

你是自己的 演讲家

世界名人是怎样演讲的

郑天皓 沈雨欣 ◎ 编著



演讲是形象的使者，是成就人生的助燃剂。美国著名演讲家戴尔·卡耐基说：“演讲绝不是上帝给予少数人的特别的才能。”世界上没有天生的演讲家，如果有的话，那就是奋斗不息的自己。我们每个人都是自己的演讲家。

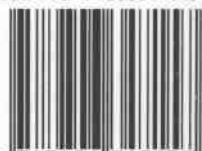
NISHIZI JIDE
YANJIANG JIA

泰山出版社



NISHIZIJI DE YANJIANGJIA

ISBN 978-7-80634-715-7



9 787806 347157 >

定价: 28.00 元

你是自己的 演讲家

世界名人是怎样演讲的

郑天皓 沈雨欣 ◎ 编著

NISHIZIJIDE
YANJIANGJIA

泰山出版社

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

图书在版编目 (CIP) 数据

你是自己的演讲家——世界名人是怎样演讲的 / 郑天皓, 沈雨欣编著. —济南: 泰山出版社, 2009. 4.
ISBN 978-7-80634-715-7

I. 你… II. ①郑…②沈… III. 演说—汇编—世界
IV. I16

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 094157 号

编 著 郑天皓 沈雨欣
责任编辑 戴振宇
装帧设计 胡大伟

你是自己的演讲家
——世界名人是怎样演讲的

出 版 泰山出版社
社 址 济南市马鞍山路 58 号 邮编 250002
电 话 总编室 (0531) 82023466
发行部 (0531) 82025510 82020455
网 址 www.tschs.com
电子信箱 tschs@sohu.com

发 行 新华书店经销
印 刷 荣成三星印刷有限公司
规 格 165 × 240mm 16K
印 张 20.25
字 数 280 千字
版 次 2009 年 4 月第 1 版
印 次 2009 年 4 月第 1 次印刷
标准书号 ISBN 978-7-80634-715-7
定 价 28.00 元

著作权所有·请勿擅自用本书制作各类出版物·违者必究
如有印装质量问题·请与泰山出版社发行部调换



前言

演讲不过是语言的高级表达。语言是人类的本能。从儿时的简单咿呀，到后来随心所欲的表达，语言与我们一生相伴，既是我们传递信息、交流情感、宣泄自我的重要手段，也是我们成熟长大的重要标志。依赖语言，我们向别人袒露了情怀，依赖语言，我们也走进了他人的内心世界。语言可以在群体与群体之间、个体与社会之间、你我之间搭建起沟通的桥梁，从而消除人与人之间的隔膜，使这个世界不再寂寞。

语言还是装点形象的门面，是打开成功之门的敲门砖，是成就人生的助燃剂。谁不想在任何场合都能侃侃而谈？谁不想在演讲中一展自己的独特风采？谁不想成为人人称羡的演讲家？妙语一句胜过千言万语；雄辩一人强于百万之兵。作家老舍曾说：“我们的最好的思想，最深厚的感情，只能被最美妙的语言表达出来。若是表达不出，谁能知道那思想与感情怎样好呢？”而且，语言不仅可以与别人分享你的思想，在当下这个竞争激烈、节奏快捷的时代，其还是我们展示自己的才能，为自己争取机会的重要手段。

但有的时候，我们会对人皆可说的语言产生某种敬畏，譬如在

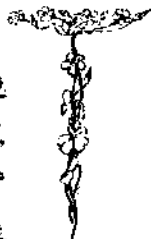


仰望语言的星空，欣赏那些经过时间的沉淀、超越了空间的局限，终成为人类语言经典的著名演讲词的时候，我们往往怀有过多的尊崇和过分的神圣。

人类从历史走来，一路征尘，一路渴望，一路风光，也曾一路迷茫。在那些艰难苦痛的关头，激情豪迈的瞬间，沮丧落寞的空隙，喜不自禁的时刻，在每一个必须凭毅力去坚挺，靠信念去支撑，靠精神去战胜，当人们有感要发，有苦要诉，有情要抒，有冤要伸，有泪要流的时候。人们往往会把所有的情愫化为语言。那些在历史的时空中因时因事、因人因情而凝结起的，或妙语连珠、或锋芒毕露、或雄辩滔滔、或恣意汪洋的演讲辞，它们自身，连同它们所宣讲与表达的情感与事件，便积淀成历史的经典。

其实，任何经典无不源于平凡。翻检这里我们所选取的演讲词和演讲者，并不是篇篇都出自名家之手，也不是个个都出身不凡，这些演说词和演讲者不分时代，不考国籍，不讲身份，不拘格式。既有叱咤风云的军政首要，也有素面朝天的百姓布衣，既有豪情万丈的慷慨激昂，也有质朴淡雅的娓娓诉说。大到开国宣言，小到对一位家仆的追念。有喜不自禁的感怀，也有面对亡灵的悲哀……是特定的人物，因了某种特定的事由，在某个特定的场合的某中特定挥洒与言说。演讲并不是谁的专利，如美国久负盛名的演讲家戴尔·卡耐基说的那样：“演讲绝不是上帝给予少数人的特别的才能。”

古希腊因为思想意识的发达和交锋的激烈曾经培育过一批著名的演讲家，其中的德摩斯梯尼天生口吃，嗓音微弱，还有耸肩的坏习惯。在常人看来，他似乎没有一点当演说家的天赋。在最初演说的时候，由于发音不清，论证无力，多次被轰下讲坛。为了成为卓越的政治演说家，德摩斯梯尼开始了超出常人几倍的努力，进行了异常刻苦的学习和训练。他曾将《伯罗奔尼撒战争史》抄写8遍，虚心向著名的演员请教发音的方法，为了改进发音，把小石子含在嘴里朗读，迎着大风和波涛讲话，为了去掉气短的毛病，一边在陡峭的山路上攀登，一边不停地吟诗，在家里装了一面大镜子，每天起早贪黑地对着镜子练习演说，为了改掉说话耸肩的坏习惯，在头



顶上悬挂一柄剑，或悬挂一把铁锤，甚至把自己剃成阴阳头，以便能安心躲起来练习演说……德摩斯梯尼不仅严格训练自己的发音，而且努力提高政治、文学修养。悉心研究古希腊的诗歌、神话，背诵优秀的悲剧和喜剧，探讨著名历史学家的文体和风格。柏拉图是当时公认的独具风格的演讲大师，他的每次演讲，德摩斯梯尼都前去聆听，并用心琢磨大师的演讲技巧……经过十多年的磨练，德摩斯梯尼终于成为一位出色的演说家，其演说词被结集出版，成为当时雄辩术的典范。日本前首相田中角荣，少年时曾患有口吃病，但他不被困难所吓倒。为了克服口吃，练就口才，他常常朗诵、慢读课文，为了准确发音，还对着镜子纠正嘴和舌根的部位，严肃认真，一丝不苟。

可见，世界上没有什么天生的演讲家，如果有的话，那就是奋斗不息的你。或者说，我们每个人都是自己的演讲家。当然，作为一种境界，理想的致达，必须配合操作层面的努力。那么，怎样才能提高自己的演讲水平和口语表达能力呢？除了要能做到多看、多听、多问、多写、多记、多想、多学、多练外，还必须朝着以下三个方面努力：

首先，要有强烈的欲望和自信心。人的潜能是无限的，任何人都有挖掘它的能力，只要他有充分的欲望。哈佛大学最杰出的心理学教授威廉·詹姆斯曾言：“倘若你对某项结果足够关心，你自然一定会完成。如果你希望做好，你就会做好。若你期望致富，你便会致富。若是你想博学，你就会博学。只有那样，你才会真正地期盼这些事情，并一心一意地去做，而不会费许多心神再去胡思乱想其它不相干的杂事。”当你确立了目标，就要全力以赴，心无旁骛，并自我鼓励，充满自信。将自己投入未来的形象中，

刻苦学习，认真钻研，不断增长自己的知识。不仅从书本上学，而且在实践中学，努力使理想成为现实。

其次，行文谋篇要遵循一定原则。（1）演讲是一种即时性的双向交流，是通过演讲者的话语、言谈，希图达到说者与听者之间共识与共鸣的交际活动，故演讲稿必须有相当的针对性。讲话的题目应与



现实紧密结合，要考虑听众的需要，所提出的问题应是听众所关注的事情，所讲内容的深浅也应符合听众的接受水平。要针对不同的场景、不同的听众和不同的气氛，有的放矢。（2）演讲是一种劝导、说教活动，开宗明义、旗帜鲜明是十分必要的。演讲的内容不能只是客观地叙事，还必须宣示自己的主张，阐明自己的立场。赞成什么，反对什么，表扬什么，批评什么，均应做到立场鲜明、态度明确，不能含糊。明确的立场和观点透露着演讲者的睿智和理性，显示着演讲者对客观事物见解的透彻程度，能给人以可信性和可靠感。观点模糊、态度暧昧，则缺乏说服力，难以感染听众，无法对听者起到劝导和说服的作用。（3）演讲还要有真挚的感情。演讲既要冷静地分析，晓之以理，又要诚挚、热烈，动之以情，把说理和抒情结合起来。要注意结构的动态性，在文章的铺设安排上力求曲折、多变，跌宕起伏。要充分调动演讲者的激情，使演讲的语气具有煽动性和鼓动性，让听者思想上为之振奋，感情上与之共鸣。

第三，注意技巧的使用。譬如演讲稿的开头，也叫开场白。它在演讲稿的结构中处于显要的地位，具有重要的作用。瑞士作家温克勒说：“开场白有二项任务：一是建立说者与听者的同感；二是如字义所释，打开场面，引入正题。”好的演讲稿，一开头就应该用最简洁的语言、最经济的时间，把听众的注意力和兴奋点吸引过来，这样，才能达到出奇制胜的效果。结尾要简洁有力，余音绕梁。结尾要恰到好处。美国作家约翰·沃尔夫说：“演讲最好在听众兴趣到高潮时果断收束，未尽时嘎然而止。”言简意赅、余音绕梁的结尾能够使听众精神振奋，并促使听众不断地思考和回味；而松散疲惫、枯燥无味的结尾则只能使听众感到厌倦，并随着事过境迁而被遗忘。要注意形体语言的配合。演讲是运用语言和动作达到某种效果的综合艺术，形体的姿态不可忽视。这里我们不妨借鉴林肯的经验，林肯先生讲话时，想把一个重要意思深印听众的心里，就把他高高的身体向前略倾。两眼盯住听众，一言不发，几秒钟过后，再突然把一个重要的内容强有力地吐出来，让霎时和的沉静和突然的一声巨响有机配合，达到一种不同寻常的效果。



目 录

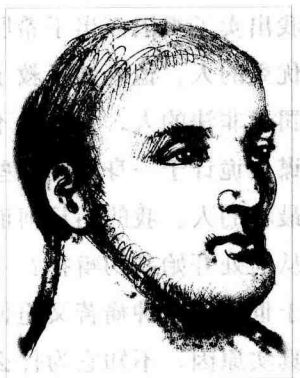
前 言	/ 1
高尔吉亚	帕拉梅德斯辩护词 / 1
伯里克利	我们是战无不胜的 / 9
苏格拉底	在雅典法庭上的演讲 / 14
亚历山大	对马其顿士兵的演说 / 19
汉尼拔	要么胜利，要么死亡 / 24
安东尼	在安葬恺撒时的演说 / 28
圣伯纳德	第二次十字军东征 / 33
布鲁诺	真理面前半步也不后退 / 36
歌德	莎士比亚纪念日的讲话 / 40
裴特瑞克·亨利	在弗吉尼亚州议会上的演说 / 46
富兰克林	我对这部宪法很满意 / 50
罗伯斯庇尔	路易当死，因为祖国必生 / 54
拿破仑	在米兰的演说 / 60
华盛顿	告别辞 / 64
罗伯特·埃米特	被判为叛国罪的抗辩说 / 75
杰佛逊	不负民众的瞩望 / 80



- 西蒙·玻利瓦尔 告委内瑞拉人民 / 86
- 西蒙·玻利瓦尔 请接受我对人民永恒的祝福 / 90
- 韦伯斯特 独立宣言永存 / 94
- 布朗基 自由！幸福！ / 99
- 马志尼 致意大利青年 / 106
- 雨果 在巴尔扎克葬礼上的演说 / 110
- 赫胥黎 人类在自然界的位置 / 114
- 爱默生 一个普通美国人的伟大之处 / 120
- 约翰·阿卑安·安德鲁 接受战旗 / 126
- 威廉·格莱斯顿 英国的外交政策原则 / 129
- 惠斯勒 晚间十点钟演讲 / 134
- 俾斯麦 我们的德国 / 138
- 爱德华·费尔普斯 告别英伦 / 143
- 威廉·布赖恩 不要把人类钉死在金十字架上 / 146
- 孙中山 为国利民福而努力奋斗 / 154
- 豪普特曼 干杯！为了世界的和平 / 161
- 劳伊德·乔治 一张废纸 / 164
- 莱恩 制造国旗的人们 / 168
- 高尔基 科学万岁 / 172
- 蔡元培 以美育代宗教说 / 176
- 甘地 我坚信这是印度唯一的生路 / 182
- 卢那察尔斯基 再论贝多芬 / 189
- 胡适 中国公学 18 年级毕业赠言 / 195
- 弗洛伊德 升华，战胜命运的摆布 / 198
- 斯大林 必须使自己成为专家 / 202
- 丘吉尔 出任首相后的首次演说 / 207
- 罗斯福 一个遗臭万年的日子 / 211



- 宋美龄 在美国国会的演说 / 215
- 巴顿 战争会造就英雄豪杰 / 220
- 蒙哥马利 告别演说 / 223
- 马尔罗 希腊礼赞 / 226
- 戴高乐 在凯旋门广场的演说 / 231
- 闻一多 最后一次的讲演 / 234
- 毛泽东 中国人民站起来了 / 238
- 周恩来 在万隆会议上的补充发言 / 243
- 哈尔多·拉克斯内斯 我属于冰岛 / 248
- 罗素 置人类于末日还是弃绝战争 / 252
- 肯尼迪 就职演说 / 256
- 麦克阿瑟 责任·荣誉·国家 / 261
- 马丁·路德·金 在林肯纪念堂前的演讲 / 267
- 埃德温·奥尔德林 我们在月球上散步了 / 272
- 乔冠华 在 26 届联大上的发言 / 275
- 尼克松 在答谢宴会上的祝酒辞 / 283
- 萨达特 为争取和平而战 / 286
- 加西亚·马尔克斯 拉丁美洲的孤独 / 292
- 布什 沙漠风暴行动计划已经开始 / 298
- 奥巴马 就职演说 / 304



高尔吉亚

帕拉梅德斯辩护词

(公元前5世纪)

高尔吉亚 (约前 480 ~ 前 399)，古希腊哲学家、智者学派奠基人。出生于西西里岛里昂

提尼城，后在雅典定居。深受远古时期希腊地区发达的哲学思辩精神的影响，秉承前人的成就，跻身古希腊知名哲学家的行列。在哲学观上倾向怀疑主义，对自然与存在提出了自己的命题，即无物存在，有存在也是不可认识的；即使认识也无法表达。他固执地拒绝矛盾的存在，最后走向了怀疑论和虚无主义。其一生大部分时间是从事讲演和修辞学的讲授。主要著作有《论自然或非存在》、《海伦赞》、《帕拉梅德斯辩护词》。

帕拉梅德斯是攻打特洛伊城的希腊英雄，遭人诬陷被处死；后来人们对帕拉梅德斯进行了平反昭雪。该文是在帕拉梅德斯被恢复名誉时，高尔吉亚代替死者而作的辩护。

我的控告和辩护并不是针对死刑的判决，因为总有一天自然将



宣判一切人死刑。我之所以提出控告和辩护是因为事关荣誉：究竟我必须正义地死去，还是在巨大的阴谋和无耻的陷害之后被暴力处死？我们是两军对垒，你们有你们的一切，我有我的一切。你们有暴力，我有正义。你们很容易随心所欲地处死我，你们掌握了我所没有掌握的权力。如果奥德塞之所以提出控告是因为他确实知道我把希腊出卖给外邦人，或者他真的相信我出卖了祖国而出于希腊人的善良愿望提出控告，那么他就是一个优秀的人。他既然拯救了父亲、孩子，拯救了全体希腊人而且还惩罚了非法的人，为什么不是优秀的人呢？但是，如果他集妒忌、阴谋、诡计于一身，那么这些既能使他成为强有力的人，也能使他成为最坏的人。我的话从何而起呢？从什么地方开始？开始说些什么？从何处开始我的辩护？一种无以名状的原因使我要把我的痛苦公诸于世，但这种痛苦又迫使我难于用语言表达，我不知道这种痛苦的真实原因，不知它为什么一定出现，只有经过更多的危险、克服更多的困难才能使我懂得这一切。

我清楚地看到，我的控告者并不知道要控告我什么。因为他和我一样清楚，我并没有做那件事。我不知道那位先生怎么能看到没有发生的事。如果他说是他知道真有那件事他才提出控告的，那他说的不是真话，因为我可以向你们提供不同的证据。因为，即使我愿意，我也不可能做那件事；即使我可能，也不愿意做那件事。

我提出的第一个理由是我是不可能做那件事的。叛卖活动也总要有个开头，而开头总要有个理由，后果总要有个前因。请你说说，如果没有勾结串通，这件事又怎样能发生？如果外邦人没有派人到我这里来，而我又没有派人到他那里去，这件事是用什么方式串通的？如果没有串通，任何信件也不能传递。然而语言居然能有那样大的力量，现在我竟和外邦人联系上了，他们也和我联系上了——用什么方式联系的？谁跟谁联系？希腊人与外邦人。互相怎样听和说呢？是一对一单独谈吗？但我们互相是不懂话的。通过翻译吗？如果有第三者在场就会成为证人，而秘密就不成其为秘密了。

既然我做了那件事事实上没有做的事，这里总需要提出一定的保



证，这种保证是什么？是誓言吗？谁能相信我这个卖国者的誓言呢？是人质吗？谁是人质？譬如把我的兄弟（我没有别人了）给他们作人质，而外邦人则把他儿子作人质。我看由我的兄弟和他的儿子作人质是最可靠了，但这些事你们都会一清二楚的，并非秘密。有人说，我们以金钱作保证。他给我钱，我就收下了。那么给的钱很少吗？做那样大的事给少了是不可能的。收很多的钱吗？谁运输的？怎样运法？很多人运吗？很多人运很多钱财就是阴谋的证据。但一个人又是运不了许多钱的。再说，是白天还是夜晚运的？夜晚有许多人守卫着，他们不会疏忽的。白天吗？阳光会揭穿这些事情。那么，是我自己去拿这些贿赂，还是那人送来的？这两种情形都是不可能的。就算我接受了，我又是怎样藏起来的？藏在家里还是藏在外面？放在何处？怎么看守它？显然是要用它们的，如果不用，它们又有什么好处呢？

于是，我就做了我所没有做过的事。我们居然接上了头，交谈了，也听懂了。我从他们那里拿了钱，偷偷地拿了，藏了起来。还有比这个说法更荒谬的，做这种卖国的事是一个人还是有同伙？一个人干不了，那么有同伙？同伙又是谁？显然都是同党人。是自由民还是奴隶？我和你们都是自由民，你们当中有谁参与了，出来说说。如果是奴隶，为什么奴隶就不可信呢？你们自己会被迫起来愤怒控告自由民的。

这种事情是怎样发生的？显然必须引进比你们更强的士兵来，这是不可能的。怎样引进来的？是通过门吗？这个门不论开着或关着对我都一样，因为都有长官守卫着。用梯子爬墙过去吗？难道没有巡逻的？从墙洞里爬进爬出？这一切都会被看得清清楚楚。光天化日之下军营中的人都全副武装，在这里所有的人都能看到别人，也会被别人看到。因此我不能当着这些人的面来做这一切。

你们大家都来看看这种情形：如果我能够做许多重大的事，为什么要做这件事呢？没有人愿意平白无故地冒那样大的危险，没有人愿意做那样大的坏事。究竟为了什么？（我还要再一次提这个问题）为了当僭主吗？当你们的僭主还是外邦的僭主？你们有着一切



光荣的历史，你们的祖先拥有财富和美德，丰功伟绩、意气风发，具有王道传统，而不能容忍僭主。做外邦人的僭主吗？我给他们什么？我用什么方法把希腊卖给人数众多的外邦人？用说服还是暴力？他们既不愿被说服，我也没有暴力。也许是两厢情愿以出卖希腊来换取报酬？这是最愚蠢不过的事。谁能宁愿为奴不愿为王，拿钱买一个王来？谁愿以最坏的人为王而不愿以强者为王？

有人说，我因为爱钱财才做这种事。但我已是小康之家，不需要更多的钱。而只有那些挥霍浪费的人才需要大量的钱，而不是那些能控制自然欲求的人。因此应该谴责那些为快乐所役、追求名利的行为，而这一切对我都是格格不入的。说真话，我可以对我过去的生活提出可信的证据，这个证据就是你们自己，你们和我在一起，因此你们是了解这些事情的。

只要有中等聪明就不会为了荣誉做这种事。荣誉来自德行，不能来自作恶。出卖希腊的人怎能得到荣誉？再说，我也不缺少荣誉，有德行的人尊敬我的德行，你们尊敬我的智慧。

要做那样的事是要很坚定的，他出卖了城邦的一切，出卖了法律、正义、神和人的财富。他无视法律，破坏正义，瓦解财富，亵渎神明。但做这样事的人要冒很大的危险，因而又是不可能坚定的。

他做这种不正义的事是想要帮助朋友，损害敌人吗？我认为适得其反，他使亲者痛，仇者快，这种行为对任何人都没有好处，没有一个人做事是要自己受害的。还有一些人是要躲避责罚和危险而做这种事，但没有一个人能说我有些需要来做那种事。人们做这一切有两方面原因，或是为了分享某种利益，或是为了逃避危害。我如做了那些事，对我自己也有害处，这一点不是不清楚的。出卖了希腊，就是出卖了自由，出卖了子孙、朋友、尊敬的祖先、神圣的祖国、社稷、伟大的希腊城邦，所有这一切，都只能以不正义的手段得来。

请看：我并不是一个衣食无着的人，怎能做出这些事来？（做了这些事后）我该何处存身？在希腊吗？因干了不正义之事受到法律制裁吗？谁能使我躲避恶运？留在外邦吗？这样不就抛弃了一切



伟大的事业、玷污了最美好的荣誉，陷于可耻的不幸之中，把过去为美德所作的努力一笔勾销了？如果我这样的可耻，真是咎由自取了。

我在外邦人当中也不会得到信任。他们为什么要信任做了这种事的人呢？为什么要把私通敌人的人当做朋友呢？当权者对卑贱者是不给予信任的。如果说，失去金钱、王位都可以重新获得，但失去信任是不能重新得到的。由上可知，出卖希腊这件事，即使我能够，我也不愿意；既使我愿意我也不能够。

现在，我想对控告我的人说几句话。谁能信你这些控告呢？应该承认，没有价值的东西就是没有价值的东西。你对我的控告，是你亲眼所见，还是靠传言？如果是亲见，那你也知道，这就是指，或者你亲眼看到了，或者你亲自参加了；如果是靠传言，那你就是问了参加者。如果你是亲见，那以请说说时间、地点、方式，是什么时间、什么地方、又是怎样看到的？如果你也参与了，那你也要因同样的原因受到谴责；如果是从参与者那里听来的，那参与者又是谁？请你走到大庭广众中来，请你来作证，这正是控告者最好的证人，可是我们之中没有人来作这个证。

或许你会说，无论有没有证人，事情都是一样。不，事情并不一样。没有发生的事无论如何不能有证人，但对于发生了的事，不仅不能没有证人，而且很容易有证人，甚至必然有证人。你们不仅没有证人，而且制造伪证，我真是没有这种本领。

你根本不知道要控告什么，这一点是很明显的。此外，你自己心里明白你一无所知。亲爱的勇士啊！你相信听途说的意见，相信最不可信的事，看不见真理，你围着变幻不定的意见转倒很勇敢，你掌握事实之所以如此的真相吗？意见对一切人，一切事都是共同的，在这方面你并不比别人更聪明点。但是意见是不可信的，只有亲眼所见才可信，并不是意见比真理更可信，而是真理比意见更可信。

由上述可见，对我的控告有相反的两条理由：一是说我有智慧，一是说我发了疯；而这二者不可能在一个人身上同时存在。当你们



说我有计谋、有能力、有办法时，是指控我有智慧，但当说我出卖希腊时，又在指控我发了疯。所谓发疯，就是要做不能做的事，做没有利、可耻的事，这些事有害于朋友、有利于敌人，做这种事的人是该诅咒的、不正常的。但对于那种对同一事件、同一个人却有相反的说法的人我们又怎能信任他呢？

我要问你，有智慧的人是有头脑的，还是无头脑的？如果是无头脑的，那么此说倒颇新鲜，但并非真理；如果有头脑，那么聪明人就不该犯这样大的错误，就会避恶趋善。如果我是智者，就不该犯错误，如果我犯了错误，就不是智者，二者必居其一。

对你提出的数量众多、罪名重大的新老控告，我尽可一一反驳，但我不想这样做。我不愿以你的恶来洗清自己，而要以我自己的善来洗清自己。

要对你说的，就是这些。

对你们，法官们，我劝你们关于我的问题要说真话，不要捕风捉影地来起诉，而要有真凭实据。现在，我要向你们检讨我过去的生活，我需要你们回忆一下我过去所做的好事，不要嫉妒这些事，而要承认这个控告是极大的谎言，从而说出你们所见的真实情况。这样我就不胜荣幸了。

我的生活的开始，特别是后来，从始至终都没有什么可指责的地方。控告者对你们所说的我的罪名没有一条是真的。他所说的没有一句话能自圆其说。因此用不着来谴责它，语言本身就自己否定了自己。

然而，我的话过去、现在都没有虚假的地方，都是无可辩驳的。我不仅没有过错，而且为你们希腊人和全人类建立了伟大功勋，不仅对现在，而且对未来，谁使人们的生活由贫困到富有，从混乱到秩序井然？谁以激烈的战争赢得了胜利？谁守卫着成文法，谁发明了文字以便记忆，谁统一了度量衡以便沟通，谁监护着国库不使浪费，发明了烽火以迅速传讯，发明了博弈以消闲暇？因谁的创造，你们才有此一切？显然，这一切都是我的心血。事实证明，我总是尽力避免做可耻的、坏的事情，具有这样丰功伟绩的人不可能对那