



★ ★ ★ ★ ★
哈佛剑桥学得到系列

Havard & Cambridge



Havard

传播世界名校育才理念

口才资本 演讲技能

设计中国青年成功课程

兴盛乐 主编

Cambridge



企业管理出版社
ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE



★ ★ ★ ★ ★
哈佛剑桥学得到系列

Harvard & Cambridge



Havard

传播世界名校育才理念

口才资本

演讲技能

设计中国青年成功课程

兴盛乐 主编

Cambridge



企业管理出版社
ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

口才资本与演讲技能/兴盛乐 主编 —北京市:
企业管理出版社, 2007.3

ISBN 978-7-80197-567-6

I. 口... II. 兴... III. ①口才学②演讲学
IV. H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 117361 号

书 名: 口才资本与演讲技能

主 编: 兴盛乐

责任编辑: 震 东

书 号: ISBN 978-7-80197-567-6

出版发行: 企业管理出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院南路 17 号 邮编: 100044

网 址: <http://www.emph.cn>

电 话: 出版部: 68414643 发行部: 68414644 编辑部: 68428387

电子信箱: 80147@sina.com zbs@emph.cn

印 刷: 保利达印务有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 680 毫米×1000 毫米 16 开 21 印张 350 千字

版 次: 2007 年 3 月第 1 版 2007 年 3 月第 1 次印刷

印 数: 10000 册

定 价: 33.00 元

版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换

总序

在这个提倡终身学习、个人进步的时代，以“哈佛大学”、“剑桥大学”为代表的世界知名学府无疑是每一位有志青年魂牵梦萦的理想殿堂。

“先有哈佛，后有美国”。建于1636年的哈佛大学，是美国历史最悠久的高等学府之一，它因培养出了众多杰出的政治家、科学家、企业家、作家、学者和律师而享有世界声誉。它的高徒包括30多名诺贝尔奖获得者、20多名普利策奖获得者和五位美国总统（第2任总统约翰·亚当斯、第6任总统约翰·昆西·亚当斯、第19任总统拉瑟福德·海斯、第26任总统西奥多·罗斯福和第35任总统约翰·肯尼迪），以及一批法官、内阁官员和国会领袖。世界首富、微软公司创始人比尔·盖茨仅仅是哈佛大学“不合格”的辍学生。

众多哈佛学子的成功，正是哈佛人生哲学教育的硕果、素质教育的结晶。哈佛教育的一大核心理念是让每个学生都学会创造自己的卓越人生。

剑桥大学被称为“欧洲学术的灵魂”，在科学领域人才辈出。就一所大学来说，剑桥大学的诺贝尔奖获得者的人数之多居世界第一。其中多是来自卡文迪什研究所的物理、化学领域的学者。也许正是这种传统，才给剑桥城营造出了一种理性而乐观的气氛。剑桥除了诞生一大批科学巨匠外，查尔斯王子、威尔士王子、爱德华七世、玛嘉丽皇后等皇室显贵也多出于其间。对英国诗歌格律的形成起重要作用的大诗人斯宾塞也于1569年入剑桥大学学习文学、哲学和部分自然科学。

20世纪以来，剑桥大学仍旧是人才辈出，凯恩斯经济学派的创始人





凯恩斯，数学家、分析哲学的创始人罗素，传记家和评论家史特拉赛，短篇小说家福斯特，生物化学家和科学史家李约瑟等都出于剑桥大学，还包括3位英国首相。印度前任总理尼赫鲁、拉吉夫·甘地，马来西亚前总理赫曼、新加坡前总理李光耀等也是剑桥校友。

诚然，名校的魅力是无穷的，人人都向往着能够接受哈佛大学、剑桥大学的教育。但是，能在哈佛、剑桥这样的学府进行深造的年轻人实在是凤毛麟角。

在激烈的社会竞争与自我实现的驱动下，所有有志青年都渴望成才、希冀成功，这种驱动已经促使人们改变了传统的教育理念，成才、成功也不再拘泥于某一种学习途径。而且，当你真正明白了名校教育的真谛是塑造一种能力、栽培一种素质时，你完全可以通过领悟名校教育理念的真谛、课程设计的精髓来实现个人进步的梦想。

现在，该套丛书可以在一定程度上帮助广大青年朋友实现这一梦想。本套丛书本着“传播世界名校育才理念，设计中国青年成功课程”的出版宗旨，通过对哈佛大学、剑桥大学等世界名校的教育理念、核心课程、育才方法等进行深入研究，通过对哈佛大学、剑桥大学众多校长、教授、成功学子的经验进行整理总结，并结合中国青年成功成才、自学深造的实际需要，将丛书按照领导素质、领导艺术、口才训练、演讲技能、社交礼仪、形象设计、人性分析、处世智慧等8个主题编写为4个分册。分别为：《领导素质与领导艺术》、《口才资本与演讲技能》、《社交礼仪与形象设计》、《人性掌控与处世智慧》。

每一滴思想的水珠都会折射出先哲们的心血和睿智，每一种思想的声音都会带给我们棒喝般的省悟和爆发性的力量。本套丛书力求深入浅出，简练朴素，内容兼收并蓄，中西合璧。希冀成为中国当代青年成才和成功路上的智慧集锦。

站在巨人的肩上你可以看得更高更远，站在名校、名师、名人的肩上，可以更好地发掘你的潜能，提升你的境界，更好地把握生命轨迹，正确对待挫折和机遇，养成良好的习惯，塑造卓越的能力，创造完美的

人生。

你的成功，我的成功，让我们一同来圆哈佛剑桥的成才之梦！

兴盛乐

2007.2.15

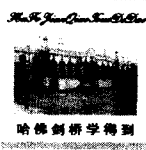
KouCaizibenYuyanJiangJiNeng

Harvard University



哈佛剑桥学得到

总
序



前言

智慧云集的地方，总是给人一种向往。

培养出7位美国总统、40位诺贝尔奖得主以及无数政界、商界精英的哈佛大学（Harvard University）和孕育出牛顿、培根、弥尔顿、拜伦、达尔文等对人类进步事业做出杰出贡献的伟大科学家、思想家和诗人的剑桥大学（University of Cambridge），以其加起来上千年的教学经验和教育理念，已经无可争议的使它们成为了全世界最富有智慧的地方。

因此，有人说，要想聆听世界的声音，只有两个地方，一个是联合国，一个是哈佛。

因此，许多在剑桥求学的学子经常会幸福并欣慰的重复着一句直观而又简单的话：Here light and sacred draughts，意即，求知学习的理想之地。

当然，那已是上个世纪的事。

上个世纪，我们说知识没有国界，在大多数人看来，只是一种愿望，而在通讯和传播空前发达的21世纪，知识共享已然没有了障碍，我们可以“两脚不迈，便知千里之事”，同时也可以安坐此岸享受彼岸传来的智慧。

关于哈佛剑桥几百年来一直秉承的演讲、口才方面的教学理念、方法和智慧，其实早在几年前已开始引入中国，并受到了读者的一致好评，只因未成系统，因此也未能在社会上引起广泛反响。有鉴于此，我们将流行于两所著名学府，波及美、英两国乃至全世界的口才智慧进行了全面的收集整理和系统编撰，期望更多的人能从中受到系统的教益，汲取更多的养分，拥有最具智慧的演讲技能和口才资本。



CONTENTS

目 录

第一章 语言是人类力量的统帅

说话和事业的进展有很大的关系,是一个人力量的主要体现。你如出言不逊,跟别人争辩,那么,你将不可能获得别人的同情、别人的合作、别人的助力。

——富兰克林

- * 会说话是一种资本 /2
- * 不做沉默的智者 /3
- * 口才即财富 /6
- * 天天说话不见得会说话 /8
- * 善于说话的人 /9
- * 注意自己说话的噪音 /12
- * 真诚才有力量 /14
- * 选择好话题 /16

第二章 塑造完美的说话形象

一个人的眼睛是现在的他,一个人的嘴巴是将来的他。

——高尔斯华绥



CONTENTS

- * 改掉不良的说话习惯 /20
- * 培养自己说话的风格 /23
- * 给每一个人都留下好印象 /24
- * 说话的最高境界 /26
- * 学会抑扬顿挫 /27
- * 朴素简洁说话 /29
- * 做一个会听话的人 /31

第三章 说话的基本技巧

语言和行为是神力的截然相反的表现,语言是一种行动,行动也是一种语言。

——爱默生

- * 形象化说话 /34
- * 以情动人 /36
- * 有动感才有魅力 /38
- * 如何步入说话的绝佳境地 /39
- * 尊重是一种征服 /41
- * 获得好感 /43
- * 微笑 /46

第四章 幽默的智慧

幽默在欢笑背后隐藏着对事物的严肃态度,而讽刺却在严肃的形式背后隐藏着开玩笑。

——普拉图谱夫



CONTENTS

- * 善谈者必善幽默 /50
- * 什么是幽默 /51
- * 让幽默充满情趣 /54
- * 用幽默沟通心灵 /56
- * 幽默是生活中的调味品 /57
- * 幽默的几种方式 /59
- * 幽默是人的本能 /61
- * 幽默应简约得当 /62
- * 幽默得体原则 /63

第五章 无声语言的魅力

一条船可以由它发出的声音知道它是否破裂,一个人也可以由他的言论知道他是聪明还是愚昧。

——狄摩西尼

- * 用眼睛说话 /66
- * 人际交往的高招 /67
- * 如何运用“首”语 /69
- * 穿着打扮原则 /70
- * 体态语言 /71
- * 体态语运用原则 /72
- * 手语 /73
- * 握手的学问 /74
- * 体姿三种 /75
- * 仪表,最好的名片 /76



CONTENTS

第六章 掌控说话的尺度

仔细斟酌你的言辞,以免它们变成利剑。

——卡莱尔

- * 把握好说话的分寸 /80
- * 赞美与阿谀的区别 /81
- * 奉承有度 /82
- * 称呼恰当 /83
- * 学会给对方一个“台阶”下 /85
- * 注意说话的方法 /86
- * 把握说话的力度 /89
- * 切莫自以为是 /91

第七章 避免踏入说话的误区

一个人要善于从失败中培养成功。障碍和失败是通往成功的两块最稳妥的踏脚石。若肯研究它们、利用它们,便没有别的因素更能对一个人发挥作用。且回头看看,难道你不见失败在那里帮助过你吗?

——戴尔·卡内基

- * 沉默是金 /94
- * 随声附和 /95
- * 滔滔不绝 /96
- * 长话短说 /97
- * 不懂装懂 /99
- * 良言利行 /101



CONTENTS

* 自我辩解 /102

* 注意小节 /103

第八章 让自己在社交中学习

* 积累说话的素材 /106

* 懂得人际交往的黄金法则 /107

* 了解说话的第一要素 /109

* 培养良好的心理素质 /110

* 学会调节自己 /112

* 学会观察别人 /114

* 学会赞美别人 /117

* 学会关心别人 /119

* 学会谅解别人 /121

* 学会闲谈 /122

* 学会选择话题 /124

第九章 应急语言的运用

* 移花接木 /128

* 以谬制谬 /130

* 借力打力 /132

* 出其不意 /133

* 反戈一击 /134

* 虚张声势 /136



CONTENTS

第十章 与人交谈

不和男人交际的女人渐渐变得憔悴，不和女人交际的男人渐渐变得迟顿。

——契诃夫

- * 交谈的第一要素 /138
- * 提高交谈效率的方法 /139
- * 交谈的七个关键要素 /141
- * 与上司交谈 /143
- * 同事之间相处的艺术 /144
- * 如何结交朋友 /146
- * 注意交谈场合 /148
- * 寻求共同话题 /151
- * 活跃交谈气氛 /152
- * 交谈的禁忌 /154
- * 做一个受欢迎的交谈者 /156

第十一章 说服

在预备说服一个人的时候，我会花三分之一的时间来思考自己以及要说的话，花三分之二的时间来思考对方以及他会说什么话。

——林肯

- * 寻找最佳突破点 /158
- * 说服三要素 /160
- * 点滴渗透 /161



CONTENTS

- * 步步逼进 /163
- * 把说服的动机藏起来 /166
- * 消除对方的戒备心理 /167
- * 理由是关键 /167
- * 掌握劝说的动机 /170

第十二章 说“不”的学问

为自己的幸福活着的人,低劣;为别人的意愿活着的人,渺小;为别人的幸福活着的人,高尚。

——列夫·托尔斯泰

- * 真诚地说“不” /174
- * 轻松地说“不” /175
- * 委婉地说“不” /177
- * 大胆地说“不” /179
- * 谢绝 /180
- * 推辞 /183
- * 拒绝 /184
- * 反击 /185
- * 策略 /187
- * 禁忌 /189

第十三章 雄辩胜于雄师

真正有价值的雄辩决无废言谬语,所说的一切都是需要的。

——罗休夫柯



CONTENTS

- * 辩论前的准备 /194
- * 明确自己的论点 /196
- * 展开辩论 /198
- * 巧妙提问 /199
- * 应付诡辩 /201
- * 重视辩论中的细节 /202
- * 巧辩七法 /204
- * 令人信服的辩护策略 /206
- * 论文答辩 /207
- * 论辩能力训练方法 /208

第十四章 谈判艺术

在水中行走的秘诀是知道石头在哪里。

——谚语

- * 营造良好的谈判气氛 /212
- * 谈判前的“谈判” /213
- * 赞美 /215
- * 陈述 /217
- * 提问 /218
- * 应答 /220
- * 打破僵局的艺术 /223
- * 洞察对方的艺术 /224
- * 口头语的运用 /225



CONTENTS

第十五章 当众讲话的个人价值

“发生在成功人物身上的奇迹,一半是由口才创造的。”

——汤姆士

- * 当众讲话给你增添力量 /230
- * 当众讲话与个人价值 /232
- * 成功事业的催化剂 /234
- * 充实自己 /235
- * 情真方可感人 /236
- * 话因人而异,区别对待 /238
- * 怯场是一种心理障碍 /240
- * 避免冷场的几种方法 /241
- * 六个主要的讲话误区 /242
- * 冲破恐惧的屏障 /243
- * 5个“P”练习 /246

第十六章 演讲前的准备

社会犹如一条船,每个人都有掌舵的准备。

——易卜生

- * 富有吸引力的观点 /250
- * 演讲的艺术 /252
- * 演讲稿的写作 /257
- * 演讲题目的选择 /260



CONTENTS

- * 初次演讲的人 /264
- * 入题、破题、点题 /268
- * 演讲者必备素质 /272
- * 开始演讲 /274

第十七章 演讲

愚者用他理说吾,智者用吾理说吾。

——亚里士多德

- * 开始演讲的六种方法 /280
- * 演讲中的修辞 /283
- * “演”好才能“讲”好 /285
- * 演讲中的类比 /287
- * 应变与控场 /291
- * 简洁才有力度 /292
- * 塑造良好的演讲形象 /294
- * 克服怯场 /296
- * 演讲要显示个性 /299
- * 成功演讲要义 /299

第十八章 口才技能修炼

语言作为工具,对于我们之重要,正如骏马之于骑士,最好的骏马适合于最好的骑士,最好的语言适合于最好的思想。

——但丁