



[新 播 音 员 主 持 人
训 练 手 册]

古诗词诵读

Recitation of

Ancient Chinese Poetry

张 涵 编著

中国传媒大学出版社

H119
20122

张 涵 编著

古诗词诵读

Recitation

Ancient
Chinese Poetry

中国传媒大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

古诗词诵读/张涵编著. —北京:中国传媒大学出版社,2011.12

(新编播音员主持人训练手册)

ISBN 978-7-5657-0414-7

I. ①古… II. ①张… III. ①古典诗歌—朗诵—中国—
高等学校—教学参考资料 IV. ①H119

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 279210 号

古诗词诵读

编 著 张 涵
责任编辑 赵 欣
责任印制 张 玥
封面设计 阿 东
出 版 人 蔡 翔

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 北京市后沙峪印刷厂
开 本 850×1168mm 1/32
印 张 12
版 次 2012年3月第1版 2012年3月第1次印刷

书 号 978-7-5657-0414-7/H·0414 定 价 36.00元

版权所有

翻印必究

印装错误

负责调换

前 言

本课程主要涉及古典诗词的诵读。所谓“诗”，泛指自西周以来逐渐形成的律诗与绝句，它在句数、字数和平仄、用韵等方面都有严格规定，主要类别有绝句和律诗。绝句四句，律诗八句，十句以上为长律或排律。所谓“词”，是配合音乐可以歌唱的诗句。由于句子长短不同，也称为“长短句”。每首词都有调名，表明写作时所依据的曲调乐谱。词以两片为最多，称为上、下片或上、下阕。

“诵读”，既不同于“看”，也不同于“念”。看诗词，是诉诸视觉的，个人的理解能力不同，对诗词的消化、吸收也不相同。念诗词，仅仅是一种由文字版向有声版的转化过程，照字出声、照本宣科而已。而诵读，则是要以文字版本为基本依托，经过诵读者的理解感知，再将文字的东西转化为有声的语言，并以语言技巧的综合运用，使得有声语言更准确、更鲜明、更生动、更感人。这个过程就是有声语言的二度创作过程，也是语言艺术的再造过程。

“诵读”，既不同于朗读，也有别于朗诵。狭义的

朗读,就是用清晰、响亮的声音把文章读出来,以传达文章的思想内容为主要目的。朗诵,是用清晰、响亮的声音,结合各种有声语言表达技巧或体态、手势、表情、动作等手段来完善地表达作品思想感情的语言艺术形式。舞台朗诵,则又须借助于灯光、服饰、音乐、音响、化妆、造型等的烘托,成为一种艺术表演形式。“诵读”概念的界定,应当是用清晰、响亮的声音,结合各种有声语言表达技巧或必要的体态、手势、表情、动作等来艺术性地表达作品思想感情的语言形式。这是播音员主持人语言艺术的基本功之一。

古语云:置之齐则齐语,置之楚则楚语。学习语言需要一个“活”的语境。古典诗词诵读课,在时下高等院校的教学框架内,没有多少现成的范例和图式可循,教学体例、方式方法、作品选用、教学时长安排、理论与实践比例等等都在探索之中。为此我们开设古典诗词诵读课的目的就是希望通过一个学期的讲解和训练,帮助、启发和引导学生开阔视野,增进知识,丰富想象,陶冶情操,同时将这些古典诗词的诵读实践结合与此同步进行的普通话语音学、播音发声学两门课的教学,融入播音主持语言基础训练的框架,配合语音字词训练、气息训练、口腔控制训练、吐字发声训练,争取在有限的教学时间内收到 $1+2>3$ 的效果。

中华古典诗词历史源远流长,名篇佳作美不胜收。优秀古典诗词是传统文化的精髓、民族语言的典范、文学艺术的奇葩。本书共选用中国古代自西周至清代的201首对后世影响较大的诗文为蓝本,采取以诵读为主、讲解为辅的方式,对作者的生平、时代背景、创作风格等只点染大概,在解释字词、翻译原文的基础上,侧重于诵读技巧的熏染和培养。

学生应大致了解作者的生平、时代背景、创作风格,重点掌握四言、五言、七言、词、曲的一般诵读格式及方法,能够举一反三

三、闻一知十,达到如下要求:1. 准确地把握作品内容。做到正确、深入地理解,深刻、细致地感受体验,丰富、逼真地想象玩味。2. 把握作品的基调。基调是层次、段落、语句中具体思想感情的综合表露,是作品总的态度感情、总的色彩和分量,基调是诵读成功与否的关键。3. 要具备规范的语言基本功。要求口齿清晰、字正腔圆、声情并茂。4. 具备准确到位的外部表现技巧。如词语重音、语法重音、感情重音,逻辑停顿、感情停顿、语法停顿和结构停顿,语调的急缓顿挫、高低抑扬的变换,节奏的快慢松紧等。

古典诗词诵读课要求学生经过大课8周32课时的讲解和训练,争取达到以下五个方面的标准:1. 诵出“内容”;2. 诵出“情采”;3. 诵出“韵味”;4. 诵出“意境”;5. 诵出“余味”。

本课程教学的重点和难点是以《诗经》和曹操诗为代表的四言诗;以《古诗十九首》《汉乐府民歌》、陶渊明为代表的魏晋南北朝时期的五言诗;以初唐四杰、王昌龄、王之涣、孟浩然、王维、李白、杜甫、白居易、李商隐、杜牧为代表的七言诗;以李煜、范仲淹、晏殊、欧阳修、柳永、苏轼、辛弃疾、李清照、陆游为代表的五代及宋代词的一般诵读格式、腔调及方法。

由于受中学语文教学的影响,多数学生对古典诗词的诵读还处在“出声念字”的初级阶段,尚不了解在韵文中声音、情感该如何运用,不会在“诵”的过程中将语句腔调“甩开”“托住”和“拖住”,不知道古典诗词的诵读应与日常谈话说话有截然不同的区别。这里面既有语言习惯问题,也有气息控制、口腔控制、吐字归音的问题。解决这些技术层面的问题,重新建树起“诵”的语言模态,当是古典诗词诵读教学的第一难点所在。

第二个难点是,经过熏染和训练,部分学生也能掌握四言、五言、七言诗和“词”的一般诵读格式、腔调及方法,但不论诵读

什么内容的诗文都用一种固定格式去机械地套用,既无鲜明的内容,又无饱满的情采,当然也缺乏韵味和意境。在艺术语言的表达层面上,无大碍也无大错,但没个性,不精彩,缺少感染力,这才是最要命的“软伤”和“隐伤”。专业教师应设法调动和唤起这类学生的创作激情,让他们在进入澎湃荡漾的情状下去体验、去感受,去完成行腔使句的创作。

教学进度表

次数序号	教学内容	理论/实训	课时数
第一次教学内容	第一单元——先秦、汉魏、南北朝诗歌	实训	4
第二次教学内容	第二单元——唐代诗歌(一)	实训	4
第三次教学内容	第二单元——唐代诗歌(二)	实训	4
第四次教学内容	第二单元——唐代诗歌(三)	实训	4
第五次教学内容	第三单元——宋代诗词(一)	实训	4
第六次教学内容	第三单元——宋代诗词(二)	实训	4
第七次教学内容	第三单元——宋代诗词(三)	实训	4
第八次教学内容	第三单元——宋代诗词(四) 第四单元——元明清诗词、元代小令	实训	4

实训环境要求:多媒体合堂教室、电子课件。

实训教学形式:课堂教学主要采取主讲教师大课集中讲授示范、教师带诵、学生自诵、学生齐诵、优生领诵、教师导诵等多种形式,引导督促学生诵读。

CONTENTS

目
录

第一单元——先秦、汉魏、南

北朝诗歌

- 诗经·关雎 /1
 诗经·相鼠 /4
 诗经·木瓜 /5
 诗经·子衿 /7
 诗经·蒹葭 /9
 屈原·国殇 /11
 屈原·橘颂 /14
 荆轲·易水歌 /17
 刘邦·大风歌 /18
 项羽·垓下歌 /20
 古诗十九首·行行重行行 /21
 古诗十九首·迢迢牵牛星 /23
 汉乐府民歌·上邪 /24
 汉乐府民歌·江南可采莲 /26

汉乐府民歌·青青园中葵 /27

汉乐府民歌·陌上桑 /28

曹操·步出夏门行·观沧海 /31

曹操·步出夏门行·龟虽寿 /33

曹操·短歌行 /35

曹植·七步诗 /37

北朝民歌·敕勒歌 /38

北朝民歌·木兰诗 /40

陶渊明·饮酒 /44

陶渊明·归园田居·其一 /46

陶渊明·归园田居·其三 /48

第二单元——唐代诗歌

(一)

杨炯·从军行 /50

王勃·送杜少府之任蜀川 /52
贺知章·咏柳 /54
贺知章·回乡偶书 /55
张若虚·春江花月夜 /56
陈子昂·登幽州台歌 /60
张九龄·望月怀远 /62
王翰·凉州词 /63
王之涣·登鹳雀楼 /64
王之涣·凉州词 /66
孟浩然·临洞庭湖赠张
丞相 /67
孟浩然·春晓 /69
孟浩然·过故人庄 /70
王湾·次北固山下 /71
王昌龄·从军行 /73
王昌龄·出塞 /75
王昌龄·芙蓉楼送辛渐 /77
王维·相思 /78
王维·终南别业 /79
王维·山居秋暝 /80
王维·使至塞上 /82
王维·汉江临眺 /83
王维·送元二使安西 /85
王维·九月九日忆山东
兄弟 /87
李白·渡荆门送别 /88
李白·静夜思 /90

李白·送孟浩然之广陵 /92
李白·客中作 /93
李白·行路难 /94
李白·将进酒 /96
李白·赠汪伦 /99
李白·望庐山瀑布 /101
李白·早发白帝城 /102
崔颢·黄鹤楼 /104
高适·别董大 /106

(二)

常建·题破山寺后禅院 /108
刘长卿·逢雪宿芙蓉山
主人 /109
杜甫·望岳 /110
杜甫·春望 /113
杜甫·江南逢李龟年 /115
杜甫·石壕吏 /117
杜甫·茅屋为秋风所破歌 /119
杜甫·春夜喜雨 /122
杜甫·戏为六绝句·其二 /123
杜甫·蜀相 /124
杜甫·闻官军收河南河北 /125
杜甫·绝句·其一 /128
杜甫·登高 /129
杜甫·登岳阳楼 /131

- 杜甫·旅夜书怀 /133
- 岑参·白雪歌送武判官
 归京 /135
- 张继·枫桥夜泊 /137
- 韦应物·滁州西涧 /139
- 卢纶·塞下曲·其二 /140
- 卢纶·塞下曲·其三 /141
- 孟郊·游子吟 /143
- 孟郊·登科后 /144
- 崔护·题都城南庄 /145
- 韩愈·左迁至蓝关示侄
 孙湘 /147
- 刘禹锡·乌衣巷 /149
- 刘禹锡·竹枝词 /150
- 刘禹锡·秋词 /151
- 刘禹锡·浪淘沙 /153
- 刘禹锡·再游玄都观 /153
- 刘禹锡·酬乐天扬州初逢席上
 见赠 /155
- (三)
- 白居易·赋得古原草送别 /157
- 白居易·长相思 /160
- 白居易·卖炭翁 /161
- 白居易·琵琶行(节选) /164
- 白居易·忆江南 /169

- 李绅·悯农 /170
- 柳宗元·江雪 /171
- 元稹·离思 /173
- 贾岛·题李凝幽居 /175
- 贾岛·剑客 /176
- 李贺·马诗·其五 /177
- 李贺·雁门太守行 /179
- 杜牧·清明 /180
- 杜牧·过华清宫 /181
- 杜牧·泊秦淮 /183
- 杜牧·山行 /185
- 杜牧·赤壁 /186
- 杜牧·寄扬州韩绰判官 /188
- 温庭筠·望江南·其二 /189
- 李商隐·乐游原 /191
- 李商隐·夜雨寄北 /193
- 李商隐·无题·其一 /194
- 李商隐·无题·其二 /196
- 李商隐·锦瑟 /198
- 韦庄·菩萨蛮·其二 /200
- 黄巢·题菊花 /201
- 黄巢·不第后赋菊 /203

第三单元——宋代诗词

(一)

- 李煜·相见欢·其一 /205

- 李煜·浪淘沙 /207
李煜·虞美人 /209
王禹偁·清明 /212
林逋·长相思 /213
林逋·山园小梅 /215
范仲淹·苏幕遮 /217
范仲淹·渔家傲(秋思) /219
柳永·蝶恋花 /221
柳永·望海潮 /223
柳永·雨霖铃 /225
柳永·八声甘州 /228
晏殊·浣溪沙 /230
晏殊·蝶恋花 /232
宋祁·玉楼春 /234
欧阳修·踏莎行 /235
欧阳修·生查子·元夕 /237
王安石·登飞来峰 /238
王安石·元日 /240
王安石·泊船瓜洲 /241
王安石·桂枝香·金陵
怀古 /242
程颢·秋日 /245
王令·送春 /247
李之仪·卜算子 /248

(二)

- 苏轼·春宵 /250

- 苏轼·饮湖上初晴后雨 /251
苏轼·江城子·密州出猎 /253
苏轼·江城子·乙卯正月二十日
记梦 /255

- 苏轼·水调歌头 /257

- 苏轼·浣溪沙·游蕲水清
泉寺 /260

- 苏轼·定风波 /262

- 苏轼·题西林壁 /264

- 苏轼·念奴娇·赤壁怀古 /265

- 苏轼·惠崇春江晚景 /269

- 秦观·鹊桥仙 /270

- 李清照·如梦令·其一 /272

- 李清照·如梦令·其二 /274

- 李清照·点绛唇 /276

- 李清照·醉花阴 /278

- 李清照·一剪梅 /280

- 李清照·临江仙 /282

- 李清照·乌江(夏日绝句) /284

- 李清照·渔家傲 /285

- 李清照·声声慢 /287

(三)

- 岳飞·满江红 /291

- 陆游·钗头凤 /294

- 陆游·游山西村 /296

- 陆游·书愤 /298
- 陆游·十一月四日风雨
大作 /301
- 陆游·卜算子·咏梅 /302
- 陆游·示儿 /304
- 杨万里·小池 /305
- 杨万里·晓出净慈寺送林
子方 /307
- 卢梅坡·雪梅 /308
- 僧志南·绝句 /310
- 叶绍翁·游园不值 /311
- 林升·题临安邸 /313
- 朱熹·春日 /314
- 朱熹·观书有感 /316
- (四)
- 辛弃疾·清平乐·村居 /317
- 辛弃疾·西江月·夜行黄沙
道中 /320
- 辛弃疾·丑奴儿·书博山道
中壁 /322
- 辛弃疾·破阵子·为陈同甫
赋壮词以寄之 /324
- 辛弃疾·青玉案·元夕 /327
- 辛弃疾·菩萨蛮·书江西造
口壁 /329
- 辛弃疾·南乡子·登京口北固亭

- 有怀 /331
- 辛弃疾·永遇乐·京口北固亭
怀古 /333
- 姜夔·扬州慢 /336
- 赵师秀·约客 /340
- 文天祥·过伶仃洋 /341

第四单元——元明清诗词、

元代小令

- 关汉卿·沉醉东风·送别 /345
- 马致远·天净沙·秋思 /347
- 张养浩·山坡羊·潼关
怀古 /349
- 王冕·墨梅 /351
- 于谦·石灰吟 /353
- 杨慎·临江仙 /354
- 夏完淳·别云间 /356
- 纳兰性德·长相思 /358
- 郑板桥·潍县署中画竹呈年伯包
大中丞括 /360
- 郑板桥·竹石 /361
- 曹雪芹·红楼梦·葬花吟 /363
- 赵翼·论诗 /366
- 龚自珍·己亥杂诗·其五 /368
- 龚自珍·己亥杂诗·其一
二五 /369

第一单元——先秦、汉魏、南北朝诗歌

教学目的与要求:要求学生能够规范熟练地诵读所有内容,并背诵:关雎、橘颂、易水歌、大风歌、垓下歌、迢迢牵牛星、上邪、观沧海、龟虽寿、短歌行、七步诗、敕勒歌、木兰诗、饮酒、归园田居·其一、归园田居·其三。

教学重点与难点:四言、五言诗的诵读格式和表达技巧。

诗经·关雎

《诗经》 是我国第一部诗歌总集,收入自西周初年至春秋中叶大约五百多年的诗歌 305 篇。《诗经》分十五国风(160 篇),大雅、小雅(105 篇),周颂、商颂、鲁颂(40 篇)三大部分,都得名于音乐。“风”的意义是声调,古人所谓《秦风》《魏风》《郑风》就如现在的陕西调、山西调、河南调。“雅”是“正”的意思,周人把正声叫做雅乐,带有尊崇的意味。大雅、小雅是根据年代先后分的。“颂”是用于宗庙祭祀的乐歌。《诗经》全面展示

了周代社会生活，真实反映了奴隶社会由盛到衰的历史面貌。其中，风、雅、颂是就体例分类来说的；赋、比、兴是就表现手法而言的，赋、比、兴手法的成功运用是构成《诗经》民歌浓厚风土气息的重要原因。

关关雎鸠(jū jiū)，在河之洲。

窈窕(yǎo tiǎo)淑女，君子好(hǎo)逑。

参差(cēn cī)荇(xìng)菜，左右流之。

窈窕淑女，寤寐(wù mèi)求之。

求之不得，寤寐思服。

悠哉悠哉，辗转反侧。

参差荇菜，左右采之。

窈窕淑女，琴瑟友之。

参差荇菜，左右芣(fōu)之。

窈窕淑女，钟鼓乐(yuè)之。

【题解】《关雎》出自《国风·周南》，是《诗经》首篇，也是我国爱情诗之祖，反映的是一个青年对一位容貌美丽的姑娘的爱慕和追求，具体写他求而不得的痛苦和想象求而得之的喜悦。

【注释】1. 关雎：篇名，是从诗篇第一句中摘取来的。《诗经》的篇名一般都是这样产生的。2. 周南：西周初期周公旦统治下的南方诗歌。3. 关关雎鸠：雎鸠鸟不停地叫。4. 关关：象声词，鸟的啼叫声，也可以理解为雌雄相应和之声。5. 雎鸠：传说情意专一的水鸟。6. 洲：水中陆地。7. 窈窕：文静美好的样子。8. 好逑：佳偶。逑：配偶。9. 荇菜：一种可食的水草。10. 寤：睡醒。寐：睡眠。11. 思服：思念。12. 琴瑟友之：弹琴鼓瑟表示亲近。13. 芣：摸，选择。14. 钟鼓乐之：敲击钟鼓使她欢乐。

【串译】 雎鸠鸟不停地鸣叫，栖居在河中的沙洲上。那文静美好的姑娘啊，是好男儿的好配偶。长短不齐的荇菜，姑娘在船的两边捞取。那文静美好的姑娘啊，小伙子日日夜夜都在想念她。思念追求不可得，醒来做梦长相思。悠悠思念情意切，翻来覆去难入眠。长短不齐的荇菜，姑娘左右去摘采。那善良美丽的姑娘啊，小伙子弹琴鼓瑟亲近她。长短不齐的荇菜，姑娘左右去挑选。那善良美丽的姑娘啊，小伙子用钟鼓使她欢乐。

【赏读提示】 从古至今，《关雎》就有两种分章方式。一种是每四句为一章，全诗共五章。另一种分为三章，第一章四句，第二、三章各八句。我们试以第二种为诵读体例。第一章是总述，态度比较客观；第二、三章从男主人公方面落笔，先说他在未得到淑女时思念之苦，连觉也睡不着；然后再说他求得淑女后，千方百计使她心情欢乐舒畅。如果说第二章近于现实主义的描写，那么第三章便带有浪漫主义情调，抒写主人公为爱情获得成功的美好前景而陶醉。

《诗经》以四言为主，兼有杂言。结构上多采用重章叠句的形式加强抒情效果。每一章只变换几个字，却收到回旋跌宕的艺术效果。在语言上，多采用双声叠韵、叠字联绵词来状物、拟声、穷貌。在押韵上，有的句句押韵，有的隔句押韵，有的一韵到底，有的中途转韵，现代诗歌的用韵规律在《诗经》中几乎都已经具备了。

诵读时应注意几个字音的处理：“窈窕”(yǎotiǎo)，两个上声字相连组合，前个上声字须变成近似于阳平，人多误读为两个阳平字。“好”字，读音 hǎo，意思是好的、优秀的、可意的。“荇菜”的“荇”字读音为 xìng，去声。“芼之”的“芼”字读去声 mào。“钟鼓乐之”的“乐”读 yuè，动词，取悦，使其愉悦、快乐的意思。

【推荐名句】 关关雎鸠，在河之洲。窈窕淑女，君子好逑。

诗经·相鼠

相(xiàng)鼠有皮，人而无仪！

人而无仪，不死何为？

相鼠有齿，人而无止(chǐ)！

人而无止，不死何俟(sì)？

相鼠有体，人而无礼！

人而无礼，胡不遄(chuán)死？

【题解】《相鼠》是《鄘风》中的一篇。《诗》序谓：“《相鼠》，刺无礼也。”古人常赋之以刺无礼。古代统治阶级用虚伪礼节欺骗人民，人民深恶痛绝，比之为鼠，给予辛辣的讽刺。

【注释】1. 相：看，视。2. 仪：礼仪，礼节。3. 止：同“耻”，即廉耻。4. 俟：等待。5. 遄：迅速。

【串译】就连那老鼠都有皮，那些人却不知礼仪！人若无视礼仪，活着还有何意义？就连那老鼠都有牙齿，那些人却为非作歹不止。人若不知廉耻，不去死还等待什么？就连那老鼠还知体面，那些人却不顾道德伦理。人若不懂得礼仪，那还不快快去死？

【赏读提示】《相鼠》是《诗经》里骂人最露骨、最直接、最解恨的一首。讽刺那些胡作非为、荒淫无耻之徒，表达了老百姓的憎恨和诅咒。诗以老鼠作对比，指斥无耻之徒连老鼠都不如。诗中说是看老鼠，实则看人，在斥责之中增加了一种情感和形象。用老鼠来说明讲礼仪守规矩的重要是极而言之，强烈的反差造成了使人震惊的效果。

本篇三章重叠，以鼠起兴，反复类比，意思并列，但各有侧重。第一章“无仪”，指外表；第二章“无止（耻）”，指内心；第三章“无礼”，指行为。三章重章互足，合起来才是一个完整的意思，这是《诗经》重章的一种类型。本诗尽情怒斥，感情强烈，语言尖刻，每章四句皆押韵，并且二、三句重复，末句又反诘进逼，“意在笔先，一波三折”，既一气贯注又回流激荡，增强了讽刺的力量与风趣。

诵读时咬字应有力度，揭露、讽刺要强烈、辛辣，要有诅咒的味道！其中“不死何为？”“不死何俟？”“胡不遄死？”三个诘问句，自问自答，层级式地递进，一句比一句分量重，一句比一句有气势，呈“上山型”语势，至“胡不遄死？”戛然而止，表达应解气、解恨，酣畅淋漓。

诗经·木瓜

投我以木瓜，报之以琼琚(jū)。

匪(fēi)报也，永以为好也。

投我以木桃，报之以琼瑶。

匪报也，永以为好也。

投我以木李，报之以琼玖(jiǔ)。

匪报也，永以为好也。

【题解】《木瓜》一共三章，每章四句。字句比较好懂，从字面看写的是两个人之间礼物的相互赠送，而实质上是表示相互之间的感情，是写一个男子与钟爱的女子互赠信物以定同心之约。

【注释】1. 木瓜：落叶灌木，果似小瓜。古代有瓜果之类为