

青少年百科

QINGSHAONIAN BAIKE

学会表达

国家新课程教学策略研究组 编写



好的谈吐可以改善你的人生，
伶俐的口才可以助你成功。

新疆青少年出版社
喀什维吾尔文出版社

青少年百科

qīng shào nián bǎi kē

学会表达

国家新课程教学策略研究组/编写

新疆青少年出版社

喀什维吾尔文出版社

图书在版编目(CIP)数据

青少年百科/顾永高主编…喀什:喀什维吾尔文出版社;乌鲁木齐:新疆青少年出版社,2004.7
(中小学图书馆必备文库)
ISBN 7-5373-1083-1

I. 青… II. 顾… III. 科学知识—青少年读物
IV. Z228.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 040604 号

青 少 年 百 科

学会表达

国家新课程教学策略研究组/编写

新疆青少年出版社 出版
喀什维吾尔文出版社

北京市朝教印刷厂印刷

850×1168 毫米 32 开 1200 印张 28000 千字

2004 年 7 月第 1 版 2005 年 12 月第 2 次印刷

印数:1001—3000 册

ISBN 7-5373-1083-1

总定价:2960.00 元(共 200 册)

前 言

每一个人的生命都是一张白纸，慌乱之中划上去的笔画，未必显得那么协调精美。因而生命的画板如何着色也就在于设计，在于如何有的放矢。

作为现代社会的青少年朋友们，你在面对日新月异的社会变化，还有激烈的市场竞争、人才竞争时，你是否躊躇满志、壮志凌云呢？你是怎样设计自己的人生蓝图呢？你又怎样来应对社会对“T”型人才的要求呢？青少年们要在社会这个大环境中拼搏、奋斗、追求、创造、发展。而能不能在未来的社会中求取生存、求取进步、求取成功，则是一个需要冷静思考的课题。当代青少年以独生子女居多，他们中有相当一部分由于受家庭、社会环境的影响，依赖性强，心理素质、劳动观念差，往往以自我为中心，缺乏社会责任感。因此，让他们学会学习、学会做人、学会交际、学会表达、学会展现自我，提高他们多方面的能力和素质，已经成为当今社会与学校育人的首要目标。

本系列书正是综合分析时代要求和学生“适应能力”的基础上编写出版的，是素质教育的春风下的应时应况之作。在编写的过程中采用了大量的实材案例，以抛弃理论说教为基准，实用性强，

既为青少年自身的人生规划提供了可行之道,也为现代化的学校管理提供了很好的备择方案。

“人是被证明的存在”。亲爱的青少年朋友们,在构思设计美好人生蓝图时,你是否在步步为营的实施证明你的存在计划呢?本编委会所有工作人员谨以此书献给你们,愿 21 世纪的中国因为你们的存在而更加的绚烂辉煌!

编 者

目 录

第一讲 语言和思想

- 驾驭这支笔,参加“方程式”
 - 写作与习惯 /3
- 坚持就是胜利
 - 写作与毅力 /6
- 不是缺少美,而是缺少发现
 - 艺术感受力与写作 /8
- 想象是艺术的太阳
 - 想象在写作中的作用 /10
- 好的标题、美丽的眼睛
 - 文章的标题 /17

第二讲 良好的谈吐

- 好的开头,成功的一半
 - 文章的开头 /29
- 编筐编篓,全在收口
 - 文章如何结尾 /36
- 把握文章的“骨架”
 - 文章的结构 /38
- 浓妆淡抹总相宜
 - 描写的方法 /45

第三讲 坚强的自信

- 春蚕到死丝方尽
 - 抒情的技巧 /59

喻巧而理至	
——论证的技巧	/65
架一座五彩的桥	
——走出“缺乏技巧”的困境	/75
第四讲 学会表达	
口才就是“能说会道”吗	
——口才的重要性	/101
我为大家的热情所倾倒	
——出众口才的特点	/107
巧问	
——语言的妙用	/113
妙答	
——语言的妙用	/122
巧舌如簧	
——说服的技巧	/131
口才的展台	
——演讲	/135
第五讲 战胜自我	
成功的演讲从这里开始	
——排除心理障碍	/155
语惊四座的准备	
——扣人心弦的讲稿	/159
语言就是力量	
——演讲的语言技巧	/179
端庄大方才是真	
——演讲的潇洒风度	/184

第一讲

语言和思想

yu yan he si xiang

说话是人的专利

语言是思想的工具

驾驭这支笔，参加“方程式”

——写作与习惯

写作习惯一旦形成，它便会情不自禁、不期而遇的方式持续下去，犹如物理学上的惯性力量，对于人的行为起到一种推动作用，从而缩短写作过程，强化写作效能。

近两年，我留意收集作家们的一些写作习惯。

大家一定都听说过美国作家海明威关于如何使文章写得短的名言：“站着写。”其实，海明威自从坐飞机出事背部受伤后，就一直站着写文章。

美国的马克·吐温和英国的史蒂文森，在写小说时，都要有黄色的纸才写作。而法国的大仲马写小说时，一定要用淡蓝色的稿纸；写诗歌时，一定要用黄色稿纸；写散文时，又一定要用玫瑰红色的稿纸。写剧本的情形更特别，大仲马一定要躺在沙发上，垫着一个柔软的枕头，将夹着稿纸的木板竖在胸前书写。大仲马的才华是多方面的。他的写作怪癖应该理解为他是在有意创造外界条件的不同刺激，以便使自己在不同的体裁创作中能施展多方面的才华。大仲马是个特别多产的作家，在他改变写作文体时，不可能有太多时间进行创作心理的准备，而只能用不同颜色的纸来引发灵感。

法国作家巴尔扎克写到入情入景时，会穿起他小说中虚构人物的衣服，对着镜子做起古怪的动作，以致有时候连老朋友都不认识了。

法国作家福楼拜有一次写作时，像小孩似的坐在地上痛哭。

有位朋友觉得诧异，问他怎么了？他告诉这位朋友，他写的长篇小说《包法利夫人》中的主人公包法利夫人要死了。

法国17世纪古典主义剧作家拉辛习惯于边走边构思，有时是着了魔似的来回踱步，口中念念有词。这情形和跳大神施巫术有点相同，所以，拉辛有几次错被人当作跳神师，请他去捉鬼、治病。又有一次，他酝酿新作《米特里达特》时，在一片池塘边来回走了十几遍。一位正在修剪草坪的园艺工人以为他想自尽，赶快放下手中的活，奔过去进行劝阻，闹出了一场笑话。

英国作家狄更斯写作时有一种“夜游”的习惯。每到夜晚，他就来到街头，穿街走巷，然后来到一个下等公寓或酒吧，将所见所闻记录下来。

作家在创作中一旦灵感闪现、挥笔疾书时，往往亢奋得不可自抑，甚至在特定的生活环境中，会做出一些常人不可思议的举动。

鲁迅经常是在晚上写作。夜里很清静，思路不会打乱。写作的时候他很注意姿势，坐得很直，眼睛和桌子保持一定的距离，十年如一日，所以他没有弯腰驼背的现象。写作中，有时候需要想想再写，人就停笔坐在桌旁的一张躺椅上，抽支烟静思一番，然后再继续写下去。他抽烟很多，写作时右手拿笔，左手拿烟，但常常是忘记抽它，多数是自己烧掉的。

老舍给自己定下写作的定额，每天必须写多少字，完不成决不马虎。年轻时一天可写三四千字。晚年专写剧本，一天可写2000字。64岁时写长篇小说《正红旗下》，一天仅1000字，常常为一个字绞尽脑汁。他写完了这1000字，还得为明天的那个1000字而思索。走路，吃饭，浇花，所有的活动，都在思考。他的生活极有规律，简直像个钟表，这和他每天的写作很有关系。他按时起床，按时吃饭，按时午睡，从不熬夜，每天上午是他神圣的写作时间，这段时间从不欢迎朋友们登门。早在新婚之时，他关照妻子：“请你早饭之前不要和我说话。你和我说话，我不回答，绝不是和你怄气，我是心里叨咕我的小说呢，别闹误会。”

90岁高龄的赵朴初仍保持着紧张而有规律的写作节奏。他清晨五点起床，温习一遍自编的保健体操。一小时后读书、写字、

读佛经、抄佛经，或者读史书、读诗词、抄史书、抄诗书佳句。然后吃好早饭准时上班。临睡前，赋诗一首，似成规矩。几十年来，朴老写了几千首诗，若能全部收集出版，可谓洋洋大观。

武侠小说家金庸从50年代中期开始从事武侠小说的创作，到70年代中期封笔退出“江湖”，总共创作约20年。这个时期正是他的《明报》步步腾飞的年代。繁杂的报社事务，足以把他整个地陷入其中不得动弹，而他“金大侠”却能在办报之外，一手写小说，一手写社评，近20年如一日，每天下午写小说，晚上写社评，而且他的小说和社评都堪称一流。

著有50部长篇小说，200部中篇小说，500集电视剧，几十部电影的台湾女作家玄小佛，专以写曲折迷离的爱情故事著称于台湾。玄小佛的写字台上除了一叠空白稿纸和一支笔，什么也没有。每天下午2点到6点，是玄小佛法定写作时间，一到那个时辰，灵感会从玄小佛的头脑里倾泻而出，而她只要“驾驶”这支笔就行，那情形很像一辆方程式赛车在奔驰。

由此可见，不少作家在写作的时间、地点、姿势、方式等方面都有自己独特的习惯和癖好。这些作家只有在这种他所习惯了的环境和氛围中，才能轻松自如地进行写作，从而达到创作的最佳心境。

各人都会有自己不同的写作习惯。当你热爱写作，并且不间断地进行写作实践时，你不妨可以开始留意自己的写作习惯。因为一种良好的写作习惯的形成，能够使你的写作进入一种良好的惯性状态，能增强你的写作能力。

但是，我们不要机械地模仿作家们的写作习惯。我们要培养良好的写作习惯，比如，注重搜寻积累材料；立定格局，一气呵成；敢破常规，创新求异；书写行文，一丝不苟；认真修改，精益求精，等等。

坚持就是胜利

——写作与毅力

人人都说，写作是一项艰苦的劳动。

的确，写作是一项艰苦的劳动。

然而，坚持就是胜利。

写过《海底两万里》、《八十天环游地球》和《地心游记》等科学幻想小说的法国著名作家凡尔纳，被人尊称为“科学幻想之父”。可是他的第一部著作《气球上的五星期》，却曾经接连被 15 家出版商退回稿子，他们认为这部著作没有出版的价值。然而，凡尔纳没有气馁。结果，第 16 家出版商接受了这部作品。《气球上的五星期》成为一部最畅销的书，并被译成许多国家的文字。1862 年在他 34 岁时，他成功了。成了世界闻名的大作家。

以“字斟句酌、精雕细刻、慢工出细活”出名的法国作家福楼拜，一生中有 20 年是日以继夜地在书房里写作，但平均 5 年才完成一本书。有时候，他一星期才写 2 页。有一次，4 个月只写了一幕剧，他还认为是破例的速度。

中国晋朝太康年间，有一位名叫左思的文人，决定以三国时期的 3 个都城为题材，创作一篇文章《三都赋》。左思写这篇文章可谓是废寝忘食，经过了整整 10 年呕心沥血的写作，终于完成了这篇惊世佳作。为了争阅此作，一度京城洛阳纸贵。

.....

作家们这样奋力刻苦、坚持写作的例子，比比皆是。

在写作上，常有“十年磨一剑”的说法。

坚持吧，坚持就是胜利。

没有刻苦、坚毅的精神，难以在写作上获得成功。

害怕了吗？碰到了一些失败就气馁了吗？

如果是这样，那么，还是趁早转移吧。

然而，无论在哪个领域，要想真正取得成功，没有刻苦、坚毅的精神，都是不行的。

在写作上坚持耕作，不偷懒，不松劲，这是写作的技巧之一。

不是缺少美,而是缺少发现

——艺术感受力与写作

曾经有一位老编辑意味深长地说过,他认为有两种人不可能成为作家,一种是生活很贫乏的人;另一种是对生活缺乏艺术感受能力的人。

写作,需要热爱生活,仔细地观察生活,从生活中收集写作,这些,你一定都知道了。但是,如果你对生活缺乏某种艺术感受能力的话,那么当你面对生活中很多看上去并不生动、并不轰轰烈烈的事情,就会缺乏美的发现,使本来可以深入挖掘下去的好题材失之交臂。即使对于一些生动的有意义的人和事,你也可能会由于缺乏那种艺术感觉带来的创作冲动,使整个构思和写作的过程,变得平平淡淡的,那自然不会写出特别好的作品来。

作者对生活的艺术感受力的强弱,除了外部刺激的程度外,还取决于作者内心感情的丰富程度。作者的感受力对积累写作素材、引发写作动机、深化构思内容等起着重大作用,并直接影响艺术概括力和艺术表现力。

对生活的艺术感受能力,对于一个希望自己能写出好作品的写作爱好者(或是一个想当作家的人)来说,是一个很重要的心理能力。它直接影响对生活感受的效率与程度。一个作者对事物的理解力强,他的感受力也就深厚。培养对生活的艺术感受力,对于一个热爱写作的人来说,是一个不可忽略的课题。

如何培养你对生活的艺术感受力呢?

要注意训练你的感觉器官的敏锐性,丰富自己的感情,不断增

添自己情感的强度和层次,增强心灵对生活的感应能力,而且要在感受的独特性对感受的深度、广度、灵敏度上有不懈的追求。

当然,你不但应该爱好文学,也应该懂得、了解并且能爱好其他的艺术门类,如书法、美术、摄影、雕塑、音乐、舞蹈,等等。因为文学和其他的艺术门类都是相通的。你可以通过对其他艺术门类的了解与感受,来触发、丰富自己的艺术感受能力。

多读些随笔类的文章,细细地去体味作者对生活的感受力。自己也及时写些随笔类的文章,把自己对生活细微的感受都记录下来。再用自己的艺术感受力,去好好观察生活,在生活中搜寻细微的感触,搜寻美。

罗丹有句名言:“美是到处都有的。对于我们的眼睛,不是缺少美,而是缺少发现。”对生活中出现的各种情形,你能不能都用艺术的目光去观察、审视一番呢?

想象是艺术的太阳

——想象在写作中的作用

开阔思路

根据需要,想象能沟通事物间的关系,把触思初期狭窄的、单一的、贫瘠的思路,迅速拓得宽阔、多线条、多层次、丰富多采。

例一:

我常想,春节,这名称多美啊!春节一到,春天就要启程,春暖花开,万物滋生的日子就不远了。

在北京,春节时还挺冷的,还要落雪呢。但是,瑞雪兆丰年,因此大家都欢喜春节的雪花。一片银白,预兆着碧绿的禾苗,茂盛的花草。台湾的气候怎样呢?我没有到过那里,然而,孩子们立刻说出:台湾是亚热带的气候,四季温暖如春。那么,我想此时一定有鲜花在路边开放吧!我们的祖国是多么辽阔,多么美丽呵!

(曹禺《向台湾同胞拜年》)

例二:

凝视着古斑苍然的古城墙,我不禁浮想联翩。想到过去卅年我们国家走过的道路,成功的和失败的、明智的和愚蠢的。有感奋的,也有怆然的慨叹。我同时展开了想象的翅膀,幻想着未来世纪的情景——

那时候,战争将消灭,用来隔阂人们友谊和感情的任何形式的城墙将统统拆除,人们将再也不用徒受筑城墙、挖地道这苦了。代