

涵诗咏词

彭世强

编著

涵咏是目的，也是过程。

吟咏是手段，诗词是内容。

涵咏、滋润以养心，诗词品赏为育人，

此之谓『涵诗咏词』也！



上海交通大学出版社
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS



涵诗咏词

彭世强
编著

涵咏是目的，也是过程。

吟咏是手段，诗词是内容。

涵咏、滋润以养心，诗词品赏为育人，

此之谓『涵诗咏词』也！



上海交通大学出版社
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS

内容提要

本书是普及性吟诵读本,系作者十几年来所作的吟诵和朗诵讲课教案或讲座稿以及相关展示活动的脚本。可供一线教师开展类似活动的借鉴,也可供吟诵、古诗文爱好者参考使用。

图书在版编目(CIP)数据

涵诗咏词 / 彭世强编著. —上海:上海交通大学出版社,2020
ISBN 978-7-313-22852-9

I. ①涵… II. ①彭… III. ①阅读课—中小学—课外读物
IV. ①G634.333

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2020)第 006116 号

涵诗咏词

HANSHI YONGCI

编 著: 彭世强

出版发行: 上海交通大学出版社

邮政编码: 200030

印 刷: 常熟市文化印刷有限公司

开 本: 710mm×1000mm 1/16

字 数: 254 千字

版 次: 2020 年 3 月第 1 版

书 号: ISBN 978-7-313-22852-9

定 价: 58.00 元

地 址: 上海市番禺路 951 号

电 话: 021-64071208

经 销: 全国新华书店

印 张: 14.5

印 次: 2020 年 3 月第 1 次印刷

版权所有 侵权必究

告 读 者: 如发现本书有印装质量问题请与印刷厂质量科联系

联系电话: 0512-52219025

序一 老马的脚印

欣闻彭世强先生的著作《涵诗咏词》即将问世。初览其作，特点有二。

一，从理论上讲，他对吟诵和朗诵古诗词的理论有探索，有思考，有验证，并端出了自己的体会与见解；

二，从实践上看，他提供了对李白、杜甫、苏轼、李清照、辛弃疾等五位诗人代表作的分析、演绎的文稿和录音资料。颇有参考价值。

“鸳鸯绣出凭君看，不把金针度于人”，这是旧时代的不良风气。彭世强先生却未陷泥淖，不但把“鸳鸯”绣给人看，也把“金针”送给读者。这个“金针”就是方法，书中对怎样朗诵和怎样吟诵有提示，讲了自己的心得体会。

我很佩服彭老师的毅力，佩服他追求真理、精益求精的探索精神。最近13年（2005—2018年），无论他在国内或国外，都一直探索古诗词的诵读与吟诵。一堂堂讲课的教案，一次次诵读、吟咏的录音，都凝结着他的心血，也是他在前进道路上留下的一个又一个的脚印。属马的彭世强先生的探索，可谓“老马识途”。

我们不妨沿着“老马”的脚印，携手共进，深入探索。我相信：前方将会响起丰富而浓烈的吟诵之声！

王恩保

北京语言大学教授，中华吟诵学会常务理事

序二 由衷之贺

近些年,在国学热的影响下,古典诗歌的吟诵渐渐成为文化新宠,一批专家学者热情投入到吟诵文化的实践、研究和推广中,在这方面,彭世强老师称得上是上海滩执着的奉行着之一。

2008年我曾有幸与他一起参加了于北京举行的全国首届中华吟诵大会,彭老师在会上做了吟唱展示,从嗓音条件、声乐修养,尤其是旋律声腔与诗词内容的融合性,呈现出了完美的艺术效果,在整场吟诵的舞台展示交流中,独树一帜,赢得与会者的好评。

当下吟坛,门派纷呈,群雄鹊起,其中难免有以邻为壑、孤芳自赏、唯我独尊等异象陋习。彭老师虽师出有门,却从不以此标榜沽名、标新立异,而是脚踏实地,带领上海语文教育界“贤人七十”,从理论探索到实践积累,从校园普及到社会推广,在诗词吟诵的田园里呕心沥血,精耕细作,迎来累累果实、芬芳满园。

诗词吟诵,绝不是一门简单的口头技艺,它根植于音韵、乐律等学科,应当经得起审美检验和理论认证,成功的吟诵家需要具备扎实的传统文化涵养和汉语言文学的功底。彭世强老师就是这样一位学者、专家,所以对于吟诵,既知其然,又知其所以然;既能登台引吭,又能教学育人,还有良好的笔头功夫。彭老师能经年累月,知行合一,发奋精进,终成正果,可喜可贺、可敬可佩!

值此彭老师又一著作《涵诗咏词》即将面世之际,留此笔墨,以表由衷之贺!

陆 澄

原东方广播电台优秀节目主持人

全国金话筒获得者

著名诗人,上海朗诵协会会长

序三 朗诵的精神

朗诵的问题,一直是语文教学中没有得到很好解决的问题。基本的现象是,有些老师不会朗诵一篇文章或一首诗,或读得断章取义,或读得味同嚼蜡,或读得苍白无力;有些学生读文章也是磕磕巴巴、哽哽噎噎,不流畅,或增字,或减字,或随意改字。公开课上常有这种现象,估计平时的课堂上就更多了。著名语文特级教师过传忠先生、彭世强先生说起这种现象,痛心疾首,因此两位先生凭借一己之力,开朗诵会、办朗诵班、躬行践行,不遗余力。我在上海工作的时候,常能看到他们穿梭奔波的身影。

然而,朗诵的问题好像依然没有大的改观,不仅如此,面临着考试的压力,朗诵的声音似乎日渐式微,有些语文课堂上几乎已经听不见琅琅的读书声了,学生基本上都在埋头做题。这种有违语文教学规律的现象,近些年来似乎有抬头的趋势。我想,每一个热心语文教学事业的人,面对这种现象,都不应该漠然而视,无动于衷。语文教学课堂上,应该还我琅琅读书声;中小校园里,应该还我琅琅读书声!

让人倍感欣慰和骄傲的是,近些年来,对于朗诵或吟诵,许多有志之士正在努力做一些事,或在社会上举办朗诵会,像清明诗会、中秋诗会、新年诗会等,或在学校指导学生学习吟诵,排演话剧,搞戏剧会演,吟诵古诗文,工作做得如火如荼。这其中特别要说一说的是上海师范大学附属中学资深语文特级教师彭世强先生。

彭先生一直默默做着朗诵的工作,不事张扬,但他对语文教学的热情和提携学子的爱心一如既往,丝毫不减当年。他按照语文教学的理想和规律,在做一些实实在在的推进工作。虽然退休多年,取而代之的是对理想的追求,彰显的是对教育、对诵读的热爱。开设吟诵选修课,创建学生朗诵社团——海鸥朗诵社,这些实践,不仅发掘出了彭先生能说、会唱的戏剧功底,而且恰恰从这里为我们打开了一扇语文教育的天窗,让我们看到了语文素质教育的天光。

2006年,笔者非常有幸聆听了彭先生的“人啊人”的朗诵报告会,顿觉感动、震撼,自己身上的那一些似乎沉睡的热血,也被充分激活了!原来我们也是热爱生活,热爱生命,热爱我们的伟大的民族的!这种热爱的感情,在

彭先生和他的学生的朗诵声中,被充分地唤醒了。我看到,场上 1800 名学生和老师,眼眶湿润了,眼睛发亮了,身子骨渐渐地挺立了起来。这种现象,我们多久没有看到了,这种场面,在语文课堂上多久没有看到了,这种激情、这种热烈、这种鼓舞人、打动人的声音,我们多久没有听到了?

感谢彭先生和他的学生,感谢他们用富有艺术感染力的声音,用洗尽铅华的朴实声音,让我们又回到了语文,回到了人文教育的现场。

通过这声音,我们又找到了回家的路,又抓住了语文教学的灵魂,又看到了大写的人的身影!倘若需要从学理的角度对彭先生的朗诵做点梳理的工作,我们或许可以这样说,彭先生的朗诵为我们确立了一种朗诵的精神。

这种朗诵的精神是什么呢?

首先,它必须传达中文之美。古老的中文自身具有先天的声律之美,平上去入,平平仄仄,抑扬顿挫,多美啊!光是听听这声音,就能被它打动,就能受它感染,所以朗诵的精神首先是能彰显汉语之美。

其次,朗诵的内容必须能帮助学生塑造人格。朗诵固然十分强调仪式感,强调形式的美,但朗诵的内容对学生身心的陶冶,对学生情感的熏陶,对学生人格的塑造似乎更重要,这必然要成为朗诵的精神内核。没有高尚的朗诵内容,一切朗诵都会成为空中楼阁。做到了这两点,我以为就把握好了朗诵的灵魂。当然,彭世强先生的“人啊人”朗诵报告会,真正体现了这样一种朗诵的精神。

第一,他立足于一个“人”字。

他精选优美的诗文(大都是教材中的美文),让我们通过声音“看”到每一篇文字的背后都站立着一个人,或一个坚强的人,或一个自立的人,或一个清醒的人,或一个生命力丰沛的人。更让人欢欣的是,彭先生结合自己几十年的教学和生活感悟,不仅引导学生朗诵好每一段文字,更主要的是引导学生做好一个大写的“人”!当那个生患先天疾病,身高不过一米多点的小姑娘走上讲台,自信而神采奕奕地朗诵时,感动和认同的掌声便像风暴一样响起来,经久不息。从这里,我们难道仅仅是感受到一种声音的力量吗?不,我们更感受到了人的力量!这,就是大语文,就是生命教育的力量,就是真正的人文教育。

第二,他传达一个“情”字。

如果说文学作品主要是突出一个“情”字,那么文学作品的朗诵就更要突出这个“情”字。彭先生所选择的文学作品,每一篇都饱含着丰富的感情,或悲伤,或亢奋,或斗志昂扬,或款款深情,许多诗篇都催人泪下。这是朗诵传达情感的基础和关键之一。在彭先生的用心调教之下,他的学生基本上都能够把每一篇作品的情感,通过自己的声音传达出来,同学们朗诵得用心、动情,他们在台上那几分钟精彩表现的背后,凝聚着师生大量的汗水和

心血。可见，一个“情”字的精彩传达，其实是汗水、泪水和心血凝结而成的。

第三，他塑造一个“力”字。彭先生的朗诵，最主要的是为我们塑造了两种“力”——感染力和生命力。

感染力不仅仅体现在所选作品的本身，还表现在对原著作品的改编上，比如《中国人，不跪的人》。原诗歌尽管是一首非常富有感染力的作品，但如果不进行改编，恐怕也只适合一个人朗诵，不太适合一个群体朗诵。彭先生挥动智慧之笔，对原作进行了大胆改编，在保留原作基本内容不变的前提下，将它改编成了一个报告剧。这样原作的激情和魅力继续保留了下来；再加上男声和女声不同的色调，一会儿高亢，一会儿清越，合声、和声此起彼伏，形成了一种交响乐的效果，非常富有震撼力。

生命力主要表现为整个朗诵会，无论从内容上还是从形式上，无论从朗诵者本身表现出的一种姿态上，还是从许多听者表现出的一种反应上，处处都体现了一种生命的律动，处处都闪现着活生生的生命之影。朗诵会的内容紧扣住生命做文章，“生命、和谐、生死”，每一处都体现了人的尊严，每一处都体现了人的力量。我们听到，老师的生命在歌唱；我们看到，学生的生命在成长；我们仿佛听到了生命拔节和开花的声音。

有力量，有感染力，有生命力，有震撼力，这就是彭先生朗诵会的鲜明色彩。

第四，他描绘一个“美”字。如果说“人”是彭先生朗诵会的出发点，“情”是彭先生朗诵会的凝结点，“力”是彭先生朗诵报告会的着力点，那么，“美”就是彭先生朗诵会的闪光点。

从彭先生的朗诵报告会中，我们不仅看到了人的活动和表现，为真情、激情、热情所打动，受到了强大的震动、感动和冲动，最后，我们还陶醉在美的声音里，陶醉在美的文辞里，陶醉在美的组合形式里。彭先生沐耳洁面，振衣冠，正身板，精神矍铄，鹤发童颜，美；彭先生之学生一律穿藏青校服，高矮搭配得体，既稳重得体，又端庄大方，美；先生居中，学生分两边呈一字排开，整个朗诵队伍若燕子展翅飞行，美；男声青春勃发，似钟吕初鸣，女声婉转秀丽，如百鸟放声，先生之声浑厚、沧桑，听之让人落泪，美；所有作品，都合律、合声，都动人、动情，美。一句话，整个朗诵会使人感到美不胜收，流连忘返。美，或许是朗诵会的最高境界，再进一步，美或许就是语文课的最高境界。

何 郁

正高级语文特级教师，著名诗人

前言 必要的陈述

从事吟诵的推广、普及，已有数十载，总有师友催我成书，以解吟诵之渴。然而，从当初“泠泠七弦上，静听松风寒”的夜阑之境，到如今“融融向暖”“暗香在鼎”的回暖之时，已有诸多吟诵专家、学者的吟诵专著先后问世。拜读之后，才疏学浅的我，就愈加不敢下笔了。

2014年我携手原名师工作室和海燕吟诵社众位弟子，合作完成了名为《古韵今咏燕之声》的吟诵光盘，盘中附有一本书册，透露了一些自己对吟诵的肤浅认识。由于“书”隐于“盘”，其影响，颇显不足。

近年来，我先后被徐汇、零陵学区和上师大学区聘为传统文化——吟诵教学和普及推广的指导教师，又承蒙两个学区领导曾宪一校长、刘晓艳书记、郑敏芳校长的鼎力相助和热情扶持，《涵诗咏词》一书，才得以呱呱坠地。

我对此书的定位思考是——不敢奢求学术价值，只求通俗易懂，能为一线师生所接受。

全书分为上、下两部分。

上篇是“吟诵教程”（共八讲），以供吟诵拓展课之用。

下篇是“吟诵鉴赏”，指的是诗词吟诵品赏讲座（或展示）稿。汇集其中的有六份独立的讲座稿（或展示脚本），一份诗人专题系列讲座稿（内含李白、杜甫、苏轼、李清照、辛弃疾等五位诗人的专题）。这些讲座（或展示）稿，实际上是我十三年（2005—2018年）探索实践的主要痕迹。十三年来，由于语文教学环境的变化，我不得不探索与之相适应的讲课（展示）形式和内容。不断思考，不断实践，不断修改，才留下这一系列文字。

我反复琢磨而得“涵诗咏词”之名。“涵”者，涵咏、沉浸、滋润者也，强调

诗词学习应该提倡“沉潜其意，浸润其情”；“咏”者，诵读、吟咏者也，强调“吟诵”是一种值得恢复、倡导的传统的学习手段。一堂堂讲课，一次次诵读、吟咏（唱），无非就是为了激起习者的品赏兴趣，激发涵咏的动力。其实，这正是笔者长期实践的体会和追求。

涵咏是目的，也是过程。吟咏是手段，诗词是内容。涵咏、滋润以养心，诗词品赏为育人，此之谓“涵诗咏词”也！

彭世强

上 篇

吟
诵
教
程



第一讲 廓清概念

时至今日,传统文化的热潮滚滚涌来,随着国学之热,经典古诗词成了舆论热议的宠儿,“吟诵”,这一传统读书方法,也成了国人热衷的话题之一。但是对于“吟诵”的理解,可谓百家争鸣,众说纷纭。学者们引经据典,引述了历朝历代的各种解释。然而“吟诵”概念的确切定义,依然有待时日。可是随着吟诵的复兴,初步廓清其概念,却又迫在眉睫!

一、何为“吟诵”?

且看 2005 年以前的《现代汉语词典》对“吟诵”的诠释:“有节奏地诵读诗文。”不难辨识,此说模糊了“吟”“诵”之别,或者说,以“诵”代“吟”,很不全面。

中华书局出版的《吟诵读本》主编、北京语言大学教授王恩保先生介绍说:“2005 年《现代汉语词典》(第五版)才正式收录‘吟诵’这个词,并释为‘吟咏诵读’。”2016 年第七版的《现代汉语词典》,也保持了这个诠释。

大连图书馆名誉会长、中华吟诵学会副理事长张本义先生,则简明诠释为:“吟诵,即吟咏诵读,是中国诗文特定的展示方式。”

2010 年中华吟诵学会成立后,明确提出“吟诵”包括“吟咏(吟唱)”和“诵读”。



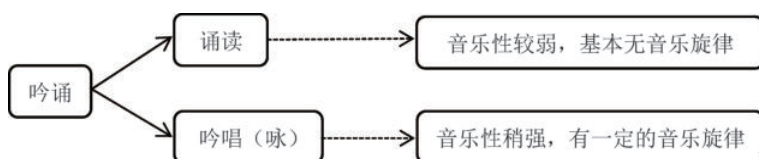
可见,十几年前,不少人对“吟”“诵”“吟诵”的理解很不全面。而如今“吟诵”之说,似乎明确,实则不然。

在众多活动中,不少人还是视“吟诵”为“箩筐”,什么都往里装!一场所谓的“古诗文吟诵会”上,朗诵、歌唱、戏歌、戏曲演唱、曲艺演唱,甚至快板,都顶着“吟诵”的帽子,涌上舞台。

可见,初步廓清“吟诵”概念,并作深入浅出的简述,何其紧要。

以《现代汉语词典》的简述为依据,“吟诵”可诠释为“吟唱”(咏)和“诵读”两部分。二者都是“尽显古典诗文音韵特色的有声阅读”,但“吟唱(咏)”是具有简约音乐旋律的有声阅读,其音乐性远胜于“诵读”。

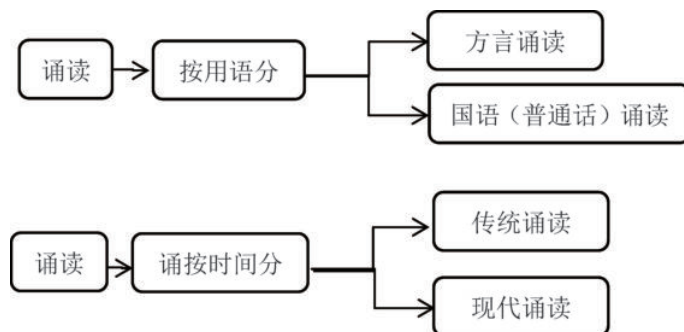
廓清“吟诵”图示如下所示:



二、辨识“诵读”

没有音乐旋律的“诵读”,又可按诵读的用语分成——“方言诵读”和“国语(普通话)诵读”;按诵读的时间可分成——“传统诵读”和“现代诵读”。“传统诵读”是指口耳相传,源于私塾、家学的一种旧式诵读。“现代诵读”则是接近于“现代朗诵”的“诵读”。

“诵读”的各种概念,图示如下:



三、初晓“吟唱(咏)”

吟唱(咏):又可分成“吟”和“唱”。有人认为“诗”为“吟”;“词”和“曲”则为“唱”。其实未必,唐代“旗亭画壁”的故事(见附件3),说明“伶人唱诗”是极为普遍的现象。可见“吟唱(咏)”无须分开。一定要分,无非是在音乐性上有强弱之分,“吟”弱而“唱”强。

但古诗文的“吟唱(咏)”,毕竟与戏曲、歌曲之“唱”有所区别,即吟唱(咏)必须以“读”为本,即阅读理解文本,从文字出发,发琅琅之声以表达文本的意蕴和情感。而且,它的音乐性,明显地弱于“戏、歌”之唱,其音乐旋律比较简约。而“戏、歌”之唱,虽然也应该遵循唱词之意,但更着眼于音乐为本,尽可能充分地表现其音乐之美。

综上所述,“诵读”和“吟唱”,都是吟诵者对诗文理解和感悟的一种表达方式,这就是“吟诵”的本质!

附件 1

关于“吟诵”的各种说法

一说:“吟诵是中华传统的美读诗文的方法,是古典诗文语音表现的一种形式,是一种历史悠久的学习欣赏、创作和教学,以及传播诗文的一种手段。”(见国家语委主编的《中华传统吟诵》光盘视频第一集《有声的诗文》人民教育电子音像出版社出版)

一说:“吟诵,即吟咏和诵读,是中国诗文特定的展读方式。”(见张本义《吟诵拾阶》一书广西师范大学出版社 2013 年 8 月第一版)

一说:“古诗文吟诵,是吟诵者通过自己的声音形象来表达诗文内容与感情的一种艺术形式。”(见北京语言学院出版社 1991 年 9 月出版的王恩保《古诗文吟诵集萃》)

一说:吟诵有狭义和广义之分:“所谓狭义的吟诵,指古代私塾、书院等代代相传的读书方法,这种吟诵是在‘诵’的基础上加上了一个‘吟’,有人又



称之为吟咏，……广义的吟诵除吟诵（或吟咏）之外还包括吟唱。所谓吟唱，就是较吟诵（或吟咏），更接近于唱歌，有一些吟唱是依据古代流传下来的曲谱改编的……也有在继承传统吟诵基础上谱写的具有吟味的新曲调。”（见王恩保主编的初中版《中华吟诵读本》中《前言》一文中华书局 2015 年 1 月第一版）

还有一说：“吟诵，是创作、学习、记忆和欣赏古诗文的传统读书方法。”（见徐晓生《古诗文入门》一书中国言实出版社 2016 年 11 月第一版）

综上所述，有一条是共同的，即吟诵是一种传统的读书方法。可见，这是吟诵的基本属性。

但是，“吟诵”“吟唱（咏）”“广义吟诵”“狭义吟诵”等种种说法，又引来了初学吟诵者的困惑。2009 年中华吟诵学会在首届全国吟诵周活动中，又归纳出一种见解——吟诵，由“诵读”和“吟唱（咏）”两部分组成。这就基本上厘清了吟诵这一概念。（见上文图示）

附件 2

“吟诵”的曲折经历

清 风

吟诵，是中国古代传统的读书方法，有着悠久的历史。可以这样说：早在诗歌诞生之始，诗歌的吟唱就随之出现。也可以这样说，它是原始社会中，全民性质的诗歌吟唱，是最早的“吟诵”。

时至春秋时代，孔子的私人办学兴起，至圣先师孔子就将它作为一种诗歌学习的方法，引入教育，故有了“诵诗三百，弦诗三百，歌诗三百，舞诗三百”之说。所以就有人盛赞孔子为“我国古代第一位著名的诗文吟诵专家”。

千百年来，吟诵代代相传，成了一种读书的方法，一种诗文学习的传统。但是 20 世纪初，我国最后一个封建政权——清王朝被推翻了，科学和民主意识唤醒了民众，进步的知识分子，深入认识了封建教育的恶果，于是西方新的教育理念和形式，逐渐影响了国人。

在民国政府建立之后，新型的学堂（学校）教育形式，取代了旧的教育形式，民国政府下令废止了封建教学形式——私塾，并废止了读经。与此同时，盛行于私塾教学的“吟诵”形式，也就逐渐退出了新教育领域，新学堂也就送别了吟诵之声。

“大‘革’文化‘命’”的喧嚣声告终之后，尤其是改革开放深入之际，恢复国学，强化传统文化教育的呼声四起，“吟诵”也就被逐渐地提到了议事日

程。人们渐渐地从心有余悸的黯然低吟,转而为心旷神怡的欣然朗吟。

继2017年1月中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《中华经典诵读工程实施方案》之后,2018年9月26日,教育部、国家语委又印发了《中华经典诵读工程实施方案》,于是,传统文化“热”了,国学“热”了,吟诵也“热”了……

附件3

旗亭^①画壁

开元中,诗人王昌龄、高适、王之涣齐名。时风尘未偶^②,而游处略同^③。

一日,天寒微雪,三人共诣旗亭,贳(賒 shē)酒小饮,忽有梨园伶官十数人,登楼会宴。三诗人因避席俛映,拥炉火以观焉。

(译文)唐开元年间,诗人王昌龄、高适、王之涣社会名望相等,无奈他们时运不济,仕途艰难,而游学交友经历颇多相似之处。一天,冷风飕飕,微雪霏霏。三位诗人共去酒楼,赊酒小饮。忽然有一位乐官,率十几名子弟登楼聚饮。于是,三位诗人就回避一旁,围着一个角落的小火炉,且看她们的表演。

俄有妙妓四辈,寻续而至,奢华艳曳,都冶颇极。旋则奏乐,皆当时之名部也。昌龄等私相约曰:“我辈各擅诗名,每不自定其甲乙。今者,可以密观诸伶所讴,若诗人歌词之多者,则为优矣。”

(译文)一会儿又有四位漂亮的梨园女子,先后登上楼来,只见她们装饰十分华艳,体态袅娜多姿。随即乐曲奏响了当时的时尚名曲。王昌龄等私下约定:“我们三个在诗坛上都算是有点名气了,可是一直未能分出高下。今天机会来了,可以仔细地听听这些歌女的唱歌,谁的诗被当成歌词唱得多的,谁就最优秀。”

俄而,一伶拊节而唱曰:“寒雨连江夜入吴,平明送客楚山孤。洛阳亲友如相问,一片冰心在玉壶。”(选自王昌龄的《芙蓉楼送辛渐》)昌龄则引手画壁曰:“一绝句!”寻又一伶讴之曰:“开筵(qiè)^④泪沾臆^⑤,见君前日书。夜台^⑥何寂寞,犹是子云居^⑦。”(选自王昌龄的《长信秋词》(其三))适则引手画壁曰:“一绝句!”寻又一伶讴曰:“奉帚平明金殿开,且将团扇共徘徊。玉颜不及寒鸦色,犹带昭阳日影来。”昌龄则又引手画壁曰:“二绝句!”

(译文)一位歌女首先跟着伴奏节拍唱了起来:“寒雨连江夜入吴,平明送客楚山孤。洛阳亲友如相问,一片冰心在玉壶。”王昌龄随即在墙壁上画

