



新编
播音员主持人
训练手册

绕口令

TONGUE [第3版]
TWISTER

张 慧 ◎ 编著

精选经典篇目
突出训练重点
训练语言基本功
提升语言表现力

中国传媒大学 出版社

新编
播音员主持人
训练手册

绕口令

TONGUE [第3版]
TWISTER

[DI-SAN BAN]

张慧 ◎ 编著

传媒大学 出版社

· 北京 ·

图书在版编目(CIP)数据

绕口令/张慧编著. —3 版. —北京:中国传媒大学出版社, 2018. 12
(新编播音员主持人训练手册)

ISBN 978-7-5657-1444-3

I. ①绕… II. ①张… III. ①绕口令—手册

IV. ①H019-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 182583 号

绕口令(第3版)

RAOKOULING(DI-SAN BAN)

编 著 张 慧
策划编辑 赵 欣
责任编辑 赵 欣 张 笛
特约编辑 高卓毓
责任印制 曹 辉
封面设计 拓美设计

出版发行 中国传媒大学出版社
社 址 北京市朝阳区定福庄东街1号 邮编:100024
电 话 86-10-65450528 65450532 传真:65779405
网 址 <http://www.cucp.com.cn>
经 销 全国新华书店

印 刷 北京中科印刷有限公司
开 本 880mm×1230mm 1/32
印 张 9.5
字 数 222 千字
版 次 2018 年 12 月第 3 版
印 次 2018 年 12 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5657-1444-3/H·1444
定 价 32.00 元

版权所有

翻印必究

印装错误

负责调换

第3版修订说明

本书第1版于1996年出版,第2版于2005年出版。此书出版发行后,受到广大读者的喜爱和好评。十几年过去了,我认为有必要将近几年在播音主持教学中运用绕口令进行语言训练、纠正语音问题的新思考加入书中。另外,我发现,人们普遍存在的部分语音问题,前两版中缺少有针对性的训练段子,所以我希望把近几年所创作的针对性强、使用效果好的几十则绕口令加入书中。因此,我对本书再次进行了修订。

本书遵循循序渐进的原则,从声母、韵母、声调,到语音变、吐字归音、用气发声,思路清晰,编排合理,内容丰富,实用性强。

本书是播音主持、戏剧影视表演、声乐、曲艺等相关专业人员进行语言基本功训练的基础教材,也是宣传工作者、发言人、教师、法官、律师、导游、公关人员……等依靠有声语言进行工作的职业人员改善语言面貌、提高语言能力的训练教材,还是语言艺术爱好者进行语言训练的学习用书,更是广大青少年进行早期语言开发、方言区的朋友学习普通话的参考用书。此外,多练绕口令还有助于语言障碍人士打开心智、学习会话,有助于老年人克服老年智障、保持语言交流

能力。

与前两版相比,本书在前言中比较详尽地介绍了绕口令的起源、发展和作用。增加了绕口令练习提示。全书共500余则绕口令,比第2版增加100余则。其中,作者原创绕口令有100余则。本书还附有曲艺节目中的绕口令和方言绕口令。通过作者的精心编写和责任编辑的细致编校,本书行文更加流畅,版式更加清晰,内容更加充实,是一本非常实用的富有趣味性的语言训练小册子。

张慧

2018年12月12日

前 言

什么是绕口令？绕口令又叫拗口令、急口令，是一种广泛流传于民间的传统语言游戏。绕口令通常合辙押韵，说起来拗口，但正因为拗口，就变成非常有趣的语言段子。由于绕口令有自己独特的语言功能、字词搭配技巧和审美价值，从而赢得了大家的喜爱，逐渐成为一种文学样式。古今中外，无论文人墨客还是平民百姓，都喜欢绕口令。一般人把说绕口令当成语言游戏，曲艺演员常把说绕口令作为基本功训练的手段。其他艺术语言工作者，如播音员、主持人、话剧演员、影视剧演员、歌唱演员、讲解员、教师等，也常把说绕口令作为语言训练手段。

“绕嘴、快说”是绕口令的关键要素。人们在长期运用有声语言的实践活动中发现，有些语音元素凑到一起，说起话来就特别绕嘴，或者叫特别“绊嘴”。尤其在说得快的时候，一不注意打个结巴，得重说一遍。有时来回重复几遍也说不顺溜，不是说走音了，就是一下绊那儿了。这在随意场合、一般语境下，众人一笑也就过去了；但若在庄重、严肃的正式场合，可能会产生不好的影响。在人们长期的有声语言实践活动中，大家更多、更普遍地还是从快说、绕口现象中发现了绕口的趣味性。人们根据汉语语音的特点，有意把绕口的语音

元素编到一个小段子中,交叉着说、对比着说、反复地说;把同一个字、同一个词、同一个短语与发音相近的字、词、短语交叉说、对比说、反复说、掺杂着声调变化变换着说,有意提高绕口的难度,同时还要求说得快、说得顺,一气呵成,这样的挑战更激发了人们的兴趣。大家说着玩儿、比着说,顺顺溜溜绕过去了会有得胜者的喜悦,绕不出来的也在绕的过程中感到一份努力的快乐。因为绕口令有意思,所以一些优秀的绕口令长期流传于民间,还演绎出相声绕口令、快板绕口令、西河大鼓绕口令、河南坠子绕口令等多种艺术形式。

关于我国绕口令的产生,有研究说,根据有文字可考的记载,“可间接地追溯到5000多年前的黄帝时代。古籍中侥幸保存下来的《弹歌》‘断竹,续竹,飞土’,相传为黄帝时期所作。”这段近乎原始形态的歌谣,已经有了绕口令的基本特征。由此推想,很可能在文字出现以前,绕口令就已经在人民群众中口头传播了。

我国汉民族使用语言文字的历史很长,探索认识汉语言文字的历史也很长。以汉语语音研究为例,古代没有拼音。后来使用反切,就是用两个较常见的字,取第一个字的声母和第二个字的韵母,拼合起来就是这个字的字音,如“悍”(荷岸切)。明朝,西方传教士曾用拉丁字母拼写汉语,这是中国最早的拉丁字母拼音。明末清初,出现了用简单的古字表示汉语语音的拼音方式,以统一规范汉字读音。民国时期,1913年由中国读音统一会制定,1918年由北洋政府教育部发布的39个注音字母,即ㄚ、ㄛ、ㄜ、ㄝ、ㄝ、ㄞ、ㄟ、ㄠ、ㄡ、ㄢ、ㄣ、ㄤ、ㄥ……,就是这个注音系统的集中表现。中华人民共和国成立初期,我们沿用这套拼音方法为汉字注音。至今,《新华字典》中仍然保留着

这种注音方式。从中华人民共和国成立起,我国出现了拉丁字母的拼音化运动。1957年10月,汉语拼音方案委员会提出采用拉丁字母的修正草案,也就是今天的汉语拼音方案。1958年2月11日,全国人民代表大会批准公布了《汉语拼音方案》。这个《汉语拼音方案》不仅有利于我们更准确、科学地为汉字注音,推广普通话,还有利于科学地研究汉语,特别是有利于科学地认识汉语音节结构,反映汉语发音规律以及各种语言现象、文学创作规律。在这里我们为什么花篇幅介绍汉语拼音的发展历程,目的是让大家更清楚地认识到在汉语语音研究还处于模糊状态时,广大民众、民间艺人已经在自己的语言实践中积累了丰富的语音知识,摸索出了汉语声、韵、调等一些基本规律,并巧妙运用这些规律创作出了大量优秀的绕口令作品。这是一笔弥足珍贵的文化遗产。

绕口令是一种文化现象,但一段段绕口令的创作和流传与文化水平高低没有必然联系。只要会说话,人人都可以上嘴绕着说,只要用心,人人都可以编一段绕口令。像“打南边来了个白胡子老头儿,手里拄着倍儿白倍儿白的白拐棒棍儿”“门口吊刀,刀倒吊着”“红鲤鱼绿鲤鱼与驴”等,都是民间艺人、平民百姓创作的优秀绕口令小段,内容通俗易懂、绕口技巧娴熟且精于变化。古代文人雅士、近代学者墨客们也有一些绕口令或类似绕口令的作品传世。他们的文化积淀丰富、文学修养深厚,他们掌握了大量的词汇及汉语重声、叠韵等语言使用规律。这里,请大家欣赏几段他们的宝贵留存。

首先看唐代诗人温庭筠在1000多年前所作的古诗《李先生别墅望僧舍宝刹,因作双韵声》:

栖息消心象，檐楹溢艳阳。帘栊兰露落，邻里柳林凉。

高阁过空谷，孤竿隔古冈。潭庐同淡荡，仿佛复芬芳。

温庭筠是晚唐著名诗人、词人。其作品注重诗词的文采和意境。这首诗明显不同于他的其他诗词作品，其显著特点就是强调用字的同声叠韵。正因为读起来绕口、困难，才使人体会到这段文字的趣味性和作者的文学才华。

再介绍一个宋代大文学家苏轼作“吃语诗”的小故事。据明朝冯梦龙在《古今谭概·文戏部》中的记载，苏轼流寓湖北武昌时，有一位姓王的朋友说话结巴，苏轼就写了首“吃语诗”叫他读，以矫正他的口吃。”全诗如下：

江干高居坚关扃，犍耕躬驾角挂经。

孤航系舸菰茭隔，笳鼓过军鸡狗惊。

解襟顾景各箕踞，击剑高歌几举觥。

荆筲供脍愧搅聒，干锅更戛甘瓜羹。

苏轼借这首“吃语诗”，在密集的同声叠韵字造成绕口的语言游戏中，促使朋友练习口齿。另外据孔凡礼先生点校中华书局版《苏轼诗集》三十九卷还提到苏轼有一首奇诗，题为《戏和正辅一字韵》。全诗如下：

故居剑阁隔锦官，柑果姜蕨交荆菅。

奇孤甘挂汲古绠，饶饒敢揭钩金竿。

己归耕稼供藁秸，公贵干蛊高巾冠。

改更句格各褻吃，姑因狡獪加间关。

苏轼这首诗也称“一字诗”，从题目即可知道这是一首文人的文字游戏之作；若再上口读一下就会发现，这首诗重点不在内容、意境、文采，全诗特点在于绝大部分字用的是同一声母的字，压的又是同一个韵，即宋代时旧称的一个“字母”，

由同一个字母的字写成的诗就叫“一字诗”。但宋代三十六个字母的发音和现在的汉语普通话语音有明显区别，宋代字母发音接近现代的粤语，苏轼以上两首诗若用粤语来读更能体现“吃语诗”“一字诗”声韵运用的巧妙的特点，读起来绕口的效果特别好。这是否可以称为一首出自大文学家之手的绕口令呢？

另外，明代万历年间，有个叫谢肇淛的人，是当时的一位民俗家，他有一位口吃的县令朋友即将转任。谢肇淛与另一位朋友徐兴公前去送行，即兴写了一首五绝赠别：

绿柳龙楼老，林萝岭路凉。露来莲漏冷，两泪落刘郎。

黎岭连连路，兰陵累累楼。流离怜冷落，郎辇懒来留。

在一旁的徐兴公也乘兴和上一首：

留恋兰陵令，淋漓雨泪流。岭萝凉弄濑，路柳绿连楼。

这么绕口的同声五绝，这位口吃的县令一首也未能顺畅地念完，匆匆拱手告别，把这两首诗带到新的任所去慢慢诵习了。

明代诗人高启还作过一首叠韵《吴宫词》，押真韵。全诗如下：

筵前怜婵娟，醉媚睡翠被。精兵惊升城，弃避愧坠泪。

元代诗人王寂的诗《送王平仲》，其特色也在叠韵造成的拗口。全诗如下：

放浪曩肮脏，囊装将长扬。偃蹇晚倦献，徜徉藏光芒。

著雨苦齟齬，苍茫荒羊肠。黯惨仄渐险，彷徨伤王阳。

再看几首我国近代史上在语言学、哲学、音乐等方面皆有极高造诣的大学者，中国语言学的开拓者赵元任先生写的三首别具一格的“单音文”。先看他最著名的“单音文”《施氏

食狮史》。全文只用同声同韵的“shi”音字来完成。全文如下：

石室诗士施氏，嗜狮，誓食十狮。施氏时时适市视狮。十时，适十狮适市。是时，适施氏适市。施氏视是十狮，恃矢势，使是十狮逝世。氏拾是十狮尸，适石室。石室湿，氏使侍拭石室。石室拭，氏始试食是十狮尸。食时，始识是十狮尸，实十石狮尸。试释是事。

译成现代文大概是这样的：

有一个住在石头房子里姓施的诗人，喜欢吃狮子。他发誓要吃十只狮子，于是经常跑到集市上去看有无狮子。这一天十点钟，集市上来了十只狮子。这姓施的诗人碰巧就在集市上，他看见了这十只狮子。于是张弓用箭射死了这十只狮子。他把这十只狮子的尸体搬回他居住的石头房子。这石头房子有点湿，他便叫仆人把石头房子拭干。石头房子拭干了，他开始准备吃这十只狮子的尸体。等到开始吃时，才发现这十只狮子乃是十只石头狮子。你来说说这是怎么回事。

像这样的诗，恐怕只有用汉字才能表现得这样精彩，足见汉语的魅力。综观以上文人学者几段绕口的诗文，从形式上看，几乎都是咬文嚼字的文字游戏，书卷气十足，语言晦涩难懂。写出来需要才气，读起来非常吃力，听起来无比费力。文人学者茶余饭后的这些文字游戏，尽管也非常注重文字绕口，但作为绕口的语言游戏，它不及民间绕口令上口、好听、好懂、好记。由于它内容上、形式上、语言上不可克服的弱点，脱离民众，这类绕口令的欣赏价值高于它的普遍的游戏价值，以及民间的流传价值。

绕口令尽管有雅俗之别，但以汉语普通话绕口令为例，

总体上可以归纳出以下几个特点：

(1) 内容简单、通俗浅显、好懂好记，有大量有趣的内容。比如“稀奇稀奇真稀奇，麻雀踩死老母鸡，蚂蚁身长三尺六，八十岁的老头儿躺在摇篮里。”“端汤上塔，塔滑汤撒，汤烫塔。”正因为如此，所以无论文化水平高低、阅历深浅、年龄大小，谁都能理解绕口令的内容，谁都可以绕一段，轻松上口，很有意思。

(2) 为了说着方便，绕口令的段子篇幅短小、结构简单、文字朴实、语言简练、合辙押韵、节奏鲜明、活泼上口。

(3) 鲜明体现汉语发音的基本规律。

这里需指出，尽管绕口令有合辙押韵的特点，但不能把合辙押韵的段子都当成绕口令。比如有人把顺口溜、儿歌、短小诗歌、歌谣当作绕口令，这就犯了概念上的错误。从形式上看，尽管和绕口令一样，儿歌、短小诗歌、歌谣等都注重节奏、合辙押韵，但却不以绕口为目的，不强调拗口语音元素的密集、交替使用，而以表达思想内容为目的。例如内容简单的传统北京儿歌“小小子儿，坐门墩儿，哭着喊着要媳妇儿。要媳妇儿干吗？点灯说话儿，关灯作伴儿，早晨起来梳小辫儿。”（押儿化韵，不绕口）；如山西歌谣（用山西话念）“狼打柴，狗烧火，猫儿上炕捏窝窝。”（押uo韵，不绕口）；如诗歌《草原》“蓝天上是片片白云，草原上是银色的羊群。近处看，这是羊群，那是白云；远处看，分不清哪是白云，哪是羊群。”（押ün韵，不绕口）。而绕口令的目的很单纯，就是为了绕口，如果只押韵不绕口也称为绕口令，就改变了绕口令的本质，丧失了绕口令独特的语言功能和魅力。

当然从语言训练的角度讲，绕口令、顺口溜、儿歌、诗歌、

歌谣都可以作为训练材料使用,增加训练的趣味性,但不能因此混淆概念。

本书书名为《绕口令》,但其中也收入少量顺口溜、诗歌、歌谣,主要原因就是本书需要兼顾语言训练的实际需要。具体原因有三:

(1)真正的绕口令数量是比较少的,优秀的、典型的绕口令更少。作为语言训练材料,它们远远满足不了实际需要。

(2)绕口令创作必定以绕口有趣为目的,在绕口令关节点的选择上,作者的随机性很强,造成现有的绕口令涉及的语音现象有很大局限性。而人们在学习语言、训练发音过程中遇到的问题却是多种多样的。现有的绕口令远远满足不了学习语言的需要,这对语音训练是很大的缺憾。因此我们需要借助顺口溜、诗歌、歌谣等,予以补充。另外,为弥补语言训练的薄弱环节、适应语言训练的需要,作者创作了一些可能还不够成熟的绕口令小段子,如“说粤语的朋友请注意”“自己写字写四次”“要说‘尔’专说‘尔’”“看爷爷”“大斗小斗”“去徐州”“小耗子儿练写字儿”等。

(3)当一个人存在某个语音问题时,专门针对他的问题选择特定的顺口溜、诗歌、歌谣进行训练时,其绕口难度丝毫不亚于一般人说难度高的绕口令。例如,外国人学汉语、方言区的人学普通话,常常发不好后鼻音韵母,造成前后鼻音不分、语意混淆。本书所选《东方腾起中国龙》,便是针对前后鼻音问题创作。集中选用以 ong 为主,混搭另外三种后鼻韵母 eng、ing、ang 的字词,还用了前鼻音韵母天(ian)、半(an)、愿(uan)几个字,无形中加大了发音难度,既要注意唇形、口腔开度变化,又要控制舌尖、舌根的交替使用。在一个

段子里,这些字词的反复、交替使用,对于一个有后鼻韵母发音困难的人,其绕口难度、语音分辨难度可想而知。

绕口令不仅中国人喜欢,全世界的民众都喜欢。各国有一国的语言,各民族有各民族的语言,各地域有各地域的方言。仅我国,粗略说有汉语及不同的民族语。汉语有全国推广的普通话及数不胜数的各地方言。尽管语言千差万别、各不相同,但各国、各民族、各地域的人们,在长期使用自己语言的口语实践中都发现了绕口的有趣现象,并且利用各种绕口的规律编了很多有趣的语言游戏段子——绕口令。各国有一国的绕口令,各民族有民族的绕口令,各地域有各地域的方言绕口令。为满足更多读者的兴趣和需要,本书也收集整理了一些方言绕口令供参考。

前面提到,绕口令是民间智慧的结晶,绕口令不以内容丰富、思想深刻、意境悠远、结构巧妙、辞藻华丽见长,相反恰恰因为它内容单纯、结构简单、篇幅短小、语言朴实,然而却准确抓住语言绕口的规律,巧用心思变着花样来回绕着说那点简单的事,这样,说绕口令的人才能集中精力专注在“绕嘴”上。即便这样,说顺了、说好了也不容易。绕口令不仅仅是语言游戏,还是学习普通话、训练发音的好材料。它可以锻炼头脑反应灵敏、脑口配合灵活,促进唇、舌、齿、腭等发音咬字器官的动作灵活有力、准确到位;促进口腔开闭、口形圆展、舌位高低前后运动变化、声调抑扬恰当,从而做到用气自如、吐字清晰、口齿伶俐。这本书首先是为广大绕口令爱好者提供内容比较丰富的绕口令资料。另外,这本书想对有以下需要的朋友提供一些帮助:

(1)这本书是为专门从事语言工作的朋友,特别是从事

专业语言艺术工作的朋友提供的一本练习普通话、加强语言基本功训练的教材。许多绕口令当初就是说唱艺人训练口舌之功、练气练声、练字音留下的段子,对于播音员主持人,对于戏曲、曲艺、话剧、电影、电视剧、歌唱演员来说,是加强基本功训练的宝贵财富。

(2)随着社会的发展和进步,社会分工日渐细化,以说话为职业的人增多。克服口齿含混,提高普通话水平,提升语言能力,改善声音喑哑、音量弱小,已经成为越来越多的人关注的问题。如大中小学教师、幼儿教育工作者、各级各单位新闻发言人、广播员、解说员、婚礼及社会活动的主持人、导游、导购、窗口行业工作者……,这本绕口令可以帮助您克服语言问题,改善语言面貌。

(3)现在国际交往越来越频繁,我国与世界各国的往来也日渐密切,很多外国人也需要学中国话。这本书是为外国人学汉语、海外华人练汉语收集整理的绕口令训练材料,简单而有趣。

(4)改革开放以后,越来越多的人离开自己的家乡,走向全国各地更广阔的天地,去寻找更适合自己发展的空间。要融入更广阔的社会,学好普通话就成为一种需要。这本书有助于方言地区的朋友学习普通话。

(5)这本书对儿童早期语言能力的开发、心智的开启大有裨益。

绕口令练习提示

先对这本书的编排作几点说明：

(1)这本书有普通话绕口令、方言绕口令。其中，以普通话绕口令为主。

(2)为方便大家选择、查找普通话绕口令，根据普通话声母、韵母、声调、语流音变、吐字归音、用气发声的顺序，对绕口令进行了编辑整理。很多绕口令是综合性很强的段子，如“妈妈骂马，马慢妈妈骂慢马”，就既适合练习声母 m 的发音，也适合练习韵母 a 的发音，还适合练习四声。在这本书中，我把它归入韵母 m，但在个人练习时可以有所侧重，根据自己的情况灵活掌握。

(3)为编辑这本书，我收集了很多材料，在编辑过程中对个别段子进行了局部修改。一是用词更符合汉语普通话语言规范；二是内容更集中、充实；三是语句更简洁，合辙押韵，符合绕口令的结构特点；四是更具使用价值。例如《两个小孩儿》原文为：“有个男小孩儿，穿件蓝小褂儿，拿着小竹篮儿，装着年糕和镰刀。有个小女孩儿，穿着绿花儿裙，梳着俩小辫，拉着一头老奶牛。俩人儿手拉手儿，唱着快乐的牧牛歌儿，拉着牛，拿着篮儿，溜溜达达向前走，走到柳林边儿，拴上牛，放下篮儿，拿出年糕和镰刀，吃了甜年糕，拿起小镰刀，

提起竹篮儿去割草。割了一篮儿又一篮儿嫩绿嫩绿的好青草,欢欢喜喜地喂饱了那头老奶牛。”修改为:“有个小男孩儿,穿着蓝小褂儿,拿着小竹鞭儿。有个小女孩儿,头上插着花儿,嘴上俩酒窝儿,梳着俩小辫儿,提着小竹篮儿。俩人儿手拉手儿,唱着牧牛歌儿,牵着牛,提着篮儿,走到青青柳林边儿。你割青草我装篮儿,割了一篮儿又一篮儿。”

绕口令符合普通话规范,不仅指语音规范,词汇、语法方面也应规范。《天上日头》是段训练轻声的绕口令,原作是“天上日头,嘴里舌头,地上石头,桌上纸头,手掌指头,树上枝头,集上市头。”第一,这段绕口令中的“纸头”“市头”,不是普通话词汇;第二,“枝头”不能读轻声,而是中重格式。为了按普通话语言规范进行训练,避免方言区的朋友在训练时进入误区,所以在编辑时对存在类似问题的段子进行了一定修改。

还有些绕口令由于传来传去可能走了样儿,存在错别字、用词不当、韵脚散乱、内容拖沓、失去节律等问题,编辑时在尽可能保持原作面貌的基础上,谨慎地进行了订正、修改。绕口令的作者大都无从考证,发现问题也无法与作者交流、沟通。在这里我首先对作者表示充分尊重,同时也请谅解我的修改。

(4)绕口令是民众智慧的结晶,也有不少绕口令是历代说唱艺人的创作,还有些绕口令是近些年来曲艺界人士创作的表演节目,以及演艺界、播音界、教育界人士等为适应专业语言训练需要改编创作的段子。能编辑成这本书,首先要对所有绕口令段子的知名的、不知名的创作者表示感谢。另外,编著者本人也结合自己的实践经验,针对培养播音员主持人、指