

能言善辩

口才训练术

口才万事通



言为心声使你表情达意
能说会道令你商场制胜
妙语惊人助你硕果辉煌

实用青年生活丛书

能言善辩

——口才训练术

明 安 编著

中国工人出版社

(京)新登字 145 号

能言善辩

——口才训练术

明 安 编著

中国工人出版社出版发行

(北京鼓楼外大街)

通县鑫欣印刷厂印刷，新华书店经销

1994 年 8 月第 1 版，1994 年 8 月第 1 次印刷

开本 787×1092 毫米 1/32 印张：5.75

字数：101 千字 印数：1—6000 册

ISBN 7-5008-1642-1/C · 104

定价：4.95 元

内 容 提 要

- 言为心声，口才使你表情达意；
- 巧舌如簧，口才使你经商亨通；
- 能说会道，口才令你交际畅达；
- 谈笑风生，口才令你处世安乐；
- 蜜语甜言，口才助你婚恋美满；
- 一鸣惊人，口才助你谋职顺心；
- 神思妙语，口才助你事业成功！

口才，即说话的本领。口才是一门学问，需要去研究、学习、训练。

在一人、数人甚至成百上千人面前，你要想能脸不变色心不跳，落落大方，侃侃而谈，使听者动容，神往心驰；你要想发挥智慧，能言善辩，应付裕如，使听者折服，硕果辉煌，就必须培养高超的口才。

本书深入浅出、通俗详尽地，从多方位多角度介绍如何掌握这种本领。它将丰富人们的内心世界，增长才干。它将辅导、帮助人们成为家庭里、单位里受欢迎、受爱戴的成员，成为社会上、政坛上受支持、受拥护的雄辩家、演说家，成为生活中、事业中的强者。

那么，还是请读者自己试试看吧！

目 录

第一章 口才与人生	1
1. 口才面厚	1
2. 口才学问	3
3. 充实自己	5
4. 自我测试	7
5. 言行一致	9
第二章 口才与经商	12
1. 以退为进.....	12
2. 实事求是.....	14
3. 幽默推销.....	16
4. 消除疑虑.....	18
5. 欲擒故纵.....	21
6. 讨价还价.....	23
7. 软硬兼施.....	26
8. 刺激欲望.....	28
9. 处理投诉.....	30
10. 精打细算	32
11. 设身处地	35
12. 顾客至上	38
13. 诱敌深入	40

14. 以柔克刚	42
15. 走街串巷	44
16. 激将效应	46
17. 诚恳赞扬	48
18. 一鸣惊人	51
19. 童叟无欺	53
20. 反败为胜	55
第三章 口才与恋爱	57
1. 恋爱初始	57
2. 初恋交谈	60
3. 第一印象	65
4. 采撷良机	67
5. 传情达意	70
6. 相亲择偶	72
7. 欲言又止	75
8. 织梦年华	78
9. 幽默语言	80
10. 甜蜜爱语	83
第四章 口才与交际	86
1. 妙语惊人	86
2. 互诉衷肠	88
3. 机智幽默	90
4. 最高智慧	93
5. 曲径通幽	95
第五章 口才与处世	98
1. 能说会道	98

2. 受人欢迎	100
3. 社交应酬	103
4. 攻心说服	106
5. 摆脱窘境	108
6. 成功演说	110
7. 适者生存	113
8. 创造机会	116
9. 能言善辩	118
10. 独特风格	120
第六章 口才与幽默	124
1. 扑朔迷离	124
2. 色彩斑斓	126
3. 诙谐风趣	128
4. 笑谈自己	130
5. 幽默思维	133
第七章 口才与家庭	136
1. 激励感化	136
2. 尊重对方	138
3. 珍惜爱情	139
4. 观言察色	142
第八章 口才与求职	145
1. 见风使舵	145
2. 事半功倍	147
3. 避免树敌	148
4. 创造精神	150
第九章 口才与事业	153

1. 应付裕如	153
2. 谆谆善诱	154
3. 左右逢源	155
4. 洗耳恭听	157
5. 自尊自强	159
第十章 口才与训练	161
1. 消除畏惧	161
2. 千锤百炼	163
3. 言不在多	166
4. 语言忌讳	169

第一章 口才与人生

1. 口才面厚

李宗吾《厚黑学之道》意即：面厚心黑而已。其道分三步工夫：第一步，厚如城墙，黑如煤炭；第二步，厚而硬，黑而亮；第三步，厚而无形，黑而无色。这三步工夫，也可说是上中下三乘。第一步是下乘，第二步是中乘，第三步是上乘。

李氏发明的厚黑之道，其认为古之英雄豪杰大多面厚心黑才能成其事业也。有例曰：刘备，他的特长，全在于脸皮厚。他依曹操，依吕布，依刘表，依孙权，依袁绍，东窜西走，寄人篱下，恬不知耻，而且生平善哭。三国演义的作者，更把他写得惟妙惟肖，遇到不能解决的事情，对人痛哭一场，立即转败为胜，所以俗语有云：“刘备的江山，是哭出来的。”

我在此说的口才面厚，乃是要青年脸皮不要太薄，无论在公开场合演讲，或是私下里的交谈，都不妨落落大方，侃侃而谈，不要过于拘谨、木讷。韩愈有一语刻画出一些拘谨、木讷者的形象：“足将进而趑趄，口将言而嗫嚅”。

在我国，不善辞令的交际表现在许多方面，有在对外交往方面，也有在同一机关、同一科室，甚至同一班组的同事之间。在公开场合讲话发言时，也往往你让我先说，我让你

先讲，推来推去，小伙子变成了拘谨羞涩的大姑娘，而姑娘们更是“千呼万唤始出来，犹抱琵琶半遮面”，即使被点名发言，也多半是“三句半”、“对口词”，简短得不能令人满意。

纵观古今，我国的纵横家、雄辩家群星灿烂。盘庚可算是我国历史上有文字记载的第一个演讲家。他就是用慷慨陈辞，说服臣民们拥护其迁都，避免了政治危机。战国时代的苏秦凭雄辩之才，挂起六国相印；三国时代的诸葛亮机智善辩，舌战群儒；晏子使楚，名垂青史；谢譚巧对，传为美谈。就是在近代，也曾涌现出像闻一多、鲁迅、周恩来等一批能言善辩的巨擘。可见，我们中华民族并非是先天注定口语低下的民族，我国人民口语表达能力不高，是有其社会历史原因的。

我国是一个有着悠久历史的文明古国。先哲圣人、文人学士给后代子孙留下了许多有关处世之道、言行举止等方面的名言警句和“经验之资”，其中多数是积极的，但也有一些是封建糟粕。诸如“君子讷于言而敏于行”、“话到嘴边留半句”、“未可全抛一片心”、“言多必失”、“语多伤人”，“少说为佳”等等，这些陈腐的传统观念像一条条无形的绳索，约束着人们的言行。

随着历史的发展、社会的进步，这些封建意识的派生物早该销声匿迹了。但不幸得很，由于存在“左”的倾向，特别是十年动乱期间，使人们尝够了“祸从口出”的苦头。只能众口一词地唱赞歌，否则便张口有罪。因而，这些“名言”更加被奉为处世为人的金科玉律。许多人都抱着一种“与人无争，与世无求，随遇而安”的态度，奉行“明知不对，少说为佳，明哲保身，但求无过”的处世哲学。善讲的人不

愿讲，不善讲的人不敢讲。同时，由于某些领导者在用人标准上存在一些问题。沉默寡言者，往往被称赞为“老实厚道”，而能说会道者则被认为“不稳重”、“不成熟”。

当前的社会已进入信息时代，广泛而迅速地进行各种信息交流，是搞好社会化大生产的重要保证。信息的传递无非是靠三种方式：语言、文字、图表。而口头语言则是最常用、最方便的传递方式。因此没有口才的人是不能适应信息时代的需要。西方资本主义国家招聘各类人员都要进行口试，他们认为口语表达能力是发明、创造能力的重要因素。

口才学是使你迅速成为能说会道的人才。青年朋友们，摆脱封建意识的束缚，向陈腐的观念挑战，同习俗偏见抗争，做一个敢想、敢说、敢做、敢为的人。

2. 口才学问

一个人若没有具备较良好的口才，一旦走上社会，走上独立生活的道路，就很难在事业上、爱情上、生活上取得自己满意的效果。好像鸟儿失去羽翼，不能很好地发挥本身应有的技能，无法飞上天空似的，这就失去了鸟儿生活在空中的基本条件。

每天，我们每一个人，都会遇到这样那样的一些场合，需要我们说上几句适当的话。这几句所谓适当的话，能够帮我们很大的忙，解决我们生活中许多大大小小的问题。因此，我们如果极有口才，对于我们的生活、工作、事业、爱情都有很大的益处，甚至会出现令人难以意料的结果，使你自己兴奋不已。

如今，社会处在改革的时代，更需要杰出的口才。改革是除旧布新的新旧两种势力的较量，哪里有改革，哪里势必少不了论战和诤辩。在真理与谬误的短兵相接中，纵使你满腹经纶，但如果你是“茶壶里的饺子——有货倒不出”，就无法驳倒谬论，无法赢得群众。在历史上，康有为在光绪皇帝召集清臣五大臣问对时，力陈己见，驳斥了荣禄、李鸿章等人的“祖宗之法不可变”的谬说，促成了“戊戌变法”的改革之举，他也成了“百日维新”的领袖。变法失败后，革命派领袖孙中山在其环球旅行中，每到一地都发表演说，倡导革命，批驳保皇派改良理论。人们亲热地称他为“孙大炮”，就因为他的鼓动之词犹如密集的炮火，具有慑人的威力。当前的改革开放中，出现了一批有远见卓识的改革者，其中也有口才非凡超众者，他们为改革开放摇旗呐喊、鸣锣开道，加速着改革的步伐。口才不佳，寸步难行。能言善讲，就会如鱼得水，事半功倍，于改革开放，于四化建设大有裨益。

一个会说话的人，就可以完整流利地表达出自己的思想、意图，也能够把道理说得很清楚、很完整、很动听，使别人很乐意地来接受。有时候还可以立刻从问答中，测定得知对方的意图，而且能从对方的谈话中得到启发，增加对双方的了解，从而使双方都能够很好地建立起良好的友谊。

我们常常可以看到许多不会说话的人所遭遇到的困难，说话不连贯、断断续续，站着或坐着都不自在，自己总感到非常别扭，甚至出现面红耳赤的现象。他们的说话，当然就不能完整、清楚地表达出自己的意图，往往使对方很费神，不能清楚明确地了解他的意思，同时又不能使人信服地接受。由于你不会说话，口才能力差，说起话来又吞吞吐吐，造成了

交流上的困难，给你自己在事业，爱情、生活、交际上带来或造成不少阻碍，抑制了发展前途。

有的师范学院的毕业生，专业课考试成绩大多良好，但参加实习的第一节试教课，面对讲台桌老是抬不起头，辛辛苦苦备好的一节课，不到半小时就讲完，没词了，使自己陷于尴尬的窘境之中。

有的人说话不得体。有个傻姑娘的大姐结婚，母亲对傻姑娘说：“今日是喜日，要说吉利话。”她答应说：“出嫁又不是出殡，还能不说吉利话。”然后她一声不吭地坐着，母亲暗暗庆幸。在散席时，她却讲：“我今天没有讲半句不吉利的话，以后大姐生儿子不顺利，不要来怪我！”当然，这是极个别的人。不过，在日常生活中，说话不得体的大有人在。如有人在厕所门口相遇，也招呼“你吃过了？”岂不叫人难堪。

说话流利的人，遇到有事情和别人接触，或有事情需要跟别人合作的时候，总可以很愉快地使很多事情融洽成功。而不会说话的人，总是不容易使人信服。口才流利的人，总是会使人清清楚楚地明白自己的意图，而不会说话的人，经常使人发生误解。

因此，口才是一门学问。只有掌握了它，你才能应付自如，事业成功，爱情美满。

3. 充实自己

人类生活的要素，一方面是物质生活的满足，如衣食住行；另一方面是精神生活的安慰，如思想、意念、情感等等。思想的表达、情感的发泄、意念的满足，都是精神生活的目

的。较长一段时间以来，人们普遍只顾到物质生活，而把精神生活抛弃不理。当然在过去也由于受到社会环境的限制，人们普遍难于从精神方面得到享受。但是，在现在的条件下，在现代化社会环境里，对于精神方面的满足，必须迅速的给予重视，并应立即纠正以往的种种不良的观念，弥补我们精神上的空虚、饥渴，满足我们人类最基本的生活、精神上的需要，从而促进人类文明生活的发展，使人类社会更健康地发展。

满足精神生活，正如满足物质生活一样的重要，甚至在某一种境地中，满足精神生活比满足物质生活重要得多，尤其是表达思想、满足意念、传述情感的语言，更是成为人类生活当中一件不可缺少的事情。当一个人无法表达他的意思，满足他的意念，发泄他的情感时，他所受到的痛苦、折磨，一定是非常巨大的。比如，一个人正和一群人谈得十分起劲的时候，突然之间他的声音嘶哑了无法说话发言，他这时候的感受将是多么的痛苦，多么窘迫。因此，人类在社会生活中，思想的表达，应该是在人类社会生活中占有举足轻重的地位，是不可缺少的重要部分。

人类社会的生活，已经发展到了群居而不能孤独生活的境地中，语言和口才的作用，更表现出不可一时或缺。无论你生活在什么环境中，总不可能避免跟他人的交往，那么，就不得不依靠说话来作为有效的媒介。我们知道一个人的口才能力，是能够显示出这个人的力量程度的。历史上，古今中外，无数著名的政治家，往往又是出色的演说家。他们总是在运用自己的口才能力打动听众，从而在政治上获得成功。美国著名政治家林肯就是一例。

他在一次竞选辩论中说：“你能在所有的时候欺瞒某些人，也能在某些时候欺瞒所有的人，但不能在所有的时候欺瞒所有的人。”这句话，成了演讲者的座右铭。它说明演讲者必须实事求是，不要哗众取宠，把自己装成一个万能博士。只有这样，你才能取信于你的宣传对象，使他们接受你的思想、观点。现在，有的人信奉什么“逢人只说三分话，未可全抛一片心。”这些人对他人持一种不信任态度，说话时必然闪烁其词。他们在讲自己所知时，故弄玄虚；表明心意时，扭捏作态；谈己之长时，夸张失实；道己所短时，则躲躲闪闪。这样的谈话，只能给听者留下浮夸虚假的感觉，不利于互相了解和感情上的交流。

每个人的见解、主张，都是经过长期的训练形成的，但是不良的习惯是可以改变的。只要想通了，当你遇到与别人意见不同时，一方面就不会太过心急地要求别人立刻同意你的想法，就会理解、同情对方，容许别人更多的考虑。另一方面也不会因别人意见一时和自己的不同，就说什么“话不投机半句多”，跟人断绝交往，闭口不说话。如果你很礼貌又很谦虚地听别人不同的见解、主张，就会使你到处受人欢迎和尊敬。

4. 自我测试

社会活动最重要的工具是语言，只有很好地运用语言，社交活动才能顺利地进行。运用语言的能力愈高，社交活动的成功性也就愈大。语言可分为书面语和口语，运用语言的能力可分为口才和文才。由于我国历来有重书面语轻口语、重

文才轻口才的偏见，很多人没有想到要锻炼口才，甚至担心被斥为“油腔滑调”、“摇唇鼓舌”，而不能委以重任。

我们一般人，都不能算是很善于谈话的人，但也不是对于谈话一窍不通。像哑巴一样不会说话的人到底很少。大多数人都多多少少懂得一点谈话的方法、技术，但都缺乏科学的方法而不能尽善尽美。

假如你有决心把谈话的能力提高，请回想一下自己在日常生活中谈话的经验，然后针对下面的几个问题检查一下，就可明白你的谈话能力如何了。

1. 是不是在熟识的人面前，有很多话可说；而在陌生人或许多人面前，觉得无话可说，或一句话也说不出来说？

2. 是不是常常无意中说了些别人禁忌的话？当发觉自己的话使别人反感时，又不知如何是好？

3. 跟别人谈话时，自己的态度有没有不适宜？能不能根据对方的态度来调整自己的态度？

4. 是不是自己的谈话东一句西一句地没有条理，言之无物？是不是很难找到大家感兴趣的谈话内容？

5. 是不是经常和别人发生争执？常常被人说“固执”呢？

6. 是不是能够很自然地改变谈话内容？是不是能引起别人的发言？

7. 能不能把自己所要谈的问题，用各种不同的方式来谈，以适应不同的对象？

8. 是不是在遇见别人不同意自己的意见时，只会再三地重复自己已经说过的话，而不知讲出新的道理来说服他？或者不知该在何时结束谈话？

9. 是不是说话的声音悦耳？口齿清楚？

10. 是不是常用一些不文雅的俗话？

以上十个问题虽然不一定包罗谈话能力的所有方面，但经对照，为数不少的人肯定不可能做得十全十美的，必须弄清楚自己究竟在哪一方面发生困难，并研究改善。

假使你真有心改进不善说的困难，就用个本子，逐项地记下认为要改善的每一个问题，并且把已有的经验也记录下来。例如，要记下来究竟在什么人面前，感觉到无话可说？是领导、同事或陌生人？又是什么原因呢？要认真想一想。你还要至少用一个星期的时间，每天留心地默记下这一天跟别人谈话时的情形。到一个星期的结尾，再在那个本子上，冷静地分析应该最先要改进哪一点。然后一面看辅导书，一面研究自己的情况，再把自己的经验所得，记在本子上。任何一个人若能这样实行，在三个月内就可以获得一定的进步。你可以改善口气和态度，说话更有条理，不再会让人讨厌，自然也就知道避免和人“抬杠”了。

发现了自己的不足，就应加强锻炼，予以提高。锻炼口才的途径是多种多样的，从总体来说要加强知识积累，提高文化素养；加强自我训练，克服畏惧心理；语言力求简洁扼要，富于逻辑性。

5. 言行一致

我们平常似乎很少知道，谈话在生活中有这么宝贵的价值。常常只知安排自己的生活、工作、看戏，或到饭馆吃东西等，很少想到应去找几个朋友、同学、同事好好地谈谈。往往我们去找朋友的时候，都是为了要办一些琐碎的事情，或