

经典诗文台词 朗诵技巧

JINGDIAN
SHIWEN
TAICI
LANGSONG
JIQIAO

张海燕 著

ZHANG HAIYAN ZHU



语文出版社

经典诗文台词 朗诵技巧

张海燕 著

 语文出版社

· 北京 ·

图书在版编目(CIP)数据

经典诗文台词朗诵技巧 / 张海燕著. —北京: 语文出版社, 2012

ISBN 978-7-80241-491-4

I. ①经… II. ①张… III. ①朗诵-语言艺术-高等学校-入学考试-自学参考资料 IV. ①H019

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第123288号

责任编辑 光明明

装帧设计 刘姗姗

出 版  语文出版社

地 址 北京市东城区朝阳门内南小街51号 100010

电子信箱 ywbsywp@163.com

排 版 语文出版社照排室

印刷装订 北京鑫海达印刷有限公司

发 行 语文出版社 新华书店经销

规 格 787mm × 1092mm

开 本 1 / 16

印 张 17.25

字 数 248千字

版 次 2012年5月第1版

印 次 2012年5月第1次印刷

印 数 1-2,000(册)

定 价 39.80元

本书如有质量问题请与本社发行部联系  010-65251033

代序：朗诵练习是开启口语表达宝库的金钥匙

赵立泰

张海燕副教授是开创“汉语口语表达”新兴学科的万里教授的嫡传弟子，深得其真传。20世纪90年代，时任国家教委师范教育司副司长的孟吉平同志曾打趣道：“万教授得意门生的名字多有‘燕’字，如中央电视台著名主持人白燕升，在高校搞科研教学的张海燕。”

青出于蓝而胜于蓝。万里教授去世后，张海燕不仅继承了老师所开创的“汉语口语表达”（国家教委将其定名为“教师口语”）这一新兴学科的教学与科研事业，还使这一新兴学科冲出讲台和校园，延伸到社会上诸多层面，使该学科的外延不断扩大，因而其内涵也更为丰满和完善。

一个生理正常的人可以不读不写，但绝不可能不听不说。人人都能开口讲话，但未必人人都能把话讲好。人们要交谈，要开会，要搞公关，要洽谈业务，要在谈判桌前据理陈词战胜对方，要在讲台上完成“传道、授业、解惑”的教学任务，没有良好的语言表达能力，是很难胜任上述工作的。有人说，口头语言的表达，是人们的第二张名片。此话并不夸张。人与人之间，经过一番语言交流，便可知其职业特点、文化修养、思想境界、审美情趣、心理与个性特征，这就是所谓听其言、知其人。从古至今，世界上没有“通才”，假如硬要火箭、导弹专家钱学森去跳芭蕾舞，恐怕比宇宙飞船上天还要难；如果说世界上有“通才”的话，只有“口才”可称得上“通才”。

第二次世界大战之后，美国在总结这次战争时惊叹于“口才”的特殊功能，有人把“舌头、原子弹、金钱”视为赖以生存、在竞争中使自己立于不败之地的三大战略武器。西方发达国家把“舌头”（即口才）放在三大战略武器的第一位，这就不能不让人从社会的发展趋势

来看待这一问题了。

说起重视口才、运用口才，我们的起步要比其他国家早得多。早在公元前，盘庚用三次富于鼓动性的演说，使臣民拥护迁都于殷的主张，从而延长了商朝的统治；既黑又矮、其貌不扬的晏婴出使楚国，以高妙的外交辞令和机敏的辩才维护了齐国的尊严；郑国老臣烛之武在兵临城下的危难之际，挺身而出，以三寸不烂之舌说退秦兵；苏秦则以善辩的口才，游说六国，挂六国帅印……当时，能言善辩成为广泛的社会风气。孔子曾将“言语”列为四个必修学科之一，这可以算是我国最早的“口语表达”学科了。

两千多年后的今天，随着社会的飞跃发展，人们的视野更加开阔，交际范围越来越广，人们更加注意到口才在社会人际交往中的重要作用。生产管理人员因善于激励，可以使生产量上升；推销人员因富于口才，可以使销量陡增；言不达意、笨嘴拙舌会坐失良机，用语精当、应对机敏可以赢得主动；善于辞令能左右逢源，出言不当会顿感“四面楚歌”；精辟的外交答辩可以维护国家尊严；精彩的竞选演说可以使选民热血沸腾；一席语重心长的话可以使浪子回头……可以毫不夸张地说，一个发挥口才、充分运用口才表达的时代已经到来。为了适应时代，适应潮流，为了迎接挑战，迎接竞争，成就社会主义的伟大事业，提高全民族的语言素质，使每个人都具有良好的口才，已成为摆在我们面前的迫切任务。

良好的口语表达，不是与生俱来的，只能通过训练获得。但是，人体构造的奥秘至今尚未完全解开。人类内部思维语言的形成，由内部思想语言向外部有声语言的迅速转换，是一个非常复杂的过程，它涉及人体科学、心理学等诸多尖端学科。它看不见，摸不着，因而严重阻碍着口语表达能力的训练。海燕即将出版的《经典诗文台词朗诵技巧》正好破解了这一难题。即通过朗诵练习这一桥梁，获得有声语言表达的各种技能、技巧后，再逐步向即兴讲话过渡，形成良好的口语表达能力。

此书内容丰富，简明扼要，筛选或节选了古今中外的名著名篇、经典台词，作为朗诵练习的材料，并一一做出有针对性的分析和指

导。但是，此书面世的意义和所产生的效果，远远超出了作者只为应试所用、爱好者所用的预期。掌握了朗诵的各种技巧，就能掌握将书面语言转换为有声语言的技能，就能为顺畅、快捷、准确、得体的口语表达打下坚实基础。所以说，朗诵练习是开启口语表达宝库的一把最好的金钥匙。

本书的读者朋友们，当你看到，在紧张、激烈的谈判中，有人用严密周详的表述、机智有力的反驳使对方进退维谷，最后赢得胜利的时候；当你看到，在工作中或社交场合，有人应对如流，谈笑风生，并且轻松自如地用简洁、明了的话语，摆脱令人困扰的人事纠葛的时候；当你看到，有人走上讲台，面对莘莘学子期待的目光，一开口使满屋顿时生辉，学生如沐春风的时候……你一定会暗暗赞叹他们的干练、智慧、才华和魅力。但是，你最惊羡的，肯定是他们的口才。古人有句话：“为之，则难者亦易矣；不为，则易者亦难矣。”练起来吧，打开此书，不畏艰苦地练起来，持之以恒地练下去，就从现在开始，就从朗诵开始！

目 录

绪 论	1
第一章 朗诵基础	9
第一节 发声方法	9
第二节 共鸣控制	16
第三节 吐字归音	19
第二章 朗诵表达技巧	21
第一节 对作品的理解与感受	21
第二节 朗诵内部心理状态	30
第三节 朗诵外部表达技巧	39
第四节 朗诵特殊表达技巧	54
第三章 不同文体朗诵方法	62
第一节 诗词朗诵	62
第二节 散文朗诵	68
第三节 寓言故事朗诵	74
第四节 小说朗诵	80
第五节 演讲词朗诵	84
第六节 戏剧、影视台词朗诵	92
第四章 经典篇目朗诵指导	101
春江花月夜/[唐] 张若虚	101
满江红/[宋] 岳飞	103
再别康桥/徐志摩	106
你是人间的四月天——一句爱的赞颂/林徽因	109
人民解放军占领南京/毛泽东	112

沁园春·雪/毛泽东	113
我为少男少女们歌唱/何其芳	116
理想(节选)/流沙河	118
《青春万岁》序诗/王蒙	120
一月的哀思(节选)/李瑛	123
回答/北岛	127
等你,在雨中/余光中	130
一棵开花的树/席慕蓉	132
我愿意是急流/(匈牙利)裴多菲	135
前赤壁赋/[宋]苏轼	137
爱莲说/[宋]周敦颐	142
莲花和樱花(节选)/严文井	144
课不能停(节选)/刘墉	146
海燕(节选)/(苏联)高尔基	148
猴吃西瓜/佚名	151
自己救自己/佚名	154
我有一个梦想(节选)/(美)马丁·路德·金	156
最后一次的讲演/闻一多	160
话剧《茶馆》中王利发与唐铁嘴的对白/老舍	164
话剧《雷雨》第二幕(节选)/曹禺	169
话剧《恋爱中的犀牛》中马路的独白/廖一梅	177
电影《简·爱》中的人物独白(改编)	180
话剧《哈姆雷特》中哈姆雷特的内心独白(节选)/(英)莎士比亚	183
第五章 朗诵体态语运用	187
第一节 朗诵服饰语	189
第二节 朗诵身姿语	194
第三节 朗诵表情语	204
第六章 朗诵作品的选择与改编	208
第一节 朗诵作品的选择	208

第二节 朗诵作品的改编	213
第三节 新闻故事的改编	218
第七章 专业考试推荐篇目及朗诵提示	223
饮酒/[晋]陶渊明	223
江城子/[宋]苏轼	224
浪淘沙/[南唐]李煜	224
念奴娇·赤壁怀古/[宋]苏轼	225
与陈伯之书(节选)/[南朝·梁]丘迟	226
纸船——寄母亲/冰心	227
教我如何不想她/刘半农	228
黎明的通知(节选)/艾青	229
七律·长征/毛泽东	230
风流歌(节选)/纪宇	231
一片槐树叶/纪弦	232
谈心/祝相宽	233
山雀子噪醒的江南(节选)/饶庆年	234
谈生命(节选)/冰心	235
黄河号子(节选)/歌吟有梦	236
安塞腰鼓(节选)/刘成章	237
活埋(节选)/远方	238
朋友和其他/杏林子	239
梦中的哈纳斯/李鹏程	241
春夜听雨(节选)/张蜀君 丘峰	242
乌鸦与狐狸/(苏联)克雷洛夫	243
挤牛奶的姑娘/选自《伊索寓言》	244
蝙蝠/(苏联)克雷洛夫	245
一吃就饱的东西/韩雪	246
小山羊卖菜/韩雪	246
藏羚羊跪拜(改编)/王宗仁	247
一瓶水的修养/(根据新闻故事改编)	248
一只让人流泪的水缸/(根据故事改编)	249

有一种情感永不泯灭/(根据新闻故事改编)	250
让爱生爱/(根据故事改编)	251
母亲的清醒一刻/(根据故事改编)	252
便当里的头发/(根据故事改编)	253
话剧《罗密欧与朱丽叶》中罗密欧的独白	254
话剧《雷雨》中繁漪的台词/曹禺	255
电影《甲午风云》中邓世昌的台词	255
电影《安娜·卡列尼娜》中安娜的台词	256
电影《剪刀手爱德华》中爱德华的台词	257
电影《十二夜》中 Jeannie 的台词	257
电影《大腕》中演员李成儒的台词	258
电视剧《康熙王朝》中康熙的台词	260
后 记	262
参考文献	264

绪 论

中国古代诗词文赋的创作、传承、学习的语音方式，主要有唱、吟、诵、念四大类。念，就是用口语读。诵，是艺术化的念，强调清晰、准确和语气及情感。关于“朗诵”的基本解释是“大声诵读诗或散文，把作品的感情表达出来”。这里“朗”指声音清楚、响亮；“诵”指用高低抑扬的腔调念。自古以来，朗诵多指“高声吟诵、大声诵读”这种动作，如宋代陆游《浮生》诗：“横陈粝饭侧，朗诵短檠前。”《京本通俗小说·错斩崔宁》：“那同年偶翻桌上书帖，看见了这封家书，写得好笑，故意朗诵起来。”《醒世恒言·乔太守乱点鸳鸯谱》：“乔太守写毕，叫押司当堂朗诵与众人听了。”清代焦循《忆书》一：“朕一日万几，尚不忘，乃自首琅诵至末。”巴金《再访巴黎》：“有两位法国同学分别用中国话和法国话朗诵了我的文章。”在现当代，“朗诵”还表示一种文艺形式，如韩北屏《非洲夜会·举杯痛饮》：“晚会上还有朗诵和话剧，这些节目全不长。”《广播电视简明辞典》中将“朗诵”解释为：“朗诵是把文学作品内容清晰、感情丰富地表达出来的一种语言艺术活动。它以文艺性为其特征，可辅以适当的表情动作，为观众和听众进行引人入胜的表演。语言表达具有渲染、夸张的特点。”我们认为，朗诵是把书面语言转化为有声语言的再创作、再表达的艺术活动，是朗诵者用规范响亮的声音、引人入胜的技巧、大

方得体的表情动作对原作品进行艺术性的诠释与演绎。

一、朗诵特点

朗诵是一种口语表达的重要形式和传情艺术方式，主要特点有以下几个方面：

（一）创造性

朗诵虽然要依据一定的文字作品来进行，但绝不是照本宣科、见字出声，而是要对文字作品进行真正的创作，在创作的过程中又融入了自己的理解和感受。徐世荣先生曾说：“朗诵是把写作语言还原，变为口语的有声语言，补上书面语言表达不出来的语气、语调、语势、语感，抑扬顿挫，轻重缓急，使语言增加了活力，有了跳跃着的生命。”这里，至关重要的是“还原”二字，这就是朗诵的实质。“还原”是一种变化，要把无声的书面语——一个个方块字，变成有声的口头语言，而且还要“补上”书面语所表达不出来的东西，要把文本的生命显示出来，“跳跃”起来，变成更能“表情达意”的另一种形式。文字语言是不可能把作者的全部想法都表达清楚的，“言不尽意”即为此意，朗诵者要在深入理解作品的基础上将那些隐藏在文字之外的意思补充出来；同时，文字作品不可能把一句话用恰切的语气体现出来，这也要靠朗诵者运用有声语言表达技巧进行创作；另外，朗诵者的有声语言表达本身就是一种创作，动听的声音、高超的表达技巧都在一定程度上为文字作品增色，加上配乐、灯光、舞美的设计等等，使得朗诵成为一项创造性的活动。

（二）艺术性

朗诵与其他传播信息的语言表达方式有较大差别。生活中的介绍、解说、评述、论辩和新闻播音等，主要是为了阐明观点或把事情讲明白、说清楚。因此，往往用最朴实的语言表达方式来转化文字语言，字音、音长、音强、音色、语气、节奏的变化都限制在一定的幅度之内，其朴实性和真实感异常重要。而朗诵则不同，因其现场性的特点，对声音运用有特殊的要求。因为感情浓烈，所以朗诵时语气、

节奏的变化幅度相对较大；因其声音的特点，要求朗诵者通过训练增强语言的表现力和感染力等等。所有这些要求，都体现出朗诵艺术性的特点。

（三）音声性

音声主要指朗诵的声音。朗诵最重要的特点之一就是音声性。朗诵是把文学作品转化为有声语言的艺术创作。在这个过程中，不论朗诵者对文字作品思想内涵的理解如何深刻，不论他对朗诵的整体设计如何精妙，最终都主要体现在有声语言表达上。因为听众是通过朗诵者的有声语言表达来接受文字作品的思想内涵，了解朗诵者的艺术修养，欣赏文字作品的艺术魅力，在此，有声语言几乎成了朗诵艺术唯一的载体。声音虽然不是朗诵的全部，但是有其独立存在的意义，是增强朗诵艺术魅力的重要因素。因此，在朗诵的训练过程中，练声既是基础性的工作——它是进行朗诵的必要条件，也是贯穿始终的工作。

（四）规范性

规范性主要表现在朗诵所选择的文字作品和所使用的语言上。一般来说，朗诵时选择的文字作品都应是规范的，其思想内容和语言形式大都经过作者的精心思考；另外，朗诵要使用普通话。到目前为止，大家所听到的朗诵绝大多数都使用普通话，其标准的语音、规范的词汇和语法为大多数听众所熟悉，能为大众理解和接受；同时，这种规范的语音最能体现抑扬顿挫、平仄相间、富于韵律的特点，最能表现出朗诵的艺术魅力。

（五）综合性

朗诵艺术是一项综合性的艺术。它不仅要求朗诵所依据的文字作品有较高的艺术水准，要求朗诵者有对文字作品的理解力、感受力以及有声语言的表现力和感染力，还要有适当的表情和手势动作，有时还要求音乐、灯光、舞美等多种因素的完美配合。不仅要求这些因素自身的完美，还要有机配合，彼此映衬，互相促进。否则，语言与配乐的力度对比反差过大、内容与形式格调背离都会影响到朗诵作品的艺术效果。此外，朗诵者还应掌握一些心理学和传播学的知识，能够在现场有效地控制自己的身心状态，使自己传达的思想、抒发的感情

能够真正传输到受众的心中。朗诵的艺术效果是朗诵者综合素质的集中表现，因此朗诵也成为播音、编导、表演类专业考试中的重要测试项目。

二、朗诵与朗读的异同

朗诵与朗读只有一字之差，在运用上非常接近。朗诵与朗读都以口头语言为表达手段，都需要“朗声”、“高声”；二者都是以书面语言为依据，以书面语言为表达内容；二者都要求语音规范，吐字清晰，语句流畅，表达方式多样。

朗诵与朗读在实际运用过程中，却有很多差别，一定要细致分析，才能把朗诵与朗读区别开来，以便在不同的场合采用不同的表现方式。

（一）表达目的不同

朗读本质上还是一种念读，是一种应用型的朗声阅读。它更注重讲解功能。换句话说，它是附属于讲解的一种口语形式。因此朗读更注重语言的规范、语句的完整和语意的精确。即使是角色朗读，它注重的是角色“说了什么”，而不是“怎么说的”。朗读呼唤的是受众客观、理智的思考，追求的是让受众全面、准确地理解朗读者所表达的意思。

朗诵，本质上是一种语言表述的艺术表演形式。朗诵要求朗诵者在朗读的基础上更加注重对文稿的表达形式进行艺术的加工和处理。朗诵者借助于语速、停连、语调、轻重音等方面富于变化的个性表达手段，将朗诵材料转化为一种艺术表演。它呼唤的是听众的情感共鸣，追求的是使听众听之入耳、听之入心、听之动情的艺术感染力。

（二）表达文体不同

朗读的选材十分广泛，诗歌、散文、议论文、说明文以及各种文章、书信等都可以朗读；朗诵在选材上比较严格，只有文辞优美、语流畅达、音韵上口、富有表演性的作品才适合朗诵。例如一篇知识性的说明文章《景泰蓝的制作》，读者通过朗读可以获得知识信息，但是如果用来朗诵，却淡而无味，效果平平。

（三）表达方式不同

朗读对声音再现的要求接近自然化、本色化和生活化，口语形式平实自然，要求音量适中，停连适度，节奏均匀，语气运用得体，语调起伏有所控制，整体风格讲究“不火不炫、恰到好处”。朗诵对声音再现的要求则是风格化、个性化甚至可以戏剧化。朗诵要求朗诵者将自己对作品的体会，通过音量的大小、语调的高低、节奏的快慢等多方面的变化，凝结成一种独特的艺术感染力，深入并撼动听众的心灵。

（四）应用范围不同

朗读是一种教学方式或信息传播形式，主要用于课堂学习和电台、电视台播音。朗诵是一种艺术表演形式，多在舞台上或文娱活动中使用。如中央电视台的《新年诗会》，各种“朗诵会”或“朗诵表演”，一般都要准确地称为“朗诵”而不是“朗读”。

（五）语音要求不同

朗读对语音的要求非常严格，一定要在语音规范的基础上进行。如普通话测试中的朗读，目的就在于通过朗读作品测试应试者的语音面貌，对其他表现技巧要求不高。而朗诵可以在选用普通话的基础上，运用富有特色的语音技巧来渲染气氛、塑造人物。如张家声先生朗诵的《人民万岁》中，有两节采用富有毛泽东个人特色的湖南口音高呼“人民万岁”，虽然使用了方言，但作为一种特殊的艺术表现方式，对作品进行了生动的再现和创造性的发挥，产生了震撼人心的艺术效果。

（六）语言形式不同

朗读以听者全面准确理解表达内容为目的，运用普通话以“读”的方式来表达。朗诵大多采用“背诵”的方式，尽管朗诵一些篇幅较长的作品可以带文本出场，但多数部分还是以背诵为主，以语言艺术魅力和形态动作来感染听众。

（七）体态要求不同

朗读一般对朗读者的形体、态势、表情、眼神等均无明确的要求。如老师可以来回走动读着课文，播音员通常坐着播音。朗诵要求朗诵者在朗诵过程中形体、态势、表情、眼神和谐统一，相互配合，以强化朗诵语言的艺术感染力。

综上所述，朗读和朗诵，既有区别又有着密不可分的联系。朗读者所处的位置是本色化的，而朗诵者所处的位置是艺术化的。

朗读是朗诵进行艺术加工的基础，朗诵是朗读的进一步深入和艺术化的加工升华过程。

三、朗诵训练的意义

朗诵是演员、播音员、主持人或其他语言工作者的必修内容，也是专业考试中的重要科目。日常生活中，朗诵训练对一个人的口头语言表达能力提高也起着重要的作用：

（一）朗诵训练在口语表达中起承上启下的桥梁作用

朗诵训练是口语表达训练的有机组成部分，是普通话正音的继续，是说话训练的开始。在普通话中学到的声、韵、调等知识和发音训练中所学到的用气发声、共鸣控制、吐字归音等技能，能够在朗诵训练中融会贯通，得到进一步提升。朗诵训练是口语表达训练的开始，口语表达要把内部语言转换为外部有声语言，是一个复杂的心理过程。训练时，必须循序渐进，逐步提高。而朗诵是把作品的书面语言，转换为有声语言。但朗诵的这一“转换”，有现成材料，有文字依托，看得见，摸得着，便于开口。同时，朗诵中的正音辨调、表情达意及一切技能、技巧，都是口语表达的基本功。所以说，朗诵训练是口语表达训练在初级阶段最为理想的训练形式。

（二）朗诵训练是提高一个人思维能力的有效方法

思维和口语表达关系极为密切，朗诵训练可以锻炼一个人的思维能力。朗诵者从准备朗诵开始，直到有声语言的最终完成，始终保持着积极的思维状态。在分析、感受作品的过程中，语脉的发展，层次的构成，文气的贯通，对朗诵者的逻辑力、分析力、理解力、判断力等都是极好的锻炼。在朗诵过程中，作品中那些优美的情景描绘、鲜明的人物刻画、复杂的感情变幻等，对朗诵者的记忆力、想象力、鉴赏力、创造力等能力的提高都会有所帮助。

（三）朗诵训练是积累语言词汇的重要方式

朗过程，也是广泛汲取古今中外名家语言精华的过程。作品中那些准确的词语概念、精湛的句式结构、妥帖的修辞方法，总是在悄悄地丰富着朗诵者的知识宝库。朗诵者通过朗诵作品储存的大量词汇，会成为口语表达中所需要的物质材料，用时就会信手拈来。那种词不达意、半截“卡壳”的现象，就会大为减少。所以说，朗诵训练，是提高口语表达能力的有效方法。

（四）朗诵训练是提高口头语言表现力的捷径

同样的内容，由朗诵技能高超的人讲述，会生动感人，妙趣横生；由未受过朗诵训练、讲话呆板的人去说，就会使人感到枯燥乏味，索然无趣。通过学习朗诵技巧，可以借鉴朗诵当中的情景再现、内在语、对象感等内部心理状态的调节方法，更可以运用重音、停连、节奏、语气和语调等声音表现技巧，大大提高有声语言的表现力。

四、提高朗诵能力的途径

评价朗诵的优劣，往往是看朗诵者的艺术创造是否能给人一种美的享受。这样，朗诵者的文化修养、对语言文字的感悟能力、语音运用技巧、艺术表现能力就成了决定朗诵水平高低的因素。要提高朗诵能力，需要经过一个系统的学习训练过程。

首先要进行普通话正音训练。朗诵是一项口头语言的艺术，需要创造性地还原语气，使无声的书面语言变成活生生的有声语言。要使自己的朗诵优美、动听，必须使用标准的普通话进行朗诵。因为普通话是汉民族共同语，用普通话朗诵，便于不同方言区的人理解和接受。而且，朗诵作品一般都是运用现代汉民族共同语（即普通话）写成的，只有用普通话语音朗诵，才能更好地、更准确地表达作品的思想内容。另外，普通话由于自身的特点和优势，音系比较简单，音节结构形式较少，音节中元音占优势，四个声调抑扬分明且元音成分较多，音节间隔清晰，词的双音节化和轻重格式的区分，以及轻声、儿化的使用，使得有声语言表达更加准确、丰富。因此，在朗诵前必须了解普通话