



龙兴风文库
Cyclone Library

陈鸣 主编

朗晴 365



蓝波 刘森 著

大众文艺出版社

朗晴之友
系列

朗 誦 3 6 5

曾
燦
題



刘 森
王 兰波 著

大衆文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

朗诵 365/ 蓝波 刘森 著.

(龙卷风文库 第2辑)

- 北京:大众文艺出版社,2006. 5

ISBN 7-80171-816-X

I. 朗...

II. ①蓝... ②刘...

III. 文学 - 作品综合集 - 北京市 - 当代

IV. I217. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 064926 号

大众文艺出版社出版发行

(北京市东城区交道口菊儿胡同 7 号 邮编:100009)

北京兴凤印刷厂印制

新华书店经销

开本 880×1230 毫米 1/32

印张 12.5 字数 300 千字

2006 年 7 月北京第 1 版

2006 年 7 月北京第 1 次印刷

ISBN 7-80171-816-X

定价:26.00 元

版权所有,翻版必究。

大众文艺出版社发行部

电话:84040746

北京市东城区交道口菊儿胡同 7 号 邮编:100009

序 言

记得 20 世纪 60 年代，曾由诗刊社出过一本《朗诵诗选》，对朗诵爱好者帮助很大，后来很少见到这类书了。此后，由于种种原因，朗诵这门高雅艺术逐渐被人淡忘。粉碎“四人帮”后，朗诵艺术起到了匕首、投枪、突击队的作用，率先杀上舞台，庆祝“粉碎四人帮”的伟大胜利。当年纪念刘少奇、周总理、陈毅等老一辈革命家的朗诵会在首体、北展剧场演出，盛况空前，感人至深，至今让人记忆犹新。从那以后，朗诵又慢慢地销声匿迹了。直到最近几年，尤其是今年庆祝抗日战争胜利暨反法西斯胜利 60 周年，朗诵活动又异常活跃起来，大有欣欣向荣之势。大小朗诵异彩纷呈有的已创出品牌，而且观众如潮。朗诵艺术的生命如此顽强，除了朗诵本身的艺术魅力之外，其中一个重要原因就是有一批朗诵爱好者为此不懈的努力、耕耘。蓝波、刘森就是其中的二位。

我认识蓝波先生是在上世纪的 70 年代后期。交谈中得知他是一位中学语文教师，酷爱朗诵，是北京市语言学会朗诵研究会的会员。难得的是三十多年来，他一直默默地为朗诵艺术奉献着。1995 年，在北京教委举办的诵读教学研讨会上认识了刘森，她精彩的发言、独到的见解让我难忘。这不，在紧张的授课之余，在不经意间，二位老师合编的《朗诵 365》悄然问世了。这中间丝毫没有张扬就把事做了，而且做的很好。

这本《朗诵 365》诗集撷取了古今中外的名家佳作，非常适合朗诵。文体上也丰富多彩，不仅有小说、散文、古典诗词、现代诗歌、寓言，还有戏剧台词片断、歌词、墓志铭等。这是一本日历体的诗选，每月都选了一篇朗诵技巧的训练材料，每篇诗作后都提纲挈领的或从作家风

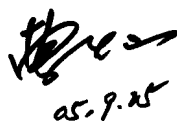
格,或从作品内容,或从写作方法,或从表演角度,或从朗诵技术方面都作了提示。这是一般诗选难以做到的。

这是一本朗诵经典的荟萃,这是一本朗诵知识的讲解,这是一本朗诵材料的宝库。

朗诵的好处甚多,特别是青年,正处于长知识的阶段。通过朗诵,锻炼自己,提高品位,丰富生活,激发爱国情怀,善莫大焉!即使你将来不是从事文艺,但对你交友、求职……也大有裨益。

来吧,快把这篇不是序的序文翻过去,进入蓝波先生、刘森老师写的正文吧!

相信我,你会受益的。



25.9.25

目 录	1 月	2 月
1 日	元日/王安石	1 礁石/艾青 35
2 日	发音练习	1 声母练习 35
3 日	新的一年带来新的希望/关登瀛	1 正红旗下(片断)/老舍 36
4 日	我的中国心/张明敏	2 南乡子·登京口北固亭有怀/辛弃疾 37
5 日	春江花月夜/张若虚	3 元宵节/曲有源 37
6 日	南吕·一枝花·不伏老/关汉卿	4 颂歌/海涅 39
7 日	啊,人应当像人/裴多菲	5 登飞来峰/王安石 39
8 日	周总理办公室的灯光/石祥	6 月亮出奔/佚名 40
9 日	春天呵,请在中国落户/赵丽宏	10 马说/韩愈 41
10 日	我是〇/田地	12 墓志铭/普希金 42
11 日	高山下的花环(节选)/李荇蓀	13 乌鸦和狐狸/克雷洛夫 42
12 日	春/尹世霖	14 石灰吟/于谦 43
13 日	王景愚自述	16 我要把自己寄给你/格思里 44
14 日	匆匆/朱自清	16 影子的一课/多恩 45
15 日	再别康桥/徐志摩	17 绝句(两个黄鹂鸣翠柳)/杜甫 46
16 日	小夜曲/公刘	19 惠崇春江晓景二首(其一)/苏轼 46
17 日	牧羊曲/王立平 词	20 我思念北京/闻捷 46
18 日	一头学问渊博的猪/佚名	20 让我们荡起双桨/乔羽 50
19 日	春/朱自清	21 小平,您好!/简宁 50
20 日	早春呈水部张十八员外/韩愈	23 桂林山水歌/贺敬之 52
21 日	挂红灯/雷恩奇	23 贾平凹小传/贾平凹 53
22 日	生查子·元夕/欧阳修	24 还乡行/梁上泉 54
23 日	春望/杜甫	25 神女峰/舒婷 55
24 日	雪花赋/陈松叶	25 长江之歌/胡宏伟 56
25 日	菩萨蛮·书江西造口壁/辛弃疾	26 中吕·朝天子·咏喇叭/王磐 56
26 日	柔弱的人/契诃夫	27 人,总有那么一点/白渔 57
27 日	墓志铭/高君宇 石评梅	29 告别/泰戈尔 57
28 日	等/姚成友	30 足音/徐慧 58
29 日	北京的春节(节选)/老舍	31
30 日	下乡谣/李昌修	33
31 日	你那里下雪了吗/陈娅铃	33

	3 月		4 月	
1 日	关于祖国/高洪波	61	我们都曾经年少/侯德建	99
2 日	韵母练习	61	吐字归音综合练习	101
3 日	孔乙己(节选)/鲁迅	62	海内奇谈/池北偶	101
4 日	“文化”热/梁和平	63	小草在歌唱(节选)/雷抒雁	102
5 日	周总理 你在哪里/柯岩	64	诗两篇	103
6 日	汗水/傅天琳	65	清明/杜牧	104
7 日	中国人:不跪的人/王怀让	66	瀑/韦丘	104
8 日	十五的月亮/石祥	73	囚歌/叶挺	105
9 日	延河照样流/弋璧舟	74	我的自白书/陈然	106
10 日	虞美人/李煜	75	回乡偶书/贺知章	106
11 日	钗头凤/陆游	76	爱情的故事/张天民	107
12 日	三月,绿色的三月/陶世绵	76	小夜曲/雨果	108
13 日	千万别挤!/狄更斯	77	枫桥夜泊/张继	109
14 日	卡尔·马克思/尚仲敏	78	不满(节选)/骆耕野	109
15 日	回答/北岛	79	雨巷/戴望舒	110
16 日	海燕/高尔基	80	纤夫/廖公弦	112
17 日	哄小儿/流沙河	82	墓志铭/富兰克林	112
18 日	童年/罗大佑	82	假使我们不去打仗/田间	113
19 日	蝶双飞/田汉	83	猴吃西瓜/佚名	114
20 日	墓志铭/佚名	84	桥/谈歌	115
21 日	补充专家/佚名	85	甜蜜蜜/庄奴	116
22 日	雪浪花/杨朔	86	哪儿最美/刘湛秋	117
23 日	中国,站在高高的脚手架上/曹汉俊	89	墓志铭/莎士比亚	118
24 日	红纱巾——写在第二十九个生日时/李小雨	91	山中——题贺龙将军/田间	119
25 日	凉州词/王之涣	92	钗头凤/唐婉	120
26 日	黄山松/张万舒	93	外婆的眼睛/雁翼	120
27 日	我爱这土地/艾青	94	你曾经是我的舞伴/林希	121
28 日	出师表(节选)/诸葛亮	94	不是每一个/雷丁	122
29 日	回延安/贺敬之	95	秋浦歌/李白	122
30 日	论诗绝句(其一)/赵翼	97	雷锋之歌(节选)/贺敬之	123
31 日	军港之夜/马金星	97		

	5 月		6 月	
1 日	五月的鲜花/光未然	127	第一天上学校/尹世霖	161
2 日	气息练习	128	气息运动练习	162
3 日	狗之歌/裴多菲	128	帽子的秘密/柯岩	162
4 日	我是青年/杨牧	129	卖火柴的小女孩(节选)/安徒生	164
5 日	饮湖上初晴后雨/苏轼	131	临江仙/杨慎	165
6 日	一句话/闻一多	131	过零丁洋/文天祥	165
7 日	理想/流沙河	132	字典公公家里的争吵/金逸铭	166
8 日	青春舞曲/罗大佑	133	小池/杨万里	167
9 日	人活着,也许……/雁翼	134	家乡的春柳/旭宇	167
10 日	中国,我的钥匙丢了/梁小斌	135	摇篮/黄庆云	168
11 日	力求严肃认真思考的札记/黄永玉	136	妈妈喜欢吃鱼头/陈运松	169
12 日	洁白的颂歌——献给护士节/周伟	137	春天我们有一个美好的心愿/刘育贤	170
13 日	乌江/李清照	138	烤天鹅的故事/刘征	171
14 日	你是我一生的感动/楚楚	139	我有一个小小的书橱/纪宇	172
15 日	青玉案/辛弃疾	140	画眉和猪/张天翼	174
16 日	致橡树/舒婷	140	热血/王迺宾	174
17 日	小溪,你说什么/纪伯伦	141	口哨/张继楼	176
18 日	吊岳飞——谒杭州岳庙/张志民	142	您好,我的老师/佚名	177
19 日	祝贺妈妈阿姨的生日/柯岩	143	班长的苦恼/柯岩	179
20 日	乌衣巷/刘禹锡	145	父亲的歌声/易杰	180
21 日	猫和厨子/克雷洛夫	145	赠别/舒婷	181
22 日	己亥杂诗/龚自珍	146	琵琶行(节选)并序/白居易	182
23 日	西去列车的窗口/贺敬之	147	嘉陵江边/沙鸥	183
24 日	故乡的云/谭轩	151	邮戳/柯原	183
25 日	相思/王维	152	我们这条船/徐康	184
26 日	我的母亲(节选)/朱德	152	竹石/郑燮	185
27 日	墓志铭/布莱希特	153	受了侮辱的猪/拉杰夫斯基	186
28 日	你,浪花里最清的一滴/魏钢焰	154	列宁和星期六/李英杰	187
29 日	梦/朱湘	155	梦/樊发稼	188
30 日	我为少男少女们歌唱/何其芳	156	写在六月三十日的日历上/缪国庆	189
31 日	你将怎样回答生活——写给一位青年朋友/周涛	157		

	7 月		8 月	
1 日	“七一”是这样的一个日子/石英	191	自豪吧,士兵/贺东久	227
2 日	语调练习	192	声调练习	228
3 日	秘密/拉丰登	192	骆驼草/石祥	228
4 日	白杨礼赞(节选)/茅盾	193	短歌行/曹操	229
5 日	驼峰/石祥	195	“中国,有了了不起的青年!”/张晶森	229
6 日	浣溪沙/晏殊	195	“假如生活欺骗了你”/普希金	231
7 日	深鞠一躬/石义涛	196	一壶水/刘薇 石祥	232
8 日	思念/蔡其矫	198	你的名字/纪弦	233
9 日	我不妒忌笼中出生的小鸟/丁尼生	198	巨雷击倒的大树/沈仁康	234
10 日	不死的音符——在聂耳墓前/张继楼	199	送元二使安西/王维	234
11 日	望岳/杜甫	200	荔枝蜜/杨朔	235
12 日	三门峡——梳妆台/贺敬之	200	羊和水牛/克雷洛夫	237
13 日	圆窗——写在海边怀友之时/郑南	202	七根火柴(节选)/王愿坚	238
14 日	一切/北岛	203	黄山挑夫颂/易仁环	240
15 日	“八一”之歌(节选)/贺敬之	203	呵,松花江之源/赵树岭	241
16 日	大江东去(节选)/沙白	208	妈妈,我/孙华文	243
17 日	致母校/匡满	210	涛声依旧/毛宁	245
18 日	短歌/莱蒙托夫	212	爱的列车空亦满/潘人木	245
19 日	“下不为例”歌/曹一风	213	我是一个任性的孩子/顾城	247
20 日	东方之珠/罗大佑	214	《霓虹灯下的哨兵》/沈西蒙 等	249
21 日	祖国啊,我要燃烧/叶文福	214	船/任洪渊	250
22 日	槐花/谢颐成	216	“莫须有”/孙华文	251
23 日	紫罗兰花/塞弗尔特	216	我的名字叫:兵/李松涛	252
24 日	我是共产党员,我没有忘记/梁南	217	著者略历/老舍	253
25 日	弯弯的月亮/刘欢	219	水手长的故事/陈云其	253
26 日	生活的色彩是爱/马丁	220	梅岭三章/陈毅	254
27 日	墓志铭/缪塞	221	墓志铭/加里克	255
28 日	“校花”/徐鲁	221	在祖国的高山之巅/巴波	256
29 日	无辜的罪人(节选)/奥斯特洛夫斯基	223	“我俩在同一条轨道上转圈儿……”/加姆扎托夫	257
30 日	鹰歌/高尔基	224	同桌的你/老狼	258
31 日	一支歌表达一个真理/张德强	226	爱你千万年——致长城/陈不我	259

	9 月		10 月	
1 日	我的老师(节选)/魏巍	261	英雄碑颂/严阵	293
2 日	轻声练习	262	儿化韵练习	295
3 日	讽官弥勒/石河	263	反听曲/赵朴初	296
4 日	蜜蜂和苍蝇/克雷洛夫	264	致父亲/桑恒昌	296
5 日	不知道和小问号/鲁兵	265	小橘灯(节选)/冰心	297
6 日	黄河颂/光未然	266	水调歌头/苏轼	299
7 日	妈妈的爱/傅天琳	267	如果你定要爱我/勃朗宁夫人	299
8 日	教师之歌/佚名	268	谁是最可爱的人(节选)/魏巍	300
9 日	“人民万岁!”——纪念毛泽东诞辰一百周年朗诵诗/王怀让	269	魂/齐丙花	302
10 日	献给老师的花束——为教师节而作/徐鲁	271	心呼唤心/柯愈勋	303
11 日	骆驼/郭沫若	273	致父亲/桑恒昌	304
12 日	甘蔗林——青纱帐/郭小川	274	念奴娇·赤壁怀古/苏轼	305
13 日	游园不值/叶绍翁	276	秋雨蒙蒙/林力	305
14 日	敖包相会/海默	276	老乡/佚名	307
15 日	关于爱情/艾青	277	声声慢/李清照	308
16 日	同意歌/孟广祥	278	狗的友谊/克雷洛夫	308
17 日	黄鹤楼送孟浩然之广陵/李白	279	秋——献给敬爱的老师/尹世霖	310
18 日	假如/孙桂贞	279	长城谣/席慕蓉	312
19 日	蚊子和狮子	280	香山红叶/杨朔	313
20 日	狗儿爷涅槃(节选)/锦云	281	祖国啊,我亲爱的祖国/舒婷	315
21 日	在离别的时候/柯愈勋	282	在哈尔盖仰望星空/西川	316
22 日	再见吧,我的朋友,再见/叶赛宁	283	夕阳红/乔羽	317
23 日	在山的那边/王家新	284	观书有感(其一)/朱熹	318
24 日	爸爸的老师/任溶溶	284	乡愁/余光中	318
25 日	故乡(节选)/鲁迅	286	将进酒/李白	319
26 日	鹊桥仙/秦观	287	炉中煤——眷念祖国的情绪/郭沫若	320
27 日	墓志铭/冯玉祥	288	墓志铭/鲍狄埃	321
28 日	渔家傲/范仲淹	289	背影(节选)/朱自清	321
29 日	才不在高——仿《陋室铭》/易和元	289	在水一方/庄奴	323
30 日	沁园春·雪/毛泽东	290	地球,我的母亲/郭沫若	324
31 日			我骄傲,我是中国人/王怀让	326

	11 月		12 月	
1 日	陋室铭/刘禹锡	329	飘动的红丝带/潘少波	357
2 日	“一”“不”的音变练习	329	“啊”字音变练习	358
3 日	“抄公”自述/樊发稼	330	墓志铭/斯蒂文森	359
4 日	百合花(节选)/茹志娟	330	如梦令/李清照	359
5 日	奉献/苏芮	332	我的和你的/莫里斯	360
6 日	秋天(节选)/杨炼	332	什么,为什么,怎么样/哈尔什	361
7 日	一剪梅/蒋捷	334	今日诗与明日歌	362
8 日	长江三日(节选)/刘白羽	334	我想有个家/潘美辰	362
9 日	门槛/屠格涅夫	335	人字瀑/严阵	363
10 日	小石潭记/柳宗元	337	有赠/曾卓	364
11 日	这家伙——流沙河自白(节选)/流沙河	338	给女友洁(选三)/流沙河	366
12 日	船/沈群	339	关雎——选自《诗经》	367
13 日	苏幕遮/范仲淹	339	女孩子的笑/殷健灵	368
14 日	杰米扬的汤/克雷洛夫	340	千里马的答辩(寓言诗)/刘征	369
15 日	叶笛/郭风	341	给燕妮(三首)/卡尔·马克思	371
16 日	相信未来/食指	342	享受寂寞/塞江雪	373
17 日	山民/韩东	343	面朝大海,春暖花开/海子	374
18 日	两片叶子/李琦	344	狱中歌声/何斌	374
19 日	夜梦黔灵思悠悠/金筑	345	我爱/公木	375
20 日	屈原(节选)/郭沫若	346	冬之梦 春之声/马恒祥	378
21 日	永不衰老的歌/吴辛	347	北京人(节选)/曹禺	379
22 日	荷塘月色(节选)/朱自清	349	生命的意义/奥斯特洛夫斯基	380
23 日	帆/莱蒙托夫	350	醉翁亭记/欧阳修	381
24 日	死水/闻一多	351	青年近卫军(节选)/法捷耶夫	382
25 日	“当你老了”/叶芝	352	向困难进军——再致青年公民/郭小川	383
26 日	雪花的快乐/徐志摩	352	马:一首简短的小叙事诗——怀念毛泽东/柯平	386
27 日	墓志铭/佚名	353	草帽歌/西条八十	387
28 日	黄鹤楼/崔颢	354	游子吟/孟郊	388
29 日	遥望黄河/冷克明	355	满江红/岳飞	388
30 日	假如生活重新开头/邵燕祥	356	登高/杜甫	389
31 日			我爱生活——此刻,月光吻着我的诗……/叶延滨	389
编后絮语				391

1 日

元 日

王安石

爆竹声中一岁除，春风送暖入屠苏。
千门万户曈曈日，总把新桃换旧符。

〔朗诵提示〕

元日，即农历正月初一。

此诗写元日民俗，初一放爆竹，初二饮屠苏（弭灾除病的药酒），初三贴桃符。

《元日》写于王安石罢相之后，诗中有他“变法”待以实现的企盼。

朗诵此诗，溢满欢乐、企盼的感情是基调。

2 日

发音练习

山前有四十四棵死涩柿子树，山后有四十四只石狮子。山前的四十四棵死涩柿子树，涩死了山后的四十四只石狮子。山后的四十四只石狮子，咬死了山前的四十四棵死涩柿子树。不知是山前的四十四棵死涩柿子树，涩死了山后的四十四只石狮子，还是山后的四十四只石狮子，咬死了山前的四十四棵死涩柿子树。

〔练习训练〕

吐字是朗诵的关键，观众一字听不清，将使一词不明；一词不明，会使听众一句不懂；一句不懂，必然会影响到作品中心的准确表达。

这是 zh, z 练习。

3 日

新的一年带来新的希望

关登瀛

让远去的风帆鼓满风浪，

让探索的船桨展翅飞翔，

新的一年，
给我们带来新的希望。

早醒的小鸟，
跳跃在春的枝头，
希望之歌，
早已撞得它嗓子发痒；
那嫩绿的小草，
顶着露珠，
为我们铺好一张
绿色的床；
明亮的小河，
像一根银色的琴弦，
伴随着我们加入那春天的合唱。
啊，春天的阳光多么充足，
春天的蓝天多么宽广，
无尽的宝藏，

像山野的鲜花，
等待我们去采集；
科学的阶梯，
在智慧的花园里，
等待我们攀登、向上。

快掸掉我们身上的征尘，
换上新的一年赠给我们的春装。
我们要去播种呀，
播下希望，播下理想；
我们要去收获呀，
把累累硕果装满行囊。

莫在谈笑中停留得太久，
莫在沙滩上睡得太长，
快奋力举帆、划桨，
驶向那新生活的海洋……

〔朗诵提示〕

新春伊始，万物复苏，给人们带来新的希望。

这是一首写给新年的诗，新的学期开学时，很多同学都会朗诵这首诗。

朗诵起来，节奏明快。整首诗的感情是喜悦、鼓舞、号召。

4

我的中国心

河山只在我梦里 祖国已多年未亲近
可是不管怎样也改变不了 我的中国心
洋装虽然穿在身 我心依然是中国心
我的祖先早已把我的一切 烙上中国印
长江长城 黄山黄河 在我胸中重千斤

无论何时无论何地 心中一样亲
 流在心里的血 澎湃着中华的声音
 就算生在他乡也改变不了
 我的中国心

〔朗诵提示〕

这一年（1984年），张明敏应邀回大陆参加央视春晚。此歌，经他一往深情、热情奔放的演唱，立即博得广大观众的喜爱。这首具有浓郁民族风格、词曲优美的歌，至今还在中华大地上广为传唱。

朗诵这首歌词时，要一往深情，要表达好“我”远在异国他乡日夜思念祖国之情，“洋装穿在身”细节的刻画，也需做到适当的渲染。



春江花月夜

张若虚

春江潮水连海平，海上明月共潮生。
 滟滟随波千万里，何处春江无月明。
 江流宛转绕芳甸，月照花林皆似霏。
 空里流霜不觉飞，汀上白沙看不见。
 江天一色无纤尘，皎皎空中孤月轮。
 江畔何人初见月？江月何年初照人？
 人生代代无穷已，江月年年望相似。
 不知江月待何人，但见长江送流水。
 白云一片去悠悠，青枫浦上不胜愁。
 谁家今夜扁舟子？何处相思明月楼？
 可怜楼上月徘徊，应照离人妆镜台。
 玉户帘中卷不去，捣衣砧上拂还来。
 此时相望不相闻，愿逐月华流照君。
 鸿雁长飞光不度，鱼龙潜跃水成纹。
 昨夜闲潭梦落花，可怜春半不还家。
 江水流春去欲尽，江潭落月复西斜。

斜月沉沉藏海雾，碣石潇湘无限路。
不知乘月几人归，落月摇情满江树。

〔朗诵提示〕

张若虚，唐代诗人，以文词俊秀闻名京都，惜作品多佚。《春江花月夜》脍炙人口，使张留名后世。

读罢此文，不禁令人手之舞之，足之蹈之，又如面临大海明日，不禁让人高声诵唱。作者紧扣五字标题，炼成一片奇光，分合不得。前四句从春江起春江结，春江与明月回环复沓。再以“江流宛转”的流程、月光的朗照为旅，摇移推拉，写出“芳甸”，“花林”之美。而月字不表，却早已在月魂之中了。

美妙月夜，使人顿入哲理深思，叹息击案。由月的永恒，引发人生短暂的抒情：

江畔何人初见月？江月何年初照人？

人生代代无穷已，江月年年望相似。

中央人民广播电台著名播音艺术家林如成功地朗诵了此诗。

6 日

〔南吕〕一枝花 不伏老

关汉卿

〔尾〕我是个蒸不烂、煮不熟、捶不扁、炒不爆、响当当一粒铜豌豆，凭子弟每谁教你钻入他锄不断、斫不下、解不开、顿不脱、慢腾腾千层锦套头？我玩的是梁园月，饮的是东京酒，赏的是洛阳花，攀的是章台柳。我也会围棋、会蹴鞠、会打围、会插科、会歌舞、会吹弹、会咽作、会吟诗、会双陆。你便是落了我牙，歪了我嘴，瘸了我腿，折了我手，天赐与我这几般儿歹症候，尚兀自不肯休。则除是阎王亲自唤，神鬼自来勾，三魂归地府，七魄丧冥幽，天哪，那其间才不向烟花路儿上走。

〔朗诵提示〕

关汉卿，生于金末，卒于元成宗大德末年。他博学多才，风流倜傥。所作杂剧六十余种，其中《窦娥冤》、《救风尘》、《单刀会》、

《望江亭》等久负盛名，有的至今还在演出。王国维称他：“一空倚傍，自铸伟词，而其言曲尽人情，字字本色，故当为元人第一。”是元杂剧的奠基人，被誉为“驱梨园领袖、总编修帅首，捻杂剧班头。”

这套《南吕·一枝花·不伏老》是难得一见的作品。

这是以第一人称写的，可理解为自己的自述，极透彻地反映了他的性格，表现了他对黑暗社会强烈的反感，同上层统治、正统儒家分道扬镳、背道而驰的态度，这实是一个无异于封建不孝子孙的新人生观念的宣言，是愤世疾俗的呼号、呐喊！

朗诵时要一气呵成。利用节奏快慢，语调的高低，畅快淋漓地渲染关汉卿那雄风傲骨。



啊，人应当像人

(匈牙利) 裴多菲

啊，人应当像人，
不要成为傀儡，
尽受反复无常的
命运的支配。
命运是只胆小的狗；
勇敢的人一反抗它，
它就马上逃跑……
所以你不必怕！

啊，人应当像人，
不在于用你的嘴，
比任何狄摩西尼，
事实是说得更关。
建设或是破坏，
而后需要的是沉默，
暴风雨作完了工，

也就在那里隐匿。

啊，人应当像人，
实行自己的信仰，
连流血也无妨，
坚持你的主义，
主义重于生命，
宁愿生命消失，
只要声誉能够留存。

啊，人应当像人，
不要一味依赖，
不要为世界的财富，
把你的独立出卖。
为了一口饭出卖自己，
谁都可以轻视。

这是可贵的格言。

“穷苦而独立！”

啊，人应当像人，

力量和勇敢，

使你能够对人们，

〔朗诵提示〕

这是一首像贝多芬《英雄鸣奏曲》般宏伟壮大、气势磅礴的诗歌，让人振奋不已！

全诗都在讲述做人的哲理，由五段层层递进展开。

第一段要有人格的独立自主。第二段告诫人不要夸夸其谈，要实干。第三段要有坚定的信仰。第四段要独立奋斗。第五段讴歌人格力量催发的斗志，是抗击邪恶和抗击厄运的最好的武器。

朗诵此诗，我们还可以看看海明威的名作《老人与海》传达给听众的是这样一条真理：一个真正的人即使肉体被消灭，但他的精神是不可战胜的。阐述哲理是层层递进，朗诵时表达的情感也是层层递进。

8日 (周恩来逝世)

周总理办公室的灯光

石祥

夜啊，静悄悄……

灯光又亮了通宵！

静悄悄……

当祖国度过了沸腾的白天，

啊，春风知道，夏雨知道，

当人们从梦里发出甜蜜的微笑，

秋霜知道，冬雪知道，

当熟睡的婴儿脸上现出幸福的酒窝，

我们敬爱的周总理呵，

当晶莹的露珠挂上嫩绿的幼苗……

几十年如一日，

紧跟伟大领袖毛主席，

昼夜为我们操劳！

同志啊，你可知道，

我们敬爱的周总理的办公室呵，

如果世界上真有不知睡觉的人，