

文学作品 朗诵艺术

谢伦浩 编著

WENXUE

LANG
SONG

ZUOPIN

YISHU

中国  广播电视出版社
CHINA RADIO & TELEVISION PUBLISHING HOUSE

文学作品 朗诵艺术

谢伦浩 编著

ZUOPIN

LANG
SONG

YISHU

中国  广播电视出版社
CHINA RADIO & TELEVISION PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

文学作品朗诵艺术 / 谢伦浩编著. —北京: 中国广播电视出版社, 2009. 8

ISBN 978 - 7 - 5043 - 5889 - 9

I. 文… II. 谢… III. 朗诵—语言艺术 IV. H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 138034 号

文学作品朗诵艺术

谢伦浩 编著

责任编辑 陈 琳

封面设计 丁 琳

责任校对 张 哲

出版发行 中国广播电视出版社

电 话 010-86093580 010-86093583

社 址 北京市西城区真武庙二条 9 号

邮 编 100045

网 址 www. crtp. com. cn

电子信箱 crtp8@ sina. com

经 销 全国各地新华书店

印 刷 涿州市京南印刷厂

开 本 710 毫米×1000 毫米 1/16

字 数 277 (千) 字

印 张 17.75

版 次 2009 年 8 月第 1 版 2009 年 8 月第 1 次印刷

印 数 5000 册

书 号 ISBN 978-7-5043-5889-9

定 价 32.00 元

(版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换)

序 言

目前，关于朗读、朗诵或者诵读的书籍、文章相当丰富，这是因为开展的活动多了，爱好者也多了。特别是课堂教学的需要更是热切而急迫。这是我国民族文化复兴、日益繁荣发展的表现，值得鼓掌欢呼！

谢伦浩的著作，理论阐述明白晓畅，实例解读深入浅出，表明了作者在这方面的修养和造诣，也显现了作者恪尽职守的责任感。作者研究播音主持艺术多年，教学实践经验丰富，自从担任系主任后，更能感受到教师和学生两方面的强烈愿望和迫切要求。学习播音主持艺术，必须加强基本功力的锤炼，而朗诵，就是一条有效的途径。在这本书里，我们可以了解朗诵艺术的基本理论知识，习得朗诵艺术的应用表达技巧；可以拣选适合学生具体条件的篇目，按部就班地进行训练；也可以根据不同场合，集中某些题材体裁相近的篇章，分别由集体或个人进行演出。因为理论技巧实用，内容材料丰富，汇集了多种多样的类别和品种，所以本书具有广泛的适应性，普及和提高的层级性，深入研究的可溶性，以及风格各异的多样性，作为教学参考和材料训练，应该说很有特点、很有价值，可以备于案头，时时阅读。

在读过的类似的著作里，我发现存在着某种共同的问题，可以提出来一起探讨。

首先是“轻朗读、重朗诵”的问题。人们总以为朗读就是简单地念字出声，没有什么艺术性，远不如朗诵那样激情洋溢、感人至深。其实，朗读和朗诵具有同样的“语言功力”的要求，只不过是内容需要和场景不同，而产生了各自的传播目的和表达形态的差异，两者都属于有声语言创作范畴。关于朗读的种种要素，可以参看拙著《朗读学》，里面谈到了诸多法则和技巧。朗读，不仅适合社会生活中的各种文本，而且有优劣、高下的区别，并不是人人都能朗读得好的。应该说，朗读

正是朗诵的基石，没有打好朗读的基本功，要想提高朗诵水平，那是很难的。现在很多朗诵，之所以不能满足广大受众的期待，恰恰是因为在有声语言创作基础方面存在着缺憾造成的。

要想在朗诵上深造，首先必须进行朗读训练。正如要想在播音主持艺术方面成熟起来，也必须打好朗读的基础一样。朗读水平也会影响即兴口语的明晰晓畅，道理自在其中。

其次是“轻感受、重技巧”的问题。无论是古今中外的名篇佳作，只要选定为朗诵材料，那就先要加深理解和加强感受。感受是关键。缺乏感受，只能在有声语言艺术殿堂外面徘徊。而所谓感受，在朗读、朗诵的要求中，是指“感知于外、受之于心”，核心是有声语言创作主体与文本创作主体必须达到“视域融合”。朗诵之前，一定要悉心感受作品的创作语境，时代背景，题材体裁，写作目的，写作手法，特别是作者的具体思想感情。由此，朗诵者熟稔作品于胸中，化为自己的切身体验，再进行朗诵的诸种细节准备。在朗诵过程中，把这些感受融会贯通，并行之于声。其中，朗诵者的“回溯感”、“当代感”便会油然而生。这样，就把作者和朗诵者融为一体，而以朗诵者作为创作主体，给以准确、恰当的表达，便有可能进入朗诵艺术的佳境。否则，或者只是作者的化身，脱离当代语境，或者只是朗诵者的当下身份，产生同作者的隔阂，这都给朗诵本身造成两张皮的效果，不容易成功。

再次是“重文字、轻声音”。以为文字中已经蕴含了一切，只要按照文字的读音去朗诵，肯定没有问题。如此，语音固然标准、规范了，但是却缺乏生命的活力，不能动人心弦、感人肺腑。在朗诵时，最好能够做到：把作品便成自己想说的、自己要说的“话”，脱口而出。千万不要“有字无句、有句无章”，更不要刻意地、机械地模仿别人的声音、语调。只有这样，才可能达到“有感而发、有的放矢、有动于衷”，而不是“睁眼看字不动脑，张口说话不动心”。

最后是“重语言、轻状态”。认为朗诵既然是使用有声语言，那就不必考虑状态问题了，或者只是稍加注意就可以了。这种做法，往往不能“进入状态”，而且还会导致“错误状态”，甚至“功亏一篑”、“劳而无功”。朗诵状态，是有声语言创作“成败攸关”的问题，绝不可小觑。错误状态经常使朗诵者身不由己，把相当充分的准备工作付之东流，使一切美好的设想化为泡影。因此，我们要注意“变声音先变状态”，努力随时随地调整状态，实现“自如状态”的心理预期，以便达

到状态始终“自如”的目的。

我们在普及朗诵活动的过程中，事实上就在普及和推进文化的自觉，并提升人们的生存质量和生活价值。人们需要时代精神的哺育，需要人文关怀的陶冶。而有声语言，正是“人文精神的声音化”，凝聚着民族的血脉，负载着文明的传承。它确实是口耳之学，同时，又是“心有灵犀”的精神乐园！谢伦浩同志的著作，正包含着这样的人生哲理。

是为序。

中国传媒大学 播音主持艺术学院 张颂

2009 年 端午

目 录

序言	张 颂 (1)
----------	---------

上编 朗诵理论技巧

第一章 朗诵的特性	(3)
一、朗诵的界定	(3)
二、朗诵的特点	(4)
三、朗诵的社会功能	(5)
四、朗诵的历史发展	(6)
五、文学作品朗诵的认识	(9)
第二章 朗诵的准备	(12)
一、朗诵的前期准备	(12)
二、朗诵作品的选定	(13)
三、朗诵作品的理解	(13)
四、朗诵作品的感受	(15)
五、朗诵作品的语音把握	(16)
六、朗诵者的声音造型	(26)
七、朗诵者的素质具备	(38)
八、朗诵者的风格形成	(40)
第三章 朗诵的技巧	(42)
一、朗诵技巧的整体把握	(42)

二、朗诵的停顿技巧	(43)
三、朗诵的重音技巧	(45)
四、朗诵语速与节奏的把握	(48)
五、朗诵语势与语调的运用	(49)
六、朗诵时特殊有声技巧的运用	(52)
七、朗诵时目光语的运用	(53)
八、朗诵时脸部表情的控制	(55)
九、朗诵中的手势表达	(56)
十、朗诵时的姿态调整	(59)
十一、朗诵者服饰装扮技巧	(61)
第四章 朗诵的进行	(65)
一、朗诵进行的整体设计	(65)
二、朗诵时的状态调控	(66)
三、朗诵过程中的心理表征	(67)
四、朗诵怯场的心理调控	(68)
五、朗诵进行中的情感调控	(71)
六、朗诵作品的配乐	(72)
七、朗诵时麦克风的使用	(74)
八、集体朗诵的设计与进行	(74)
九、朗诵比赛的策划与实施	(76)

下编 朗诵文本指导

第五章 古典诗词的朗诵	(83)
一、诗词的文学特征及古典诗词的类型	(83)
二、古典诗词的朗诵方法	(84)
三、古典诗词文本朗诵指导	(85)
第六章 现代诗词的朗诵	(102)
一、现代诗词的文学特征与类型	(102)
二、现代诗词的朗诵方法	(102)
三、现代诗词文本朗诵指导	(104)

第七章 散文书信的朗诵	(154)
一、散文书信的文学特征与类型	(154)
二、散文的朗诵方法	(155)
三、书信的朗诵方法	(156)
四、散文书信文本朗诵指导	(157)
第八章 小说故事的朗诵	(192)
一、小说、故事的文学特征与类型	(192)
二、小说、故事的朗诵方法	(193)
三、小说、故事文本朗诵指导	(194)
第九章 童话寓言的朗诵	(222)
一、童话、寓言的文学特征与类型	(222)
二、童话的朗诵方法	(223)
三、寓言的朗诵方法	(224)
四、童话、寓言文本朗诵指导	(225)
第十章 剧本台词的朗诵	(247)
一、剧本的文学特征与类型	(247)
二、剧本台词的朗诵方法	(248)
三、剧本台词文本朗诵指导	(250)
参考文献	(271)
后 记	(272)

上编 朗诵理论技巧

朗诵是一门艺术，也是一门技术。作为艺术朗诵具有悠久的实践历史与较为完整的理论建构，可以说，朗诵与人类同时产生，与劳动相伴相随。人们利用朗诵活动相互交流、共同生活、传达信息、完善言行。朗诵在人类历史进程中具有巨大的社会传播功能、交际功能。朗诵的理论体系也慢慢地在朗诵实践中得以诞生并反过来指导朗诵实践，使朗诵艺术蓬勃发展、日益完善。作为技术，朗诵具有一定的技巧方法，无论是宏观技巧还是微观技巧都对朗诵表达起着明显的完善美化功能。这些技巧方法在理论的支撑与指导下，经过刻苦认真的训练是可以习得的。要注意的是，技巧的获得需要长期的训练，技巧的完善需要刻苦的学习，日积月累、天长日久，朗诵表达时才能得心应手、左右逢源，才能消除技巧的痕迹，使朗诵从必然王国走向自由王国。

第一章 朗诵的特性

一、朗诵的界定

朗诵是把诉诸人们视觉的书面文字转化为诉诸听觉的有声语言的再创作活动，它把源于生活高于生活的文学作品，经过抑扬顿挫、声情并茂的加工，使之形于声，创造出有声语言的艺术品，具有很强的表现力和感染力。

朗诵是一门艺术，是文学作品的延伸。当朗诵者以优美的声音，清晰而富有激情的语言，同时通过内心辅之以手势、眼神等表情动作，绘声绘色地将文学作品生动形象地表达出来，给听众以强烈的感受和艺术上的享受时，朗诵就是融语言与表演为一体的艺术。

朗诵与说话都是语言表达的方式，都可以传情达意，但两者又有很大差别：朗诵表达书面语言，而说话是表达口头语言的。一个人只要没有生理缺陷，即使不识字，也能说话，能随时用语言来表达自己的思想，与人进行交流；朗诵则是具有一定文化程度的人才能做到，因为，要朗诵，首先要阅读。要理解书面材料中所表达的思想感情，才能把无声的书面语言变成活生生的口头语言。朗诵是阅读、思维、想象、口头表达等各种能力的综合运用。要使朗诵达到一定的效果，需要掌握一定的朗诵知识和技巧，需要经过一定的训练。

朗诵和朗读，都属于单向的口语表达的基本形式，都是凭借文字作品来进行的。二者都要求运用一定的表达技巧对作品进行加工。同时，二者也有很大的区别：

第一，朗诵的对象选取主要涉及文学作品，如诗歌、散文、小说、寓言、剧本、台词等，而朗读的范围很广，可以说只要是文字，都可进行，不仅是文学作品，也包括新闻、通讯、社论等，甚至包括打油诗等。

第二，朗诵讲求艺术表达，要求气息要充沛、音色要优美、感情要强烈、音声要变化，而朗读本质上还是一种“念读”，一种应用型的朗声阅读，它更加注意语言的规范、语句的完整和语意的精确，将原文字的主旨明晰准确地转换为相应的有声语言传送给听众，以呼唤听者的理智思考。

第三，朗诵一般指舞台朗读表演，它比朗读的要求更全面、更艺术。朗诵虽然也是照书面材料诵读，但要求对材料十分熟悉，要求背诵，而且要讲究语言表达技巧，不仅要达意，还要传情，通过面部表情、动作、手势、身势等来加强表达效果。同时，可以运用相应的化妆、音乐、灯光等技巧来强化感情的表达。相对来说，在这些方面，朗读就显得“弱”些。

第四，朗诵更趋于严谨规范，它一般要求表达者运用标准的普通话。而朗读，当然也要求规范标准，但现实生活中，在听者听得明白、能够理解的前提下，方言朗读如读文件社论、司法公文，以至在课堂教学中朗读也是存在的。

第五，朗诵的场合一般较大，地点确定，往往应有群体对象，而朗读的对象可以是一个人、几个人或更多的人，人数比较随便，地点也较灵活。

朗诵作为一口耳艺术，具有悠久的历史，随着文学作品的出现而诞生，可以说朗诵和文学是一对孪生兄弟。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乃至更早期朗诵的盛况。从那以后，朗诵便成为社会进程中文化教育生活的重要组成部分。

二、朗诵的特点

朗诵是指清晰、准确、响亮、有感情地把文章表达出来，是一种把文字作品转化为有声语言的创作活动，它属于再生性的口语艺术。它以独特的创作方式和表现手段产生相应的艺术感染力。其特点如下：

第一，有声性。

朗诵是有声语言的“读”的艺术，这种“读”不是简单地把文字念出声来，而是圆润悦耳，吐字、声响讲究，充满感情的。朗诵要防止两种不正确的方式：一是唱读，有口无心，和尚念经，总是一个固定的腔调，导致音与义的隔离，声不表义，声不传情；二是“硬读”，即照

字出声，或有字无词，或有字无句，词与短语都没有轻重之分，听不出完整的句与段，一字一字地迸出声来，死板、生硬。

第二，依赖性。

朗诵有一定的文字作品为依据，这些作品的语言、结构、思想和感情都是确定的。朗诵者只能依据原作进行再创作，不能抛弃作品任意发挥。这样可能约束朗诵者的表达，朗诵时容易形成“照字念声，有口无心”的无思维状态。这就要求朗诵者引发感情，放开思维，跳出圈子，主动创造。

第三，创造性。

朗诵是朗诵者对文字作品的第二次创作，这种再创作要求朗诵者深入理解、具体感受作品，调动自己的真情实感，把作品的无声文字变成饱含作者感情的有声语言，配合各种技巧立体地展示出来。

第四，规范性。

规范性主要表现在朗诵所选择的文字作品和使用的语言两方面。一般来说，朗诵作品都是规范的，它从思想内容到语言形式都是作者精心创造反复修改而成。朗诵者的表达也应标准，应用普通话表达。

第五，求同性。

在通常情况下，朗诵都是在舞台进行表演或在话筒前进行录音，供人们视听欣赏，无论在何种场合下朗诵，都应自我身份出现在听众面前，都是直接把朗诵内容传达给听众，这样，与听众的交流是直接而明朗的。为了达到目的，要求朗诵者对所描述的环境、场面、人物的命运给人以身临其境之感，并通过朗诵者的语言、眼神、表情活灵活现、栩栩如生地把这种感受传达给听众，以求引起他们的共鸣。

三、朗诵的社会功能

在现代社会生活中，朗诵的运用是非常广泛的，作用和意义是巨大的。

首先，能获取信息，增长知识，开阔眼界。

一般来说，诵读的作品都是具有较强的思想性和较高的艺术性的精品。优美的朗诵作品，不仅主题鲜明，情调高雅，而且词句精当，逻辑严谨，构思巧妙，内容丰富。通过朗诵可以掌握词汇概念，学习作品的艺术表现手法，有助于形象思维和逻辑思维的锻炼。朗诵过程，实际上是知识吸取的过程，作品中的知识、信息会被我们吸收储存，化为可供

我们取用的表现手段,从而使我们掌握的信息越来越多,驾驭语言的能力越来越强,知识越来越丰富。

其次,能提升语言运用能力和表达能力。

口头表达能力是人的重要素质,一个人口头表达能力强,主要表现在发音纯正,吐词清晰,言语得体,运用自如;同时有中心、有层次,干净利落,形象生动。要获得这种能力,一方面要进行发音吐词、语音语调的训练,另外,还要扩大知识面,丰富词汇等。这些都可以通过长期的朗诵实践而获得。

通过朗诵可以加深对文字作品的深入体味,为用有声语言表现文字作品的思想性、艺术性提供依据。另外,朗诵作品一般都是规范、优美的,是良好的语音运用与表达的范例,朗诵时如果反复读,反复练,体会思想,捕捉情感,可熟能生巧,学为己用。

再次,能使语音规范统一,纯化语言表达。

《中华人民共和国宪法》第一章总纲第十九条明确规定:国家推广全国通用的普通话。朗诵是推广普通话的重要形式,是达到语音规范化的最佳途径。因为朗诵某部文学作品,作品里的每个字、每个词、每句话,都要首先解决声母、韵母、声调以及轻声儿化等语音规范问题,这些范本自然是人们学习普通话掌握共同语的范例,它将引导人们学会用规范标准的语言方式去交流、去表达。

另外,能修身养性,提高人文品质。

优秀的作品总能给人以积极进取、奋发向上的精神熏陶,而优美的朗诵则可通过艺术的声音塑造一个生动、形象、丰富的世界,导引听众进入作品情境,无论是读者还是听众都可以观照时代风云,了解历史变迁,洞察世人心灵,懂得深刻道理,特别是作品塑造的平凡而高尚的人物形象,在饱含激情的朗诵中,使真、善、美潜移默化地渗透,从而在社会公德、职业道德、家庭美德诸方面受到启发,得到教化。

四、朗诵的历史发展

朗诵作为口耳艺术,源远流长。远古时代,东方学者就大力倡导朗诵艺术。《诗大序》说:“在心为志,发言为诗,情动于中而形于言;言之不足,故嗟叹之;嗟叹之不足,故咏歌之;咏歌之不足,不知手之舞之,足之蹈之。”说的是人们为了抒发心灵,情不自禁地要吟诵、要歌咏,于是便手舞足蹈起来。南宋大哲学家朱熹告诫人们读书时,一定

要朗诵，他在《朱子训学斋规》中说：“凡读书，需要字字响亮，不可误一字，不可少一字，不可多一字，不可倒一字，不可牵强暗记，只是要多诵变数，自然上口，久远不忘。古人云：‘读书千遍，其义自见。’谓读得熟，则不待解说，自晓其义也。”

但是，在中国古代，人们不把朗诵叫朗诵，而是称为吟诵或吟咏。古代诗人或文人墨客聚集在一起，往往是一边饮酒、品菜，一边吟诗作赋，吟诵者踱着方步，晃着脑袋，拖着长声，带着颤音陶醉在诗作之中。这就是我们最早的朗诵。

朗诵作为语言表达艺术有悠久的实践史，可以说与人类劳动同时产生，在《淮南子·道应训》中有这样的记载：“今夫举大木者，前呼‘邪许’，后亦应之。此举重劝力之歌也。”鲁迅曾对此阐述了自己的观点，他说：“我们的祖先的原始人，原是连话也不会说的，为了共同劳作，必须发布意见，才渐渐练出复杂的声音来。假如那时大家抬木头，都觉得吃力了，却想不到发表，其中有一个叫道‘杭育杭育’，那么，这就是创作；大家也要佩服、应用的，这就等于出版；倘若用什么记号留存下来，这就是文学，他当然就是作家，也是文学家，是‘杭育杭育派’。”鲁迅这段话虽然是针对文学的产生而言的，但也很清楚地说明一个问题：文学起源于口头传诵。

朗诵从劳动中诞生后，发展迅速。

在周代，诗歌吟诵是当时大学（即太学）以及小学里都开设的一门必修课。在《礼记·内则》中曾有记载：“十有三年，学乐、诵诗、舞勺。”这反映了当时贵族子弟学校教学诗歌吟诵的情况。到了汉魏六朝时期，我国吟诵之学得到重要发展，汉武帝时，《易》、《书》、《诗》、《礼》、《春秋》等五部儒家典藏被尊为“五经”，人们普遍重视诵习诗书，加之当时声律理论的兴起，完善了吟诵作品的声律之美，对文学作品的创作与欣赏产生了重大影响。

到了唐宋时期，格律严谨、音律铿锵的近体诗词产生了，整个诗词创作进入了百花争艳、万紫千红的黄金盛世，一个个伟大的诗人、一个个吟诗诵词的爱好的者，他们或自吟自赏，或品味他人之作，或聆听他人之诵，怡然自得，美不胜收。到了明清时期，吟诵之学得到进一步发展，更是出现了诸如《三字经》、《千家诗》、《幼学琼林》、《增广贤文》等朗朗上口、易诵易记的启蒙读物，吟诵艺术在民间得到广泛传播。

其实，在朗诵艺术茁壮成长的同时，对朗诵艺术的理论跟进也很早。在战国时期，《孟子》中的“诵其诗，读其书”就明显地总结了先秦以前以至更早时期诵读的盛况。先秦时期的第一部历史散文《尚书·舜典》有记载：“诵其言谓之诗，咏其言谓之歌。”从中可以看出，当时不仅有“诵”的表达形式，并且十分清楚地与“歌”的形式进行了区别。到了汉代，古文字学家郑玄为“诵”字作了更为专业的注解：“以声节之曰诵。”意思是用声音把诗的节拍表示出来就叫诵。这种解释是符合“诵”的本义的，与今天我们理解的“朗诵”基本相似。到了宋代，“朗诵”二字正式出现，宋代著名文学家陆游极其重视读书、诵诗，他写过很多示儿抒怀的诗篇，吐露了“此生有志不移”的志向。在他的《剑南诗稿》中，出现了“朗诵”二字：

浮生过六十，百念已颓然；
独有耽书癖，犹同总角年；
横陈枲饭侧，朗诵短檠前；
不用嘲痴绝，儿曹尚可传。

从诗中可以看出诗人陆游读书、朗诵的良好习惯。朗诵也从此出现并成为一门艺术日臻完善。

朗诵艺术从诞生到成熟、从实践到理论经历了漫长的历史年代，在这漫长的时代中，文学作品也从内容到形式在飞跃发展变化，从歌谣辞赋、格律诗、近体诗到散文、杂文、小说、戏剧等构建着丰盈宏伟的文学殿堂，由于朗诵艺术的参与陪伴二者更是相得益彰、光耀辉煌。多少年来，不但文学家们自己吟诗诵赋、调词会友，广大百姓也父传子继、师生相沿地吟诵每篇佳作。特别是私塾授受、寒窗苦读，几乎全仰仗吟诵之功，由得心应手到得心应口。同时，朗诵在宗教界也广为运用，读经或诵经，是各教派的普通法规，甚至有因诵经文而得名的“声教”的存在。

随着社会的发展进步，随着新诗体、散文、杂文等各种文学作品的大量出现，古人那种饮酒赋诗、以诗会友、低吟轻诵的方式难以适应时代了，随之而起的是有组织、有系列的大型朗诵会、朗诵表演等方式，朗诵也因此被赋予了除欣赏性外的教育性、娱乐性、号召性等更大的社会功能。

在战争年代，朗读成了斗争的有力武器，许多仁人志士振臂高呼，倾心呐喊，咏诵着发自肺腑的诗文佳作，向民众宣传救国救民的道理，