

播音主持艺术技巧丛书

诗歌朗诵

技

巧

李红岩 著

中国广播电视出版社

SONG

图书在版编目 (CIP) 数据

诗歌朗诵技巧 / 李红岩著. —北京: 中国广播电视出版社, 2002. 1

(播音主持艺术技巧丛书)

ISBN 7-5043-3835-4

I. 诗... II. 李... III. 诗歌—朗诵—方法
IV. H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 082391 号

诗歌朗诵技巧

作 者:	李红岩
责任编辑:	牟国栋
封面设计:	郭运娟
责任校对:	张莲芳
监 印:	戴存善
出版发行:	中国广播电视出版社
电 话:	86093580 86093583
社 址:	北京复外大街 2 号 (邮政编码 100866)
经 销:	全国各地新华书店
印 刷:	地矿部保定地质工程勘察院美术胶印厂
装 订:	涿州市西何各庄新华装订厂
开 本:	850×1168 毫米 1/32
字 数:	240 (千) 字
印 张:	10.75
版 次:	2002 年 1 月第 1 版 2002 年 5 月第 2 次印刷
印 数:	3001—7000
书 号:	ISBN 7-5043-3835-4/G·1489
定 价:	18.00 元

(版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换)

目 录

第一章	诗歌朗诵概说	(1)
	一、什么是朗诵	(1)
	二、诗歌朗诵的特点	(3)
	三、诗歌朗诵的功能	(7)
	四、朗诵诗的分类	(9)
第二章	诗歌朗诵的准备	(12)
	一、选定作品	(12)
	二、量身创作	(19)
	三、确定形式	(25)
	四、调整心态	(29)
第三章	诗歌朗诵本体创作	(31)
	一、理解感受	(31)
	二、用声自如	(35)
	三、气脉一贯	(38)
	四、行动性强	(39)
	五、展现形象	(42)
	六、富于乐感	(45)
	七、控制节奏	(51)

第四章 诗歌朗诵整体创作	(55)
一、交流互动	(56)
二、善用体态	(60)
三、站位合理	(67)
四、配乐巧妙	(73)
五、舞美和谐	(77)
六、勇于创新	(79)
七、循环训练	(82)
第五章 格律诗的朗诵	(86)
一、确定基调	(86)
二、划分音步	(88)
三、押住韵脚	(90)
四、突出平仄	(91)
五、语势呼应	(92)
六、讲究节奏	(94)
七、诵出韵味	(96)
附：作品朗诵解读	(97)
渡汉江	(97)
登鹤雀楼	(98)
春晓	(98)
宿建德江	(99)
鸟鸣涧	(100)
相思	(101)
静夜思	(101)
独坐敬亭山	(102)
秋浦歌	(103)
逢雪宿芙蓉山主人	(103)

塞下曲	(104)
江雪	(105)
寻隐者不遇	(105)
乐游原	(106)
绝句 (生当做人杰)	(107)
送杜少府之任蜀川	(107)
在狱咏蝉	(108)
望月怀远	(109)
过故人庄	(110)
望洞庭湖赠张丞相	(111)
山居秋暝	(112)
使至塞上	(113)
望岳	(114)
春望	(115)
月夜	(116)
春夜喜雨	(117)
旅夜书怀	(118)
登岳阳楼	(119)
赋得古原草送别	(119)
题李凝幽居	(120)
晚晴	(121)
回乡偶书	(122)
咏柳	(123)
凉州词 (黄河远上白云间)	(124)
出塞 (秦时明月汉时关)	(125)
芙蓉楼送辛渐 (寒雨连江夜入吴)	
.....	(126)
九月九日忆山东兄弟	(126)
送元二使安西	(127)

望天门山	(128)
望庐山瀑布	(129)
赠汪伦	(130)
早发白帝城	(131)
凉州词 (葡萄美酒夜光杯)	(132)
别董大	(133)
江畔独步寻花	(133)
绝句 (两个黄鹂鸣翠柳)	(134)
江南逢李龟年	(135)
寒食	(136)
枫桥夜泊	(137)
滁州西涧	(138)
早春呈水部张十八员外	(139)
乌衣巷	(140)
暮江吟	(140)
离思	(141)
江南春绝句	(142)
泊秦淮	(143)
赤壁	(144)
山行	(145)
清明	(146)
夜雨寄北	(147)
宿骆氏亭寄怀崔雍崔衮	(148)
淮中晚泊犊头	(149)
泊船瓜洲	(150)
饮湖上初晴后雨	(150)
题西林壁	(151)
十一月四日风雨大作	(152)
示儿	(153)

小池	(154)
晓出净慈寺送林子方	(155)
观书有感	(156)
游园不值	(156)
石灰吟	(157)
己亥杂诗	(158)
黄鹤楼	(159)
蜀相	(160)
闻官军收河南河北	(161)
登高	(162)
左迁至蓝关示侄孙湘	(163)
酬乐天扬州初逢席上见赠	(164)
无题（相见时难别亦难）	(165)
无题（昨夜星辰昨夜风）	(166)
锦瑟	(167)
山园小梅	(168)

第六章 古体诗的朗诵	(170)
一、了解背景	(170)
二、确定基调	(172)
三、规中求变	(174)
四、体现诗风	(176)
附：作品朗诵解读	(177)
步出夏门行（其一）	(177)
短歌行（其一）	(179)
饮酒（其五）	(180)
敕勒歌	(180)
木兰诗	(181)
春江花月夜	(184)

登幽州台歌	(185)
蜀道难	(186)
将进酒	(187)
行路难 (其一)	(188)
梦游天姥吟留别	(189)
月下独酌四首 (其一)	(190)
宣州谢朓楼饯别校书叔云	(191)
兵车行	(192)
茅屋为秋风所破歌	(193)
白雪歌送武判官归京	(194)
游子吟	(195)
长恨歌	(196)
琵琶行	(198)

第七章 词的朗诵	(201)
一、了解词牌	(201)
二、熟悉内容	(203)
三、划分句群	(205)
四、确定风格	(206)
五、凸显特色	(207)
附：作品朗诵解读	(209)
忆秦娥	(209)
渔歌子	(210)
谒金门	(210)
山花子	(211)
相见欢 (林花谢了春红)	(212)
相见欢 (无言独上西楼)	(212)
浪淘沙	(213)
虞美人	(214)

苏幕遮	(215)
浣溪沙	(216)
蝶恋花 (槛菊愁烟兰泣露)	(217)
雨霖铃	(218)
玉楼春	(219)
踏莎行 (候馆梅残)	(220)
蝶恋花 (庭院深深深几许)	(221)
生查子·元夕	(222)
临江仙 (梦后楼台高锁)	(223)
江城子·乙卯正月二十日夜记梦	(224)
江城子·密州出猎	(225)
水调歌头	(226)
念奴娇·赤壁怀古	(227)
蝶恋花 (花褪残红青杏小)	(229)
卜算子	(229)
鹊桥仙	(230)
踏莎行 (雾失楼台)	(231)
如梦令	(232)
醉花阴	(233)
声声慢	(234)
满江红	(235)
诉衷情	(236)
钗头凤	(237)
卜算子·咏梅	(238)
菩萨蛮·书江西造口壁	(239)
青玉案·元夕	(240)
破阵子·为陈同甫赋壮词以寄之	(241)

西江月·夜行黄沙道中	(242)
丑奴儿·书博山道中壁	(243)
永遇乐·京口北固亭怀古	(243)
扬州慢	(245)
临江仙(滚滚长江东逝水)	(246)

第八章 自由体诗歌的朗诵	(247)
一、熟悉作品	(247)
二、划分层次	(249)
三、安排停连	(251)
四、确定基调	(252)
五、感同身受	(254)
附：作品朗诵解读	(255)
相隔一层纸	(255)
炉中煤	(255)
死水	(257)
一句话	(258)
我是一条小河	(259)
再别康桥	(260)
雨巷	(262)
我用残缺的手掌	(264)
血字	(266)
三代	(267)
我爱这土地	(268)
五月的鲜花	(269)
乡愁	(270)
寻李白	(272)
车祸	(274)
情思	(275)

最后的飞翔	(279)
爱情的故事	(280)
没有不下台的演员	(281)
这是四点零八分的北京	(282)
祖国啊，我亲爱的祖国	(284)
致橡树	(285)
一代人	(287)
蓝水兵（其一）	(288)
我骄傲，我是中国人	(290)
珍惜	(293)
丑角	(295)
现象	(296)
生与死	(297)
历史的碎片	(298)
对话	(300)
玻璃大厦	(302)
十四行诗（第54首）	(303)
你生命告终	(304)
我的心啊在高原	(306)
孔夫子的箴言	(307)
帆	(308)
干杯	(309)
我记得.....	(310)
致恰达耶夫	(311)
旗帜	(312)
你的微笑	(313)
人生礼赞	(315)
得失	(317)
我不记得我的母亲	(318)

第九章 散文诗的朗诵	(320)
一、确定基调	(320)
二、交流定向	(321)
三、话由心生	(321)
四、寻求变化	(322)
附：作品朗诵解读	(322)
匆匆	(322)
秋实	(324)
温柔	(324)
参考书目	(326)
后记	(328)

第 一 章 诗歌朗诵概说

一 章

一、什么是朗诵

朗诵是把文字作品转化为有声语言的创作活动。

在这个过程中，朗诵者要选定适合自己的文字作品，深入理解原作的思想内容，设计好朗诵的形式，结合音乐灯光的设计，准确、清晰、有感情、有变化地把文字作品转化为有声语言。

朗诵是一种创作活动。它不是简单地把文字变成声音，而是要赋予文字所应该承载的信息和情感。因为我们知道，文字是记录人类有声语言的工具，但文字也有其局限性，如，它很难甚至不能把人们在说话时丰富多变的语气表现出来，不能把人们说话的情态完全体现出来，也未必能够把一句话的真实含意揭示出来。因此，朗诵者在把文字转化为有声语言的过程中，首先要深入理解作品的思想内涵，把握文字创作者真实的意图，调动自己的情感，使其运动起来；接下来，还要运用停连、重音、语气、节奏等有声语言的表达技巧把作品的思想内涵阐释出来，把自己运动起来的情感抒发出来。理解、感受、表达等各个环节都要求朗诵者要进行创造性的工作，所以说，朗诵不是简单地念字，而是一种复杂的创作活动。

朗诵是一个复杂的系统性工程。朗诵不仅仅是口耳艺术，它还综合了其它门类艺术的特点。绝大多数的朗诵都是面对广大受

众进行的，这就决定了朗诵不是自言自语地说话，不是自我欣赏式的宣泄，朗诵者要懂得与广大受众进行交流，进行语言的、眼神的、肢体的、心灵的交流。有的朗诵者很有观众缘，只要在台上一站，就能立刻赢得观众的关注和喜爱，这与其肢体语言的运用、心理状态的调整都密切相关。朗诵者往往要站在舞台上进行朗诵，这与朗诵者的站位、灯光舞美的设计运用紧密联系，任何一个环节出现疏漏，都会影响整个朗诵作品的艺术水准，影响朗诵的效果。配乐诗朗诵的大量出现，使音乐在朗诵的创作中占有了重要的地位。好的配乐，有助于营造意境、调动情感、推动进程、引发共鸣。营造意境，能使朗诵者和受众在不知不觉中迅速进入规定情境；调动情感，有助于使听说双方的情感运动起来；推动进程，使诗歌借助音乐作品的乐章结构起承转合，作品的层次和结构更加清晰和完整；引发共鸣，使语言作品的高潮部分和音乐作品的高潮部分相契合，共同弹动听说双方心灵中最细腻、最易感的部分，达到水乳交融、身心俱动的境界。

朗诵是朗诵者自身修养的综合体现。古语说得好，“腹有诗书气自华”，朗诵者在受众面前进行朗诵时，其气质、风度、自身修养都会不同程度地体现出来，可以想象，说着自己不能理解的词句，抒发着自己没有真切体会的情感，与受众进行着虚假的沟通，这样的朗诵当然不会有好的效果。同时，朗诵的过程也是进行自身修养的过程，在这个过程中，朗诵者的文学修养日益深厚，心灵变得易感，有声语言表达技巧日益精进，精神状态也会更加积极乐观。

由此我们可以看出，朗诵是一门艺术，是一项创造性的活动，是人类文化现象中的重要一环。在我国，朗诵具有几千年的历史，“《孟子》中的‘诵其诗，读其书’就明显地反映了先秦以至更早时期朗诵的盛况”^①。其后，汉赋、唐诗、宋词中的许多

^① 谢伦浩编著：《青少年朗诵手册》，中国出版社 2000 年 1 月版，第 2 页。

作品都易于上口，广为传诵，至今依然是人们朗诵的佳品。1981年3月，北京朗诵艺术团成立，该团组织了多种形式的朗诵活动，在广大听众特别是青少年中产生了强烈的反响。^①20世纪末，唐宋诗词朗诵之风蔚然兴起，朗诵艺术的魅力伴随着中华文化的传播而再次闪耀出夺目的光辉，其文学性、艺术性和大众性等特点日益突出。

二、诗歌朗诵的特点

朗诵的体裁多种多样，诗歌、散文、寓言、故事、小说、戏剧，都可以纳入朗诵的范畴中。在众多体裁中，尤以诗歌被用于朗诵的最多，因为诗歌具有感情浓烈、富有韵律、文学性强、流传广泛、影响深远等特点，这些特点都特别适于进行有声语言艺术创作。

诗歌朗诵的艺术感染力是因其特点而产生的。了解其特点有利于加深对朗诵特别是诗歌朗诵的认识。

（一）音声性

诗歌朗诵最重要的特点之一就是其音声性，这也是一切朗诵艺术的重要特点之一。

朗诵是把文字作品转化为有声语言的艺术创作。在这个过程中，不论朗诵者对文字作品思想内涵的理解如何深刻，不论他自身的文学素养和艺术修养如何高，也不论他对朗诵的整体设计如何精妙，最终都主要体现在有声语言表达上，进一步说，就是朗诵者的语音和声音上。因为，听众是通过朗诵者的有声语言表达来接受文字作品的思想内涵、了解朗诵者的艺术修养、欣赏文字作品的艺术魅力的。在此，我们可以这样说，有声语言几乎成了诗歌艺术惟一的载体。因此，只要思想深刻、情感浓烈就能朗诵

^① 参见陈爱仪、雷抒雁编：《朗诵艺术谈》，中国青年出版社1986年版，第5页。

好诗歌的说法是不成立的。

音声主要指朗诵诗歌的声音。优秀的朗诵艺术家总是不断地进行声音训练的，我们甚至有这样的体验，只要他一张口，听众立刻就会被其富于磁性的、悦耳动听的声音吸引住。声音虽然不是诗歌朗诵的全部，但是它有其独立存在的意义，是增强诗歌朗诵艺术魅力的重要因素。

因此，在进行诗歌朗诵的训练过程中，练声既是基础性的工作——它是进行诗歌朗诵的必备条件，也是贯穿始终的工作——它制约着诗歌朗诵水平提高的幅度。

（二）规范性

规范性主要表现在朗诵所选择的文字作品和所使用的语言上。一般来说，朗诵时选择的文字作品都是规范的，其思想内容和语言形式大都经过作者的精心思考，另一方面，要求朗诵诗歌要使用普通话。

到目前为止，大家所听到的诗歌朗诵绝大多数都是使用普通话的，其标准的语音、规范的词汇、语法为大多数听众所熟悉，能为大众所理解和接受；同时，这种规范的语音也最能体现诗歌抑扬顿挫、平仄相间、富于韵律的特点，最能表现出诗歌朗诵的艺术魅力。

（三）文学性

朗诵不同于日常的说话，这一点主要体现在其文学性上。人们在日常说话时，涉及的话题多种多样，说话的状态也非常轻松，思绪可以是连续的，也可以是跳跃的，可以是完整的，也可以是片段式的，只要能达到交流思想的目的就可以了。

而朗诵则不同，一般来说，其文字作品的主题相对集中，有一定的思想意义，富有情感，文字洗练精美；在朗诵时，须要深刻理解文字作品，调动自己的思想感情，用富于表现力和感染力的有声语言进行表达。无论是文字作品还是朗诵创作，都带有非常鲜明的文学性。

我们看到，人们在选择朗诵的文字作品时都是非常严格和认真的，对其主题、思想、遣词造句的要求非常高。事实也证明，文字作品艺术水准的高低在很大程度上影响着朗诵艺术魅力的高低。

（四）艺术性

朗诵不同于传播信息的语言表达，如不同于新闻播音。人们在传播信息时，主要是为了把事情说清楚，因此，往往用最朴实的语言表达样态来转化文字语言，音高、音长、音强、音色、语气、节奏的变化都限制在一定的幅度之内，其朴实性和真实感非常重要。

朗诵则不同。因其现场性的要求，所以朗诵时声音运用有其特殊的要求；因其感情浓烈，所以朗诵时语气、节奏的变化幅度相对较大；因其音声性的特点，所以要求朗诵者要通过训练增强其语言的表现力和感染力，等等。所有这些要求，都体现出诗歌朗诵艺术性的特点。

（五）综合性

朗诵艺术是一项综合性的艺术，它不仅要求朗诵所依据的文字作品要有较高的艺术水准，要求朗诵者对文字作品的理解力、感受力以及有声语言的表现力和感染力要强，有时还要求配乐、灯光、舞美等多种因素的完美配合。这不仅要求这些因素自身的完美，还要有机配合，彼此映衬，互相促进，既不能显出弱势，也不能互相“抢戏”，否则，语言与配乐的力度对比反差过大、内容与环境的格调背离等等都会影响到朗诵作品的艺术效果。

此外，朗诵者还应掌握一些心理学和传播学的知识，能够在现场有效地控制自己的身心状态，消除紧张心理，了解受众接受心理，与受众进行积极有效的交流，使自己传达的思想、抒发的感情能够真正达于受众的心中。

所以说，朗诵的艺术效果是朗诵者综合素质的集中体现。