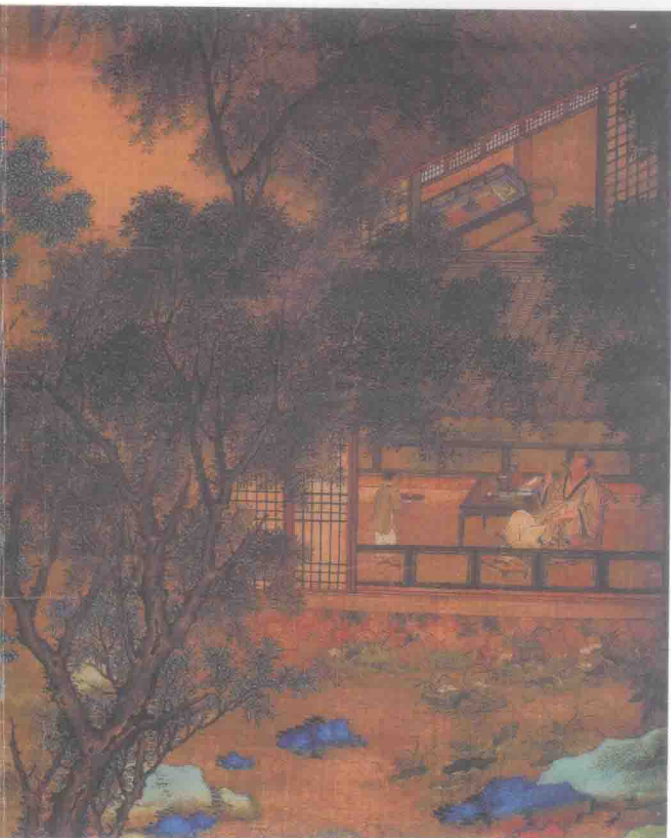


张本义 著

吟诵拾阶

广西师范大学出版社
GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS



吟誦拾階

Y I N S O N G S H E J I E

张本义 著



GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS
广西师范大学出版社

· 桂林 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

吟诵拾阶 / 张本义著. —桂林: 广西师范大学出版社, 2013.8

ISBN 978-7-5495-4263-5

I. ①吟… II. ①张… III. ①古典诗歌—朗诵—研究—中国 IV. ①H119

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 188826 号

广西师范大学出版社出版发行

(广西桂林市中华路 22 号 邮政编码: 541001)
网址: <http://www.bbtpress.com>

出版人: 何林夏

全国新华书店经销

桂林日报印刷厂印刷

(广西桂林市八桂路 2 号 邮政编码: 541001)

开本: 787 mm × 1 092 mm 1/16

印张: 19.5 字数: 300 千字

2013 年 8 月第 1 版 2013 年 8 月第 1 次印刷

定价: 49.80 元 (附光盘)

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

化成天下重歌弦，遂有诗吟亘古传。
旭日流川追大雅，长风吹月颂前贤。
珉璋自守鲋生苦，江海兼杭正道牵。
一念家邦文脉梦，宁从白首作龟年。
此近作一首也。

题松斋歌诗光盘 刘蒙



作者题《松斋歌诗光盘》墨迹：

化成天下重歌弦，遂有诗吟亘古传。旭日流川追大雅，
长风吹月颂前贤。珉璋自守鲋生苦，江海兼杭正道牵。
一念家邦文脉梦，宁从白首作龟年。此近作一首也。

自序

原本不应该有这类书。

为什么呢？因为吟诵是我国几千年来的传统，但凡读书人（甚至不只是读书人）都会吟诵。所以千百年来都没有这方面的专著。只因一九一二年民国政府教育总长蔡元培先生下令废止读经之后，学校才断绝吟诵之声。古者三十年为一世，二十年为一代，照这样算，吟诵离开教育体制已逾五代了，因此今天很多人不知吟诵，这也毫不奇怪。就如同今天很多人对跪拜仪轨，似知非知，分不清什么是跪，什么是拜，什么是吉拜，什么是凶拜一样。可这在民国元年孙中山先生废除跪拜礼之前，由于社会生活中无处不在演用，不用刻意学习，人们都能熟练而准确地运用这一礼节行礼。又如同现在的人，在读书学习时，不用特意训练，都会用普通话朗读一样。所以然者何？耳濡目染、浸润其中是也。二十世纪四十年代，著名学者朱光潜先生曾呼吁研究诗歌音律的人，能“写几部专门研究诵诗的方法和理论的书，以备一般读诗的人参考”（朱光潜《诗论》，生活·读书·新知三联书店，1984年，页258），这也是因为那时人们已经对吟诵陌生了。

近年来，随着国学热的升温，人们对吟诵也越来越感兴趣。然而说到吟诵，

今天关注的更多的是诸如什么调式，谁是正宗等等，而忽略了以下三点：一是吟诵的学术性。“口耳之学”是中国固有学术的特征之一。几千年来，我们的文化主要是靠口口相授传承的。吟诵正是这种口耳之学的凭藉，也可以说，吟诵是学习中国文化经典，掌握中国固有学术和技艺的一把钥匙。这样，吟诵就不同于一般的声乐艺术，更承载着广泛的文字、语言、音乐、文学、历史、教育等诸方面的信息和遗传密码，而这才是今天学习研究吟诵时应着力之处。二是吟诵的多样性。语言是吟诵调式的基础，吟诵讲究“依字行腔”，不同的方言，对文字的读音往往各异，也就形成了各种不同的吟诵调式。其根本原因，在于所操语音的种类不同。各地的传统吟诵，都有特点，很难比较优劣高下。可以说，只要是各方言区流传下来、传承有绪的吟诵方法，都是正宗的，不必、也不可能强求一律。三是吟诵的艺术性。艺术是人类表现世界的特殊方式，而美是艺术的崇高境界。吟诵是中国音乐重要源泉，也是饰诗文以美听的艺术，因此吟诵应尽量做到悦耳。古往今来，美是共同的。古音之美，是今人传承吟诵的动力之一，今音之美，也必将为后代传承吟诵的动力。不可设想，一个呕哑嘲哳的吟诵能够流传下去。

今天以普通话为基础吟诵古典诗文，还有三个必须解决的问题。即入声、叶音和破读。先说入声。我国现今的七大方言区中，除了北方方言之外，其他如吴语、闽语、粤语、客家语等仍保留着入声，这些方言区的人，以本地方言吟诵诗文，在还原诗文音节上，没有大的障碍。北方方言区，除了山西、胶辽方言仍部分保留入声之外，其他大部分地区方言已无入声了。但是，至少自元代以来，用北方官话（今普通话前身）吟诵诗文，已形成了一套行之有效的处理入声字读音的规则，沿用至今，这也为今天推广普通话吟诵奠定了基础。

再说叶音。叶音是解决汉字由于古今音异，造成诗文韵脚不谐的一个行之有效的老办法。古今读音不同的字，若处在诗词韵文句子中间位置，不刻意处理也无大碍，甚至用今音吟诵也未尝不可。而在韵脚之处，则须依叶音例加以谐之。尽管有时所叶之音未必是诗文撰作年代的古音，但按照悦耳、易记的原则，也还是要依例加以叶和。汉语音韵学是一门十分高深的学问，非专门家很难入其堂奥，一般学习吟诵的人，虽不用对此做研究，但不可不知传统的叶音方法。然而，近半个世纪的推广普通话运动，使得在读古诗文时越来越不重视

和不熟悉叶音，以至于近年来的工具书和一些学校教材，往往不采录叶音，有的甚至妄改古诗文读音，给学习造成新的困难。例如唐人杜牧的《山行》诗：“远上寒山石径斜，白云深处有人家。停车坐爱枫林晚，霜叶红于二月花。”诗中“斜”、“家”、“花”为押下平六麻韵的韵字。可以毫不夸张地说，一千多年来，吟诵此诗的人，无不知道这里的“斜”字，要依叶音要求读成 xiá（音霞），然而现在的《新华字典》和《现代汉语词典》却只收录了一个读音 xié，这样，现今在校学生，也只有这一个“规范化”的读音了。这不仅荒唐，而且也破坏了文化传统。

再说破读。它原本就是古代汉语中的一个现象。文读（书房音）和白读（白话音）的分歧、方言差异、读写讹误和为适应诗词格律而采取的变读等，是造成破读的原因。这个现象，在古代诗文中普遍存在。

如《论语》“子见齐衰者，冕衣裳者与瞽者，见之，虽少必作，过之必趋”（子罕第九）。这句话大意谓，孔夫子看见穿丧服的、着士大夫装束的和失明的人，即使他们比自己年龄小，坐着时也必然避席起立，路过时，也必然低头弯腰快步促行，以示尊重。句中的齐衰，须破读为 zhāi cuī，齐同斋，斋戒服丧的意思，衰，统指丧服（也有破读为 zī cuī，即孝服一种）。裳，要破读为 cháng，下身服装。少，要破读为 shào，即年幼者。上例诸字，如不破读，不仅于语意的理解有碍，而且也丢掉了沿习了几千年的文化传统。

传统是历史上一代代人承袭下来的，对社会行为有无形的影响和控制作用的礼制、仪轨、思想、学术、风俗、艺术、行为等方面的总称。传统是一条河，不能中断，不能干涸。我国是有着数千年文化传统的国度，我们的文化是流传有绪，没有中断的。这是使我们独立于世界并值得骄傲之处，更是我们赖以生存和发展的根基。因此必须珍惜。一百多年来，由于人们一直在诟病以至于戮力戕害我们的传统，使得今日我们的传统文化已残缺不堪。当今首要任务是对传统加以继承和修复。在吟诵诗文时，对一些重要的、自古以来相沿成习的读音和阅读习惯，尤其要注意保留和传承。现在中央提出构建优秀传统文化传承体系，其用意也在于此。对这些，我们要深刻体会并自觉地身体力行。

笔者出身于世代儒医之家，又在辽南金州城内生活了四十年。金州是辽南历史文化重镇，有上千年的历史。特别是城中建于清代早期的南金书院，曾培

养了大批人才。笔者幼时即受家庭影响，嗜学于传统学术、诗书绘画以及中医等，后又得侍多位德隆望尊的南金书院宿儒老师，受到过比较正规的准旧式书塾训练。幼年即热爱吟诵，算来已届六十载。

辽南吟诵采用的方言是接近普通话的胶辽官话，讲究字词准确、唱念结合、节奏鲜明、旋律悦耳，且注意多用书房文音，故精雅高古。位于辽南复州的横山书院和盖州的辰州书院读书调也都大致与南金书院相同。上个世纪初年，外患日亟之时，盖州的宿儒王锡侯先生，以辽南吟诵基本调式谱写的歌曲《苏武牧羊》，传遍大江南北，至今仍为人们喜爱。

为继承和弘扬吟诵传统，二〇〇〇年，笔者在大连图书馆创办了白云书院，引导青少年记诵儒学经典，至今已免费培养了六千余人，并有数万市民聆听了中国传统文化高端讲会。二〇〇二年，笔者又创办了全部由大连图书馆馆员组成的白云吟唱团。十多年来，该团已演出上百场，足迹遍及大连各个角落以及沈阳、北京等城市，还曾应邀赴日本演出，成为我国第一个走出国门的吟唱团体，中央电视台也曾两次播出该团的节目，备受欢迎。

近年来，笔者着力于推广传统文化，尤其是传统吟诵。在应邀赴各地讲课之余，编写了这本教材。这既是研究吟诵的心得体会，也是笔者在辽南传统吟诵的基础上推广普通话吟诵的探索。

“拾阶”一词，语本《礼记·曲礼》：“拾级聚足，连步以上”。拾，音 shè，同涉，意谓蹑足以登阶阼也。在此不仅表达了学习吟诵要循序渐进，不可躐等，亦表明笔者对吟诵传统的敬畏之心。

张本义

二〇一三年夏于松斋子夜灯下

例 言

一、本书是以传承和弘扬中华吟诵传统，为人们学习、欣赏古典诗文，进行诗文创作，开展诗教、乐教和读经运动等提供帮助为宗旨的吟诵教材。阅读对象为具有一定文化基础的吟诵爱好者、研究者和各类教师。

二、本书笔者深入学习和研究辽南吟诵经年。由于辽南方言与普通话较为接近，故书中所引的诗词文章皆以普通话读音为主，目的在于更有利以普通话为基础推广传统吟诵。

三、本书所引诗文，除少数标以直音以外，皆以汉语拼音加以标注。为使读者能熟悉和掌握常见的人声字，除了《诗经》和古诗之外，其他所有例诗、例词和文章中的人声字，皆以红字标记，同时在词注中标出该字的普通话标准常音（仅在该字第一次出现在书中时加以标注）。

四、为便于读者熟悉和掌握破读，本书在注音时，尽量将传统吟诵上必须要求破读的文字直接加以标注（不加红），有的则以括号加注，有的则在吟诵说明中再次提示。

五、诗文均无达诂。本书词注，以释字词本义为主，常见词语与故实一般不加注释，以便于读者自主之理解。

六、书中诗文解评，多系笔者个人的理解，谨供参考，读者亦自可识之。

七、本书附有笔者吟诵的所有例诗、例词与文章的音谱以及音频光盘（书中所有音谱的作者皆为笔者），同时附以例诗例词（其中绝大部分例诗例词与范诗范词形式相同，个别略有差异），以便于学习时套用练习。

八、本书例诗例词标注的格律，均按原诗的固有平仄标出，所以有与正格不同的现象。为此，又将近体诗的通用格律和词的正格格式标出，以资参考。其中的“|”为仄声，“—”为平声，“⊙”为应仄可平，“⊖”为应平可仄，“○”为可仄可平符号。

九、旧时的吟诵，多用于书房学习，以速度和效率为主，故多采用背书调，应若汨汨流水，累累贯珠，不仅声调起伏也不宜过大，而且字词读音也未必要求那么标准。而本书所附的格律诗、韵文和散文的音频、音谱由于是作示范，所以读字也都尽量做到准确，也不能“吃字”，所以，吟诵的速度都比实际要慢，并有意夸张语音，以便读者能更清晰地明瞭字词音节。读者可在熟练掌握后，按自身条件，加速吟诵。

十、为检索韵字方便，本书附有《佩文诗韵》字表。表中类似“豐”、“丰”分属一东、二冬韵；“余”、“餘”同属二鱼韵；“谷”、“穀”同属一屋韵等情形大量存在，为免去标注之繁，故全表以繁体字排出。

十一、由于在吟诵例诗、词、文章时，节拍较自由复杂，且为了符合吟诵律动，音谱是按照吟唱句法和组合法编写的，故书中音谱皆不标节拍。

目 录

自序 / 1

例言 / 5

第一章 概述 / 1

第一节 什么是吟诵 / 1

第二节 学习吟诵的目的 / 4

1. 学习诗文的需要 / 4
2. 欣赏诗文的需要 / 4
3. 创作诗文的需要 / 6
4. 开展诗教的需要 / 8
5. 传承传统文化的需要 / 9
6. 健康身心的需要 / 10

第二章 吟诵基础 / 13

第一节 识字 / 13

1. 平仄 / 13
2. 韵字 / 17
3. 叶音 / 20
4. 破读 / 23

第二节 节奏 / 29

1. 诗词节奏 / 29
2. 蒙学读物节奏 / 33
3. 文言文章节奏 / 34
4. 文言文章句读问题 / 35

第三节 腔与字 / 38

1. 腔调 / 38
 - ① 长短抑扬 / 39
 - ② 区别调式 / 40
 - ③ 吟念结合 / 40
 - ④ 多用断腔 / 41
2. 用字 / 41
 - ① 依字行腔 / 41
 - ② 文读白读 / 42
 - ③ 借曲套腔 / 46
 - ④ 明意 / 47
3. 调式练习 / 52

第三章 格律诗的吟诵 / 55

第一节 格律诗概说 / 55

第二节 绝句 / 63

1. 五绝范诗 / 63
 - ① 汾上惊秋 / 63
 - ② 终南望余雪 / 65
 - ③ 塞下曲 / 67
 - ④ 登鹳雀楼 / 69
2. 七绝范诗 / 71
 - ① 杂诗 / 71
 - ② 饮湖上初晴后雨 / 73
 - ③ 暮江吟 / 75

- ④ 绝句四首（其三）/ 77

第三节 律诗 / 79

1. 五律范诗 / 79

- ① 晚晴 / 79
② 题破山寺后禅院 / 81
③ 终南山 / 83
④ 赠孟浩然 / 85

2. 七律范诗 / 87

- ① 长沙过贾谊宅 / 87
② 客至 / 90
③ 秋兴八首（其一）/ 92
④ 闻官军收河南河北 / 94

第四章 古体诗吟诵 / 97

第一节 古体诗概说 / 97

第二节 诗经 / 100

- ① 关雎 / 100
② 黍离 / 103
③ 子衿 / 106
④ 凯风 / 108
⑤ 河广 / 110
⑥ 鹿鸣 / 112
⑦ 蓼莪 / 115
⑧ 天保 / 119

第三节 五言古体 / 123

- ① 与诸子登岷山 / 123
② 弹琴 / 125

第四节 七言古体 / 127

- ① 送元二使安西 / 127
② 登黄鹤楼 / 129

第五节 杂言古诗 / 131

- ① 国殇 / 131
- ② 沧浪歌 / 135
- ③ 秋风辞 / 137
- ④ 观沧海 / 139
- ⑤ 长歌行 / 141
- ⑥ 茅屋为秋风所破歌 / 143
- ⑦ 短歌行赠王郎司直 / 147

第五章 词的吟诵 / 151

第一节 词的吟诵概说 / 151

第二节 范词吟诵 / 154

- ① 菩萨蛮 / 154
- ② 忆秦娥 / 156
- ③ 长相思 / 159
- ④ 浪淘沙 / 161
- ⑤ 临江仙 / 164
- ⑥ 水调歌头 / 167
- ⑦ 江城子 密州出猎 / 170
- ⑧ 江城子 乙卯正月二十日夜记梦 / 173
- ⑨ 清平乐 / 175
- ⑩ 眼儿媚 / 177
- ⑪ 忆王孙 / 179
- ⑫ 卜算子 / 181
- ⑬ 柳梢青 / 183
- ⑭ 一剪梅 / 186
- ⑮ 小重山 / 189
- ⑯ 昭君怨 / 192

第六章 蒙学韵文吟诵 / 195

第一节 概说 / 195

第二节 范文吟诵 / 197

① 三字经（节选） / 197

② 千字文（节选） / 200

③ 声律启蒙（节选） / 204

第七章 文言文章吟诵 / 209

第一节 概说 / 209

第二节 范文吟诵 / 212

1. 背书调 / 212

① 侍坐 / 212

② 生于忧患，死于安乐 / 217

③ 兰亭序 / 221

④ 三峡 / 226

⑤ 马说 / 229

⑥ 岳阳楼记 / 232

⑦ 赤壁赋 / 238

⑧ 送东阳马生序 / 245

2. 唱书调 / 252

① 陈情表 / 252

② 滕王阁序 / 259

引用书目 / 271

附录

佩文诗韵 / 275

后记 / 293

光盘目录

第一章 概述

第一节 什么是吟诵

吟诵，即吟咏诵读，是中国诗文特定的展读方式，《晋书·儒林传》记载徐苗年少时：“昼执锄耒，夜则吟诵。”¹其不仅是一种治学方法，更是古人创造的一种艺术形式，《隋书·薛道衡传》说：“道衡每有所作，南人无不吟诵焉。”²在中华文明几千年的历史时期，吟诵传统一脉相承，口耳相授，代代习沿。何为吟诵？唐代孔颖达在《关雎·序》疏中说：“动声曰吟，长言曰咏，做诗必歌。”³所谓“动声”，是指振动之声，一般指较微小的声息。《韵会》云：动，“动之也。凡物自动则上声，彼不动，而我动之则去声。”⁴《诗·豳风·七月》有“五月斯螽动股，六月莎鸡振羽”之句，意指，五月里蚂蚱摩腿发声，六月里纺织娘振翅鸣叫。蚂蚱、纺织娘都是小鸣虫。清人刘熙载《艺概》

1 房玄龄等撰：《晋书》（中华书局，1974年），页2351。

2 程章灿：《魏晋南北朝赋史》（江苏古籍出版社，1992年），页337。

3 孔颖达：《毛诗注疏》卷一，收入《重刊宋本十三经注疏附校勘记》（台北艺文印书馆，1965年），页17。

4 黄公绍、熊忠著，甯忌浮整理：《古今韵会举要》（中华书局影印，2000年）卷一七，页300。

也说：“诗放情曰歌，悲如蛩蛩曰吟。”¹蛩（qióng，蟋蟀）、蛩（jiāng，寒蝉），皆为在秋季轻声鸣叫的虫类，以其声喻吟，极为形象。所以“动声”之“动”字，应读上声 dǒng（上声一董韵）。《礼记·学记》有“今之教者，呻其佔毕”之语。²呻，呻吟；佔，通覘，看的意思；毕，简策。这句话的意思即教书时对着书本吟诵。足见在两千多年前的古代，吟诵已成为必要的教学方法。《庄子·列御寇》有“郑人缓也，呻吟裘氏之地，只三年而缓为儒”之语。说的是，郑国有个叫缓的人，在裘氏这个地方用吟诵方法读书只三年就成了儒生。汉代王充《论衡·案书》中有：“刘子政玩弄左氏，童仆妻子皆呻吟之。”³即刘子政（刘向）喜欢读《左传》，其全家也都喜欢吟读之。这里的“呻吟”即谓“吟咏学问之声也”。⁴呻与吟为互文，都是指小声哼读。

何谓“长言”？《礼记·乐记》云：“故歌之为言也，长言之也。说之，故言之；言之不足，故长言之。”郑玄注：“长言之，引其声也。”⁵就是将词句的音节拉长，也就是所谓的咏。汉代许慎《说文解字》解“咏”曰“歌也”，解“歌”曰“咏也”。⁶也就是说，歌即是咏，咏即是歌，歌、咏转注互文。汉代刘熙说：“人声曰歌。歌，柯也，以声吟咏有上下，如草木之有柯叶也。”⁷柯，即草木的枝茎。此话意为歌要有层次变化，亦即今日所谓之旋律。唐人元稹《善歌如贯珠赋》：“长言迢迢，度曲缠绵。”⁸清人钱大昕《十驾斋养新录》云：“长言，若今读平声。”⁹朱自清《中国歌谣》说：“歌者，咏言之谓，咏言即永言，永言即长言也……长言生于咏叹，故曲折而纡徐。”¹⁰歌不仅要有旋律，甚至有器乐伴奏。由此可见，歌咏的本义应是长言，即长言也……长言生于咏叹，故曲折而纡徐。由此可见，歌咏的本义应是长言，即长言也……长言生于咏叹，故曲折而纡徐。由此可见，歌咏的本义应是长言，即长言也……长言生于咏叹，故曲折而纡徐。

1 刘熙载：《艺概》（上海古籍出版社，1978年），页122。

2 王文锦：《礼记译解》（中华书局，2005年）学记第十八，页517。

3 黄晖：《论衡校释》（中华书局，1990年）卷二十九，页1164。

4 郭庆藩：《庄子集释》（中华书局，1985年）卷十上，页1042。

5 郑玄注、孔颖达疏，吕友仁整理：《礼记正义》（上海古籍出版社，2011年）卷四十九，页1564。

6 许慎：《说文解字》（中华书局影印本，1979年），页53，197。

7 王先谦：《释名疏证补》（上海古籍出版社影印，1984年）释乐器第二十二，页336。

8 元稹：《元稹集》（中华书局，1982年）卷二十七，页321。

9 钱大昕：《十驾斋养新录》卷四，“伐”，收入《嘉定钱大昕全集》（江苏古籍出版社，1997年）第七册，页95。

10 朱自清：《中国歌谣》（作家出版社，1957年），页5。