

传承中华优秀传统文化背景下的 青少年经典诵读技巧探析

王 杨

(山东青年政治学院 文化传播学院 济南 250103)

摘要: 经典诵读在加强中华优秀传统文化背景下,被赋予了新的要求与内涵。它已从最初古老、传统、简单的“见字出声”的诵读方式,演变成为一种需要艺术化加工的、以艺术化的技巧和手段传承传统文化经典的艺术形式。这种艺术化的技巧和手段就是经典诵读技巧的运用。经典诵读技巧的运用作为经典诵读研究的核心部分,要与时俱进,推陈出新。在中华优秀传统文化的浸润下,通过对诵读状态、声音控制和表达技巧等技术化手段的探究,使青少年热爱中华传统文化,掌握有声艺术运用手段,营造经典诵读文化氛围,再现传统民族文化精神。

关键词: 优秀传统文化; 青少年; 经典诵读

中图分类号: G40-055 文献标志码: A 文章编号: 1008-7605(2017)04-0053-04

DOI:10.16320/j.cnki.sdqzzxyxb.2017.04.009

中华优秀传统文化源远流长。近年来,加强中华优秀传统文化教育和传承的呼声越来越高,开展中华优秀传统文化教育已成为青少年教育新的突破口。2017年1月,中共中央办公厅、国务院办公厅联合印发《关于实施中华优秀传统文化传承发展工程的意见》,提出要“推进各级各类学校开展中华经典诵读行动,组织举办经典诵读宣传、展示和赛事活动。”用有声语言传诵经典、升华经典,经典诵读作为传承中华优秀传统文化的有效途径之一,越来越受到青少年的关注、喜爱与追捧,对传承传统文化、提高青少年的人文素养和道德修养都具有重要意义。

经典诵读的关键环节是诵读个体有声语言的体验与展现环节,它依赖于青少年诵读者个人化的声音处理方式,即诵读技巧的运用。经典诵读技巧的运用是经典诵读的核心与灵魂。经典诵读作为有声语言再创作的一种活动,必然要遵循创作活动中技术化手段的运用与呈现法则,对于经典诵读过程的研究首当其冲的就是诵读技巧的分析研究。

那么,经典诵读有什么样的诵读技巧,如何更好地运用技巧进行诵读呢?

经典诵读从古至今,积淀着中华优秀传统文化的最深层的精神追求。古代的诵读,是传统蒙学中的读书方式,虽然古代的很多经典诵读依据于经典文本体现着丰富的哲学、思想、文化,但只是更多满足了古人的自我体验、自我抒发、自我欣赏。因此,古代的经典诵读对于诵读技巧的运用很简单,讲究读书成声、背诵而吟、熟读成诵,更在乎声音的和谐、清晰、响亮和顿挫。

经典诵读发展到今天,特别是近几年,在加强中华优秀传统文化教育的呼声中,经典诵读已成为传递时代强音、传承中华文化的堡垒阵地。通过诵读的力量,可以引导人们特别是青少年继承传统文化、增强爱国信念、提升道德水平、增加文化自信。因此,经典诵读已突破“见字出声”的传统朗诵方式,演变成为一种需要艺术化加工的、以艺术化的技巧和手段再现经典的艺术形式。因此,经典诵读技巧的运用非常讲究,将直接决定经典诵读的成败。经典诵读技巧的运用是经典诵读研究的核心部分,具有重要的现实意义。本文将从诵读状态的调整、声音控制的运用以及表达技巧的运用三个技术层面探析诵读技巧的实际运用。

收稿日期: 2017-01-12

作者简介: 王杨(1982-),女,山东淄博人,讲师,艺术硕士,主要从事播音主持、诵读艺术研究。

一、诵读状态的调整

诵读状态的调整是经典诵读成功的前提条件。状态,是指诵读者在诵读过程中表现出来的形态,包括生理状态和心理状态,以心理状态为主。经典诵读是一种集语言性、艺术性、表演性为一体的艺术活动,诵读者需要面对受众诵读,因此要善于调整好诵读状态,避免过度紧张或松懈,影响诵读效果。中华优秀传统文化经典诵读的内容大部分是偏重于文言形式的传统精神诉求,诵读者必须身心投入竭力与受众产生共鸣,要调整出正确的诵读状态:大胆、大方、大气,即身心松弛、释放打开。

1. “身”——生理状态的调整。诵读中,诵读者身体的各个部位都会展现在受众面前,且被适当的放大。青少年正处于身体发育阶段,很多青少年诵读者呈现出来的身体姿态并不是最成熟的状态,身体的某些部位易紧张、僵硬、畏缩或过分松懈、随意,整个身体易呈收缩状态,对于肢体的驾驭力容易失衡或失控,表现出不自信、怯场的诵读状态。而一旦身体紧张绷直或过分松懈,就会脱离传统精神诉求、游离于作品的规定情境,导致声音的过僵或过松,影响内在情感的发挥,甚至出声都是困难。正确的生理状态是青少年诵读者整个身体呈打开、释放的控制状态,各部分肌体适当松弛并保持积极感,使身体直立、腰背挺直、肩膀打开、动作自如,注重形体姿态的大方,呈现自信的站姿与态势。

2. “心”——心理状态的调整。并不是所有的青少年都能适应诵读场合,一般来说,青少年人生阅历少,舞台经验不足,容易紧张羞涩。尤其是经典诗文的诵读,目的是要弘扬传统文化,诵读者要热情洋溢甚至带有一定的表演成分,正确的心理状态应当是内心释放,使内心始终处于自信、积极、饱满的状态。一要排除杂念,注意力集中。杂念主要指与诵读作品无关的念想、思维,易造成心理障碍。青少年诵读者应排除与诵读无关的任何顾虑,专心投入。二要熟悉场地,提前彩排。青少年诵读者的心态往往不够成熟,面对陌生的诵读场地和场景时易怯场,诵读前一定要磨合、熟悉现场与流程,这有利于放松心情,将一切不可控因素调整为最小。三要当成朋友,倾心交流。青少年诵读者面对的往往是陌生的受众,特别不易产生交集,特别是有些国学经典文章不偏重口语,不易与受众产生共鸣,致使诵读者很难找到交流感与共鸣感,产生高高在上的被动心态。因

此,应建立“朋友意识”,内心想象着与好朋友交流,获得积极、平等、沟通的诵读心态。四要借助一些手段帮助调整心态,比如音乐烘托、意境再现,通过聆听配乐净化情绪,想象画面的场景,使之顺利带动诵读情感,避免产生紧张羞涩的杂念。

二、声音的控制与运用

经典诵读,原本是古人的一种自我体验、自我抒发的读书方式。南宋大理学家朱熹在《训学斋规》曾说过“凡读书……须读得字字响亮,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。”那时候的经典诵读只是低层次的齐声多诵、字字响亮、字正腔圆、自然上口,缺乏声音技巧的运用。现如今,经典诵读作为弘扬中华民族优秀传统文化、践行社会主义核心价值观的重要平台,已演变为全民热爱的一种艺术形式,必然要运用艺术化的技术手段加以演绎发挥。

诵读是一种声音的艺术,有其独特的声音控制要求,需要青少年诵读者具备扎实的专业基本功。首先,诵读者诵读任何作品都需要具备驾驭标准普通话的语音控制能力,包括声母、韵母、声调、语流音变等内容,要求一要准确规范,二要富有美感。这就要求诵读者必须具备一定的发声控制能力,根据诵读内容的不同,掌握不同声音的发声特点。声音控制的技巧运用是经典诵读成功的基础保障。

1. 噪音调节:虽然每个人都有不同的噪音特征,但在自我噪音特性的基础上,噪音又具备一定的可塑性与调节性。青少年诵读者应根据经典韵文的内容与情感需要,具备噪音调节的能力。根据声音控制的不同,可以分为宣读式、朗诵式、谈话式和讲解式四种语言传播样式。经典诵读以韵文为主,运用朗诵式、宣读式居多,需要调节出圆润、洪亮、宽厚的噪音音色;当然,也不乏个别韵文中讲解式、谈话式语言样式的运用,需要调节出柔美、朴实、舒缓的噪音音色。

2. 发声控制:发声控制主要体现在呼吸控制、口腔控制、共鸣控制以及喉部控制的变化调节方面,不同的发声控制方法会带来声音形式的不同变化。

(1) 呼吸控制和口腔控制:从呼吸控制和口腔控制方面来说,两者是决定发声控制能力的重要因素。

“气动则声发”,有声语言的发声特点决定其对气息要有较强的调节控制能力,一般来说,要求青少年诵读者会运用胸腹式联合呼吸法,丹田发力,后腰

支撑,气息沉稳、顺畅,特别是要在不同的诵读语境中呈现出不同的呼吸状态,以带动声音效果的不同变化。

加强口腔控制是保障发声质量的关键,呼出的气息经由口腔中的唇、舌、齿等咬字器官的共同作用形成字音,对于各咬字器官不同的吐字处理,也会形成不同的字音色彩。^[1]

同时需要注意的是,应结合情感表达的具体需要进行调节,做到“气随情动,声随情走”。比如在呼吸控制和口腔控制较强的情况下,声音效果可以宽厚,可以热情,可以明快,可以圆润;在呼吸控制和口腔控制较弱的情况下,声音效果可以低沉,可以柔和,可以纤细,可以甜美。因此,青少年诵读者应善于根据经典诵读稿件的需要不断调整发声控制技巧,提高发声控制能力。^[2]

(2) 共鸣控制:从共鸣控制来说,古代的经典诵读追求高而亮的声音色彩,现代的经典诵读回归于文本本身,不只追求高频泛音,还讲究抑扬顿挫之美。要求青少年诵读者会运用共鸣控制扩大和美化声音,改善声音的质量,提高声音的表现力。诵读低音时多增加低频泛音,比如朗诵上例《庄子》一段节选时,应多增加胸腔共鸣的色彩;诵读高音时多增加高频泛音,比如朗诵上例《大学》一段节选时,应多增加头腔、鼻腔共鸣的色彩。

(3) 喉部控制:对于喉部控制来说,古代的经典诵读追求高亢、明亮的基调,即使诵读者喉头噪音使劲过多,造成喉头紧张,导致声带负担过重,影响声音的畅通与音色的稳定,只要齐声有韵,也并不会影响诵读的进行。现代的经典诵读对美感有了更深层次的要求,对于青少年诵读者喉部控制的要求也更加明确、严格,要求保持喉头的相对稳定和放松,将诵读从单纯的“出声”中解放出来,也释放了喉部的负荷,增加了情感运用技巧。比如朗诵上例《大学》一段节选时,需要调节出明亮、宽厚的诵读声音效果,因此呼吸控制和口腔控制的运用较强,应多增加头腔、鼻腔共鸣的高频泛音色彩。如果喉部控制不当,为了追求声音效果极易增加喉部负荷,造成声音的挤压、尖亮、刺耳。正确的喉部控制应是“抓两头、解放中间”,即加强唇、舌、齿、颚、肌等口腔控制器官的控制力和腹部、两肋等呼吸控制器官的牵制力,忽略喉头的使用与存在。

三、情感的灌注与表达技巧的运用

主要指内、外部语言表达技巧的运用,增强诵读

的抑扬顿挫之美。经典诗文的朗诵虽然不像现代文朗诵那么行云流水、起伏自由,但也绝非是平淡乏味、死气沉沉。有些文章虽然不讲押韵、对偶、对仗等,但其本身文无定势、长短不一的特点使其诵读更充满了节奏感与变化性。那种认为经典文章应该平淡如水、不动声色的诵读,是一种不正确的认识,削弱了其美学价值。表达技巧的运用是经典诵读成功的美化保障。

1. 内在情感的表达:主要指诵读过程中内部技巧的运用,包含情景再现、内在语和对象感三种技巧的运用。内在表达的关键点,一是要有真实感受。青少年诵读者要充分理解国学经典作品中有关传统文化的内涵,善于体验作品的情感感受,找好自己的感情依据。二是善于发挥想象。青少年诵读者要边诵读边想象,善于想象情节、人物、场景等,形成连续活动的画面,并不断引发相应的态度、情感,有身临其境之感。三是善于调动情感。青少年诵读者要善于依据感受与想象,披文入情,依文融情,时刻调动自己的思想感情使之处于运动状态。

比如《诗经·小雅·采薇》中的著名诗句“昔我往矣,杨柳依依。今我来思,雨雪霏霏”这是一首描绘被遣戍边的兵士从出征到回家内容的诗歌。它的意思是“回想当初出征时,杨柳轻轻飘动。如今回家的途中,雪花粉粉飘落。”诗歌情景交融,诵读者要发挥艺术化的想象,在心中看到一幅画面,产生真实的情感感受,并不断调动自己的情感运动起来。“依依”、“霏霏”这两组叠词,不但把杨柳的婀娜多姿、大雪的飞舞飘扬描绘得十分生动,而且非常形象地揭示了主人的内心世界:为了杨柳依依,他可以忍受雨雪霏霏,即便是一年中受尽苦难,也要等到相见的一天。因此,我们可以想象甚至看到他的妻子在家等着他的画面,体现出他对故乡、亲人恋恋不舍的心情。由此诵读者的思想感情得以充分调动,运用哀伤、悲凉、期盼、思念的基调表达,以景寄情、以声传情,气随情动、声随情走。

2. 表达技巧的运用:主要指诵读过程中外部技巧的运用,包含停连、重音、语气、节奏四种技巧的运用。青少年诵读者应根据文稿的不同要求,对停连、重音、语气、节奏做出相应的技巧处理,使语言呈现出多样化的趋势。外化表达是声音的具体落实,不同文学体裁、不同作品内容、不同情感要求等有不同的表达要求。

(1) 停连技巧:停连是避免见字出声的法宝。经典诵读千万要拒绝“一个声调、一条直线、一种速度”,必须遵循一定的语句结构特征和表情达意的

需要,既要敢于停顿使情感积淀,又要敢于连接使情感抱团,做到停连顿挫、抑扬有韵、快慢有致、张弛鲜明。比如朗诵诗句“昔我往矣,杨柳依依。今我来思,雨雪霏霏”时,应在两句的内部处理中,增加语气的连贯性。在“杨柳依依”之后作一个大胆的停顿,目的是区分上下句的语气色彩,在回忆与现实体现出情感的变化与不同。

(2) 节奏技巧:节奏是诵读的灵魂所在。节奏变化的影响因素很多,比如停连、高低、快慢、强弱、明暗、疏密……。要从整体出发,讲究抑扬顿挫、轻重缓急的有序变化,用富于节拍的韵律,传递出中华传统文化的魅力。比如朗诵《诗经·小雅·采薇》时,应站在全诗的角度确定节奏的变化,“从大处着眼、从小处着手”,体现出诗句的跌宕与起伏。“昔我往矣,杨柳依依。今我来思,雨雪霏霏。”这一句作为整首诗歌的结尾与诗眼,其节奏比前面要更加低沉、舒缓。

(3) 语气技巧:语气的运用要按照情感表达的需要,呈现出高亢、低沉、舒缓、紧张等多种变化色彩。要求语调抑扬分明,语势变化明显,善于夸张变化,增加诵读的感染力与表现力。《诗经·小雅·采薇》一诗表达了思归的情怀,充满爱国恋家、忧时伤事的感情。诗歌的前三章以倒叙的方式,回忆了征战的苦况,语气应朴实、舒缓;四、五两章笔锋陡

转,描写边防将士出征的斗志,气势昂扬,语气应高亢、激昂;最后一章忆昔伤今,语气应低沉、悲凉。

(4) 重音技巧:在经典诵读中,重音的运用要十分突出。做到“敢拎敢带”,对于重要含义的字词应大胆强调,多运用提高音量、放慢语速、拉长音节或强调词语前后停顿的技巧突出重音;而对于非重要的语言信息点,应弱化处理。比如朗诵诗句“昔我往矣,杨柳依依。今我来思,雨雪霏霏”时,要清楚几组对比重音,比如“昔”与“今”、“往”与“来”、“杨柳”与“雨雪”、“依依”与“霏霏”,这里多采用放慢语速、拉长音节的强调方式来处理。

总之,技巧的运用是经典诵读成功的关键,应注重加强对青少年经典诵读技巧的培养,使青少年善于运用艺术化的技巧和手段准确、生动地再现经典文化内涵,传承传统民族精神。希望社会更加重视青少年经典诵读的技能培养,加大学校技术保障,加强教师素质建设,在青少年中营造出良好的诵读文化氛围。

参考文献:

[1][2]王杨.杂志型广播节目主持人有声语言传播风格多样化能力分析[J].大舞台,2015(10).

(责任编辑:翟瑞青)

A Probe into the Classics Reading Skills for Teenagers under the Background of Inheriting Chinese Excellent Traditional Culture

WANG Yang

(School of Culture Communication , Shandong Youth University of Political Science , Jinan 250103 , China)

Abstract: Classics recitation under the background of strengthening Chinese excellent traditional culture has been given a new requirement and connotation. It has been changed from an old , traditional and simple mode of " seeing words then reading aloud" into a form of art which evolves a need of artistic processing with artistic skills and means of inheriting traditional culture , this form of art is exactly the use of classics reading skills. As the core of classics reading , the use of classics reading skills need to keep pace with the times and be innovated. Under the influence of Chinese excellent traditional culture , through the exploration of reading state , voice controlling and technical means such as expression techniques , make teenagers love the Chinese traditional culture , grasp vocal language arts , create classics reading culture and embody traditional national culture spirit.

Key words: Chinese excellent traditional culture; teenagers; classics recitation