

朗读技巧训练 练习材料

南京艺术学院

二〇〇四年三月

1987 年的冬天，春节快到了。这一天，从山东农村来的军嫂贺英奇带着年仅 4 岁的女儿小茶花坐在开往昆仑山巅不冻泉兵站的卡车上，心急如焚。她怎么也没有想到，在高原恢宏美丽的外表背后，等待她的是残酷而严峻的现实。

此时，小茶花昏昏沉沉的睡在妈妈的怀里，双唇干裂，小脸腊黄，几天几夜的路程使孩子像变了个人，只是嘴里不停地喊着：“爸爸，爸——爸——”

贺嫂把孩子紧紧地搂在怀里，双眼直盯着前方，她的心里只有一个愿望：无论如何也要和老贺一起过个年。5 年了，茶花已经 4 岁了，可是从来没有见过爸爸。为了这个愿望，贺嫂早已忘记兵站有条不成文的规定：不能带小孩上雪线。

汽车向着兵站驶去，一程又一程，终于到达了目的地。然而小茶花已经停止了呼吸，贺嫂抱着的是女儿微温的尸体。悲剧已经发生在路上了。

整个兵站的人都被惊呆了，大家围着这辆汽车，脱帽默默肃立着。贺嫂抱着小茶花坐在驾驶室里一动也不动。

此时的老贺却不在兵站，他还在百里以外的哨卡执行任务，妻子到站和发生的悲剧他自然一概不知。

天黑后，战士们实在不忍心再这样让贺嫂抱着小茶花坐在冰冷的驾驶室里，便劝她进站歇歇吧。贺嫂下了车，只是依旧抱着女儿，不说一句话。

不冻泉兵站的元旦之夜，像死一般地寂静。没有笑声，没有歌声，甚至连灯光也没有。警卫班班长心疼嫂子，对她说：“嫂，你太累了，让我抱抱咱们的小茶花吧！”说完，从贺嫂手里接过了孩子。

看着班长这么做，所有的战士都跑过来排队等候抱小茶花。就这样，你抱半小时，他抱 10 分钟，一直到天亮，又到天黑。

整整两天两夜呀，小茶花的小身体在不冻泉兵站指战员的手里传递着。直到老贺执勤回来，站上才爆发出雷吼一样的哭声。

这一夜，不冻泉兵站的指战员们唱起了《十五的月亮》，一遍又一遍。

—根据《读者文摘》故事《高原的茶花》改编

△练习：

春

作者：朱自清

盼望着，盼望着，东风来了。春天的脚步近了。

一切都像刚睡醒的样子，欣欣然张开了眼，山朗润起来了，水涨起来了，太阳的脸红起来了。

小草偷偷的从土里钻出来，嫩嫩的，绿绿的。园子里，田野里，瞧去，一大片一大片满是的。坐着，躺着，打两个滚，踢几脚球，赛几趟跑，捉几回迷藏。风轻悄悄的，草软绵绵的。

桃树、杏树、梨树，你不让我，我不让你，都开满了花赶趟儿。红的像火，粉的像霞，白的像雪。花里带着甜味儿；闭了眼，树上仿佛已经满是桃儿、杏儿、梨儿。花下成千成百的蜜蜂嗡嗡的闹着，大小的蝴蝶飞来飞去。野花遍地是：杂样儿，有名字的，没名字的，散在草丛里像眼睛，像星星，还眨呀眨的。

“吹面不寒杨柳风”，不错的，像母亲的手抚摸着你的。风里带来些新翻的泥土的气息，混着青草味儿，还有各种花的香，都在微微润湿的空气里酝酿。鸟儿将巢安在繁花嫩叶当中，高兴起来了，呼朋引伴地卖弄清脆的喉咙，唱出宛转的曲子，跟轻风流水应和着，牛背上牧童的短笛，这时候也成天嘹亮的响着。

雨是最寻常的，一下就是三两天。可别恼。看，像牛毛，像花针，像细丝，密密地斜织着，人家屋顶上全笼着一层薄烟。树叶儿却绿得发亮，小草儿也绿得逼你的眼。傍晚时候，上灯了，一点点黄晕的光，烘托出一片安静而和平的夜。在乡下，小路上，石桥边，有撑起伞慢慢走着的人，地里还有工作的农民，披着蓑戴着笠。他们的房屋，稀稀疏疏的，在雨里静默着。

天上的风筝渐渐多了，地上的孩子也多了。城里乡下，家家户户，老老小小，也赶趟儿似的，一个个都出来了。舒活舒活筋骨，抖擞抖擞精神，各做各的一份儿事去。

“一年之计在于春”，刚起头儿，有的是工夫，有的是希望。

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。

△练习：

野 草

作者：夏衍

有这样一个故事。

有人问：世界上什么东西的气力最大？回答纷纭得很，有的说象，有的说狮子，有的开玩笑似的说，是金刚。金刚有多大气力，当然大家全不知道。

结果，这一切答案完全不对，世界上气力最大的是植物的种子。一粒种子可以显现出来的力，简直是超越一切的。

这儿又是一个故事。

人的头盖骨结合的非常致密，坚固，生理学家和解剖学家用尽了一切的方法，要把它完整的分开，都没有成功。后来忽然有人发明了一个方法，就是把一些植物的种子放在要剖析的头盖骨里，给与温度和湿度，使种子发芽。一发芽，这些种子便以可怕的力量，将一切机械力所不能分开的骨骼，完整的分开了。植物种子的力量之大如此。

这也许特殊了一点，常人不容易理解。那么，你见过被压在瓦砾和石块下面的一棵小草的生长吗？它为着向往阳光，为着达成它的生之意志，不管上面的石块如何重，石块与石块之间如何狭，它总要曲曲折折地但是顽强不屈地透到地面上来。它的根往土里钻，它的芽往地面挺，这是一种不可抗拒的力，阻止它的石块结果也被它掀翻。一粒种子力量之大如此。

没有一个人将小草叫做大力士，但是它的力量之大，的确世界无比。这种力量是一般人看不见的生命力。只要生命存在，这种力就要显现，上

面的石块丝毫不足以阻挡它，因为这是一种“长期抗战”的力，有弹性，能屈能伸的力，有韧性，不达目的不止的力。

如果不落在肥土中而落在瓦砾中，有生命力的种子决不会悲观的叹气，它相信有了阻力才有磨炼。生命开始的一瞬间就带着斗志而来的草才是坚韧的草，也只有这种草，才可以傲然对那些玻璃棚中养育着的盆花嗤笑。

△练习

如果那是平静的一天，完全的静止，没有树枝或树叶摇动，那么虽然灌木树中有许多吵闹中却看不见的小鸟，但在我听来，一切仿佛都如墓地般寂静。然后一阵风吹来，足以扰动树叶，我就能见到而且听到这如叹息之声的动作，假想的无声状态即遭扰乱，我见到，正如我听到搅扰树叶的风声一般……有时我得费劲提醒我自己并不是“听”到这些声音，这些“非声音”包括了鸟的飞翔与活动，甚至鱼在清水或水族箱中游泳。我想远处鸟的飞翔必是寂静的……但它看来似乎有声，每种生物都有不同的“眼睛音乐……”，由海鸥冷漠的忧郁，到活泼的小麻雀的断音。

△练习

江南的雪，可是滋润美艳之至了，那是还在隐约着的青春的消息，是极壮健的处子的皮肤。雪野中有血红的宝珠山茶，白中隐青的单瓣梅花，深黄的磬口的腊梅花，雪下面还有冷绿的杂草……

鲁迅《雪》

△练习

那也是同样的季节，一阵秋风，卷起了鲁迅灵柩上覆盖的“民族魂”大旗的一角，鲁迅夫人许广平取下胸前的彩色水钻扣花，将旗帜扣好。当灵柩带着这朵扣花徐徐落入墓穴时，许广平大颗的泪珠滚出了眼眶。这时，在她身边的宋庆龄轻轻地挽起她的臂膊……二十五年过去了，这些情景依然历历在目。

—褚玉泉《“跟着你的足迹”》

△练习

海上日出

作者：巴金

在船上，为了看日出，我特地起个大早。那是天还没有亮，周围是很寂静的，只有机器房的声音。

天空还是一片浅蓝，颜色很浅。转眼间天边出现了一道红霞，慢慢地在扩大它的范围，加强它的亮光。我知道太阳要从天边升起来了，便不转眼地望着那里。

果然过了一会儿，在那个地方出现了太阳的小半边脸，红是红得很，却没有光亮。这个太阳好像负着重荷似地一步一步、慢慢地努力上升，到了最后，终于冲破了云霞，安全跳出了海面，颜色红得非常可爱。一刹那间，这个深红的圆东西，忽然发出了夺目的亮光，射得人眼睛发痛，它旁边的云片也突然有了光彩。

有时太阳走进了云堆中，它的光线却从云里射下来，直射到水面上。

这时候要分辨出哪里是水，哪里是天，倒也不容易，因为我就只看见一片灿烂的亮光。

有时天边有黑云，而且云片很厚，太阳出来，人眼还看不见。然而太阳在黑云里放射的光芒，透过黑云的重围，替黑云镶了一道发光的金边。后来太阳才慢慢地冲出重围，出现在天空。甚至把黑云也染成了紫色或红色。这时候，发亮的不仅是太阳、云和海水，连我自己也成了明亮的了。

这不是很伟大的奇观么？

1927年1月

选自《海行杂记》

△练习

登鹳雀楼

咏柳

作者：王之涣

作者：贺之章

白日依山尽，

碧玉妆成一树高，

黄河入海流。

万条垂下绿丝绦。

欲穷千里目，

不知细叶谁裁出，

更上一层楼。

二月春风似剪刀。

△练习

当地平线上出现了第一个黑点，当更多的黑点成为线，成为队，而且微风把铃铛的柔声，丁当，丁当，送到你的耳鼓，而最后当那些昂然高步的骆驼，排成整齐的方阵，安详然而坚定的愈行愈近，当骆驼队中领队骆驼所掌的那一杆长方形猩红旗耀入你的眼帘，而且大小丁当的谐和的充

满了你的耳管——这时间，也许你不出声，但是你的心里会涌上了这样的感想的：多么庄严，多么妩媚呀！

—茅盾《风景谈》

△练习

耳鸣声和呼吸声；树叶的沙沙声和簌簌声；蚱蜢的嚓嚓声，一共四只，栖在庭院的树上；鱼儿在水面上发出细微的宛如接吻一们的声响。时而有水珠滴下，发出银铃般的轻脆声。一枝树桠被折断；是谁折的呢？传来了沉重的闷声……这是什么？走路的声音吗？这不是人的低声细语吗？突然间，又在你的耳边响起了蚊子的尖叫声……

△练习

一阵狂风卷过，寒气阵阵袭来，屹立在签子门边的余新江浑身发冷，禁不住颤抖了一下。屋瓦上响起了哗哗的声音，击打在人的心上。是暴雨？这声音比暴雨更响，更加猛烈。“冰雹！”余新江听见有人悄声喊着，他也侧耳听那屋瓦上的响声。在沉静的寒气里，在劈打屋顶的冰雹急响中，忽然听出一种隆隆的轰鸣。这声音杂夹在冰雹之中，时大时小，余新江渐渐想起，刚才在冰雹之前的狂风呼啸声中，似乎也曾听到过这种响声，只是不如现在这样清晰，这样接近，因为他专注地观察敌人，所以未曾引起注意。这隆隆的轰鸣，是风雪中的雷声么？余新江暗自猜想着：在这隆冬季节，不该出现雷声啊？难道是敌人在爆破工厂，毁灭山城了么？忽然，余新江冰冷的脸上露出狂喜，他的手心激动得冒出了汗水，他忽然一转身，

面对着全室的人，眼里不可抑制地涌出滚烫的泪水：

“听！炮声，解放军的炮声！”

——《红岩》片断

△练习

轻拢慢捻抹复挑，初为《霓裳》后《六么》。大弦嘈嘈如急雨，小弦切切如私语。嘈嘈切切错杂弹，大珠小珠落玉盘。间关莺语花底滑，幽咽泉流冰下难。冰泉冷涩弦凝绝，凝绝不通声暂歇。别有幽愁暗恨生，此时无声胜有声。银瓶乍破水浆迸，铁骑突出刀枪鸣。曲终收拨当心画，四弦一声如裂帛。东船西舫悄无言，唯见江心秋月白。

——白居易《琵琶行》

△练习：海涛

多少个夜晚 我听到大海的轻涛细浪 拍打柔和的海滩 抒发出
一阵阵温情的轻声软语 仿佛从消逝的岁月里 传来一个亲切的声音掠
过我记忆的脑海 发出袅袅不断的回音 仿佛海鸥 悠长低徊的啼声
或许是 鸟儿向平原飞翔 迎接旖旎的春光 婉转的欢唱 你和我在那
难忘的年月 伴随着海涛的悄声碎语 曾是何等的亲密相爱 啊 我多
么希望 我的怀念的回音 象这茫茫黑夜里 大海的轻波细浪 飘然来
到你的身旁

△练习：我愿意是急流……

我愿意是激流 是山里的小河 在崎岖的路上 在崖石上经过
只要我的爱人是一条小鱼 在我的浪花中快乐地游来游去 我愿意是荒
林 在河流的两岸面对一阵阵狂风 我勇敢地作战 只要我的爱人是一

只小鸟 在我稠密的树枝间作窠鸣叫 我愿意是废墟在峻峭的山崖上
这寂寞的毁灭并不使我懊丧 只要我的爱人是可爱的火焰 在我的炉子
里愉快的缓缓闪现 我愿意是云朵 是灰色的破旗 在广漠的空中 懒
懒地飘来荡去 只要我的爱人是珊瑚似的夕阳 傍着我苍白的脸 显出
鲜艳的辉煌

△练习：两条路

新年的夜晚。一位老人伫立在窗前。他悲戚地举目遥望苍天，繁星宛若玉色的百合漂浮在澄静的湖面上。老人又低头看着地面，几个比他自己更加无望的生命正走向它们的归宿——坟墓。老人在通往那块地方的路上，也已经消磨掉六十个寒暑了。在那旅途中，他除了有过失和懊悔之外，再也没有得到任何别的东西。他老态龙钟，头脑空虚，心绪忧郁，一把年纪折磨着老人。

年轻时代的情景浮现在老人眼前，他回想起那庄严的时刻，父亲将他置于两条道路的入口——一条路通往阳光灿烂的开平世界，田野里丰收在望，柔和悦耳的歌声四方回荡；另一条路却将行人引入漆黑的无底深渊，从那里涌流出来的是毒液而不是泉水，蛇蟒满处蠕动，吐着舌箭。

老人仰望昊天，苦恼地失声喊道：“青春啊，回来！父亲哟，把我重新放回人生的入口吧，我会选择一条正路的！”可是，父亲以及他自己的黄金时代却一去不复返了。

他看见阴暗的沼泽地上空闪烁着幽光，那光亮游移明灭，瞬间即逝了。那是他轻抛浪掷的年华。他看见天空中一颗流星陨落下来，消失在黑暗之

中，那就是他自身的象征。徒然的懊丧像一支利箭射穿了老人的心脏。他记起了早年和自己一同踏入生活的伙伴们，他们走的是高尚、勤奋的道路，在这新年的夜晚，载誉而归，无比快乐。

高耸的教堂钟楼鸣钟了，钟声使他回忆起儿时双亲对他这浪子的疼爱。他想起了启蒙时父母的教诲，想起了父母为他的幸福所作的祈祷。强烈的羞愧和悲伤使他不敢再多看一眼父亲居住的天堂。老人的眼睛黯然失神，泪珠儿泫然坠下，他绝望地大声呼唤：“回来，我的青春！回来呀！”

老人的青春真的回来了。原来，刚才那些只不过是他在新年夜晚打盹儿时做的一个梦。尽管他确实犯过一些错误，眼下却还年轻。他虔诚地感谢上天，时光仍然是属于他自己的，他还没有堕入漆黑的深渊，尽可以自由地踏上那条正路，进入福地洞天，丰硕的庄稼在那里的阳光下起伏翻浪。

依然在人生的大门口徘徊逡巡，踌躇着不知该走哪条路的人们，记住吧。等到岁月流逝，你们在黧黑的山路上步履踉跄时，再来痛苦地叫喊，

“青春啊，回来！还我韶华！”那只能是徒劳了。

△练习：

中国古代有个寓言，叫做“愚公移山”。说的是古代有一位老人，住在华北，名叫北山愚公。……愚公下决心率领他的儿子们要用锄头挖去这两座大山。有个老头子名叫智叟的看了发笑，说是你们这们干未免太愚蠢了，……

毛泽东《愚公移山》

△练习

秋风袅袅，送来一阵淡淡的菊花清香。我的眼前好像出现了一片千姿百态，婷婷袅袅的秋菊，经过凄风冷雨，重霜寒露，更加显得丰神绝世，生机盎然。

张平《镜湖晨雾》

△练习

当温热的肉体一接触冰冷的水时，它的感觉并不是冷，恰恰相反，倒象被火燎一下或是感到一把烧热的刀子在全身狠狠一刮。这个感受倏地一过，那种透骨的凉意才刷地一下子浸过来，紧接着像有千万支冰针穿皮肉而进，在骨头上中啮着、锯着、钻着……

邓刚《迷人的海》

△练习

于是，洗手的时候，日子从水盆里过去；吃饭的时候，日子从饭碗里过去，默默时，便从凝然的双眼前过去。我觉察他去的匆匆了，伸出手遮挽时，他又从遮挽着的手边过去，天黑时，我躺在床上，他便伶伶俐俐地从我身上跨过，从我脚边飞去了。等我睁开眼和太阳再见，这算又溜走了一日。我掩着面叹息。但是新来的日子的影子又开始在叹息里闪过了。

——朱自清《匆匆》

△从前，有个皇帝特别喜欢弹琴，弹琴成了他的唯一的嗜好。可是他弹不成调，听的人简直无法忍受。他在皇宫找不到一个知音，十分苦恼。

有一天，皇帝忽然想出了一个主意。他叫太监找来一个等待处死的犯人，对他说：“只要你说我的琴弹得好，我就免你一死。”

皇帝开始弹琴，犯人站在一旁听着。一曲未尽，犯人便跪在地下请求：“圣君，求您别再弹了，奴才宁愿早死！”

—《知音难得》

△我独坐在发出黄光的菜油灯下想，这百无聊赖的祥林嫂，被人们弃在尘芥堆中的，看得太厌倦了的玩物，先前还将形骸露在尘芥里，从活得有趣的人们看来，恐怕要怪讶她何以还要存在，现在总算被无常打扫得干干净净了。

—鲁迅《祝福》

△我这时突然有一种异样的感觉，觉得他满身灰尘的后影，刹时高大了，而且愈走愈大，须仰视才见。而且他对于我，渐渐的又几乎变成一种威压，甚至至于要榨出皮袍下面藏着的“小”来。

—鲁迅《一件小事》

△感人的歌声留给人的记忆是长远的。无论哪一首激动人心的歌，最初在哪里听过，哪里的情景就会深深地留在记忆里。环境，天气，人物，色彩，甚至连听歌时的感触，都会烙印在记忆的深处，像在记忆里撒下了声音的影片一样。那影片纯粹是用声音绘制的，声音绘制色彩，声音绘制形象，声音绘制情感。只要在什么时候再听到那种歌声，那声音的影片便一幕幕放映起来。

—吴伯萧《歌声》

△当蜘蛛网无情的查封了我的炉台

当灰烬的余烟叹息着贫困的悲哀

我依然固执地铺平失望的灰烬

用美丽的雪花写下：相信未来

当我的紫葡萄化为深秋的露水

当我的鲜花依偎在别人的情怀

我依然固执地用凝霜的枯藤

在凄凉的大地上写下：相信未来

——食指《相信未来》

△我/如果爱你一绝不像/攀援的/凌霄花，

借你的/高枝/炫耀/自己；

我/如果爱你一绝不学/痴情的/鸟儿，

为绿荫/重复/单纯的歌曲；

也不止/像泉源，

常年/送来/清凉的/慰藉；

也不只/像险峰，

增加你的/高度，衬托你的/威仪。

甚至日光。

甚至春雨。

不/这些都还不够！

我必须是你近旁的/一株木棉，

做为树的形象和你/站在一起。

根，紧握在地下，

叶，相触在云里。

每一阵风吹过，

我们都互相致意，

但没有人 听懂我们的言语。

你有你的 铜枝铁干

象刀，象剑

也象戟；

我有我红硕的花朵，

象沉重的叹息，

又象/英勇的/火炬

我们分担寒潮、风雷、霹雳；

我们共享雾霭、流岚、虹霓，

仿佛永远分离，

却又终身相依。

这才是伟大的爱情，

坚贞就在这里：

爱—

不仅爱你伟岸的身躯，

也爱你坚持的位置，足下的土地。

舒婷《致橡树》

△听，笛声又响起来了。

那个快乐的老木匠就住在聂守信(聂耳的原名)家的隔壁——“成春堂”药号贴邻的木工作场里。那可赞美的好邻居！他不只善于用笨重的木料制作种种精巧的桌子椅子或是其他生活用具，使孩子高兴的是，他还能吹一口婉转动听的好笛子！木工和竹笛，这两者之间只要一种本领就足以使一个不满十岁的孩子感到迷惑或羡慕，何况这个老木匠一人兼有这样两种惊人的本领！

笛声嘹亮，悠扬，激越。小小的笛孔里飞出一串串迷人的笛韵。一圈圈笛韵的涟漪就在这条静静的甬道街荡漾消失在染满胭脂色的街道尽头。

聂守信不由得出神了。

每天这个时候，老人做完了一天的工作，就坐在工场一角，用他那一双全是厚茧的粗糙的手——可又是那么灵巧的手呵——拿起笛子呜呜地吹响。

呵，笛声为什么这样优美？老师傅你为什么吹得这样动人心弦？

笛声如同一只无形的不可抗拒的手，向孩子招引。只要听见笛子清越的吹响，聂守信就情不自禁地循声走向老木匠那里。

于是在木工场门口，就会出现一个小小的脸庞，满脸渴慕的神气，一双聪颖的发亮的眼睛，像是要寻找什么童话中的秘密。

灰暗的尘埃浮动的小作场。孩子看见：在堆积如山的刨花、木屑和碎木料中间，淡淡的落日余辉照亮一个满头霜雪的老人，不显眼的笛子，当它在老木匠手里吹奏起来的时候，忽然变成了魔笛一般，那几乎是神奇的。

那是多么好多么叫人心爱的一支笛子啊！简直就是一只有灵性的小鸟，一只歌唱的小鸟——歌唱太阳、微风和清晨——它时而像在无限清幽的