

Public Speaking

洪麗珠 編譯

英語一分鐘演講

学习出版公司

世界图书出版公司

英語一分鐘演講

洪麗珠 編譯

学习出版公司

世界图书出版公司

英语一分钟演讲

洪丽珠 编译

学习出版有限公司出版

世界图书出版公司重印

(北京朝内大街 137 号)

北京昌平百善印刷厂

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

1991 年 9 月第一版

开本 850×1168 1/32

1991 年 9 月第一次印刷

印张 6.5

印数: 0.001—7.000 册

字数: 15.6 万字

ISBN 7-5062-1067-3/H·40

定价 3.90 元

世界图书出版公司已向学习出版社有限公司购得重印权

限国内发行

序 言

在國際間往來頻繁的今日，以英語發表演說或致詞的機會已是不可避免。然而許多人研讀了十年以上的英文，要他面對着一大羣人以英語講話，不是冷汗直冒、就是結結巴巴。究其原因，都是未經訓練以及經驗不夠的緣故。

以英語演講，除了基本的發音、語調之外，其他諸如服裝、手勢的運用等儀態問題也是不容忽視的。「英語一分鐘演講」針對致詞演說的基本原則與注意事項，分門別類加以說明，主要的內容有：

- 一、**準備英語演講的訣竅：**提示您上台前應做好那些萬全的準備，以確保演講的成功。
- 二、**精采講稿六大要素：**將一篇講稿的構成元素一一解說，並舉例印證。
- 三、**英語演講實用範例：**從基本的「致詞場合活用佳句」，到完整的「一分鐘致詞實例」、「三分鐘英語演講」，循序漸進。使您儲備大量實用詞句，隨時隨地派上用場。
- 四、**不朽的名家演說：**選錄歷史上演說的經典，自莎士比亞劇本「凱撒大帝」中安東尼鼓動民心的演說，到一九八五年美國雷根總統連任就職演說，讓您直接感受文字帶來的震撼。

書末並附台北市高中英文演講比賽優勝講稿，供有志於在演講比賽中奪冠的同學參考。熟悉了演講的原則，再加上書中實例的演練，您對自己的演講技巧將更有信心。

本書經多次審慎校對，倘有疏失，尚祈各方先進不吝指正。

編者 謹識



第1章 準備英語演講的訣竅 1

第2章 精彩講稿六大要素 15

第3章 英語演講實用範例 25



1. 致詞場合活用佳句 26

(1) 歡迎會活用佳句 26

(2) 祝賀場合活用佳句 29

(3) 婚禮活用佳句 32

(4) 節日宴會活用佳句 34

(5) 比賽場合活用佳句 36

(6) 會議活用佳句 39

(7) 演講會活用佳句 41

(8) 歡送會活用佳句 44

2. 一分鐘致詞實例 48

(1) *Chairman's Opening Remarks at a Meeting*
主席開幕致詞 48

(2) *Speech for a Newly Arrived American Teacher* 向新來的美國老師致詞 50

(3) *Speech at a Section Chief's Birthday Party*
課長生日宴會上的致詞 52

- (4) *Speech by a Toastmaster at a Christmas Party* 耶誕節宴會主持人致詞 54
- (5) *Introduction of Oneself at a Discussion Meeting* 討論會中自我介紹 56
- (6) *Introduction of a Lecturer* 介紹演說者 58
- (7) *Introduction of Foreign Guests*
介紹外國客人 60
- (8) *Speech for Someone Who Is Being Transferred to an Overseas Branch*
向調職國外分公司者致詞 62

3. 三分鐘英語演講 64

- (1) *Television* 電視 64
- (2) *Democracy and Dictatorship*
民主政治與獨裁政治 66
- (3) *What I Usually Do on Weekends*
我的週末娛樂 68
- (4) *Small Kindness* 平凡的善行 70
- (5) *The Advantages of Being Young* 年輕的好處 74
- (6) *Vending Machines* 自動販賣機 76
- (7) *Environmental Protection* 環境保護 78
- (8) *Learning from a Great Man's Life*
向偉人的一生學習 80
- (9) *The Person I Admire Most* 我最敬佩的人 82
- (10) *The Generation Gap* 論代溝 84



- (1) *What I'd Like to Be Ten Years from Now*
這十年中我的願望 88
- (2) *My Favorite Color* 我最喜歡的顏色 90
- (3) *Have a Vision And Stand up, My Friend!*
朋友, 要心存夢想, 努力實現 92
- (4) *Which Is Better, to Be a Man or a Woman?*
當男人好還是女人好? 98

第4章 不朽的名家演說 105

1. *Marcus Antonius* 馬克斯·安東尼
—— 莎士比亞 106
2. *Gettysburg Address* 蓋茨堡演說詞
—— 亞伯拉罕·林肯 110
3. *Be Ye Men of Valour*
同胞們, 作個有勇氣的人吧! —— 邱吉爾 114
4. *Inaugural Address* 甘迺迪總統就職演說
—— 約翰·甘迺迪 126
5. *I Have a Dream* 我有個夢想
—— 馬丁·路德·金 140
6. *President Ronald Reagan's Inaugural Speech*
美國雷根總統連任就職演說 —— 隆納·雷根 156

附錄 台北市高中英語演講比賽 優勝同學講稿





第 1 章

準備英語演講的訣竅



• 第 1 章 •



準備英語演講的訣竅



隨著英語的風行全球及國際間往來的頻繁，國人以英語演說或致詞的機會愈來愈多。無論是正式的學術演講，或是在外國友人的宴會上致詞，甚至學校裏的英文演講比賽，事先若沒有萬全準備，要以英語在衆人面前侃侃而談仍非易事。

以成功的英語演講贏取國際友誼

語言是人類之間表情達意的最有效工具，其中又以公開談話的效果特佳，它不但能在短時間內同時與一群人建立友誼、培養默契，更能帶動整體氣氛。

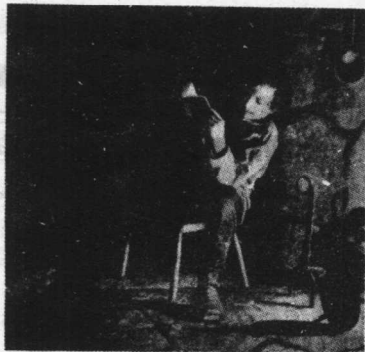
以英語發表公開談話的場合很多，例如，在外賓雲集的社交酒會上介紹重要的客人，出國旅遊參加 *City Tour* 時於各國觀光客前做自我介紹，或是大型集會場合中發表英文即席演講等等，這些都需要生動流利的口才與穩健的臺風。成功的英語演講往往能替您在國際交誼場合打下勝利的一仗，建立良好的形象。

人人皆可成為演講高手

美國總統林肯是歷史上數一數二的演講高手，他曾說，演講最好是親切誠懇，就像與朋友並坐在舒適的馬車上談天一樣。的確，一次成功的演講不但要以它的內容吸引人，更要隨時考慮聽衆的需求。舉凡講稿內容的擬定、聲調音量的控制到臨場的反應能力都是演講者必須訓練的項目。

以苦學自成的林肯總統為例，由於家貧無法接受正規教育，他只能利用每天零碎的時間自習英文及法律，在英文方面所下的苦功尤其令人欽佩。對於每一組同義詞句，他都要再三斟酌，只挑出最恰當的用法加以背誦，因此他的文章及演講風格自然典雅，毫無做作。

在公開場合以英文演講的機會既然如此頻繁，讀者自不能放棄自我訓練之機會。本章將就演說的要素及英語演說的特點，探討如何克服障礙，使您也能流暢地以英語發表意見。



作好心理準備・爭取觀衆認同

一個儀容整齊、充滿自信的演說者一步上講台，在開始講話之先，聽衆已對你有了一半的認同感。如果加上內容精彩，必能抓住聽衆的心，達成演說的目的。反之，假如上台之前縮頭縮尾，內容貧乏又出錯的話，可能演講尚未結束，聽衆已走掉一半。所以上台前的心理建設相當重要，它關係著一次演說的成敗。

◎克服恐懼感須由平日訓練起

在衆人之前說話，最大的敵人就是恐懼感。英文中稱此為 **stage fright**（怯場），即使是平日極有膽量的人，要他一時站在幾百人面前說話，多少還是會害怕的，尤其還要以英語表達，更感棘手。

Stage fright 的症狀是——當被許多人注視，亦即衆人的目光集中在你身上時，有心跳加速、身體發熱、直冒冷汗的情況。這種 stage fright，一如所有的事情，並不是一天兩天便能克服，而須由平時訓練起。

步驟一是鼓勵自己多說話，平常以中文訓練即可。譬如參加同輩之間的聚會時要多發表言論；與家人用餐時盡情談話。藉由這種方式獲得一些能夠吸引聽衆的特殊技巧，便能增加對自己的信心。

步驟二即要能夠毫無懼色地面對多數人的注視。首先可以從注視自己開始練習（應該沒有人會厭惡自己的面貌吧？），不管一天幾次，只要有機會就對著鏡子看自己。接著多注意家人的表情，面對最親近的家人，自然沒有什麼好擔心、害怕的。和朋友說話時，別忘了注視他們的神色，即使和異性朋友在一起亦同。這樣子上台時，就比較能夠坦然面對台下一張張凝視自己的臉了。

◎見識廣博才能寫出好的演講稿

若是演說內容貧乏，演說者自己心理上也會有一種強烈的不安。聽衆可由演說者僵硬、忸怩的神態感受到他的窘迫。要克服這種毛病，平時就要多充實自己。只要有機會，上至天文、下至地理，各方常識均要涉獵。寫講稿時，適當加入一些 common sense（即常識），便能收畫龍點睛之妙。

要作一次精彩的英語演說，英文實力是重要關鍵。熟悉英語的表達方式和文化背景之間的差異，才能適切的遣詞造句，而不致鬧出笑話。

◎準備充分、熟讀內容，是精采演說的必備要素

演說的方式大致可分為三種：

I. *Memorized Speech* ⇨背誦草稿，演說時憑記憶默出。

II. *Extempore Speech* ⇨以字條寫下大綱，演說時偶而拿出來參閱。

III. *Impromptu Speech* ⇨毫無準備的即席演講。

想把講稿背誦得好，首先句子就要寫得長短適中。

又長又難以斷句的句子只會把自己弄得喘不過氣來，連聽眾都會替演說者緊張；其次，對於發音較難的單字，儘量以簡單的同義字來取代，增加背誦的流暢，且能避免聽眾的誤解並減輕其負擔。

作 *extempore speech* (即席演講) 時，最好事先演練過，至少也要想清楚每個項目的內容。否則一上台，可能就張目瞠舌，辛苦收集準備的資料全忘得一乾二淨了。另外，若有引述名人的話或成語，一定要背誦下來，這是不可隨意杜撰的。

至於作 *impromptu speech* (臨時演講)，則有賴平日練習與本身的學識了。在許多場合，常會有毫無準備就被推上台說話的機會，不管本身的學識如何，總以能讓聽者愉快為原則。你千萬不要說：「本人的口才不好……」，或者「突然被叫出來，事前毫無準備，真是十分惶恐……」之類的話。這些只是畫蛇添足，徒然浪費時間，並不能舒解窘迫，因為口才笨拙或毫無準備立刻就能分曉的。如果一定要找 *excuse* (藉口)，只消說句 “*I am not much of a public speaker.*” (我不擅在眾人面前講話) 或 “*I feel there is no way I can get out of making a speech.*” (這時候，我似乎不能不講幾句話了) 即可。

對象不同・說話方式不同

◎ 對身份不同的團體，採取不同的演講方式

接到演講的邀請之後，就要根據聽衆的年齡、性別、教育程度、聽講的動機與演講的場合來加以準備。

倘若會場上是一羣年輕男女，那麼演講的內容只要稍微風趣一些，很容易就引起熱烈的反應；反過來說，如果聽衆均上了年紀，太多的笑料反而會被認為「輕佻」、「不正經」。所以必須視聽衆的情緒反應，適度調節演講的方向。

另外，對於 *Special Audience*（特殊聽衆），也就是對自己身份相當敏感的聽衆，必須顧慮到他們的自尊。面對着有自卑情結（*inferiority complex*）的團體說話，最好能夠不顧其特殊性。譬如在少年感化院中演講，把他們視同一般正常青少年，態度誠懇、娓娓道來，必定能獲得他們的信賴。

面對對自己身份有優越感（*superiority complex*）的團體，倒不妨利用一下他們的優越感。例如在大學教授面前發表演講，千萬不要拿出說教的態度，而必須開誠佈公地提出問題，並以謙卑的口吻來詢問他們的意見。

◎ 太多的「或許」、「我想」顯得信心不足

許多人用起英文來，動不動就是 “I feel”、“I think”，實在是一大致命傷。老是用 I，顯得自己十分主觀、狹隘。觀察事物若儘用自己的主觀意識而忽略客觀條件的話，很容易造成聽衆的反感。

“I feel” 在英文中是一種對描述內容的不確定，太多的 “I feel”，說服力便會相形減弱，因為聽衆難免心存「他對自己講的東西都沒把握」的想法。此外，“I hear”、“they say” 等字眼也不好，也不要常用

“perhaps”、“maybe”，這些都容易給人不可靠的感覺。

“I think”雖可譯為「我想」，但就其在英語中的效用來看，與中文「我想」的不肯定態度相去甚遠。“I think”比“I believe（我相信）”更為強烈，可說明確地表示了自己的堅持態度，翻成「我認為」還更接近原來的意義。因此千萬不要誤用太多的“I think”，造成聽衆把你揣測的語句想成堅持而造成誤解。

◎ 少用 YOU, 多用 WE, 拉近與聽衆的距離

當學生以其他同學作對象作演講時，稱呼他們為 *fellow students*。

美國總統對全國人民作電視演講的時候，都稱呼人民為 *my fellow Americans*。

這兩個例子雖然簡單，卻能顯示演講者與聽衆是一體的。也許演說的場合有所不同，但製造一體感的原則卻處處適用。

少用 “you”，因為這樣等於是明顯地把演說者和聽衆分隔了；也不要 “you should”、“you must” 之類教訓人的字眼，否則聽衆會起反感。他們會認為「老說我們必須、我們應該做這做那的，那你自己呢？」所以應該用 *we*，把自己和聽衆融為一體，才比較具有說服力。

無論與人交談或發表演說，只要找出大家共同之處的話題，彼此的距離很快就會消弭於無形。比如你是一位導遊，負責接待一團來自歐洲的觀光客，在活動開始前，免不了要有一段開場白。此時，你就得仔細思量，自己與他們有什麼共通之處呢？該團組成份子包括男女老少，而且也不知道他們的職業，這時你可以說：

“You came from the countries I wish to visit some day.
(你們是來自我非常想去遊覽的國家。)

這樣，彼此的距離不就拉近了嗎？

◎ 將主觀隱藏在最後，先以客觀事實說服聽眾

一般的講話，無論三分鐘或三十分鐘，在結構上一定要具備三個部份：導論（*introduction*）、主體（*body*）、結論（*conclusion*）。

導論是以簡短的幾句話將聽眾帶入所要演講的主題，接着就要進入最重要的部份——主體，也就是事實的描述，然後才是發表自己的感受或者是呼籲（即結論）。在演講中，最好將主觀隱藏在最後，先利用客觀的事實來求得聽眾的認同，這樣聽眾才能接受。

如果毫無客觀事實來支持，單單大聲呼籲：「人類已經瀕臨死亡邊緣了。」絕不會有任何效果，人們反而會覺得你莫名其妙；相反地，如果你說：「在廣島投下的第一顆原子炸彈，一瞬間奪去了二十萬人的生命，因為它爆炸時的熱度高達華氏一百萬度。然而，根據美國原子彈委員會發表的資料指出，當今美蘇兩國所擁有的核子武器，其破壞力是原子彈的兩千倍以上。因此各位將可預料未來核子戰爭的可怕了。」聽眾不但得到了具體的資料，隨後所發表的結論，也更能使他們信服。

◎ 注意中英語習慣上的差異

除非是毫無準備被請上台的即席演講，否則講稿都必須事先準備好。如果可以的話，最好能夠以英文思考來寫稿。因為中文與英文意思的表達及論點的開展方式大不相同，而且中文慣用許多美麗的詞藻堆砌成抽象的概念，這在英文上是無法被接受的。原則上，英文即使是抽象的觀念，也愛用具體的事物來比喻。比如：

He runs like a horse.（他跑得極快——像匹馬。）

He's sleeping like a dog.（他呼呼大睡——像隻狗。）

He is as dumb as an oyster.（他非常沈默——像顆牡蠣。）

此外，對於字詞的用法要特別注意。用法不太瞭解的字，不可貿然使用，一定要在字典上查清楚；詞性、時式、名詞可數或不可數，事先要詳細檢查。否則聽眾一旦逮到你用字錯誤，對內容的信任程度也就會

大打折扣了。

◎ 短句比長句效果更佳

演講時句子不可過份冗長，濫用一大堆 *that*、*which* 之類的關係詞，只會弄得聽眾暈頭轉向、不知所云，演說者背起這些長句，自己也一樣吃不消。

另外，像 *and*、*but*、*so*、*then*、*however*、*therefore* 等連接詞，能不用就儘量不用。在一般情況下，即使完全沒有這些連接詞也沒有關係，短句反而使氣勢更磅礴。

在講稿中處處使用類似報紙社論或論文中的字眼，會給人生硬不自然的感覺。如果是正式、嚴肅的演講，如學術演說等，這種情形尚無可厚非。但是一般的致詞，則可視為會話的延長，當然以口語的表達方式最好。選用淺顯易懂的文字並不會顯得自己層次不高，艱深晦澀的文字只會阻礙彼此溝通。即使美國總統的施政報告，用的也是極淺顯的文字。

演說中可用修辭學中的類推(*analogy*)、對比(*antithesis*)等方式舉證事實，反覆對照、比較，使聽眾更能看清你想要表達的意念。可是千萬不要過份文飾辭藻，簡明、扼要才能打動人心。

姿態大方，給觀眾良好的第一印象

◎ 演說時服裝以樸實大方為原則

這裏所指的服裝並不單指衣着，也包括整體的打扮。

男性演講者要特別注意領帶或領結是否打得正；不要露出襯衫的下擺；演講前一天先到理髮店修整一下頭髮；西裝要熨過、鞋子刷乾淨、襪子要整潔；口袋中不要塞滿東西。

比較麻煩的當然是女性了，因為女性會比男性演講者受到更嚴格的要求。有句話說“*A woman speaker is looked at as well as listened to.*”（觀眾對女演說者不但在聽，而且在看。），所以不單衣服，化裝也要高雅，避免塗紅抹綠，打扮得艷光四射，否則就本末倒置了。最好不要戴會發出聲音或閃閃發光的飾物；衣服必須熨得沒有一絲綳褶；最明顯的部份是頭髮，一定得梳理整齊。

◎ 態度誠懇，照顧到每位聽眾

演講時，態度要忠實、誠懇，務求 *true to oneself*。萬一忘詞或說錯，只須說“*Well, let me see...*”或“*What I mean is...*”，就能把這個尷尬場面巧妙地帶過。目瞪口呆、吐舌搔頭、猛說“*er...er...*”或“*excuse me*”，台下的聽眾只會覺得你可憐、可笑且於事無補。

站着說話時，要挺起胸膛，侃侃而談，手的位置也要自然。如果手放在後面交叉，會讓人想起小學時代的演講比賽；若在前面交叉，則是一副拘謹相；手放在桌上，又不方便表達姿勢，所以自然垂放，最為理想。

迴避聽眾視線，完全不看聽眾的臉說話，會給人「孤傲」的印象，因為由上到下是獨裁者的說話方式，這種 *talk down* 的方式，最惹人討厭。此外，如果猛看着桌子，聽眾也會認為你沒誠意。面對大眾演講的最好方式是 *talk with*：看着聽眾的臉，偶而加入一些詢問聽眾意見的“*isn't it?*”、“*don't you?*”、“*aren't you?*”等。如此，相互之間就更能交流、溝通了。

演說時眼睛要看着聽眾的臉說話，並不是說集中視線於某一處，四目相接也是挺尷尬的。演說者眼光最好從聽眾臉上一個個移動過去，而且不要遺漏了任何人。這和老師講課時的情形相仿，倘若目光只集中於某一學生身上，這個老師會被認為有所偏袒。那麼，即使他說得再精采，大家也沒興趣再聽下去。