

晋华
文化

微演讲

一句话抓住人心

赵立涛 编著

好演讲不在话多
听众需求排首位
每天读篇小段子
轻松快乐学演讲
死记硬背不提倡
及时结束最重要



手机阅读



编辑短信 8080 发送至 10086
中国移动手机阅读 同步发行



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

听众昏昏欲睡
当众遭遇刁钻问题
婚礼上致辞不知说什么

.....

当众讲话时
你是否曾遇到过
上述恼人的情况

讲个小故事调节一下气氛
可以重获听众的注意力

不直言，幽默、巧妙地
回答刁钻问题可以彰显智慧

细心分析新娘与新郎的特点
献上最别具新意的贺词



手机阅读

要看书来扫我



北京普华文化发展有限公司



ISBN 978-7-115-31147-4



9 787115 311474 >

ISBN 978-7-115-31147-4

定价: 29.00 元

分类建议: 心理自助/成功励志

人民邮电出版社网址: www.ptpress.com.cn

微演讲

一句话抓住人心

赵立涛 编著

人民邮电出版社
北 京

图书在版编目 (C I P) 数据

微演讲：一句话抓住人心 / 赵立涛编著. -- 北京：
人民邮电出版社，2013.4
ISBN 978-7-115-31147-4

I. ①微… II. ①赵… III. ①演讲—语言艺术 IV.
①H019

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第036140号

内 容 提 要

本书从口才训练方法入手，依次介绍了演讲的开场白、演讲的内容、演讲的技巧、演讲的控场与应变、演讲中道具的运用、演讲的结尾等内容。

全书的每一章节均以演讲小知识开头，随后辅以多篇幽默、简短的名人演讲小段子，将枯燥的演讲理论融入小故事中，给读者以轻松愉快的阅读感受，帮助读者提升演讲能力。

本书适合所有渴望提升当众讲话能力的读者阅读使用。

微演讲——一句话抓住人心

◆ 编 著 赵立涛

责任编辑 王飞龙

执行编辑 赵雨思

◆ 人民邮电出版社出版发行

北京市崇文区夕照寺街14号

邮编 100061 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

大厂聚鑫印刷有限责任公司印刷

◆ 开本：880×1230 1/32

印张：7

2013年4月第1版

字数：120千字

2013年4月河北第1次印刷

ISBN 978-7-115-31147-4

定价：29.00元

读者服务热线：(010) 67129879 印装质量热线：(010) 67129223

反盗版热线：(010) 67171154

广告经营许可证：京崇工商广字第0021号

CONTENTS

目 录

训练第一：口才才是后天训练出来的 001

小栏目：练口才的“三驾马车” 002

萧伯纳摔跤“一百零八式” 007

闻一多“半夜装鬼” 008

高尔基大摆“石头阵” 008

一次演讲掏光富商的腰包 009

爱德华暴怒练演讲 009

胡适的“拐棍”没了 010

萧楚女“照镜子” 011

华罗庚“挑刺” 011

不翼而飞的包装纸 012

用北京话背唐诗 013

德莫斯蒂尼的“阴阳头” 013

约翰·亚当斯祸害了多少书 014

林肯读闹市学校 014

丘吉尔的演讲“导师” 015

浴缸里的演讲 015

“整蛊专家”卓别林 016

故事接龙与金鸡独立 016

尼克松“胡搅蛮缠” 017

田中角荣唱戏治口吃 017

只有三个听众 018

“铁娘子”的口才秘密 019

巴菲特“没事找茬” 019

开场第二：30秒钟抓住

听众注意力 021

小栏目：好的开场是成功的

一半 022

丘吉尔在“姥姥家”演讲 028

李敖害怕的四种人 028



苍蝇与尼亚加拉大瀑布	029	于右任——“偏要说老子的	
我只是一辆送货的车子	029	胡子”	044
全球最伟大的一本小说	030	林肯的马车演讲	045
恽代英“三笑”开场	031	梁实秋的“三个条件”	046
道格拉斯“连珠炮式”提问法		“无耻之徒”梁思成	047
	031	刘文典写作秘诀——“观世音	
麦克阿瑟告别演讲	032	菩萨”	047
王蒙趣说“感冒”	033	蔡元培 70 岁道歉	048
鲁迅演讲先致谢	033	丘吉尔的“成功秘诀”	048
他安静地睡着了	034	冯玉祥巧解“孙子兵”	049
“第三个伟大的人物”	034	张亨嘉一句话就取致辞	050
唐弢“无家可归”	035	巴顿鼓舞士气	050
鲁迅就地取材	035	莫言背“黑锅”	051
陆克文——“就怕老外说		布莱希特九个字的开幕词	052
中国话”	036	法比尤斯履新演讲	053
黄永玉留级的唯一收获	036	蒙哥马利“扑向死神的力量”	
克罗托“套近乎”	037		053
鼓掌浪费时间	038	闻一多巧讲“天洗兵”	054
里根巧用“自己人效应”	038	几句话救两条命	055
“清华不是读书的好地方”	039	威尔逊“喝醉酒”	055
凌峰“脸比煤炭黑”	039	苍蝇调戏奥巴马	056
爱因斯坦“自嘲”高招	040	“画画不要脸”的丰子恺	057
典范第三：你也会有演讲		梅汝璈“按体重大小排座”	
家的范儿	041		058
小栏目：什么样的演讲		亚里士多德——“吃饭	
才是好演讲	042	是为了活着”	059
李抱枕——“多来米饭，少来		格兰特四字赢得掌声一片	060
稀粥”	044		

艾森豪威尔“甘做句号”	060	尼克松绝境逢生	083
郁达夫演讲“快短命”	061	“一口咬到包子馅”	084
莱特兄弟一句话顶一万句	061	奥巴马演讲玩“吐槽”	084
荣高棠把包袱甩给美国	062	“结巴”井田演讲胜出的秘诀	085
老舍“散会”	062	刘邦的“三条法令”	086
林语堂“斗兽”	063	艾森豪威尔的言外之意	087
钱钟书的证婚词	064	郭沫若演讲论开车	087
邹韬奋一句话纪念鲁迅	064	林肯愿为他人修鞋	088
狼行千里吃肉	065	白岩松把听众当自己人	089
绝技第四：十鸟在林，不		我为场合添一点颜色	090
 如一鸟在手	067	佩伦演讲“转败为胜”	090
 小栏目：演讲术与“孪生姐妹”		从今天开始写吧	091
 修辞术	068	印尼国父的两个请求	091
钱玄同巧讲音韵学	071	不当作家是为了保护头发	092
苹果公司重新发明了手机	072	现实版“火云邪神”林清玄	093
一碗米的价值	073	林清玄老爸不认他	093
不要打搅柏罗丁	074	奥巴马演讲秀恩爱	094
几句话解释清楚相对论	074	苏格拉底收双倍学费	094
马寅初“叫板”爱因斯坦	075	胡适“演说四原则”	095
瞿秋白“拳打镇关西”	076	马寅初演讲带遗嘱	095
“和顺镇的人都不务正业”	076	交通安全与“450具棺材”	096
众人哭，应允许有人不哭	077	驴子想当官	096
我是实力派歌手	078	爱因斯坦演讲认错	097
哈腰的挂呀，嘿呦	079	准备一次演讲要花多少时间	098
婚礼上的“棋谱”	080	袁世凯做的一件“大好事”	098
邹韬奋的“撒手锏”	081		
好姑娘总要嫁人	081		
回答那个最重要的问题	082		



总统的御用撰稿人	099	易中天成了“大众情人”	112
胡适演讲“兜圈子”	099	陶行知演讲戏说“笼统哥”	
启功演讲会拐弯	100		112
“三无人员”田中角荣的		把“水管”借给英国	113
就职演讲	101	启功才是真“胡说”	114
丘吉尔和演讲“冒牌货”	101	四大发明的专利	115
“傻小子”李雪健的获奖感言		爱因斯坦的惊人发现	116
	102	驴子和我，究竟谁是议员	116
演员不是绍兴老酒	102	谁救了金国上京 140 万老百姓	
王蒙演讲说故事	103		117
没有人埋怨过自己缺少良心		演讲好比猫捉老鼠	118
	104	应变第五：巧妙应对突发	
老舍自揭其短	104	情况	119
冯骥才“攻其一点”	104	小栏目：应变之术——演讲	
戏中坏蛋都叫洪深	105	中的“小李飞刀”	120
差点电死一个傻瓜	105	爱因斯坦回击挑衅者	124
斯宾塞的独身主义	106	辫子的有形与无形	124
沉默是金还是铁	106	伊利诺伊州的“菜籽议员”	
大仲马的“梅子树”	107		125
威廉给自己“挖坑”	107	蒲松龄与“狗骨头”	125
竺可桢“信口开河”	108	冷若冰霜的“重型武器”	126
倪萍不是成功女性	108	“无聊”的毛驴故事	127
人生没有任何意义	109	亨利·克莱反唇相讥	128
马相伯的演讲高论	110	再也不当总统了	128
布什面临的最大困难	110	我不会利用对手的年轻	129
民族主义是根杠子	111	演讲家如此不受欢迎	129

林肯是两面派吗	130	道具第六：小道具里蕴藏的	
“请你再重复一遍”	130	大智慧	141
“黄石县”与“黄石省”	131	小栏目：妙用道具，为演讲	
全世界最有权势的人	131	增添色彩	142
梁实秋演“丑角”	132	“五千年文化结晶”	143
雪莉·布思绊倒自己之后	132	林肯的“啰嗦”演讲	144
余光中的“光”和余秋雨的		冯玉祥“捅鸟窝”	144
“雨”	133	陶行知以喂鸡开场	145
“我的亲朋好友在天堂、地狱”	133	狄青抛钱	146
		林语堂演讲吃花生	146
南希夫人表演“摔跤”	133	冯骥才脱衣服	147
发出嘘声的三种东西	134	鲜花让我看不清前行的路	148
醉酒不是捣乱的理由	134	趣闻第七：演讲高手的那些	
吃素是为了鸡与牛的健康	135	逸闻趣事	149
杨澜“狮子滚绣球”	135	小栏目：从菜鸟到高手有	
里根巧言解围	136	多远	150
侯宝林与同行里根	136	“演讲替身”胡适	152
欧文·柏林给自己颁奖	136	难不住的隋朝演员侯白	153
亚伯理解的“下台”	137	梁启超有一点学问	153
郭良夫是个“好丈夫”	137	林语堂“说完就走”	154
阿加莎·克里斯蒂智答难题	138	我没力气玩枪	154
		一句演讲赢“芳心”	155
还有比这更简单的事吗	138	华罗庚“卖萌”	155
左腿和右腿哪个更重要	139	“吃顿饭”和“铁锈钉”	156
只有署名的纸条	139	说得真好，就是没听清	157
麦克风罢工以后	140	茱莉亚·罗伯茨“语无伦次”	157



黄侃演讲玩“秘密”	158	克林顿明知故问	171
马克·吐温“偷钱”	158	乔羽夫妇“斗嘴”	172
“聋哑人”获奖演讲	159	16个英文单词的演讲	172
盖约演讲雇佣调音师	159	一番演讲，丑女嫁给“高富帅”	173
鲁迅救场	160	“巫师”奥巴马	174
刘晓庆演讲霸气外露	161	戈尔未完成的演讲	174
沈从文登台“张不开口”	161	囫事第八：当心，别在这里	
葬礼上的数学演讲	162	摔跟头	175
马伯利“只愿拉磨”	162	小栏目：“丑态百出”的	
124小时的不间断演讲	163	“演讲家”	176
我愿变成一股风	164	一个痰盂引发的美国独立战争	178
“第一夫人”抢风头	164	议会中的演讲马拉松	179
贝尔与官员过招拆招	165	凡斯演讲大玩“自由落体”	179
撒切尔夫人不看讲稿	165	煮熟的鸭子为什么飞了	180
郭隆真退婚演讲	166	塔夫脱演讲闹笑话	181
陈嘉庚痛批“马屁风”	166	错误的诊断推论	181
马克·吐温吃了哑巴亏	167	扎波伊金“活埋”普罗科菲	182
吃顿饭也要你死我活	168	贬低听众的后果	183
御敌妙招：“养麋鹿”和“油漆墙”	168	奥巴马“中招”	183
林语堂“吹捧”林氏宗亲会	169	田中角荣快哭了	183
列宁的三分钟演讲	170	郭沫若演讲遭遇“滑铁卢”	184
蒙哥马利给士兵“上发条”	170	蒙哥马利遭抗议	185
丘吉尔的第一桶金	171		

奥巴马背后的“瞌睡男”	185	肯尼迪的演讲金句	198
摩根·费里曼“漏了一页”	186	不要把鸡蛋放在一个篮子里	199
里根穿错衣的悲剧	186	海明威“金鸡独立”	200
一次演讲弄丢一个国家	187	“干净”的祝福更有价值	200
史密斯鼓掌闹笑话	187	迷人就在“酸”一点	201
麦克拉梅的演讲比雨强	188	你有多少拼搏的机会	202
李福林冒充“大尾巴狼”	188	号召行动的最好方式	203
歌德演讲玩朗诵	189	高潮即是结束	203
丘吉尔与“V”	204	爱因斯坦不按套路出牌	204
结尾第九：精心设计你的 绕梁余音	191		
小栏目：结句当如撞钟，清 音有余	192	后记	205
“我与春天有个约会”	198	参考文献	208

Speech

**训练第一：
口才是后天训练出来的**



小栏目：练口才的“三驾马车”

抱歉，据我所知，在这个地球上，没有人一生下来就会说话，除了中国神话里的哪吒，更不要说，谁一生下来就有口才了。

口才不是天生的，而是通过后天训练获得的。

曾经有一部影片，在第 83 届奥斯卡奖评选中获得最佳影片奖等四项大奖，它讲述的是一个口吃国王成功获得口才的故事。不错，它正是被誉为“励志传奇”的《国王的演讲》。

主人公艾伯特曾被父王要求在大英帝国展览会上致闭幕词，他站在话筒前，结结巴巴地说：“……我……有事宣布……，……我承诺……” 20 秒钟吐不出一个词。他开

始逃避，甚至向医生发脾气。

几年后，德国政府进攻波兰，英法被迫向德国宣战。乔治六世在播音室里向国民发表演讲：“我们被迫卷入冲突，我们必须保护自己、保护国家，如果你愿意，请拿出你的力量，我们必须坚强起来，抵抗敌人！”全国上下，不分男女老少、贫穷富贵，都在倾听国王演讲，个个热血沸腾，决心誓死抵抗。

这个颇具口才的乔治六世不是别人，正是那个患有严重口吃的艾伯特。从严重口吃，到颇具口才，艾伯特经过种种训练才走到这一步。在敌军进犯的紧要关头，艾伯特面临的已经不是口才的问题了，而是要么存在，要么毁灭。在残酷现实的逼迫下，他背水一战，凭借强大的意志力，拥有了好口才。

这部影片说明了两个问题：第一，口才不是生来就有的，完全可以通过后天的训练而获得；第二，练口才其实是练心，当你处于“小和尚念经——有口无心”的状态时，只能耗费时间，只有当你被现实逼迫，不练拳法就会被打



得满地找牙时，才能进入“备战状态”，练好口才。

作家萨苏曾学日语，并觉得日语很难学。听闻当年搞敌工工作的老八路朱占海会说地道的日语，萨苏便去向其请教教学日语的“诀窍”。朱占海说了一句话，发人深省：“你们学不好，就是少挣俩钱儿；我们学不好的，都牺牲了！”由此可见，被逼到那个份儿上，练不好日语是不可能的。

练口才也是如此。要想拥有流利的口才，就要先给自己一个强有力的理由。

比如，在每次练口才前设想一下，如果没有口才，你将会遭遇怎样的困境；而有了口才，你将会获得怎样的美好生活，并下定决心改变现状，将自己调整到“备战状态”，时刻准备出发！

练口才讲究内外兼修，即需练好内功和外功。南宋诗人陆游曾经写过一首诗，叫《示子遫》，其中有这么两句诗：“汝果欲学诗，工夫在诗外。”大意是劝他儿子只有把“诗外功夫”做足了，才能写出好诗来。同样的道理，练口才时，声音、语调、手势等固然重要，但更重要的是内功的修炼。

著名演讲理论家邵守义曾用七个字来概括内功，即“德、才、学、识、胆、情、体”。

具体说来，“德”是指“品德”。俗话说“打铁先要腰杆硬”，演讲者如果说一套，做一套，便是欺骗，别指望听众会从中受益，更别指望能得到听众的爱戴。如果不能保证演讲是精彩的，那么请保证演讲是真诚的。

“才”是指“才能”。“演讲”虽以“讲”为主，但也有“演”的成分，因此，演讲者应该有一些表演方面的才能，以便抓住听众的注意力、调动听众的情绪。高明的演讲虽以讲稿为基础，却不拘泥于讲稿，如遇突发情况或者灵感涌现，演讲者可以即兴发挥。从这个意义上讲，每一场演讲都是一场创意表演。

“学”是指“学识”。难以想象，一个学识浅薄的人能在台上洋洋洒洒。一个人如果肚里没货，这也不懂，那也不会，讲出来的东西也毫无用处，那么只能白白耗费听众的精力与时间。

“识”是指“见识”。仅仅肚里有货也不成，如果讲的



东西大家都知道，不是微博上流行的话题，就是从别人口中听来的，毫无见识与新意，估计大家听起来也味同嚼蜡。因此，演讲者最好有新观点、新见解，说他人未说，讲他人未讲，想他人未想。

“胆”是指“胆量”。首次登台的演讲者心里可能会发慌，这是正常现象。多登几次台，熟悉后就不怕了。实际上，听众并不在乎你心慌与否，他们只在乎你的演讲是否对他们有用。明白这一点后，你便能勇敢登台。

“情”是指“情感”。演讲当如骨鲠在喉，不吐不快，演讲者应自如地表达心中的想法；避免逐字逐句念讲稿、背讲稿，而缺乏打动人的情感力量；此外，也要避免“情感过剩”，平时用什么语调说话就用什么语调演讲，切忌一登台就跟换了一个人似的，拉长音调，那不是演讲，是朗诵或歌唱。

“体”是指“身体”。从某种程度上讲，演讲是一件体力活，不仅需要“站功”，还需要“嗓功”，所以有必要锻炼好身体。