



作家出版社

程砚秋自述

程砚秋 ◇ 著 丁纪红 ◇ 编

程砚秋自述

程砚秋 ◇ 著 丁纪红 ◇ 编

作家出版社

图书在版编目(CIP)数据

程砚秋自述 / 程砚秋著; 丁纪红编. — 北京: 作家出版社, 2018. 8

ISBN 978-7-5063-9499-4

I. ①程… II. ①程… ②丁… III. ①程砚秋(1904-1958)—自传 IV. ①K835.78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 112652 号

程砚秋自述

作 者: 程砚秋

编 者: 丁纪红

责任编辑: 张 平

装帧设计: 晋圣贤

出版发行: 作家出版社

社 址: 北京农展馆南里 10 号

邮 编: 100125

电话传真: 86-10-65930756 (出版发行部)

86-10-65004079 (总编室)

86-10-65015116 (邮购部)

E-mail: zuojia@zuojia.net.cn

<http://www.haozuojia.com> (作家在线)

印 刷: 北京亚通印刷有限责任公司

成品尺寸: 145×210

字 数: 143 千

印 张: 9.25

版 次: 2018 年 8 月第 1 版

印 次: 2018 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5063-9499-4

定 价: 38.00 元

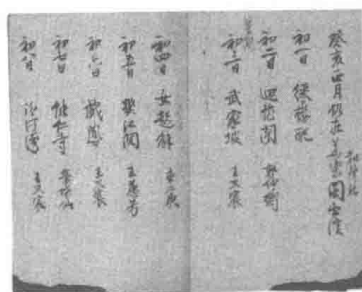
作家版图书, 版权所有, 侵权必究。

作家版图书, 印装错误可随时退换。



徐悲鸿绘程砚秋扮王宝钏像

程砚秋在和声社时期的演出日记封面



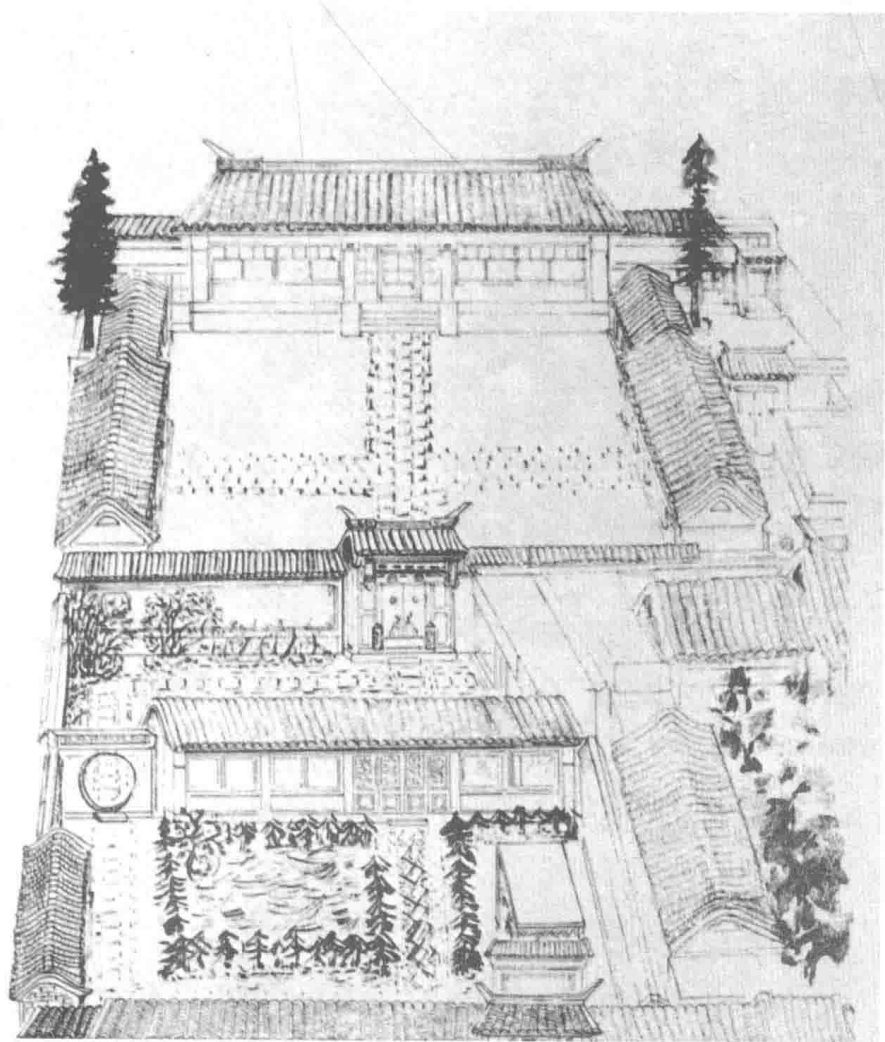
程砚秋在和声社时期的演出日记

上图：法国国家歌剧院秘书长赖鲁雅书题程砚秋旅欧纪念册
下图：德国友人书题程砚秋旅欧纪念册

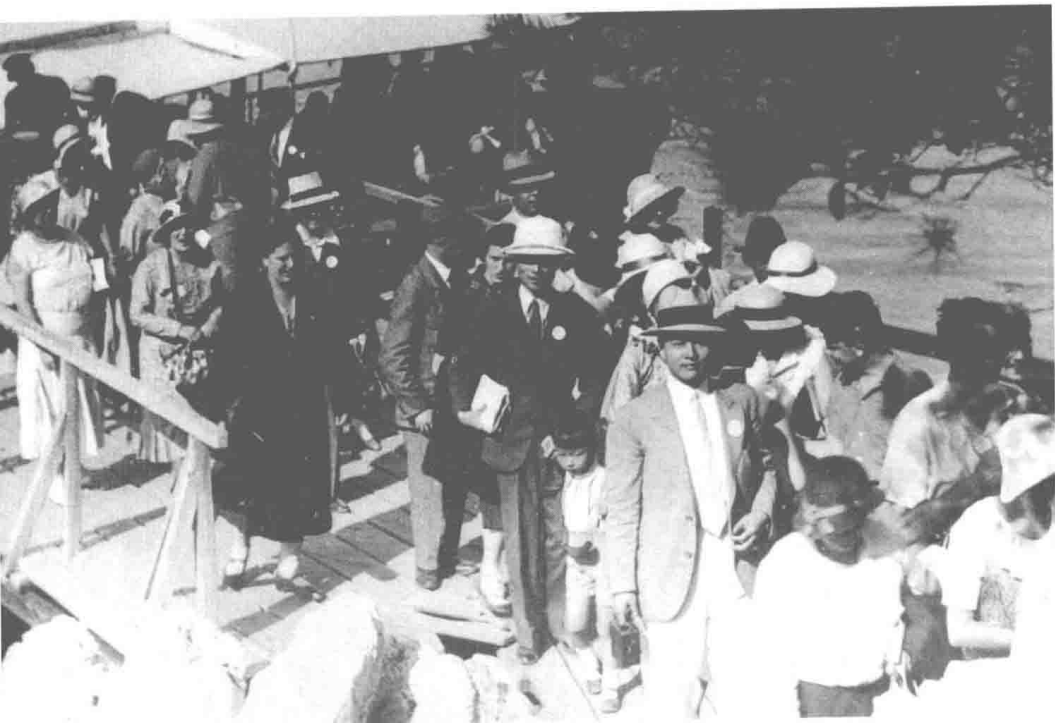


1932年，程砚秋在欧洲考察戏剧音乐时所用的纪念





程硯秋故居全貌



程砚秋在旅欧时走上码头

程硯秋專集

豐和

店商衣估裝新

號〇五一路石
號五三五四九路



黄金出版社出版的《程硯秋专集》

目 录

上篇·走过的路

我的学艺经过 / 3

我所走过的道路 / 15

我之戏剧观 / 27

检阅我自己 / 33

中篇·身上的事

与青年演员谈如何学艺 / 45

戏曲表演艺术的基础 / 67

演戏须知 / 101

略谈旦角水袖的运用 / 113

谈窦娥 / 125

丰富多彩的中国戏曲艺术 / 143

关于身上的事 / 153

戏曲名词研究 / 195

下篇·赴欧考察

赴欧考察戏曲音乐报告书 / 225

附录一：出行前致梨园公益会同人书 / 263

附录二：返国途中在邮船上的谈话 / 267

附录三：返国抵北平火车站接受记者访问 / 275

附录四：程砚秋演出剧目 / 277

上篇·走过的路



《鸳鸯冢》中饰王五姐

我的学艺经过

我三岁的时候，父亲故去了，家里的生活是每况愈下，全靠着母亲辛勤的操劳维持我们全家的生活。我六岁那年，经人介绍投入荣蝶仙先生门下学艺，写了七年的字据（字据上注明七年满期后还要帮师傅一年，这就是八年，开始这一年还不能计算在内，实际上是九年的合同）。在这几年之内，学生一切的衣食住由先生负责，唱戏收入的包银戏份则应归先生使用，这是当时戏班里收徒弟的制度。

在我投师之前，我母亲曾不断和我商量，问我愿意不愿意去？受得了受不了戏班里的苦？我想我们既不是梨园世家，人家能收咱们就不错，况且家里生活那样困难，出一个人，就减轻母亲一个负担，于是我毅然地答应了。

还记得母亲送我去的那天，她再三地嘱咐我：“说话要谨慎，不要占人家的便宜，尤其是钱财上，更不许占便宜。”这几句话，我一生都牢牢地记着，遵循着她的遗教去做！

荣先生看见我以后，认为这个小孩不错，当时就想收留我，这时我母亲就像送病人上医院动手术一样签了那张字据，从那天起，我就算正式开始拜师学艺了。

我拜师后的头一天，就开始练起功来，从基本功练起，当时先生还不能肯定将来会把我培养成一个什么样的人才。只好叫我先和一些“试班”的学生一起练练功，开始从撕腿练起。

初学戏的人练撕腿，的确是一件很痛苦的事，练习的时候，把

身子坐在地上，背靠着墙，面向外，把腿伸直撕开，磕膝盖绷平，两腿用花盆顶住，姿势摆好后，就开始耗起来。刚练习的时候，耗十分钟，将花盆向后移动，第二天就增加到十五分钟，以后递增到二十分钟、三十分钟，练到两条腿与墙一般齐，身子和腿成为一条直线才算成功。开始练的时候，把腿伸平不许弯曲，到不了几分钟腿就麻了，感到很难坚持。练撕腿的同时，还要练下腰、压腰。这种功，乍练起来也不好受，练的时候要把身子向后仰，什么时候练得手能扶着脚后跟了才算成功。练下腰最忌讳的是吃完东西练，学戏的练功，全是一清早戴着星星就得起来练，不论三伏三九全是一样。有时候早晨饿得难受，我就偷着吃点东西再练，但是一练下腰的时候，先生用手一扶，我就会把刚才吃的东西全吐出来，这样就要受到先生的责罚。先生常说：吃了东西一下腰，肠子会断的。

当我把这两项功夫练得稍稍有些功底时，先生又给我加了功，教给我练习较大的一些功夫了。练虎跳、小翻、抢背等功课。起初，一天搞得腰酸腿痛，特别是几种功课接连着练习；冬天在冰冷的土地上摔过来、翻过去，一冻就是两三个钟头，虽然练得身上发了汗，可是一停下来，简直是冷得难受极了。

将近一年的光景，一般的腰腿功差不多全练习到了，我还和武生教员丁永利先生学了一出《挑滑车》。

这时候，荣先生准备让我向旦行发展，他请来了陈桐云先生教我学花旦戏。那时候花旦戏是要有跷功的，所以先生又给我绑起跷来练习。绑上跷走路，和平常走道简直是两回事，的确有“步履维艰”的感觉。开始练的时候，每天早晨练站功五分钟、十分钟，后来时

间逐渐增加了，甚至一天也不许拿下来，练完站功后也不许摘下跷来休息，要整天绑着跷给先生家里做事，像扫地、扫院子、打水等体力劳动，并不能因为绑着跷就减少了这些活。记得那时候徐兰沅先生常去荣先生家串门，他总看见我绑跷在干活。荣先生的脾气很厉害，你干活稍微慢一些，就会挨他的打。

荣先生对我练跷功，看得非常严，他总怕我绑着跷的时候偷懒，把腿弯起来，所以他想出个绝招来，用两头都削尖了的竹筷子扎在我的膝弯（腿洼子）上，你一弯腿筷子尖就扎你一下，这一来我只好老老实实地绷直了腿，毫无办法。这虽等于受酷刑一样，可是日子长了自然也就习惯了，功夫也就出来了。

一边练习着跷功，一边和陈桐云先生学了三出戏，一出《打樱桃》，一出《打杠子》，一出《铁弓缘》。这时候荣先生又教我头本《虹霓关》中的打武把子。打武把子最讲究姿势的美，在练习的时候，就要求全身松弛，膀子抬起，这样拿着刀枪的两只手，必须手腕与肘灵活，才能显着好看。我在练习的时候因为心情紧张怕挨打，起初两只膀子总是抬不起来，为了这样的确没少挨荣先生的打。

在这一年多的学习过程里，我把一般的基本功差不多全都掌握了。花旦戏也学会了几出。这时先生虽然对我的功课还满意，但对我的嗓子有没有希望，还不能肯定。荣先生又请来陈啸云先生教了我一出《彩楼配》。那时候学戏不过是口传心授，先生怎样念，学生就跟着怎样念，先生怎样唱，学生就跟着怎样唱。日子不多，我学完一段西皮二六板后，先生给我上胡琴吊嗓子。经过这一次试验，陈先生认为我的嗓子太有希望了：唱花旦太可惜，改学青衣吧。从

此我就开始学青衣戏。先学《彩楼配》，以后又学了《宇宙锋》，后来陆续学到《别宫祭江》《祭塔》等戏。

唱青衣戏就要学习青衣的身段，先生教授的时候，只不过指出怎样站地方，扯四门、出绣房、进花园等。每日要单练习走脚步。走步法的时候，手要捂着肚子，用脚后跟压着脚尖的走势来练习，每天还要我在裆里夹着笏帚在院子里走几百次圆场，走路的时候不许笏帚掉下来，先生说练熟了自然有姿势了，将来上台演出，才能表现出青衣的稳重大方，才能使人感到美观呢！

当时我还没有能力明白这种道理，但我就感觉到一个小姐的角色总是捂着肚子出来进去的怎么能算是美呢？这种怀疑是后来经过长时间的舞台实践，才产生的。演旦角必须表现出人物“端庄流丽、刚健婀娜”的姿态。为了要表现端庄，所以先生就叫学生捂着肚子走路，实际上这又如何能表现出端庄的姿态来呢？我懂得这个道理以后，就有意识地向生活中寻找这种身段的根源；但是生活中的步法，哪能硬搬到舞台上来运用呢？这个问题一时没有得到解决。没有解决的事，在我心里总是放不下的，随时在留意、揣摩着。有一次我在前门大街看见抬轿子的，脚步走得稳极了，这一来引起了我的注意，于是我就追上去，注意看着抬轿子人的步伐，一直跟了几里地，看见人家走得又平又稳又准，脚步丝毫不乱，好看极了。我发现这个新事之后，就去告诉王瑶卿先生。王先生告诉我，练这种平稳的碎步可不容易了，过去北京抬杠的练碎步，拿一碗水顶在头上，练到走起步来水不洒才算成功。我听到这种练法之后，就照这样开始去练习，最初总练不好，反使腰腿酸痛得厉害，这样并没把我练灰了心，

还是不间断地练习，慢慢地找着点门道了。同时我还发现了一个窍门，那就是要走这样的碎步，必须两肩松下来，要腰直顶平，这样走起来才能又美又稳又灵活。从此，我上台再不捂着肚子死板板地走了。后来我在新排的《梨花记》戏里表现一个大家小姐的出场时，就第一次使用上去，走起路来又端庄、又严肃、又大方、又流丽，很受观众的称赞。

从我改学青衣戏以后，练跷的功课算是停止了，但是加上了喊嗓子的功课，每天天不亮就要到陶然亭去喊嗓子去，回来后接着还是练基本功，下腰、撕腿、抢背、小翻、虎跳等。一个整上午不停息地练习着。

以后，又学会《宇宙锋》。有一天我正练完早晨的功课，荣先生请赵砚奎先生拉胡琴给我调调《宇宙锋》的唱腔，他是按老方法拉，我没有听见，怎么也张不开嘴唱，因为这件事，荣先生狠狠地打了我一顿板子。因为刚练完撕腿，血还没有换过来，忽然挨打，血全聚在腿腕子上了。腿痛了好多日子，直到今天我的腿上还留下创伤呢！由此也可以看出旧戏班的学戏方法，忽然练功，忽然挨打，的确是不好和不科学的。

十三岁到十四岁这一年中，我就正式参加营业戏的演出了。当时余叔岩先生的嗓子坏了，他和许多位票友老生、小生在浙慈会馆以走票形式每日演出，我就以借台学艺的身份参加了他们的演出。这一阶段得到不少舞台实践的经验。

我十五岁的时候，嗓子好极了，当时芙蓉草正在丹桂茶园演戏，