

朗诵·主持·演讲

林胡
素
韵敏
编
著

湖南师范大学出版社

朗诵 主持 演讲

胡敏 林素韵 编著

责任编辑：廖欢 玉波

湖南师范大学出版社出版发行

(长沙市岳麓山)

湖南省新华书店经销 长沙市华中印刷厂印刷

850×1168 32开 15印张 377千字

1997年第10月第1版

1998年5月第1次修订 1999年7月第4次印刷

印数：20201—30250册

ISBN7—81031—561—7/G·232

定价：15.00元

目 录

第一编 技 巧

第一章 语言表达技巧.....	(2)
第一节 停 顿.....	(2)
一 停顿的概念和作用.....	(2)
二 停顿的种类.....	(3)
三 停顿的方式	(11)
第二节 重 音	(13)
一 重音的涵义	(13)
二 重音的确定	(13)
三 重音的种类	(14)
四 重音的表达	(22)
五 重音的协调性	(27)
第三节 语 调	(28)
一 语调的涵义	(28)
二 语气与语调	(29)
三 语调的基本类型	(30)
第四节 节 奏	(36)
一 节奏的构成与作用	(36)

二 节奏的种类	(36)
三 节奏的转换	(39)
四 节奏的转换方法	(41)
五 节奏与基调	(41)
六 节奏与速度	(41)
第五节 特殊表现技巧	(43)
一 气音	(44)
二 抽气	(44)
三 喷口	(45)
四 托气	(46)
五 笑语	(46)
六 颤音	(47)
七 模拟	(48)
第二章 情感表达技巧	(50)
第一节 抒发真情实感	(50)
一 情感的概念和作用	(50)
二 情感表现的特点	(51)
第二节 面部表情和眼神传情	(53)
一 面部表情	(53)
二 眼神传情	(54)
第三节 情感的培养	(57)
一 情感体验要丰富深刻	(57)
二 对作者作品要了如指掌	(59)
三 情感经验要不断再现	(60)
第三章 体态表达技巧	(62)
第一节 体态表达的概念和作用	(62)
一 体态表达的概念	(62)
二 体态表达的作用	(63)

第二节 体态表情	(64)
一 头部	(64)
二 身部	(64)
三 脚部	(65)
第三节 手势运用	(65)
一 手势的概念和作用	(65)
二 手势的类型	(66)
三 手势的活动区间及其涵义	(68)
四 手势的单式与复式	(69)
五 手势的具体运用	(69)
六 手势运用的原则	(72)

第二编 朗 诵

第四章 朗诵前提	(75)
第一节 深入理解作品	(75)
一 理解的涵义	(75)
二 深入理解作品	(76)
第二节 展开丰富想象	(81)
一 想象的概念和特点	(81)
二 联想的方式	(82)
第五章 诗歌朗诵	(86)
第一节 诗歌的概念和特点	(86)
一 诗歌的概念	(86)
二 诗歌的特点	(87)
第二节 诗歌朗诵的要求	(87)
一 抒发强烈的感情	(87)
二 进入全诗的意境	(92)

三 发掘丰富的内涵	(94)
四 表现优美的韵律	(97)
五 突出明快的节奏	(98)
第三节 格律诗的朗诵	(98)
第四节 自由诗的朗诵	(100)
第六章 散文朗诵	(107)
第一节 掘“意”	(107)
第二节 缀“珠”	(110)
一 以典型事物为线索贯穿全文	(111)
二 以一种激情为依托串缀全文	(114)
三 以寓意深邃的话语统领全文	(114)
第七章 小说朗诵	(126)
第一节 生动描绘人物	(126)
一 描绘肖像要显示特点	(126)
二 描绘语言要声口逼真	(128)
三 描绘动作要富于动感	(135)
四 描绘心理活动要重入轻出	(137)
第二节 鲜明描绘景物	(141)
一 社会环境的描绘要浓淡结合	(141)
二 自然环境的描绘要情景交融	(142)
三 空间场面的描绘要形神兼备	(144)
第三节 层层推进情节	(145)
一 思想感情的变化要把握好	(146)
二 叙述顺序的“接口”要衔接好	(147)
三 声音与技巧的变化要设计好	(149)

第三编 主 持

第八章 主持人节目播音·····	(168)
第一节 主持人节目的形式与要素·····	(168)
一 主持人节目的“三形式”·····	(168)
二 主持人节目的“三要素”·····	(170)
第二节 主持人节目播音的基本要求·····	(171)
一 口语化·····	(172)
二 大众化·····	(173)
三 个性化·····	(174)
四 谈话式·····	(176)
第三节 节目主持人与播音员的不等式·····	(177)
一 各自身份不同·····	(177)
二 听众对象有别·····	(177)
三 稿件来源存异·····	(178)
四 节目亲疏不等·····	(179)
第四节 节目主持人的必备素养·····	(179)
一 通才的料子·····	(179)
二 非凡的能力·····	(180)
三 优美的语言·····	(185)
四 渊博的学识·····	(185)
第九章 几类节目的主持人·····	(187)
第一节 直播综合节目的主持人·····	(187)
一 善施展口才·····	(188)
二 会即兴讲话·····	(189)
三 懂点音乐·····	(189)
四 长于表演·····	(190)

五 能说相声·····	(190)
六 乐猜谜语·····	(191)
七 喜评电影·····	(191)
八 爱讲故事·····	(192)
第二节 文艺广播节目的主持人·····	(192)
一 了解文艺广播的特点·····	(193)
二 熟悉文艺作品的个性·····	(193)
三 达到内容形式的统一·····	(193)
四 选准语言交流的基调·····	(194)
五 掌握语言多寡的分寸·····	(195)
六 坚持因材施教播的原则·····	(195)
第三节 文艺晚会的主持人·····	(196)
一 节日文艺晚会的主持·····	(196)
二 自娱自乐文艺晚会的主持·····	(196)
第四节 演讲会的主持人·····	(197)
一 演讲前的周密准备·····	(197)
二 演讲中的组织管理·····	(198)
三 演讲后的评论小结·····	(200)
第五节 联欢会的主持人·····	(200)
一 调动一切积极因素·····	(201)
二 精心设计节目衔接·····	(202)
三 巧语活跃全场气氛·····	(202)
第六节 婚礼的主持人·····	(203)
一 在“时间和地点”上做文章·····	(203)
二 在“新郎新娘身份”上做文章·····	(204)
三 在“新郎新娘喝交杯酒”上做文章·····	(204)
四 在“新郎新娘行新婚礼”上做文章·····	(205)
五 在“新郎新娘互赠礼物”上做文章·····	(205)

六	在“新郎新娘讲话”上做文章·····	(205)
七	在参加婚礼的来宾身上做文章·····	(206)
第十章	名家的节目主持艺术·····	(208)
第一节	赵忠祥的节目主持艺术·····	(208)
一	解说“动物世界”，把人们带进奇妙的大自然·····	(208)
二	主持“正大综艺”，把人们带进知识的大海洋·····	(210)
第二节	杨澜的节目主持艺术·····	(212)
一	突出个性的主持人形象·····	(212)
二	不落俗套的主持人技巧·····	(213)
三	快人快语的主持人风格·····	(214)
第三节	倪萍的节目主持艺术·····	(215)
一	从“非我”到“自我”的逾越·····	(215)
二	从“对白”到“交流”的转化·····	(216)
三	从“独秀”到“群芳”的设计·····	(217)
第四节	陈铎的节目主持艺术·····	(219)
一	两部“话说”开新河·····	(219)
二	“闯”出艺术新门道·····	(220)
三	“模式超越”话风格·····	(222)
第五节	鞠萍的节目主持艺术·····	(223)
一	不同凡响的反响·····	(223)
二	鞠萍模式的精华·····	(224)
三	教育为本的艺术·····	(225)
第六节	宋世雄的节目主持艺术·····	(228)
一	激奋的民族豪情·····	(229)
二	高超的语言艺术·····	(230)
三	有名的无名英雄·····	(233)

第四编 演 讲

第十一章 演讲的登台和开场·····	(236)
第一节 演讲的特征和作用·····	(236)
一 演讲的特征·····	(236)
二 演讲的作用·····	(237)
第二节 登台和开场的艺术·····	(237)
一 演讲的登台艺术·····	(237)
二 演讲的开场艺术·····	(238)
三 开场的方式·····	(238)
第十二章 演讲的展开和人戏·····	(249)
第一节 展开入戏的意义和方法·····	(249)
一 展开入戏的意义·····	(249)
二 展开入戏的方法·····	(250)
第二节 控场与应变·····	(276)
一 控场的涵义和要求·····	(276)
二 应变的涵义和方法·····	(278)
三 提高应变能力和增强自信心·····	(281)
第十三章 演讲的结尾和收场·····	(282)
第一节 结尾的方式·····	(282)
一 总结概括式·····	(283)
二 鼓舞号召式·····	(283)
三 名言哲理式·····	(285)
四 含蓄幽默式·····	(286)
五 诚挚赞颂式·····	(286)
六 提问思考式·····	(287)
七 层层推进式·····	(288)

八 点明主题式·····	(289)
第二节 收场的禁忌·····	(289)
一 忌拖沓冗长·····	(289)
二 忌节外生枝·····	(290)
三 忌缺乏激情·····	(290)
四 忌鲁莽偏颇·····	(290)
五 忌陈言俗套·····	(290)

第五编 训 练

一 朗诵训练·····	(297)
(一) 诗歌训练·····	(297)
(二) 小说训练·····	(313)
(三) 散文训练·····	(321)
(四) 寓言训练·····	(329)
二 主持辞训练·····	(335)
三 演讲辞训练·····	(341)
四 戏剧训练·····	(359)
五 电影对白训练·····	(404)
六 普通话语音训练·····	(433)

主要参考书目·····	(463)
作者介绍·····	(464)

前 言

这是一本理论与实践紧密结合的语言艺术专著。主要传授朗诵、主持、演讲等方面的技能技巧和方式方法。

朗诵，是以语言的表达为其主要表现手段的艺术。人们可以通过朗诵这种形式，去领悟作品的思想内涵，去强化语言的感情色彩，去感受人生的喜怒哀乐，去陶冶听众的道德情操。朗诵，不仅是对文学作品思想内容的再升华，同时也是对语言艺术的再创造；不仅能沟通千百万人的心灵，同时也能把亿万群众的心声汇成一股感情的巨流。因而，它具有有一种特殊的吸引力、感召力和鼓动力。特别是诗的朗诵，犹如战斗的号角，激起人们热血沸腾，勇往直前。呼唤人们去战斗，去开拓，去拼搏。

主持，一个当代流行的热门词。80年代初期，主持人节目泛起微波；中叶，飘起浪花；后期，卷起巨澜！进入90年代，主持人节目——节目主持人，已是层出不穷，风起云涌。反映政治、经济、文化、教育、军事、体育、外交、人文、地理、科学、技术、文学、艺术等领域的广播、电视节目，都设有专题、专栏和专职节目主持人。近年来，一代主持名人赵忠祥、宋世雄、陈铎、倪萍、杨澜、鞠萍等等，相继成为家喻户晓、妇孺皆知的人物。这标志着中华民族的文化艺术和语言艺术已跨入了一个崭新时代。

演讲，是人类较高级较完美的口语表达形式，是科学，又是艺术。演讲学是一门边缘学科，是多门学科之结晶。

演讲的兴起，是中华振兴的一大标志。中国几代伟人在国际政坛上，发表慷慨激昂的演讲，阐明东亚之崛起，东方之文明，民族之强盛，祖国之繁荣。

党的十一届三中全会以来，我国社会主义精神文明和物质文明建设取得了巨大成绩，人们的世界观、人生观、价值观发生了根本的变化。用什么手段来展示改革开放的成果，演讲便成为了很好的方式。于是，猎取演讲知识，掌握演讲技巧，提高演讲能力，便成为广大政治工作者、经济工作者、文化工作者、教育工作者的深深渴望和孜孜追求。目前，演讲社团如雨后春笋，演讲活动在全国各地方兴未艾，此起彼伏。

本书就是为培养广大读者的朗诵、主持、演讲语言艺术能力而编写的专门著作。它集作者40年之实践经验，用丝丝感受、点点心血和滴滴汗水制作而成，作为对祖国48周岁生日和欢庆香港回归、迎接党的十五大召开的特别献礼！

本书撰写过程中，曾参阅有关著作和资料。在此，向作者表示衷心的感谢。

分地传情达意。正如 19 世纪英国著名作家、思想家卡莱尔所说：“沉默（即适当的停顿）与语言相配合，能创造出双重的意境。”马克·吐温是这样评价停顿的：“恰如其分的停顿经常产生非凡的效果，这是语言本身难以达到的。”英国著名的悲剧演员卡里克指出：“顿歇或沉默是演员表演的秘诀，顿歇的作用是绝妙的。”温斯顿·丘吉尔是善于运用停顿的著名演说家。他曾这样说：“我故意作一下停顿，让议员们充分地理解和吸收，我和听众都得到了喘息的机会。”可见停顿可以使有声语言语清意明；还能调节节奏，创造出从容不迫、紧张急切、热烈欢快等多种情势。概括起来，停顿的作用是：

1. 利用停顿，平静听众，可提高开场白的吸引力；
2. 利用停顿，控制呼吸，利于喘息与换气；
3. 利用停顿，区分语法关系，可显示结构层次；
4. 利用停顿，突出重点，可提高提问的力量；
5. 利用停顿，调节旋律，可产生节奏感；
6. 利用停顿，造成悬念，可给听众考虑的时间；
7. 利用停顿，增强幽默感，可吸引听众的注意力；
8. 利用停顿结尾，可使结论更富有戏剧性。

二、停顿的种类

停顿一般分为结构停顿、逻辑停顿、感情停顿三种。

（一）结构停顿

按照篇章和句子的语言结构来处理的停顿叫结构停顿。如：
夜幕∧开始降下来。（主谓间停顿）

冬天∧过去了，微风∧悄悄地送来了春天。（主谓间停顿）

这正是我们党∧在决定国家命运的△重要关头△所采取的△唯一正确的△方针，所表现的△大公无私的态度。毛主席亲自去重庆，∧更是为国家民族△而置个人安危△于度外的△大义大勇

的行为，单是这一点，已经是可以△昭革命之大信△于天下了。
(主谓间停顿)

我们必须强调∧学习马克思主义理论的极端重要性。(动宾间停顿)

一群青年人的肩膀△紧靠着一个∧壮年人的肩膀。看，多少双手，久久地拉着∧这双手……(动宾间停顿)

这是我们党历史上∧召开的一次∧具有伟大历史意义的会议。(修饰语与中心词间的停顿)

难道他们不想将母亲从敌人手里救出来，∧把母亲也装饰起来，∧成为世界上∧一个最出色∧最美丽∧最令人尊敬的母亲吗？(修饰语与中心词间的停顿)

……总工会一声号令，全线的工人都罢工了，江岸一万多工人都上大街游行啊！∧就在那天晚上，天也是这么黑，也是这么冷……(表语意转折的地方需停顿)

清早出发的时候，天气晴朗暖和∧没想到中午突然刮起了暴风，下起了大雪，气温急剧下降。(表语意转折的地方需停顿)

我常想：杨柳∧婀娜多姿，可谓妩媚极了；桃李∧绚丽多彩，可谓鲜艳极了。但它们△只给人一种△外表好看的印象，不能给人以力量。(某些关键性词语处可适当停顿)

春天∧像刚落地的娃娃，从头到脚都是新的，它△生长着。

春天∧像小姑娘，花枝招展的，笑着，走着。

春天∧像健壮的青年，有铁一般的胳膊和腰脚，领着我们△上前去。(某些关键性词语处可适当停顿)

这些石狮子，有的∧母子相抱，有的∧交头接耳，有的∧倾听水声，千姿百态，维妙维肖。(某些关键性词语处可适当停顿)

回想 70 年前，一个四季反差非常明显的辽阔中国，竟然春天∧没有鲜花，夏天∧没有温暖，秋天∧没有果实，冬天∧没有

美酒。960万平方公里的土地上，到处伤痕累累，泪珠串串，血迹斑斑。（某些关键性词语处可适当停顿）

黑暗的旧中国，地[△]是黑沉沉的地，天[△]是黑沉沉的天。灾难深重的人民哪，你身上[△]戴着沉重的锁链，头上[△]压着三座大山。（某些关键性词语处可适当停顿）

但是，人民[△]是杀不绝的，革命[△]是扑不灭的，共产党人[△]是吓不倒的！（某些关键性词语处可适当停顿）

这是一盏普通的灯吗？不，它点燃的是[△]周总理毕生的心血呀，是[△]敬爱的周总理的红心在闪耀。（“是”“有”后面字数多要停顿，字数少，可停可不停）

讲课的[△]是会计系廖老师。（“的”字结构作主语，要停顿；作定语时，中心语较长要停顿，中心语短不停，表强调要停）

标点符号停顿处理：

顿号＜逗号＜分号、冒号＜句号（包括问号、感叹号、破折号、省略号）＜段落间。

（二）逻辑停顿

为了强调某一事物，突出某种语意，激发听众对这件事的注意和期待，增强表达效果所作的停顿叫逻辑停顿。它的停顿时间往往比语法结构停顿要长。逻辑停顿能使语言目的明确，表意充分。逻辑停顿分前停、后停、前后皆停三种。

1. 前停

强调和突出后面的语意。如：

只见灵车去，不见总理[△]归。（强调“归”，突出亿万人民对总理的无限思念和悼念之情）

敌人围困万千重，我自岿然[△]不动。（强调“不动”，突出红军的高大英雄形象和不可撼动的巨大力量）

俱往矣，数风流人物，还看[△]今朝。（强调“今朝”，是说那些显赫一时的人物随着历史的过去都已过去了，而能担当起中国

革命和世界革命重担的真正的英雄，要数伟大的无产阶级及其代表人物，绝不是那些帝王将相)

和^人你一样，我也拥有青春，我也会让我的青春无愧于^人党，无愧于^人这个时代!

要知道，这么多年来，是党的历史^人启迪了我，党的胆略^人震撼着我，是党的坦诚^人教育了我，党的伟大^人鼓舞着我。

一份脚踏实地的充实感让我满足，我的世界也是同样地^人很美^人很美。

一道闪电划过我思索的头，我的心飞向^人老山，飞向^人南疆，战士，战士才堪称风流的^人魁首!今天，我们要替战士，唱一曲^人血染的风流!

是^人你们，写下了^人最美的诗；是^人你们，扣出了^人最好的球；是^人你们，在酿造生活的^人美酒；是^人你们，保卫着真正的^人风流!

大地的卫士，你们比大地^人还富有；风流的屏障，你们比风流^人更风流!

人民作证：关于理想，关于追求，你们的理想比现实^人高上一筹!历史作证：关于献身，关于风流，你们给中国青年带了个^人好头!

今天，——1991年7月1日，这是一个多么光辉的日子，^人神圣的日子，^人难忘的日子啊!因为，她是我们伟大的党诞生70周年纪念日!

2. 后停

强调和突出前面的语意。如：

世间一切事物中，^人是第一个可宝贵的。(强调“人”)

森林爷爷的脚伸在很深很深的泥土里，任凭风魔王怎么摇，他还是^人稳稳地站着。(强调“还是”，突出森林爷爷坚定不移、力不可摧的气概)