作者
2012年6月

目 录

CONTENTS

前 言

第一章 朗诵艺术概述	1
第一节 什么是朗诵艺术	1
一、简析朗诵艺术	2
二、定义朗诵艺术	4
第二节 朗诵艺术的属性	5
一、朗诵艺术是个性化的有声语言艺术	5
二、朗诵艺术是口语化的艺术	5
三、朗诵艺术是综合性的艺术	6
第三节 朗诵艺术的主要特征	6
一、文学语言有声化	7
二、有声语言规范化	7
三、二度创作艺术化	8
四、表现形式多样化	8
五、传播效果大众化	9



第四节 朗诵艺术的功能	9
一、提高阅读、理解能力	9
二、增强语言艺术的感染力	10
三、拓展语言的再创作能力	10
四、具有陶冶性情和审美的功能	10
五、具有融和人心的号召力	11
第五节 朗诵艺术与相近的有声语言艺术	11
一、朗诵艺术与表演艺术的同异	12
二、朗诵艺术与播音艺术的同异	12
三、朗诵艺术与演讲艺术的同异	15
四、朗诵艺术与朗读技巧的同异	16
 第二章 朗诵艺术之魂——情感色彩	 19
第一节 情感类别	19
一、情感的基本状态	20
二、情感的基本形式	20
三、情感与表情	21
第二节 情感活动	22
一、情感的传递功能	22
二、情感的引领作用	23
三、情感的结构过程	24
第三节 情感抒发	27
一、朗诵创作中的情感移入	28
二、情感色彩与情感记忆	28
三、情感色彩的积聚和强化	29
四、情感抒发的四个互动概念	31

第三章 朗诵艺术之本——声音形式	33
第一节 声音形式的典型性	34
一、声音形式是直观的	34
二、声音形式是具象的	34
三、声音形式是生动的	35
第二节 声音形式的可塑性	35
一、可塑的基础在于发声的控制能力	36
二、可塑的动力受制于情感宣泄	36
三、可塑的亮点为朗诵艺术添彩	37
第三节 声音形式的律动性	38
一、声音形式的律动基础	38
二、律动的声音形式架构朗诵节奏	39
三、声音形式的律动谱写美感	40
第四章 朗诵基础训练	42
第一节 朗诵气息训练	43
一、什么是胸腹式呼吸	43
二、胸腹式呼吸的优点	43
三、吸气、呼气要领	43
四、关于丹田气	44
五、胸腹式呼吸法的训练	45
第二节 朗诵发声训练	46
一、口部训练	46
二、声母练习	47
三、韵母练习	51
四、声调练习	53



五、声、韵、调配合分辨	57
第三节 朗诵正音训练	58
一、正音及训练方法	58
二、音变	58
三、正音绕口令综合练习参考	64
第四节 音量、音域、音质	66
一、音量	66
二、音域	68
三、音质	70
第五节 共鸣——朗诵艺术的功放	72
一、共鸣的基本原理及作用	73
二、共鸣的分类及特点	73
三、朗诵如何运用共鸣技巧	74
四、共鸣与音量、音高的关系	75
五、共鸣训练	76
第六节 形体训练	78
一、形体姿态、动作在朗诵中的作用	78
二、形体姿态、动作的要求	79
三、形体训练的主要途径	79
第五章 朗诵创作方法	82
第一节 朗诵创作的内部技巧	82
一、内心视像	83
二、内在语	85
三、情境交流	86
第二节 朗诵创作的外部技巧	87
一、朗诵语气的表现形态	88

二、朗诵节奏及主要形态	90
三、节奏中的声音形式	94
四、节奏变化的基本准则	103
五、朗诵的装饰声音	103
六、外部技巧的运用原则	107
第三节 朗诵创作的基本步骤	109
一、选好文学作品,深入理解全篇	109
二、明晰作品风格,理清情感结构	110
三、确定朗诵基调,把握创作节奏	111
四、强化内心感受,用好外部技巧	112
五、熟练表达作品,锤炼求得精品	115
第四节 朗诵作品的演播特点及要求	115
一、演出式的朗诵作品	116
二、录音式的朗诵作品	117
第六章 朗诵作品解析	119
第一节 现代诗歌朗诵	119
一、《红石颂歌》	120
二、《我的自白书》	122
三、《孤雁》	123
四、《雨巷》	125
五、《水乡情》	127
六、《海燕》	129
七、《中国最高爱情方式》	131
第二节 散文朗诵	134
一、《夕阳山顶》	134
二、《爱莲说》	137
三、《雪》	138



第三节 格律诗词朗诵	140
一、《念奴娇·赤壁怀古》	140
二、《满江红·怒发冲冠》	141
三、《鹊桥仙·纤云弄巧》	143
四、《七律·长征》	144
五、《将进酒》	145
六、《宣州谢朓楼饯别校书叔云》	147
七、《酬乐天扬州初逢席上见赠》	148
八、《水调歌头·重上井冈山》	149
第四节 寓言朗诵	150
一、《猴吃西瓜》	151
二、《兰子献技》	153
第七章 朗诵作品的制作与鉴赏	155
第一节 录音类朗诵制品	155
一、录音类朗诵制品的特点	156
二、录音类朗诵制品的制作流程和要求	156
第二节 演出类朗诵制品	157
一、演出类朗诵制品的特点	157
二、演出类朗诵制品的制作流程和要求	157
第三节 电视朗诵制品	158
一、电视朗诵制品的特点	158
二、电视朗诵制品的制作流程和要求	159
第四节 朗诵作品欣赏	160
一、朗诵作品的欣赏目的	160

二、朗诵作品的欣赏特点	161
第五节 朗诵作品评价	162
一、朗诵艺术的评价标准	162
二、通俗的评价标准	164
三、辅助手段的效果评价	165
第八章 朗诵者的综合修养	166
第一节 先进的思想观念	167
一、用科学的理论知识武装头脑	167
二、以先进的思想观念拓展胸襟	167
三、靠深刻的思想水平提升作品内涵	168
四、以高尚的道德情操影响艺术情趣	168
第二节 丰富的生活经验	169
一、深入生活是创作的源泉	169
二、体验生活给创作以灵感	170
三、积累生活为创作做储备	170
四、提炼生活是创作的本领	171
第三节 广博的文化知识	171
一、汲取更多的自然科学知识,扩展知识面	172
二、掌握必要的社会科学知识,增强判断力	172
三、熟知更多的社会生活知识,做生活挚友	173
第四节 厚实艺术素养	173
一、熟练的朗诵艺术专业技巧	173
二、学习借鉴姐妹艺术的创作方法	175
三、善于总结和创新	176
附 《朗诵艺术通论》主要案例作品 CD 目录	178

第一章

朗诵艺术概述

第一节 什么是朗诵艺术

什么是朗诵艺术？这是关于朗诵作为一门独立的有声语言艺术必须回答的基本问题，也是一个核心问题。这个看似常识性的问题，其实在朗诵艺术理论研究中始终没有都到一个科学的、精练的回答，朗诵艺术并没有形成自身独特、系统、完备的理论。翻阅国内现有的朗诵艺术专著、教材，你会发现关于朗诵艺术的系统认识基本停留在有声语言艺术共性的层面上，或是被相近的理论所束缚、所替代，特别是关于朗诵艺术最基本的定义，普遍缺乏特有属性，存在着认识模糊、概念混淆、经不起推敲的缺陷，也因此造成人们对朗诵创作方法的歧义。在有声语言艺术众多的学科里，戏剧影视表演艺术（以下简称表演艺术）和播音艺术已经形成了较为完备的基础理论，艺术院校也普遍开设了这两个专业，它们的理论研究还在不断完善。而与之关联的朗诵艺术尚未形成自己成熟的基础理论，原因是多方面的，但潜心研究朗诵艺术、挖掘朗诵创作自身规律的艺术氛围不足和学术力量薄弱是其中重要的原因。在现有的研究认识中，仅以表演专业的视

角谈朗诵艺术也就难免存在着局限，或是仅从播音专业的视角谈朗诵艺术就更显得心有余而力不足了，毕竟它们不是完全相同的有声语言艺术。

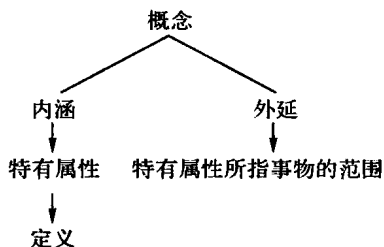
一、简析朗诵艺术

我们首先简要地分析一下人们对于朗诵艺术认识的现状。

《现代汉语词典》中关于朗和诵的注解分别是：朗，声音清晰响亮。诵，读出声音来，念；背诵。

目前，业界关于朗诵的专著、教材对于朗诵艺术这个概念的表述多种多样，我们细心推敲一下就不难发现，其共同的缺陷都在于未能抓住朗诵艺术的特有属性，而更多地徘徊在有声语言艺术的共性层面上，如“清晰、响亮的声音”、“优美的体态”、“引入的动作”，等等。这些认识和表述是否科学呢？还是让我们借助逻辑学关于概念到定义的基本原理来分别检验和判断。

先来看看逻辑学关于定义的结构原理是怎样要求的：



以上关于从概念到完成定义的逻辑结构示意图充分表明，那些表述有声语言艺术共性的词语，或任意添加概念外延的某些特定词语，都无法结构成为朗诵艺术的科学定义。朗诵艺术的定义如果脱离了特有属性，其结果要么就是涵盖了有声语言艺术的众多门类，如朗读、播音、演讲、相声、评书等，要么就是因为添加了外延中的限定性词语，如“优美的体态”、“引入的动作”等，使朗诵艺术所包含的范围被粗心地划小了。

给朗诵艺术这个名词作出科学定义，依然要遵从概念的内涵和外延两个方面的基本规则与结构要求，最重要的是能够反映朗诵这个概念特有的属性和它所指的范围。如果把有声语言艺术共性的内容或并不代表朗诵特有属性的词句装进定义中，这样的解释就必然会失去它的严谨性和科学性，还会因此误导人们。因此，很有必要把朗诵作为一门独立的艺术形式来加以分析、判断和归纳，既要看到它共性的一面，更需要挖掘出朗诵艺术自身特有的规律来加以概括。把“清晰、响亮的声音”这样更适合朗读定义的词语或把“优美的体态”、“引入的动作”这类描述也装进朗诵的定义中，的确值得商榷。显然，

“清晰、响亮的声音”限定了朗诵创作声音形式应有的变化，也脱离了朗诵创作抒情性的实际需要；而“优美的体态”、“引入的动作”，更是排斥了大量以音频传播的朗诵艺术创作。因此，要认清朗诵的特有属性及其所指范围，就必须弄清楚关于朗诵特有属性的结构要素。

首先，为了区分朗诵的名、动双重词性，用“朗诵艺术”更能直接表明朗诵作为名词的特定意义。其次，正确认识朗诵艺术的内涵，即有声性、文学性和抒情性的一体化融合。充满情感色彩和富于变化的声音形式是反映朗诵艺术内涵的主要手段，一方面表明了朗诵艺术的创作流程中情感在先、声音在后的基本序列，另一方面强调了朗诵声音形式的变化是以抒情为主要目的的。这两者有机结合的再创作，既是对朗诵艺术内涵的集中反映，也是朗诵艺术最重要的特征，是区别播音艺术、表演艺术、演讲艺术等其他有声语言艺术特有的结构要素，是朗诵者从事朗诵艺术创作实践需要掌握的基本认识。

认识一：情感色彩是朗诵艺术之魂。没有激情的朗诵者很难创作出感人的朗诵作品；同样，不能控制激情的朗诵者也将事倍功半，甚至事与愿违。体验真情和表达真情是朗诵艺术抒情的基本要求，朗诵创作如果缺乏真情表达，就意味着朗诵者失去了朗诵艺术的表现力和生命力。要做好这一点，需要朗诵者完整地理解文学作品的思想内涵，在理解、消化的过程中赋予真情实感的创作投入，它是朗诵者把握内部技巧、用好外部技巧的前提，是朗诵创作之魂。文学作品本身已具有强烈的抒情性，朗诵创作又是以文学作品为基础的，因此，有了规定情境中的思想脉络以及有分寸的情感起伏，才有可能恰当地选择和运用声音形式。创作实践证明，情感波澜在不断地给朗诵者输入创作的动力。在情感变化中，表达思想感情的声音形式，绘声绘色、丰富多彩，不会只凭借单一的“响亮”去传情达意的。朗诵创作是从内在情感到气息再到具体的声音形式波澜起伏、回环往复的表意和抒情过程，概括起来说，就是情运气，气启声，声传情。

认识二：声音形式是朗诵艺术之本。声音形式在朗诵创作中担负着表意和抒情的双重任务，是朗诵艺术不可替代的载体。声音形式的艺术效果，是依靠有声语言和声音传播的外部技巧来实现的。朗诵艺术声音形式的基本要求是词意入声、声随情动。让声音延续思想，让声音抒发情怀。同时，要让声音形式搭乘着情感起伏的波澜，时而显现虚实结合、轻重结合，时而又露出有急有缓、有放有收的种种变化。这些声音形式上的变化，总是给人带来情理之中、意料之外的听觉上的色彩对比和美感。一个优秀的朗诵作品，它的声音形式如同音乐，一定承载着波澜一般的起伏、旋律一样的流动，给人以感动，给人以

震撼，给人以美的享受。舞台演出式的朗诵作品可以不用配乐，广播式（音频）的朗诵作品完全不需要“优美的体态”、“引入的动作”，但表意和抒情性的声音形式都必将是朗诵创作不可替代的主体，它是朗诵艺术之本。

朗诵创作的情感色彩和声音形式所涵盖的内容是丰富的，在后面的章节里笔者还将作进一步的阐述。有了上述关于朗诵艺术特有属性的基本原则，对于解答什么是朗诵艺术，就有了判定的路径和标准。

二、定义朗诵艺术

遵循朗诵艺术的特有属性和创作规律，我们可以先给朗诵艺术作出这样的结论：朗诵艺术总是以文学作品为二度创作基础，以饱满的情感色彩赋予有声语言声音形式的律动变化，从而准确、生动地表达作品的思想内容并抒发情感。因此说：朗诵艺术是有声语言表达文学作品和抒发情感的再创作。

下面我们再以这个定义的内涵和外延两个方面来作进一步的说明，以增强对“朗诵艺术”这个概念的完整理解。

第一，内涵的关键词——有声语言、文学、抒情，构成了朗诵艺术的特有属性。文学作品是朗诵创作表意和抒情的基础。通常用来朗诵的文学作品是一度创作用来阅读的成品，当需要赋予它朗诵再创作时，它的一度创作成果也就自然地决定了朗诵作品具体的有声语言、思想脉络、情感结构，并在很大程度上规定了朗诵作品的艺术风格。尽管朗诵作品无一例外地需要合适的文学作品当做再创作的基础，但不能因此认为朗诵作品就是文学作品的附属品，因为朗诵艺术的魅力也在于，它完全、彻底改变了文学作品作为一度创作的表现形态和受众的接受形态。朗诵艺术是二度创作，是特有的有声语言艺术。有声语言艺术门类众多，各有特点。朗诵艺术作为一门独立的艺术，自然有它特有的创作规律和艺术特色，这正是朗诵艺术得以准确、生动地表达文学作品思想内容和情感抒发的创作根基。情感色彩的起伏和声音形式的变化是朗诵创作的核心元素。一方面，朗诵创作需要遵循文学作品已经规定的语言、情感结构和表现意图；另一方面，朗诵创作具体的声音形式如何变化，具体的情感色彩如何表现，都必须依赖朗诵者对作品的正确理解，依赖朗诵者对作品情感结构的准确把握和体验，并最终由朗诵者准确、生动、形象地表达出来，从而完成朗诵作品的创作过程。在这个过程中也就必然融入了朗诵者个性化的情感色彩和声音形式，因此说，朗诵艺术是对文学作品和情感抒发的再创作。

第二，外延包含了朗诵作品的体裁和表现形态。朗诵艺术以作品的体裁来分类，主要包括格律诗词朗诵、现代诗歌朗诵、散文朗诵和寓言朗诵以及其他

文学作品的朗诵。以朗诵创作的表现形态来分类，主要包括朗诵的内部技巧、外部技巧、副语言等。以朗诵创作的传播形态来分类，包括舞台朗诵创作、影视朗诵创作、广播朗诵创作或称音频朗诵创作等。

第二节 朗诵艺术的属性

有声语言再创作是朗诵艺术的基本属性，而朗诵艺术的特有属性是以表达文学作品的思想内容和情感抒发为核心，以有声语言的二度再创作为主要手段，将作品的文学性、抒情性和艺术性完美地融为一体。同时，又以朗诵者不可复制的个性化有声语言为特色，形成语言结构文学性、有声语言独特性、表现形态艺术性的综合属性。朗诵艺术具有以下三个主要特点。

一、朗诵艺术是个性化的有声语言艺术

朗诵艺术源于口头传诵，虽然历史悠久，但是有研究、有理论，能影响和指导创作实践，并逐渐形成一门独立的艺术，还是近几十年的事情。口头传诵是朗诵艺术的主体，它不同于人们生活中的口语。首先，朗诵艺术的口头传诵，通常都是选自于不同体裁、不同题材的较为成熟的文学作品，是把经过文字提炼加工后的文学语言转化成有声语言。一方面，转化后的朗诵语言严格遵循着文学作品规定的文字组合以及所描写的思想内容，依然保留着作品的文学特性；另一方面，朗诵的语言凝结了朗诵者对文学作品的思想认识和情感体验，完成了一个用有声语言承载文学作品的新的作品形态。其次，朗诵作品中，一个朗诵者的声音形式需要作出相应的处理和变化，但不论作出什么样的变化，都脱离不了代表着朗诵者个性的有声语言特色。这个特色一方面来自于朗诵者自身有声语言的生理特点、技术特点，另一方面还来自于朗诵者对文学作品的认识程度、情感体验和表达技巧的差异。这些个性化的特色在任何情形下，都是独一无二的，是无法复制的。

二、朗诵艺术是口语化的艺术

文学作品一旦被用于朗诵创作，便会激发出作品更加丰满的意义，闪现出作品新的生命力。朗诵艺术的有声语言来源于生活，但它又是对生活中语言表



达形式的提炼、加工，是美化了的口头传诵，是有声语言艺术园地里一棵奇葩盛开的艺术之树。朗诵者通过其个性化的情感表达和变化的声音形式来组织创作，不仅传递了文学作品的文字含义，又以朗诵艺术特有的魅力，将文字语言不便表达以及无法表现的精神面貌和情感细节表现出来了，使作品在保留了原有的文学价值和美学意义的同时，又增添了更加直观生动、具有情感色彩和声音形式波澜起伏的新的审美价值，并构成一个相对完整的、有声的、独特的语言艺术作品。这种以声音形式为外壳的语言艺术，包罗万象，褒贬皆纳，始终坚持朗诵者个性化的口语表达，并将情感起伏和声音形式进行完美的融合，最终把有声语言独特的艺术美感展现给众人。

三、朗诵艺术是综合性的艺术

以有声语言作为二度再创作是朗诵艺术的主要创作手段。此外，朗诵艺术还包含着其他一些辅助性的手段，如朗诵者的表情、眼神、形体、手势、气息等副语言。这些副语言在朗诵节目的表演中，是朗诵创作主体不可或缺的组成部分。再就是音乐、背景视频、舞美、音响、灯光以及同台的情景表演等辅助性演播形式。其中的背景视频是当代影视科技催生的新产物，在朗诵节目表演中，其影响和产生的整体效果已被演艺界广为重视和拓展利用。所有这些辅助性的技术手段和演播形式都将服从、服务于朗诵作品的主题、意境、意象和情感波澜，是优秀朗诵作品表现形态的重要补充。在大型的诗歌朗诵会上或有朗诵节目的晚会中，朗诵艺术呈现出来的一定不是孤单的有声语言艺术。用好各种辅助性的技术手段和辅助性的演播形式，无疑可以提升朗诵节目的整体艺术效果，增强朗诵作品的艺术感染力，这已经成为诗歌朗诵会或晚会编导们的创作共识。

第三节 朗诵艺术的主要特征

朗诵的体裁是多种多样的，如诗歌、散文、寓言、故事等，都可以纳入朗诵的创作中。在诸多体裁中，诗歌被用来朗诵的最为多见，因为诗歌具有情感突出、韵律流畅、文学性强、篇幅长短适中等特点，更适合于有声语言的二度创作。朗诵艺术是以情感色彩以及有声语言的艺术加工来表现作品的思想内容