

英语一分钟演讲

Public Speaking

洪丽珠 编译



世界图书出版公司

英语一分钟演讲

洪丽珠 编译

学习出版有限公司

世界图书出版公司

英语一分钟演讲

洪丽珠 编译

责任编辑: 王志平

学习出版有限公司出版

世界图书出版公司北京公司改排重印

(北京朝阳门内大街 137 号 邮编: 100010)

北京昌平百善印刷厂

世界图书出版公司北京公司发行 各地新华书店和外文书店经销

*

1995 年 9 月第 1 版 开本: 850×1168 1/32

1999 年 4 月第 3 次印刷 印张: 6.5

印数: 25000 - 30000 字数: 15.6 万字

ISBN 7 - 5062 - 2855 - 6/H·174

版权贸易合同审核登记 00543 号

定价: 8.90 元

世界图书出版公司北京公司向台湾学习出版有限公司购得

简体字版大陆重印出版、发行权

版权所有·盗版必究

序 言

在国际间往来频繁的今日,以英语发表演说或致词的机会已是不可避免。然而许多人研读了十年以上的英文,要他面对着一大群人以英语讲话,不是冷汗直冒、就是结结巴巴。究其原因,都是未经训练以及经验不够的缘故。

以英语演讲,除了基本的发音、语调之外,其他诸如服装、手势的运用等仪态问题也是不容忽视的。《英语一分钟演讲》针对致词演说的基本原则与注意事项,分门别类加以说明,主要的内容有:

- 一、准备英语演讲的诀窍:提示您上台前应做好那些万全的准备,以确保演讲的成功。
- 二、精采讲稿六大要素:将一篇讲稿的构成元素一一解说,并举例印证。
- 三、英语演讲实用范例:从基本的《致词场合活用佳句》,到完整的《一分钟致词实例》、《三分钟英语演讲》,循序渐进。使您储备大量实用词句,随时随地派上用场。
- 四、不朽的名家演说:选录历史上演说的经典,自莎士比亚剧本《恺撒大帝》中安东尼鼓动民心的演说,到1985年美国里根总统连任就职演说,让您直接感受文字带来的震撼。

书末并附台北市高中英文演讲比赛优胜讲稿,供有志于在演讲比赛中夺魁的同学参考。熟悉了演讲的原则,再加上书中实例的演练,您对自己的演讲技巧将更有信心。

本书经多次审慎校对,倘有疏失,尚祈各方先进不吝指正。

编者 谨识

目录



第1章 准备英语演讲的诀窍1

第2章 精彩讲稿六大要素15

第3章 英语演讲实用范例25

1. 致词场合活用佳句26

(1) 欢迎会活用佳句26

(2) 祝贺场合活用佳句29

(3) 婚礼活用佳句32

(4) 节日宴会活用佳句34

(5) 比赛场合活用佳句36

(6) 会议活用佳句39

(7) 演讲会活用佳句41

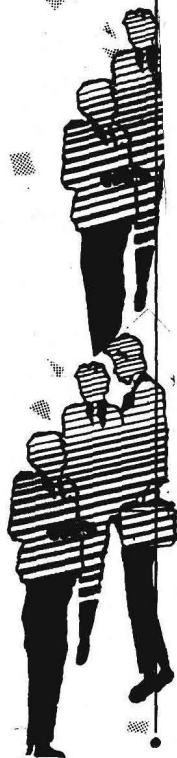
(8) 欢送会活用佳句44

2. 一分钟致词实例48

(1) *Chairman's Opening Remarks at a Meeting*
主席开幕致词48

(2) *Speech for a Newly Arrived American Teacher*
向新来的美国老师致词50

(3) *Speech at a Section Chief's Birthday Party*
课长生日宴会上的致词52



(4) <i>Speech by a Toastmaster at a Christmas Party</i> 圣诞节宴会主持人致词	54
(5) <i>Introduction of Oneself at a Discussion Meeting</i> 讨论会中自我介绍	56
(6) <i>Introduction of a Lecturer</i> 介绍演说者	58
(7) <i>Introduction of Foreign Guests</i> 介绍外国客人	60
(8) <i>Speech for Someone Who Is Being Transferred to an Overseas Branch</i> 向调职国外分公司者致词	62
3. 三分钟英语演讲	64
(1) <i>Television</i> 电视	64
(2) <i>Democracy and Dictatorship</i> 民主政治与独裁政治	66
(3) <i>What I Usually Do on Weekends</i> 我的周末娱乐	68
(4) <i>Small Kindness</i> 平凡的善行	70
(5) <i>The Advantages of Being Young</i> 年轻的好处	74
(6) <i>Vending Machines</i> 自动贩卖机	76
(7) <i>Environmental Protection</i> 环境保护	78
(8) <i>Learning from a Great Man's Life</i> 向伟人的一生学习	80
(9) <i>The Person I Admire Most</i> 我最敬佩的人	82
(10) <i>The Generation Gap</i> 论代沟	84



- (11) *What I'd Like to Be Ten Years from Now*
这十年中我的愿望88
- (12) *My Favorite Color* 我最喜欢的颜色90
- (13) *Have a Vision And Stand up, My Friend!*
朋友,要心存梦想,努力实现92
- (14) *Which Is Better, to Be a Man or a Woman?*
当男人好还是女人好?98

第4章 不朽的名家演说105

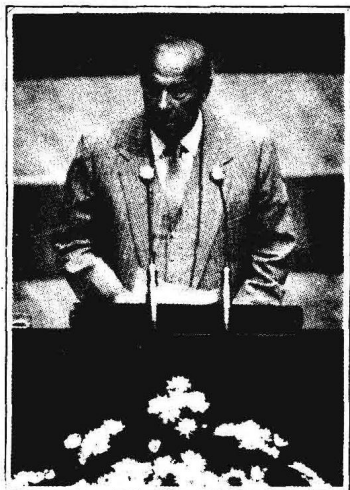
1. *Marcus Antonius* 马可·安东尼
——莎士比亚106
2. *Gettysburg Address* 葛底斯堡演说词
——亚伯拉罕·林肯110
3. *Be Ye Men of Valour*
同胞们,作个有勇气的人吧!——丘吉尔114
4. *Inaugural Address* 肯尼迪总统就职演说
——约翰·肯尼迪126
5. *I Have a Dream* 我有个梦想
——马丁·路德·金140
6. *President Ronald Reagan's Inaugural Speech*
美国里根总统连任就职演说
——罗纳德·里根156

附录 台北市高中英语演讲比赛 优胜同学讲稿176



第 1 章

准备英语演讲的诀窍



· 第 1 章 · 准备英语演讲的诀窍



随着英语的风行全球及国际间往来的频繁，人们以英语演说或致词的机会愈来愈多。无论是正式的学术演讲，或是在外国友人的宴会上致词，甚至学校里的英文演讲比赛，事先若没有万全准备，要以英语在众人面前侃侃而谈仍非易事。

以成功的英语演讲赢取国际友谊

语言是人类之间表情达意的最有效工具，其中又以公开谈话的效果特佳，它不但能在短时间内同时与一群人建立友谊、培养默契，更能带动整体气氛。

以英语发表公开谈话的场合很多，例如，在外宾云集的社交酒会上介绍重要的客人，出国旅游参加 *City Tour* 时于各国观光客前做自我介绍，或是大型集会场合中发表英文即席演讲等等，这些都需要生动流利的口才与稳健的台风。成功的英语演讲往往能替您在国际交友场合打下胜利的一仗，建立良好的形象。

人人皆可成为演讲高手

美国总统林肯是历史上数一数二的演讲高手，他曾说，演讲最好是亲切诚恳，就像与朋友并坐在舒适的马车上谈天一样。的确，一次成功的演讲不但要以它的内容吸引人，更要随时考虑听众的需求。举凡讲稿内容的拟定、声调音量的控制到临场的反应能力都是演讲者必须训练的项目。

以苦学自成的林肯总统为例，由于家贫无法接受正规教育，他只能利用每天零碎的时间自习英文及法律，在英文方面所下的苦功尤其令人钦佩。对于每一组同义词句，他都要再三斟酌，只挑出最恰当的用法加以背诵，因此他的文章及演讲风格自然典雅，毫无做作。

在分开场合以英文演讲的机会既然如此频繁，读者自不能放弃自我训练之机会。本章将就演说的要素及英语演说的特点，探讨如何克服障碍，使您也能流畅地以英语发表意见。



作好心理准备 · 争取观众认同

一个仪容整齐、充满自信的演说者一步上讲台，在开始讲话之先，听众已对你有了一半的认同感。如果加上内容精彩，必能抓住听众的心，达成演说的目的。反之，假如上台之前缩头缩尾，内容贫乏又出错的话，可能演讲尚未结束，听众已走掉一半。所以上台前的心理建设相当重要，它关系着一次演说的成败。

◎ 克服恐惧感须由平日训练起

在众人之前说话，最大的敌人就是恐惧感。英文中称此为 *stage fright* (怯场)，即使是平日极有胆量的人，要他一时站在几百人面前说话，多少还是会害怕的，尤其还要以英语表达，更感棘手。

Stage fright 的症状是——当被许多人注视，亦即众人的目光集中在你身上时，有心跳加速、身体发热、直冒冷汗的情况。这种 stage fright，一如所有的事情，并不是一天两天便能克服，而须由平时训练起。

步骤一是鼓励自己多说话，平常以中文训练即可。譬如参加同辈之间的聚会时要多发表言论；与家人用餐时尽情谈话。借由这种方式获得一些能够吸引听众的特殊技巧，便能增加对自己的信心。

步骤二即要能够毫无惧色地面对多数人的注视。首先可以从注视自己开始练习(应该没有人会厌恶自己的面貌吧?)，不管一天几次，只要有机会就对着镜子看自己。接着多注意家人的表情，面对最亲近的家人，自然没有什么好担心、害怕的。和朋友说话时，别忘了注视他们的神色，即使和异性朋友在一起亦同。这样子上台时，就比较能够坦然面对台下一张张凝视自己的脸了。

◎ 见识广博才能写出好的演讲稿

若是演说内容贫乏，演说者自己心理上也会有一种强烈的不安。听众可由演说者僵硬、忸怩的神态感受到他的窘迫。要克服这种毛病，平时就要多充实自己。只要有机会，上至天文、下至地理，各方常识均要涉猎。写讲稿时，适当加入一些 common sense (即常识)，便能收画龙点睛之妙。

要作一次精彩的英语演说，英文实力是重要关键。熟悉英语的表达方式和文化背景之间的差异，才能适切的遣词造句，而不致闹出笑话。

◎ 准备充分、熟读内容,是精彩演说的必备要素

演说的方式大致可分为三种:

- I. *Memorized Speech* ⇒ 背诵草稿,演说时凭记忆默出。
 II, *Extempore Speech* ⇒ 以字条写下大纲,演说时偶而拿出来参阅。
 III. *Impromptu Speech* ⇒ 毫无准备的即席演讲。

想把讲稿背诵得好,首先句子就要写得长短适中。

又长又难以断句的句子只会把自己弄得喘不过气来,连听众都会替演说者紧张;其次,对于发音较难的单字,尽量以简单的同义字来取代,增加背诵的流畅,且能避免听众的误解并减轻其负担。

作 extempore speech (即席演讲)时,最好事先演练过,至少也要想清楚每个项目的内容。否则一上台,可能就张目瞠舌,辛苦收集准备的资料全忘得一干二净了。另外,若有引述名人的话或成语,一定要背诵下来,这是不可随意杜撰的。

至于作 impromptu speech (临时演讲),则有赖平日练习与本身的学识了。在许多场合,常会有毫无准备就被推上台说话的机会,不管本身的学识如何,总以能让听者愉快为原则。你千万不要说:“本人的口才不好……”,或者“突然被叫出来,事前毫无准备,真是十分惶恐……”之类的话。这些只是画蛇添足,徒然浪费时间,并不能舒解窘迫,因为口才笨拙或毫无准备立刻就能分晓的。如果一定要找 excuse (借口),只消说句 “*I am not much of a public speaker.*” (我不擅在众人面前讲话) 或 “*I feel there is no way I can get out of making a speech.*” (这时候,我似乎不能不讲几句话了) 即可。

对象不同 · 说话方式不同

◎ 对身份不同的团体,采取不同的演讲方式

接到演讲的邀请之后,就要根据听众的年龄、性别、教育程度、听讲的动机与演讲的场合来加以准备。

倘若会场上是一群年轻男女,那么演讲的内容只要稍微风趣一些,很容易就引起热烈的应反;反过来说,如果听众均上了年纪,太多的笑料反而会被认为“轻佻”、“不正经”。所以必须视听众的情绪反应,适度调节演讲的方向。

另外,对于 *Special Audience* (特殊听众),也就是对自己身份相当敏感的听众,必须顾虑到他们的自尊。面对着有自卑情结 (*inferiority complex*) 的团体说话,最好能够不顾其特殊性。譬如在少年感化院中演讲,把他们视同一般正常青少年,态度诚恳、娓娓道来,必定能获得他们的信赖。

面对对自己身份有优越感 (*superiority complex*) 的团体,倒不妨利用一下他们的优越感。例如在大学教授面前发表演讲,千万不要拿出说教的态度,而必须开诚布公地提出问题,并以谦卑的口吻来询问他们的意见。

◎ 太多的“或许”、“我想”显得信心不足

许多人用起英文来,动不动就是 “I feel”、“I think”, 实在是一大致命伤。老是用 I, 显得自己十分主观、狭隘。观察事物若尽用自己的主观意识而忽略客观条件的话,很容易造成听众的反感。

“I feel” 在英文中是一种对描述内容的不确定,太多的 “I feel”, 说服力便会相形减弱,因为听众难免心存“他对自己讲的东西都没把握”的想法。此外,“I hear”、“they say” 等字眼也不好,也不要常用

“perhaps”、“maybe”，这些都容易给人不可靠的感觉。

“I think”虽可译为“我想”，但就其在英语中的效用来看，与中文“我想”的不肯定态度相去甚远。“I think”比“I believe（我相信）”更为强烈，可明确地表示了自己的坚持态度，翻成“我认为”更接近原来的意义。因此千万不要误用太多的“I think”，造成听众把你揣测的语句想成坚持而造成误解。

◎ 少用 YOU，多用 WE，拉近与听众的距离

当学生以其他同学作对象作演讲时，称呼他们为 *fellow students*。

美国总统对全国人民作电视演讲的时候，都称呼人民为 *my fellow Americans*。

这两个例子虽然简单，却能显示演讲者与听众是一体的。也许演说的场合有所不同，但制造一体感的原则却处处适用。

少用“you”，因为这样等于是明显地把演说者和听众分隔了；也不要“you should”、“you must”之类教训人的字眼，否则听众会起反感。他们会认为“老说我们必须、我们应该做这做那的，那你自己呢？”所以应该用 *we*，把自己和听众融为一体，才比较具有说服力。

无论与人交谈或发表演说，只要找出大家共同之处的话题，彼此的距离很快就会消弥于无形。比如你是一位导游，负责接待一团来自欧洲的观光客，在活动开始前，免不了要有一段开场白。此时，你就得仔细思量，自己与他们有什么共通之处呢？该团组成份子包括男女老少，而且也不知道他们的职业，这时你可以说：

“You came from the countries I wish to visit some day.”（你们是来自我非常想去游览的国家。）

这样，彼此的距离不就拉近了吗？

◎ 将主观隐藏在最后，先以客观事实说服听众

一般的讲话，无论三分钟或三十分钟，在结构上一定要具备三个部份：导论 (*introduction*)、主体 (*body*)、结论 (*conclusion*)。

导论是以简短的几句话将听众带入所要演讲的主题，接着就要进入最重要的部份——主体，也就是事实的描述，然后才是发表自己的感受或者是呼吁(即结论)。在演讲中，最好将主观隐藏在最后，先利用客观的事实来求得听众的认同，这样听众才能接受。

如果毫无客观事实来支持，单单大声呼吁：“人类已经濒临死亡边缘了。”绝不会有任何效果，人们反而会觉得你莫名其妙；相反地，如果你说：“在广岛投下的第一颗原子炸弹，一瞬间夺去了二十万人的生命，因为它爆炸时的热度高达华氏一百万度。然而，根据美国原子弹委员会发表的资料指出，当今美苏两国所拥有的核子武器，其破坏力是原子弹的两千倍以上。因此各位将可预料未来核子战争的可怕了。”听众不但得到了具体的资料，随后所发表的结论，也更能使他们信服。

◎ 注意中英语习惯上的差异

除非是毫无准备被请上台的即席演讲，否则讲稿都必须事先准备好。如果可以的话，最好能够以英文思考来写稿。因为中文与英文意思的表达及论点的开展方式大不相同，而且中文惯用许多美丽的词藻堆砌成抽象的概念，这在英文上是无法被接受的。原则上，英文即使是抽象的观念，也爱用具体的事物来比喻。比如：

He runs like a horse. (他跑得极快——像匹马。)

He's sleeping like a dog. (他呼呼大睡——像只狗。)

He is as dumb as an oyster. (他非常沉默——像颗牡蛎。)

此外，对于字词的用法要特别注意。用法不太了解的字，不可贸然使用，一定要在字典上查清楚；词性、时式、名词可数或不可数，事先要详细检查。否则听众一旦逮到你用字错误，对内容的信任程度也就会

大打折扣了。

◎ 短句比长句效果更佳

演讲时句子不可过份冗长,滥用一大堆 *that*、*which* 之类的关系词,只会弄得听众晕头转向、不知所云,演说者背起这些长句,自己也一样吃不消。

另外,像 *and*、*but*、*so*、*then*、*however*、*therefore* 等连接词,能不用就尽量不用。在一般情况下,即使完全没有这些连接词也没有关系,短句反而使气势更磅礴。

在讲稿中处处使用类似报纸社论或论文中的字眼,会给人生硬不自然的感觉。如果是正式、严肃的演讲,如学术演说等,这种情形尚无可厚非。但是一般的致词,则视为会话的延长,当然以口语的表达方式最好。选用浅显易懂的文字并不会显得自己层次不高,艰深晦涩的文字只会阻碍彼此沟通。即使美国总统的施政报告,用的也是极浅显的文字。

演说中可用修辞学中的类推 (*analogy*)、对比 (*antithesis*) 等方式举证事实,反复对照、比较,使听众更能看清你想要表达的意念。可是千万不要过份文饰辞藻,简明、扼要才能打动人心。

● 姿态大方,给观众良好的第一印象 ●

◎ 演说时服装以朴实大方为原则

这里所指的服装并不单指衣着,也包括整体的打扮。

男性演讲者要特别注意领带或领结是否打得正;不要露出衬衫的下摆;演讲前一天先到理发店修整一下头发;西装要熨过、鞋子刷干净、袜子要整洁;口袋中不要塞满东西。

比较麻烦的当然是女性了,因为女性会比男性演讲者受到更严格的要求。有句话说“A woman speaker is looked at as well as listened to.”(观众对女演说者不但在听,而且在看。),所以不单衣服,化妆也要高雅,避免涂红抹绿,打扮得艳光四射,否则就本末倒置了。最好不要戴会发出声音或闪闪发光的饰物;衣服必须熨得没有一丝绉褶;最明显的部份是头发,一定得梳理整齐。

◎ 态度诚恳,照顾到每位听众

演讲时,态度要忠实、诚恳,务求 *true to oneself*。万一忘词或说错,只须说“*Well, let me see...*”或“*What I mean is...*”,就能把这个尴尬场面巧妙地带过。目瞪口呆、吐舌搔头、猛说“*er...er...*”或“*excuse me*”,台下的听众只会觉得你可怜、可笑且于事无补。

站着说话时,要挺起胸膛,侃侃而谈,手的位置也要自然。如果手放在后面交叉,会让人想起小学时代的演讲比赛;若在前面交叉,则是一副拘谨相;手放在桌上,又不方便表达姿势,所以自然垂放,最为理想。

回避听众视线,完全不看听众的脸说话,会给人“孤傲”的印象,因为由上到下是独裁者的说话方式,这种 talk down 的方式,最惹人讨厌。此外,如果猛看着桌子,听众也会认为你没诚意。面对大众演讲的最好方式是 talk with: 看着听众的脸,偶而加入一些询问听众意见的“*isn't it?*”、“*don't you?*”、“*aren't you?*”等。如此,相互之间就更能交流、沟通了。

演说时眼睛要看着听众的脸说话,并不是说集中视线于某一处,四目相接也是挺尴尬的。演说者眼光最好从听众脸上一个个移动过去,而且不要遗漏了任何人。这和老师讲课时的情形相仿,倘若目光只集中于某一学生身上,这个老师会被认为有所偏袒。那么,即使他说得再精采,大家也没兴趣再听下去。