

一言可以兴邦，片语可以辱国



口才的力量

DE LI LIANG

一人之辩，重于九鼎之宝；三寸之舌，强于百万雄师。

袁丽萍◎编著

 中国言实出版社

口才的力量

KOU CAI
DE LI LIANG

袁丽娟◎编著

 中国言实出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

口才的力量 / 袁丽萍编著. --北京 : 中国言实出版社, 2014. 1

ISBN 978 - 7 - 5171 - 0374 - 5

I. ①口… II. ①袁… III. ①口才学 IV. ①H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 318993 号

责任编辑: 周汉飞 史玉香

出版发行 中国言实出版社

地 址: 北京市朝阳区北苑路 180 号加利大厦 5 号楼 105 室

邮 编: 100101

电 话: 64924714 (发行部) 64924735 (邮 购)

64924853 (总编室) 68581667 (少儿中心)

网 址: www.zgyscbs.cn

E-mail: zgyscbs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 三河市南阳印刷有限公司

版 次 2014 年 2 月第 1 版 2014 年 2 月第 1 次印刷

规 格 710 毫米×1000 毫米 1/16 15.5 印张

字 数 203 千字

定 价 29.80 元 ISBN 978 - 7 - 5171 - 0374 - 5

前言

FOREWORD

口才是一门巧妙运用语言逻辑的学问。口才好的人，话会说得使人钦服，往往可以很顺利地达到自己的目的。一个人如果具有良好的说话技巧，无论是立身处世，还是交友待人，都会潇洒自如。

口才，即说话的才能。说白了就是一个人说话的水平。会说话，就是有话好好说、没话不乱说、直话要巧说、该说的别不说；懂得遇见什么人说什么话，到什么时候说什么话，在什么地方说什么话。

一个会说话的人身边不仅总是有很多的朋友，而且还能很快地和陌生人亲近起来。因为他们真诚的赞美就如阳光洒满屋子那样让人感觉舒服；他们懂得用专注的态度去倾听对方的讲话并作适当的回应，让对方尽情地讲话并从与对方的谈话中得到自己需要的信息；他们坚持自己的原则用委婉的话语去拒绝而不让朋友受到伤害。

说话就是组织语言，并用最简练的语言把意思表达到位。西方哲人对于语言的力量有这样一种说法：世间有一种力量可以使人完成伟业，并获得他人的认可，那就是好口才的力量。

我们每天早晨一睁眼就开始说话，跟家人、跟朋友、跟同事，可我们却很少注意过我们说过的话是否经过思考，有时候不经意间的一句话就把人给得罪了。说话是一种技巧，更是一种艺术。一句恰到好处的话

可以改变一个人的命运，一句言不得体的话可以毁掉一个人的一生。

所以，我们为了在生活 and 工作中更好地和家人、朋友、同事相处，就要在平日里多多注意我们的言行，不断提高我们的说话技巧以有效地解决工作或生活中的各种问题，改善我们的人际关系，提升我们的生活质量。

目 录

CONTENTS

第一章 我口说我心：练口才先修心 / 1

好口才，体现了你的实力 / 3

尊重的态度，让你有征服力 / 5

充满自信，让你的语言精彩有力量 / 8

博爱的情怀，让你更具亲和力 / 11

因为欣赏，才会赞美 / 14

没有人喜欢听命令 / 16

学会对爱感恩 / 19

宽容大度，才能接纳不同意见 / 21

群处守住嘴，独处守住心 / 23

让你的话更中听 / 25

第二章 谈判的话要说得审慎而有力度 / 27

掌握谈判时的必要技巧 / 29

沉默让语言更有力量 / 30

学会少说多做 / 33

场面话，既要懂得说也要习惯说 / 35

听懂暗语话里话外有玄机 / 37

面对他人的提问，如实相告 / 39

- 让步，是一种很好的策略 / 40
- 求同存异，寻求双方的共同点 / 43
- 态度恳切，不卑不亢 / 45
- 无事不登三宝殿，先听对方的来意 / 48

第三章 有魅力的话要说得谦恭有礼 / 51

- 语言的魅力 / 53
- 赞美有时也无须刻意修饰 / 55
- 适度谦虚，不虚伪 / 57
- 说话时的称呼要得体 / 59
- 时刻不忘记说声谢谢 / 61
- 道歉不仅仅是认错 / 63
- 一旦说错话，要主动道歉 / 65
- 多么生气，也不说脏话 / 67

第四章 规劝批评的话要适可而止 / 69

- 批评切记没完没了 / 71
- 一句话百样儿说，捡别人爱听的说 / 72
- 多考虑对方的感情，才能说服他人 / 75
- 与人交谈要绕过的禁忌 / 77
- 与人交谈避开“雷区” / 80
- 对别人的错误，不要斤斤计较 / 83
- 说话要有闪光点 / 85
- 这样的批评不可取 / 86
- 批评他人有窍门 / 88

第五章 求人办事的话要说得入情入理 / 93

- 少说“我”，多说“您” / 95
- 求人时，先了解对方的情况 / 96

求人，攻心为上	/ 98
温语相求，远亲不如近邻	/ 100
当对方拒绝时，可以“磨一磨”	/ 101
藏起你的锋芒，让你更受欢迎	/ 103
迂回委婉，曲径通幽	/ 105
说话因人而异，容易达到目的	/ 107
善用激将法，赢得别人的帮助	/ 109
第六章 场合话要说得合乎氛围不煞风情	/ 113
用真情换取对方的真诚	/ 115
善于自我介绍	/ 117
在什么样的场合说什么样的话	/ 119
如何提高语言表达能力	/ 121
动人的谈吐是打开社交通道的金钥匙	/ 124
话说三分，点到为止	/ 126
真心话要说清	/ 128
浇灭他人谈话的热情	/ 130
顺水推舟，将错就错解困境	/ 133
说话要看对象	/ 135
培养受人欢迎的说话态度	/ 138
第七章 幽默的话要说得搞笑而有智慧	/ 141
用幽默的语言，拉近彼此的距离	/ 143
尴尬时刻，来个小幽默解围	/ 144
用幽默的语言开合适的玩笑	/ 145
幽默是生活中的调味品	/ 147
在谈话中表现你的幽默风度	/ 151
“自嘲”，为自己赢得气场	/ 153

防止幽默适得其反 / 154

有些场合慎用你的幽默 / 156

第八章 拒绝对方的话要说得果断委婉 / 161

拒绝：人生的必修课 / 163

微笑着拒绝 / 166

拒绝他人常用的方法 / 167

找准说“不”的时机 / 169

这样把“不”说出口 / 171

有原则有立场，拒绝方式要灵活 / 172

另指他路，展现你的真诚 / 175

暗示对方，避免说破后的尴尬 / 176

学会找一个美丽的借口 / 179

第九章 感动他人的话要说得诚恳有说服力 / 181

设身处地，学会换位思考 / 183

少说话，不罗唆 / 186

先满足别人，再满足自己 / 187

满足对方倾诉的需要 / 190

不往别人的伤口上撒把盐 / 192

话要说到别人的心坎里 / 195

第十章 修炼语气语调，让你的话听起来更悦耳 / 197

用温柔的语言，温暖别人的耳朵 / 199

让你的声音富有情感 / 202

会听也是一种本事 / 203

别急，有话慢慢说 / 205

别让口气害了你 / 206

优秀声音的七个准则 / 209

别让你的语调泄露了你的秘密 / 213

语气中肯，侃侃而谈 / 215

说话有节奏，抑扬顿挫 / 218

第十一章 巧用身体语言，让你的表达更完美 / 221

今天你微笑了吗 / 223

身体暗示，力量大 / 225

你的眼睛也会说话 / 227

学会拥抱，拉近彼此的距离 / 229

让微笑为你增添光彩 / 231

好形象会说话 / 233

第一章 Chapter 1

我口说我心：练口才先修心

交流是生活中不可或缺的部分，无论是在家庭生活还是工作中，无论你是领导者还是平民百姓，也无论你是健谈者还是不善言辞的人，都一样少不了交流。交流表面上讲的是口，实际上是心的交流，只不过心的感觉通过口来表达，口是人心灵感受的表达渠道。

知识是学来的，能力是练来的，品格是修来的，口乃心之门户，修口即修心。一个随时保持着慈悲、宽容、纯善心态的人，他的语言必定如同春天的阳光一样明媚温暖。

好口才，体现了你的实力

口才是一个人智慧的反映，是影响一个人事业成功、人际和睦、生活幸福、精神愉快的重要素质，也是一个人随身携带且永不过时的基本能力。一个人的气质、性格、能力等个性心理特征直接决定了口才的高低、风格甚至是社会价值。

每个人都希望有朝一日能成为口若悬河、侃侃而谈的人，但是没有人是天生的演讲家，要想成为有好口才的人，就要坚持不懈地努力锻炼才行。

唐朝诗人王维隐居时有一天突感身体不适，便去药店买药，他看到卖药的是一位端庄少女，便想趁机试试她的才气如何。他开口说：“我要买宴罢客，何为？”姑娘微微一笑，“宴罢酒酣客‘当归’”，忙问：“当归要几钱？”“且慢，我二买黑夜不迷途。”“‘熟地’不怕天黑夜，此药本店有的是。”“三买艳阳牡丹妹。”“牡丹花妹‘芍药’红，芍药今天方到。”

王维暗暗佩服这女子才思敏捷，对答如流，便继续问：“四买出征在万里。”“万里戍疆是‘远志’。”“五买百年美貂裘。”“百年貂裘是‘陈皮’。”“六买八月花吐蕊。”“秋花朵朵点‘桂枝’。”“七买蝴蝶穿花飞。”“‘香附’蝴蝶双双归。”“妙！答得妙！”王维连声喝彩。

王维为了试验卖药姑娘的才华学识，连出七句诗谜来考她，她都能对答如流，可见她不仅熟谙中药名称而且才思敏捷，这与她平时的知识积累有关，正所谓：厚积才能薄发。

清朝著名的文艺批评家叶燮曾提出，“才、胆、识、力”是人才成长的重要因素。这里的“才”就是指“口才”，这里的“胆”，更是在强调

人在社会交往中要敢于在大庭广众之下说话。

梁启超是近代的启蒙思想家和大学者，年轻的时候聪颖过人，康有为推荐他到两江总督张之洞那里去任职。张之洞为了试一试梁启超的才学，便拟一上联来求对：“四水江第一，四时夏第二，老夫居江夏，谁是第一？谁是第二？”梁启超深知此联的妙处：江、河、淮、汉乃中华四大名川，长江位居第一；春、夏、秋、冬四季，夏季位居第二。武昌旧称江夏，张之洞镇守武昌，以“南帅”自居，欲与“北帅”袁世凯比高低。他口出大言，把“江夏”二字嵌在了上联中，因此，极为难对。

梁启超仔细看了两遍上联，略微沉吟一下，应对如下：“三教儒在前，三才人在后，小人本儒人，岂敢在前？岂敢在后？”张之洞暗暗称奇，深深敬佩梁启超的过人才华。因中华自古把儒、释、道教统称为“三教”，儒教居“三教”之首；把天才、地才、人才并称为“三才”，“人才”又居“三才”之尾，“儒人”一般指书生，刚好嵌在此联中。梁启超的下联真可谓滴水不漏，巧妙至极！

“知识就是力量”。口才的魅力深深扎根在知识的土壤中。作为交际高手，必须拥有丰富的知识，只有具备了渊博的知识，才能出口成章。

提高语言表达能力也可以通过以下几个方面：

1. 通过阅读报纸、杂志等积累说话素材。

阅读报纸杂志不仅可以了解时事、增长见识、丰富视野，而且还可以积累素材。我们在看报纸、杂志的时候，看到自己认为很有意义的话时，便可以用笔把这句话做出标记来加深印象，或者是把它抄写在笔记本上。如果遇见了有趣的新闻也可以剪裁下来。时间久了，不仅可以知道很多的见闻，丰富思想，语言的谈吐能力也会增加。

2. 阅读名著，丰富词汇。

“熟读唐诗三百首，不会作诗也会吟”的道理，是大家所皆知的。要学习口头语，提高说话的技巧，最好是多读些名著。“书读百遍，其义自

见”，反复阅读，则可对书意心领神会。熟悉名篇佳作的精彩文笔，会获得丰富的词汇；探索语言的精妙之处，会使自己感觉灵敏。这样，在自己讲话时优美的语言便会滔滔而来，只要我们潜心苦读、持之以恒，我们的语言表达能力就能提高。

3. 通过日常谈话积累经验。

在与人交谈的时候，也许不经意间就会听到一些警句或是谚语，把这些话记在心里，也可以写在本子上加深印象，这样日积月累，谈话的素材就会逐渐地增多。

口才是一个人内在实力的外在表现，在人际交往中，口才很重要。因此，要想拥有良好的口才，就要扎扎实实地下工夫，从充实自己的内在开始做起。

如果你是善于思考、善于观察、遇事认真、朝气蓬勃的人，那你的说话水平就会明显提高。

尊重的态度，让你有征服力

人都有一定的自尊心，要想让他人尊重你，你就必须先尊重他人。不懂得尊重他人的人，是不会得到他人尊重的。在我们的生活中，自己待人的态度往往决定了他人对我们的态度，就像一个人站在镜子前，你笑时，镜子里的人也笑；你皱眉，镜子里的人也皱眉；你对着镜子大喊大叫，镜子里的人也会冲着你大喊大叫。因此，我们要获取他人的好感和尊重，首先必须尊重他人。只有做到尊重他人，自己才会受到他人的好评和尊重。

懂得尊重他人，也是一种为人的高尚品质。我们每个人所从事的职

业只有分工的不同，没有高低贵贱之别。从这个意义上说，我们没有理由也没有资格去轻视、嘲笑他人。真正的尊重，应是一种对他人不卑不亢、不仰不俯的平等对待，同时也是一种对他人人格与价值的充分肯定。一个真正懂得尊重他人的人，必然会以平等的心态、平常的心情去面对所有人，不论他是幸运抑或不幸、成功还是不成功。

有时候，一句尊重的话能够给处在逆境、困境中的人无穷的力量和信心，让他们振作起来。

在美国，一个颇有名望的富商在路边散步时，遇到一个衣衫褴褛、瘦骨嶙峋的摆地摊卖旧书的年轻人，在寒风中啃着发霉的面包。有着同样苦难经历的富商顿生一股怜悯之情，便不假思索地将 10 美元塞到年轻人的手中，然后头也不回地走开了。没走多远，富商忽然觉得这样做不妥，于是连忙返回来，从地摊上捡了两本旧书，并抱歉地解释说自己忘了取书，希望年轻人不要介意。最后，富商郑重其事地告诉年轻人：“其实，您和我一样也是商人。”

两年之后，富商应邀参加一个商贾云集的慈善募捐会议时，一位西装革履的年轻书商迎了上来，紧握着他的手不无感激地说：“先生，您可能早忘记我了，但我永远也不会忘记您。我一直认为我这一生只有摆摊乞讨的命运，直到您亲口对我说，我和您一样都是商人，这才使我树立了自尊和自信，从而创造了今天的业绩！”

富商万万也没有想到，两年前一句普通的话竟能使一个自卑的人树立了自尊心，使穷困潦倒的人找回了自信心，让一个自以为一无是处的人看到了自己的优势和价值，终于通过自强不息的努力获得了成功。

尊重他人，以自己希望别人对待自己的态度和方式去对待每一个人。如果当年没有富翁对年轻人的那一句尊重鼓励的话，年轻人也断不会出现人生的转折。

在某公园里，一位头发花白的老人正在修剪灌木。不远处，一位妈

妈一边训斥自己的孩子，一边将用过的卫生纸扔到老人正在修剪的灌木上。老人只是诧异地转过头望了望这位中年女人，什么话也没说，走过去把那团卫生纸拾起来扔进筐里，而这位中年女人却满不在乎，老人刚拿起剪刀又有团卫生纸落在了他眼前的灌木上……就这样，老人一连捡了那中年女人扔过来的六七团纸，但他始终没有露出不满和厌烦的神色。

“你看见了吧！”中年女人指了指修剪灌木的老人对男孩大声说道，“我希望你明白，你如果现在不好好上学，将来就跟他一样没出息，只能做这些卑微低贱的工作！”

老人听见后放下剪刀走过来，和颜悦色地对中年女人说：“夫人，这里是集团的私家花园，按规定只有集团员工才能进来。”

“那当然，我是本集团所属的一家公司的部门经理，就在这座大厦里工作！”中年女人高傲地说道，同时掏出一张证件朝老人晃了晃。

“我能借你的手机用一下吗？”老人沉默了一会儿说。

中年女人极不情愿地把手机递给老人，同时又不失时机地开导儿子：“你看这些穷人，这么大年纪了连手机也买不起。你今后一定要努力啊！”

老人打完电话后把手机还给了中年女人。很快一名男子匆匆走过来，恭恭敬敬地站在老人面前。老人对来说：“我现在提议免去这位女士在本集团的职务！”“是，我立刻按您的指示去办！”那人连声应道。

老人吩咐完后径直朝小男孩走去，他伸手抚摸了一下男孩的头，意味深长地说：“我希望你明白，在这世界上最重要的是要学会尊重每一个人……”说完，老人撇下三人缓缓而去。

这个故事进一步说明只有真正学会尊重他人、尊重身边的每一个人，才能得到他人的尊重，最终才不会使自己受到损失。