

演讲入门

刘树芝 主编

对外经济贸易出版社

演 讲 入 门

刘树芝 主编

饶祖培 张毓翔

编写

赵 铮 文 萍

对外经济贸易教育出版社

内 容 简 介

本书是根据语文教学大纲中关于提高学生口语表达能力的要求而编写的一本教科书。书中对学习演讲的意义、演讲者的修养、演讲的基本要求、演讲的语言表达方式、演讲的技巧、初学者应注意的问题等方面都作了精当的论述。书后所附不同类型的演讲词可作为学写演讲词的参考，或作为练习演讲的资料。

本书可作为演讲课教材，或语文课的教学参考，对广大演讲爱好者也颇具参考价值。

演讲入门

刘树芝 主编

责任编辑 李鹏旺

对外贸易教育出版社出版

(北京和平街北口北土城对外经济贸易大学内)

北京市朝阳区关西庄印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行·各地新华书店经售

开本787×1092 1/32·印张4.75字数10千字

1988年1月第一版·1988年1月第一次印刷

印数1—63,500册

ISBN7—81000—27—6/H·016

统一书号7321·16 定价1.00元

前 言

十一届三中全会以后，随着我国经济文化的日益发展，演讲活动也空前活跃起来。演讲在经济、文化方面所起的作用也日益明显，而培养演讲能力的必要性也深为人知。

1987年国家教育委员会颁布的《全日制中学语文教学大纲》中明确指出：“口头表达和书面表达在现代生活中具有同样重要的意义”。并对各年级分别提出了口语表达能力的要求，其中要求初三年级“能借助自拟提纲演说”，要求高三年级“能作有准备的演说”，“能在一定的会议上作即席发言”。

本书就是根据新颁布的语文教学大纲的精神编写而成。全书共分六部分，对学习演讲的意义、怎样学习演讲、演讲者应具备的修养、演讲者的语言及表达方式、演讲的准备、演讲的技巧、演讲者应注意的问题均有简明扼要的论述。书后并附有不同类型的演讲词，以资参考。

本书可作中等学校演讲课的教材，也可作语文课辅助材料，对中等学校师生、团队干部、有志学习演讲的广大群众均有学习与参考价值。

参加本书撰写工作的有饶祖培、张毓翔、赵铮、文萍等同志。在撰写过程中，参阅了有关学者、专家的专著及有关杂志。脱稿后，特请张继先、高奉易同志审定，在此一一表示感谢。

由于我们水平有限，对本书存在的缺点和错误，恳请读者批评指正。

刘树芝

1987年8月1日

目 录

一、绪 论

- (一) 演讲概说…………… (1)
- (二) 什么是演讲…………… (3)
- (三) 青少年学习演讲的意义…………… (4)
- (四) 怎样学习演讲…………… (6)

二、演讲者的修养

- (一) 高尚的思思想品德…………… (14)
- (二) 丰富的文化知识…………… (17)
- (三) 敏捷的思维能力…………… (18)
- (四) 精采的口语表达艺术…………… (22)
- (五) 积极进取的心理素质…………… (27)
- (六) 端庄潇洒的仪表风度…………… (31)

三、演讲的语言表达方式

- (一) 叙述…………… (33)
- (二) 议论…………… (36)
- (三) 说明…………… (39)
- (四) 描写…………… (40)
- (五) 抒情…………… (42)

四、演讲的准备

- (一) 确定讲题…………… (45)
- (二) 准备材料…………… (46)
- (三) 认真构思…………… (48)

(四) 搞好试讲·····	(51)
---------------	------

五、演讲的技巧

(一) 发声技巧·····	(53)
(二) 讲话技巧·····	(58)
(三) 姿态、眼神和手势·····	(64)
(四) 控场技巧·····	(68)

六、初学者应注意的问题

(一) 怯场·····	(70)
(二) 口头语·····	(72)
(三) 修饰不当·····	(73)
(四) 总是“激昂”·····	(74)
(五) 动作过多·····	(76)

附录：演讲词

一、我们这一代·····	于其多 (76)
二、我心中的大学·····	贾东霞 (79)
三、扬起生命的风帆·····	范 曾 (84)
四、最后一次讲演·····	闻一多 (89)
五、崇高的理想·····	陶 铸 (92)
六、读书杂谈·····	鲁 迅 (100)
七、在马克思墓前的讲话·····	恩格斯 (106)
八、我这二十年是怎么过来的·····	丁 玲 (109)
九、科学的春天·····	郭沫若 (112)
十、在困难面前要做胜利者〔节选〕·····	张海迪 (116)
十一、国家、民族与正气·····	李燕杰 (124)
十二、在演讲邀请赛闭幕式上即席讲话 ·····	张志公 (143)

一、绪 论

（一）演讲概说

演讲，又叫讲演或演说。演讲是一门科学，也是一门艺术。

演讲是人类交流思想、阐述观点、传播信息的重要手段。演讲的产生比文字的产生要早得多。在原始社会里，因为没有文字，所以部落的首领对部落成员的管理以及部落之间的交往，都要当面用口头语言表达，那大约就是最初的演讲了。

有文字记载的我国第一位演讲家，大约要算殷商时期的盘庚了。《尚书·盘庚》（三篇）实际上可视为盘庚迁都前后的三次演讲词，那距今已有三千多年的历史了。到了距今两千多年前的春秋战国时期，诸子百家、策士说客大批涌现，他们或办学授徒，传播自己的政治信仰、道德观念，或游说诸侯，纵论天下大事，阐述治国安邦良策。一时，演讲的风气，盛况空前。象孔子、孟子、苏秦、张仪等人，都是很讲究词令和口才的，实际上都是一些很了不起的演讲家。先秦诸子散文中很多优秀的篇章，就是他们的演讲词、辩论词。战国末年，楚国伟大的爱国诗人屈原，是一位“娴于辞令”的演讲家。秦末农民起义领袖陈涉也是一位善于鼓动的演讲家。据《史记·陈涉世家》记载，他在号召戍卒起义时，讲了这样一段话：

“公等遇雨，皆已失期。失期，当斩。藉第令毋斩，而

成死者固十六七。且壮士不死即已，死即举大名耳，王侯将相宁有种乎！”

这段话的意思是说：

“诸位遇上了大雨，都已经误了期限。而误了期限，按法律应当杀头。就算侥幸不杀头，戍守边疆而死的必然占十分之六七。再说，男子汉大丈夫不死便罢，死就要名扬天下，那些王侯将相难道天生应该世代相传吗！”

应该说这是一篇精采的、鼓动性极强的演讲词、动员令。首先指出了走投无路的处境，然后用“举大名”以及取代王侯将相来激励鼓舞士兵。难怪士兵们听后异口同声地回答“敬受令”（“遵从您的命令”）！

在西方，演讲学产生于两千多年前，大约相当于我国战国时期。

在我们中国，演讲之风大盛还是近代的事。鸦片战争以来，中国沦为半封建半殖民地社会，民族的危亡、人民的苦难，激励着无数志士仁人为挽救民族危亡而奔走呼号，激昂慷慨的言词，至今读来令人感奋，催人泪下。“五四”运动之后，我国进入无产阶级革命时代，演讲又成为共产党人在不同革命阶段宣传群众、组织群众、打击敌人的强有力的武器之一。

从以上概说可以看出，每当社会发展到一个伟大的转折时期，都会造就一大批演讲家（他们本身又大都是伟大的改革者）来推动事业的发展前进。这在古今中外的历史上，可以说是一条规律。

当前，我国正处在一个伟大的历史转折时期，随着改革开放政策进一步实施，随着社会主义物质文明和精神文明建

设的深入发展，一场震撼世界的伟大变革正席卷中华大地。这场伟大变革必然造就千千万万有才干的改革家，同时也必然造就千千万万才华横溢的演讲家。目前，在广大青少年中，蓬勃开展的演讲活动，正是响应时代的召唤应运而生的。

（二）什么是演讲

演讲的主要特征有以下三点。

1. 广泛的群众性。演讲是一项综合性的、群众性的社会实践活动，是演讲者和听众之间思想感情、知识信息的交流过程，因此演讲必然有听众。听众可多可少，少则几十人，多则几百几千人，所以演讲者要从听众的实际出发，注意演讲的内容，容易为群众接受。

2. 鲜明的目的性。每次演讲都要有一个或几个既定目的。整个演讲过程就是实现既定目的的过程。所以事先应围绕既定目的做好充分准备，条理清晰地、完整地体现这个目的。

3. 强烈的鼓动性。一次演讲，或者为了让听众接受某种主张、观点，或者为了让听众得到某种新知识、新信息，或者为了打动听众，使听众激动、感奋。要达到这些目的，从演讲的内容到演讲的语言都应当有较强的宣传鼓动性。

演讲不同于语言表演艺术，如朗诵、相声、评书、话剧等。这些表演艺术要求表演者在表演时必须进入情节中的角色而忘记自我，这时他们所表达的感情是角色的感情；演讲恰恰相反，它要求演讲者必须强烈地意识到自我的存在，要表达出自己的真情实感，要有演讲者自己独特的个性。

演讲也不同于其它语言表达形式，如交谈、辩论、讲课、

报告等。它既需要交谈式的平易亲切，也需要辩论式的机智和逻辑力量，还需要有讲课、报告式的条分缕析、目的明确的特点。

演讲是这样一种语言表达艺术：它是由演讲者面向一定数量的听众，以有声语言为主要表达手段，并借助于手势情态公开发表自己的思想、观点、主张和看法的一种口头语言表达艺术。

（三）青少年学习演讲的意义

青少年不但应该学习演讲，而且要下决心学会演讲，学好演讲。为什么呢？

1. 学好演讲是“四化”建设的需要，是改革开放的时代需要。

在改革开放的形势下，在“四化”建设过程中，人与人之间的关系和交往日益密切，思想、文化、科学、技术的交流日益广泛，知识、信息的传播日益频繁，传播交流的手段日益现代化，以致达到了人机对话的程度。在这种形势下，不用说一个思想平庸、知识浅薄、口齿不清的人根本无法适应飞速发展的形势，就是一个品德高尚、学识渊博、技巧超群的人，如果不善言谈、词不达意、结结巴巴，也是无法充分发挥自己全部聪明才智的。

不善言谈，是当前许多在校青少年和走向社会的青年深感苦恼的一个问题。他们在几个知心朋友间还能交谈自如，一遇人多的场合，如老师的课堂提问，向领导汇报工作等，往往面红耳赤、手足无措，吭吭吃吃、词不达意；一旦在生人面前或大庭广众的场合需要讲话时，更是窘到了无地自容的地步。他们深切感到，不善言谈不但妨碍了自己参加社交

活动，而且使学习、工作受到了一定的损失。

为了使我国青少年一代将来走向社会能适应“四化”建设的需要，适应改革的需要，适应开放的需要，所以国家教育委员会新颁布的《全日制中学语文教学大纲》，明确要求青少年在中学阶段必须加强口语训练，高中阶段要学会演讲。因为演讲在人类口语表达中是最高级、最完善、最具有美学价值的一种表达形式。只要我们掌握了演讲这门表达艺术，那么其它一切口语表达形式，如交谈、辩论、辩护、谈判、报告等，就都可以运用自如了。

2. 学习演讲是青少年进行自我教育的重要手段，是促进青少年德、智、体、美全面发展的有效途径。

实践证明，在青少年中开展演讲活动的过程，就是促使青少年学习知识、增长才干、陶冶情操的过程，对青少年一代的健康成长，具有其它活动形式无法替代的重要作用。

(1) 学习演讲是一个广泛阅读、增长知识的过程。学习演讲可以促使青少年开阔眼界，学到大量课本以外的知识。即使演讲的题目是青少年最熟悉的内容，为了准备好这样一次演讲也仍然要翻阅大量有关的资料，以使演讲更充实、更精采、更富有吸引力。如果是准备那些不太熟悉的演讲题目，需要阅读的资料就更多了。这样日积月累，在知识的海洋里广泛涉猎，不断积累，就可以使自己成为一个博学的人。

(2) 学习演讲也是一个提高能力、增长才干的过程。演讲是一种社会实践活动。在学习演讲的过程中，要求对各种社会思潮、各种社会现象进行认真的观察了解，深入的研究分析，以便确切地得出自己的结论。在这样长期实践，反复

锻炼的过程中，必将练就敏锐的观察能力，深刻的分析能力，敏捷的思维能力和准确的判断能力。这些能力的取得，正是青少年将来献身“四化”大业不可缺少的才干。至于通过学习演讲可以提高驾驭语言、布局谋篇、剪裁取舍的能力，等等，就更不用说了。

(3) 学习演讲又是培养自己高尚道德情操和自我完善的最佳过程。演讲是要用正确的思想观点去说服人，用美好的感情去打动人，用优美的语言、优雅大方的仪表去感染人。因此，错误的思想观点、庸俗低下的情调、不文明的语言动作、奇装异服以及一切假、丑、恶的东西，都必然被抛弃。每一个积极向上的青少年必然去追求远大的理想、高尚的情趣和生活中一切真、善、美的东西。在学习演讲的过程中，必然受到共产主义理想情操的陶冶，不断自我完善，使之臻于完美。

(四) 怎样学习演讲

演讲既然是一门科学，一门艺术，一门综合性很强的社会实践活动，当然不是轻而易举就可以学好的。但也绝不是象有些人所想象的那样高不可攀、无法企及。

当我们聆听那些口若悬河、语惊四座的优秀演讲家的演讲时，我们可能会情不自禁地赞叹道：啊，真是天才！古今中外那些闻名于世的演讲家果真都是天才吗？当然不是。事实上，那些著名的演讲家几乎都不是生就的天才，而是经过长期不懈的艰苦锻炼才成功的。他们青少年时代的口才有的恐怕远不如今天的青少年。下面举几个例子。

古雅典卓越政治家、演讲家德摩斯梯尼，年青时口吃，说话气短，而且爱耸肩。这大概最不适合学演讲了，所以他

初学演讲时曾被听众哄下台。但他毫不气馁，为了练发音，他嘴含石子练朗诵；为了克服气短，他一面攀登陡坡，一面吟诗；甚至悬起两把剑来改正自己爱耸肩的毛病。经过坚持不懈的长期努力，终于成为著名的演讲家、雄辩家。

古罗马政治家、演讲家、哲学家西塞罗，也是从青少年时代就开始刻苦学习演讲的。16岁以后，常常到法庭去听辩护演讲，回家后模仿练习，对于发音、动作、语言逐一研究。后来，专程游历雅典，刻意研究大演讲家德摩斯梯尼的演讲艺术，终于获得成功。

资产阶级革命家、美国第16任总统林肯，是闻名于世的大演讲家。他的《葛提斯堡演讲》曾经轰动世界，是公认的英文演讲的典范。他的成功，也是从青少年时代的刻苦练习获得的。他年青时当过农民、伐木人、店员、邮务员以及土地测量员等等。为了成为一名律师，他常常徒步30英里，到一个法院去听律师们的辩护词，看他们如何辩论，如何做手势。他一边倾听那些政治家、演说家的声若洪钟、慷慨激昂的演说，一边模仿他们。他听了那些云游四方的福音传教士挥舞手臂，声震长空的布道，回来后也学他们的样子，对着树林和玉米地反复练习演讲。演讲的成功使他终于成为一名雄辩的律师并最终踏入政界。

英国首相丘吉尔初入政界时，有一次在议会发表演讲忘了词，非常尴尬。后来下决心提高自己的演讲水平。最后终于能在事前毫无准备的情况下，发表精采的即席演讲，赢得了世界十大演说家之一的美誉。

被誉为我国近代史上“第一大演说家”的马相伯认为，成功的秘诀就在于“勤讲多练”。基于这种体验，他在出任

复旦大学校长后，每星期日上午把学生留在学校，出许多演讲题让同学准备，然后以5分钟为限，让学生轮流演讲，由他亲自评定优劣。由于长期坚持训练，在江苏、上海的历次演讲比赛中，他的学生曾多次夺魁。

我国著名民主战士闻一多，1919年在清华读书时就热爱并刻苦练习演讲。他曾在日记中写道：“近来演讲课练习又渐疏，不猛起直追恐便落人后”，“演说降到中等，此大耻奇辱也”。1月9日的日记写道：“夜出外习演讲十二遍”。10日写道：“演说果有进步。当益求精致。”14日写道：“夜至凉亭练演说三遍。”回宿舍又“温演说五遍”。第二天又是“习演说”。一月的北京，天寒地冻，他这样刻苦努力地练习演讲，怎能不获成功呢！他那著名的《最后一次讲演》不是至今还震撼着我们的心灵吗？

以上事例，不但告诉了我们世界上从来没有天生的演讲家，而且还为我们如何学好演讲提供了丰富的经验。这些经验归纳起来，大致有以下几点。

1. 热爱 “热爱是最好的老师”。热爱的感情有巨大的鼓舞力量。没有强烈的热爱就不会有坚定的志向，也就缺乏顽强的毅力去从事自己的事业。古往今来无数事实告诉我们，任何一个有成就的人，无一不是对他所从事的事业有着热爱的感情。他们孜孜以求，如醉如痴，以致达到废寝忘食的地步。演讲当然也不例外，特别是我们了解了演讲在“四化”建设以及在青少年成长过程中的重要作用以后，青少年们谁不希望通过学习演讲使自己成为有道德、有学识、有才干的人呢？热爱并努力学好演讲吧！它能使你道德升华，视野开阔，学问渊博，胆识过人。

2. 实践 演讲是一种能力，能力离不开实践。懂得游泳理论的人，如果不下水，永远只能是一只旱鸭子。演讲也是这样。看点书，听听讲座，懂点演讲的“门道”并不难。真要亲自登上讲台，面对成百上千的听众，口若悬河地演讲一番，除了长期反复地实践是没有什么秘诀和窍门的。古人说：“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。不要怕幼稚，不要耽心失败。鲁迅在《无声的中国》这篇演讲中曾说过：

“至于幼稚，尤其没有什么可羞，正如孩子对于老人，毫没有什么可羞一样。幼稚是会生长，会成熟的，只要不衰老，腐败就好。倘说待到纯熟了才可以动手，那是虽是村妇也不至于这样蠢。她的孩子学走路，即使跌倒了，她决不至于叫孩子从此躺在床上，待到学会了走法再下地面来的。”实践才能使一个人生长、成熟。不要犹豫，勇敢实践。不要怕失败，失败是成功之母；不要怕挫折，挫折更能坚定你的信心；更不要怕讥笑，讥笑会激励你不达目的决不罢休。

3. 刻苦 勤奋和刻苦是产生天才的土壤。被我们称作天才的人，他们自己往往不承认自己是天才。我们说鲁迅是伟大的天才，可他自己却说：“哪里有天才，我是把别人喝咖啡的时间都用在工作上的。”又说：“伟大的成绩和辛勤的劳动是成正比例的，有一分劳动就有一分收获，日积月累，从少到多，奇迹就可以创造出来。”郭沫若也是我们承认的天才，可他也说：“形成天才的决定因素应该是勤奋。……有几分勤学苦练，天资就能发挥几分。天资的充分发挥和个人的勤学苦练是成正比例的。”梅兰芳作为一代艺术大师也称得上是天才了，他却说：“我是个拙笨的学艺者，没有充分的天才，全凭苦学。”……这些被后人称为天才的人

是出于谦逊才这样说吗？当然不是。他们说的是真理。我们了解一个天才的时候，常常是在他创造了奇迹之后，而对他创造奇迹之前的勤奋刻苦则往往容易忽视。这正如我们看到高楼大厦时只注意了地面以上的华丽壮观，而看不到地下的基础一样。所以伟大数学家华罗庚在题为《天才在于积累，聪明在于勤奋》的演讲中说：“1938年，我又从英国回到了昆明乡下。当时我住在一个破楼的厢房里，下面养的是猪、马、牛。晚上牛在柱子上擦痒，楼板就跟着摇晃。当然是没有电灯的，就做了个油灯。……在这样艰苦的环境下，我从1940年到1942年，一方面完成了《堆垒素数论》。另一方面还背了唐诗、宋词共四五百首，以此来锻炼自己的‘口舌’。我在实践中深深体会到，勤能补拙是良训，一分辛苦一分才。”我们应当谨记“勤能补拙”这个“良训”，刻苦学习演讲，掌握这门艺术。

4. 恒心 初学演讲的人，特别是青少年，往往急于求成，希望自己很快就能成为一个口若悬河的演讲者。这是把学演讲看得太容易了。在实践中一遇挫折或别人的嘲讽，往往又容易产生畏难情绪，觉得学演讲太难而失去信心。鲁迅曾说过：“做一件事，无论大小，倘无恒心，是很不好的。而看一切太难，固然能使人无成，但若看得太容易，也能使事情无结果。”演讲既然是一种能力，是一门艺术，学会它自然要花费一定的时日。不要企图一蹴而就，以为讲上一两次就能成功。要有毅力，要持之以恒。在日常学习生活中不放过任何一次公开发表讲话的机会，如回答老师提问，小组讨论，大会发言，交谈、辩论、演讲比赛等。要充分利用这些机会锻炼自己口才，提高演讲水平。俗话说“操千曲而后

知音，观千剑而后识器”，讲的就是持之以恒地实践，而终能成才的道理。

5. 循序渐进 学演讲，不要企图一口吃个胖子。循序渐进是学好演讲的必由之路。华罗庚曾谆谆告诫青年：“要循序渐进！我走过的道路，就是一条循序渐进的道路。”俄国著名科学家巴甫洛夫也说过：“我对我国有志的青年有什么祝愿呢？首先，循序渐进”。我国资产阶级革命家孙中山极重视练习演讲。他曾说过他的练习方法是：一、练姿式。予少时研究演说，对镜练习，直到无缺点为止。二、练语气。演说如作文，以气为主，气贯则言之长短、声之高下皆宜。说到重要处，掷地作金石声。这种方法就是单项练习，重点突破，实际上就是一种循序渐进的练习方法。

初学演讲的人应该怎样掌握循序渐进的原则呢？

(1) 从易到难 首先，从演讲的类型上要由易到难。一般说，以叙述和抒情为主的演讲比较容易掌握，以议论为主的或综合运用各种表达方式的演讲比较难。这与书面表达的学习顺序是一致的，首先应掌握叙述、描写、说明、抒情等基本演讲能力，进而过渡到议论和综合型的演讲。一般地说，没有比较坚实的叙述事件的表达能力，演讲是不容易获得成功的。所以一开始就要把叙述的基础打好。

其次，演讲的内容也要由易到难。初学演讲的人，应从我自己比较熟悉的内容开始，比如青少年比较关心的理想、立志、学习、纪律、友谊等内容，而不要急于去谈论那些自己不太熟悉的、比较复杂的内容。开始时题目要小一些，目的要简单，内容要具体，这样比较容易成功。然后一步步过渡到大题目、大容量的演讲。