

口才训练教程

王箕裘 主编



中国财政经济出版社

国内贸易部教育司推荐商务文秘系列教材

口才训练教程

主 编 王箕裘

· 副主编 王之全

中国财政经济出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

口才训练教程 / 王箕裘主编. —北京: 中国财政经济出版社, 1995

国内贸易部教育司推荐商务文秘系列教材

ISBN 7-5005-3050-1

I. 口… II. 王… III. 口才学—训练—教材 IV. H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (95) 第 16238 号

中国财政经济出版社出版

社址: 北京东城太佛寺东街 8 号 邮政编码: 100010

北京印刷一厂印刷 各地新华书店经销

787×1092 毫米 32 开 11.125 印张 226 000 字

1996 年 3 月第 1 版 1996 年 3 月北京第 1 次印刷

印数: 1—35 030 定价: 10.80 元

ISBN 7-5005-3050-1 / H·0035 (课)

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

推 荐 说 明

为了适应社会主义市场经济发展的新形势，按照建立社会主义现代企业制度和“建立大市场、搞活大流通、发展大贸易”的要求，结合我国当前大、中型企业商务文秘工作的实际，我们组织全国有关中等专业学校的专家、学者和长期在教学第一线任教的教师，编写了商务文秘系列教材。经审定，可作为国内贸易部系统中等专业学校教材，也可作为各类中等成人学校、在职干部业务岗位培训教材和广大企业职工自学读物。

《口才训练教程》是商务文秘系列教材之一，由王箕裘任主编，王之全任副主编，参加编写的有王箕裘、彭莉萍、王之全、白德祥。

在编写过程中，得到许多学校、领导和教师的大力支持，在此一并致谢。由于编写时间仓促，水平有限，缺点疏漏在所难免，请广大读者提出宝贵意见，以便进一步修订完善。

国内贸易部教育司

1995年7月

目 录

第一章 概述	(1)
第一节 口语的形成与发展	(1)
第二节 口语的特征和表达的基本要求	(16)
第三节 口才的含义和口才训练的意义	(35)
第二章 提高口才的基本途径	(47)
第一节 勤奋学习, 加强修养	(47)
第二节 注重练习, 勇于实践	(52)
第三节 当好听众, 增强记忆	(55)
第三章 口才基础技能训练	(76)
第一节 语音训练	(76)
第二节 心理素质训练	(94)
第三节 口才技巧训练	(98)
第四节 体态语训练	(120)
第四章 口才应用技巧训练 (一)	(130)
第一节 介绍	(130)
第二节 拜访与接待	(140)
第三节 日常交谈	(154)
第四节 复述	(163)

第五章 口才应用技巧训练 (二)	(175)
第一节 赞美与安慰	(175)
第二节 批评与道歉	(182)
第三节 说服与拒绝	(189)
第四节 求职与应聘	(195)
第六章 口才应用技巧训练 (三)	(206)
第一节 致词	(206)
第二节 主持	(220)
第三节 采访	(229)
第四节 答问	(239)
第七章 口才应用技巧训练 (四)	(254)
第一节 柜台服务	(254)
第二节 产品推销	(265)
第三节 贸易谈判	(276)
第八章 口才应用技巧训练 (五)	(290)
第一节 演讲	(290)
第二节 论辩	(307)
第三节 幽默	(339)

第一章 概 述

卡耐基的《在语言的突破》一书中说：“尽力培养出一种能力，让别人能够看到你的脑海和心灵。一个人在别人面前，在大众面前，清晰地传达出自己的思想和意念。在你这样努力去做而不断进步时，你便会发觉，你——真正的自我——正在人们心目中塑造前所未有的印象，产生前所未有的震击。从这份处方，你会收到双重好处：你学着对别人讲话时，你的自信心也会随之增强，而你整个人的性格也会越来越温煦，越来越美好。”《口才训练教程》的编写目的，就在于“尽力培养出一种能力”，让接受训练的每一位读者，能够“在别人面前，在大众面前，清晰地传达出自己的思想和意念”，从而“在人们的心目中塑造前所未有的印象，产生前所未有的震击”。

第一节 口语的形成与发展

一、口语的形成

劳动创造了语言，劳动促使了口语的形成。

在远古时代，人类的祖先从树上筑巢栖息移居地面，它

们为了生存，抵抗猛兽的袭击，只得结队觅食，集群而居，以共同抵抗猛兽，同自然灾害作斗争，猎取生活资料。这种共同劳动、生活，使它们逐渐感到需要彼此交换看法，以便提高劳动效率。恩格斯说：“随着手的发展，随着劳动，人开始了对自然的统治……另一方面，劳动的发达必然帮助各个社会成员更紧密地结合起来，因为它使相互帮助和共同协作的场合增多了，并且使这种共同协作的好处对于每个人都一目了然了。简单讲来，这些在形成中的人已经到了彼此间有什么东西非说不可的地步了。”开始，他们只能利用一些单调的声音去充当某些行动的信号，或者表达某种感情。

劳动巩固和完善了手脚分工和直立行走，使人类的祖先能够自由自在地运用肺和声带，使口腔内的发音器官有更大的活动余地，使口腔与喉部气流的通道形成了一个直角，这样便有助于发音时构成更多式样的阻碍，控制气流，发出更多式样的声音。

劳动产生了口语的需要，劳动完善了口语器官，劳动促使了口语的形成与发展。恩格斯说：“语言是从劳动中并和劳动一起产生出来的”。

远古时代的口语情形，已无可查考，不得而知。但是，我们可以推断，它经历了一个由简单到复杂，由不成熟到成熟的过程：一个由单音节词表达一个简单的内容，到由几个词组成一个短句表达一个较完整的内容，再由几个短句组成一段话来表达一个较复杂的内容的过程。

口语一经形成，便成了人们交流思想的重要工具。人们不仅运用口语交流思想，传播信息，阐明事理，发表见解，

同时还开设口语课程，进行口语训练，培养人才。在广泛实践的基础上，对口才的特征、口才的作用以及如何锻炼口才等问题进行研究和阐述，形成了口才学的初步理论。

二、我国口语表达艺术的发展

据我国最早的文献资料《尚书》记载，远在夏、商、周时期，我国的口语已发展到了相当成熟的阶段，不单是日常生活中人们交流思想的工具，而且成为政治、军事、外交等领域的管理工具，成为了统治者的一种必备才能。

《尚书》共 28 篇，其中记言的竟达 24 篇之多，最早的一篇当推《甘誓》。这是公元前 21 世纪，大禹传位于其子启，夏的同姓诸侯有扈氏不服，起而反抗。夏后启举兵讨伐，将战于甘，夏启在战前所作的动员令，这是一篇出色的演讲词。原文是：

大战于甘，乃召六卿。王曰：“嗟！六事之人。

予誓告汝：有扈氏威侮五行，怠弃三正，天用剿绝其命。今予惟恭行天之罚。

左不攻于左，汝不恭命。右不攻于右，汝不恭命。御非其马之正，汝不恭命。用命，赏于祖，弗用命，戮于社。予则孥戮汝。

这是夏启对六军将士的慷慨陈词，他说：六军将士们，我向你们发誓：有扈氏轻慢金木水火土五行，不重视正德、利用、厚生三大政事，因此，上天要消灭他。现在我奉行天罚。你们应当各守其职，不要违抗命令。服从命令的将受到赏赐，违抗命令的将受到严惩——不是刑罚，便是杀戮。这

篇誓词，第一段谈兴师讨伐之由，第二段谈赏罚之法，内容充实，条理井然。这篇演讲词是我国文字记载最早的，比古希腊的演讲活动早了 1500 年。

“当夏桀为虐，政淫荒，而诸侯昆吾氏为乱。汤乃兴师，率诸侯。伊尹从汤。汤自把钺以伐昆吾。遂伐桀，作《汤誓》（《史记·殷本纪》）。《汤誓》是殷汤兴师伐桀的战前动员令，原文是：

王曰：格尔众庶，悉听朕言！非台小子敢行称乱，有夏多罪，天命殛之。今尔有众，汝曰：‘我后不恤我众，舍我穡事而割正夏。’予惟闻汝众言。夏氏有罪，予畏上帝，不敢不正。今汝其曰：‘夏罪其如台？’夏王率遏众力，率割夏邑。有众率怠弗协，曰：‘时日曷丧？予及汝皆亡。’夏德若兹，今朕必往。

尔尚辅予一人，致天之罚。予其大赉汝！尔不从誓言，予则孥戮汝，无有攸赦。

这是公元前 17 世纪殷汤对六军将士的慷慨陈词，与《甘誓》相比，除了继承了夏启首段说明兴师讨伐之由，末段申明赏罚的讲话顺序以外，殷汤的讲话注意到了口语修辞。如设问，“夏罪其如台？”。引用，“时日曷丧？予及汝皆亡。”。

商纣无道，残害忠良。武王兴师伐纣，战于牧野。将战，誓师，作《牧誓》。原词是：

时甲子昧爽，王朝至于商郊牧野，乃誓。

王左杖黄钺，右秉白旄以麾，曰：“逖矣，西土

之人！”王曰：“嗟我友邦冢君御事，司徒、司马、司空，亚旅师氏，千夫长、百夫长，及庸、蜀、羌、髳、微、卢、彭、濮人。称尔戈，比尔干，立尔矛，予其誓。

王曰：“古人有言曰：‘牝鸡无晨，牝鸡之晨，惟家之索。’今商王受惟妇言是用，昏弃厥肆祀弗答，昏弃厥遗王父母弟不迪，乃惟四方之多罪逋逃，是崇是长，是信是使，是以为大夫卿士。俾暴虐于百姓，以奸究于商邑。

今予发惟恭行天之罚，今日之事，不愆于六步七步，乃止齐焉。夫子勖哉！不愆于四伐五伐六伐七伐，乃止齐焉，勖哉夫子！尚桓桓，如虎如貔，如熊如罴，于商郊。弗迓克奔，以役西土。勖哉夫子！尔所弗勖，其于尔躬有戮！”

这是公元前11世纪武王伐纣的战前动员令，它与前两篇相比，就内容而言，更丰富，更具体。数落纣王罪行：对妲己百依百顺，放弃祭祖祭天，背弃先祖遗风，不用亲族，召集四方逃亡的罪犯，尊崇器重，委以重任，使他们横行虐害百姓，在朝为非作歹，坏事干尽。以激发盟友和将士们对纣王的愤慨之情。对将士们提出了具体的战斗要求：阵容整齐——步履错综，不得超过六步、七步；战斗动作划一——戈矛击刺，错综不得超过四伐至七伐。勉力将士奋勇杀敌：勖哉夫子。号召将士要有威武气概，象虎豹一样勇猛无畏，象熊罴一样猛烈顽强。最后申明战斗纪律和惩罚措施：不要迎击逃奔来降的商朝士兵。违纪懈怠者，将身受刑戮。

就口语表达技巧的运用而言，已经达到了相当成熟的阶段。他首先使用了慰劳语：“逖矣，西土之人！”意思是说，远道而来的西土将士们，你们辛苦了！其次，不用泛称，而用具体的称呼，包括同盟国君主、所辖各部长官、各部族首领及将士。这样显得亲切感人，便于达到沟通全体将士的思想，谋求合作，激励士气，统一行动的目的。

数落纣王罪状，由民谚而引发——“牝鸡无晨，牝鸡之晨，惟家之索”，以此正告将士：若不灭纣，必将招致国家衰败，生灵涂炭。伐纣便成了顺乎天理，合乎民情之大举。以此激发将士的正义感。揭露纣王罪行，条分缕析，以此来激发将士的愤慨之情。

勉励之辞，多次反复，充满了期待之情和鼓动的力量。同时使用了敬称——“夫子”，又注意到了语序的调整，既显得有礼有节，感情贴近，又强调了重点，使表达鲜明而活泼。

对将士的要求明确具体，比喻生动形象：“尚桓桓，如虎如貔，如熊如罴”。

这是一篇措词激切，感情强烈，“气盛而词断”，语言简洁明快，具有极大鼓动性的战斗檄文。

尤其值得注意的是演讲者的仪表和动作：“王左杖黄钺，右秉白旄以麾”，显示出了武王豪壮、坚定、自信的英雄气概。

三篇战前动员令，分别产生于公元前 21 世纪的夏朝、公元前 17 世纪的商朝和公元前 11 世纪的周朝，分别代表了三个朝代的口语表达情况，同时也反映了我国口语表达在这

十个世纪中的发展情况。

春秋战国时期，是我国由奴隶制向封建制过渡的时期。社会的发展变化促进了思想的活跃与进步，出现了百家争鸣的局面，我国口语表达艺术也发展到了昌盛时期。这一时期的口语表达艺术主要体现在两个方面：

一是所谓“一怒而诸侯惧，安居而天下熄”的“策士”的纵横捭阖的游说之词。“策士”们放言无忌，凭三寸不烂之舌，游说天下，庭说诸侯，抵掌而谈。他们善于针对对方心理，分析利弊。言词激切，话语耸人听闻、气势雄壮恢弘。苏秦和张仪是纵横家的代表，他俩都是鬼谷子的学生，一个主张合纵，一个主张连横。所谓“横则秦帝，纵则楚王，所在国重，所去国轻”。苏秦以合纵之说，说服六国诸侯，联合抗秦，使“秦人恐惧不敢窥兵于关中，天下不交兵者二十有九年”，他自己也身佩六国相印。张仪则以连横之说，散六国之纵，帮助秦国，蚕食六国，完成霸业。

一是诸子百家学术争鸣的论辩之词。所谓“九流十家”，各家都有不少能言善辩之士。他们一方面想让自己的学说在政治上得到实施，周游列国，与诸侯申辩；另一方面，与不同学派展开论辩。他们的论辩，气势充沛，感情强烈；注重分析、引导对方思路；善用比喻陈说事理，辩论是非，显得生动形象，具有很强的吸引力和说服力、语言精要，典故寓言大量运用；推理逻辑严密，论辩观点明确，层次清楚。其中，孟子是历来被公认的雄辩家。孟子对梁惠王，对齐宣王等，是他想用自己的辩说之才，以求实施自己的政治主张。他与农学家许行关于要不要进行社会分工的辩论，与淳于髡

有关男女授受不亲的论辩都是著名的辩论。庄子和惠施是论辩好友，惠子死后，庄子为失去论辩朋友而非常惋惜，叹曰：“自夫子之死也，吾无以为质矣，吾无以言之矣。”

除此之外，这一时期还有一大批能言善辩之士。如说服赵太后将爱子作人质换取齐国援兵的忠臣触龙；富有辩才，讽谏齐王广开言路的相国邹忌；有反对赵王尊秦王为帝的鲁仲连；有不辱使命的唐雎、晏子等。他们的论辩、演说，把我国口语表达艺术推向了极盛时期。

秦始皇统一中国以后，我国社会已进入到封建社会，生产力提高了，文化也向前发展了。“文房四宝”相继发明，为书写打下了物质基础，更重要的是封建社会大大加强了封建王权专制，秦始皇“焚书坑儒”，摧残文化，箝制思想；汉武帝斥“申、商、韩非、苏秦、张仪之言”，实行“罢黜百家，独尊儒术”，百家争鸣变为了百家齐喑。皇帝至高无上，长幼等级森严，君要臣死，不得不死，父要子亡，不得不亡。哪里还有人们发表见解，演说论辩的机会呢？游说之士藏，雄辩之风绝。

尽管其间也出现过象《盐铁论》中所记载的关于盐铁官营和酒类专卖的辩论，《白虎通义》所记载的群儒关于五经异同的讨论，诸葛亮舌战群儒，联吴抗曹的演说，以及朱熹、陆九渊在信州鹅湖寺的哲学论辩等，但是，由于封建思想的禁锢压抑，出现了象刘知几在《通史·言语》篇中所说：“逮汉魏以降，周隋而往，世皆尚文，时无专对。运筹画策，自具于表章，献可替否，总归于笔札。宰我、子贡之道不行，苏秦、张仪之业遂废矣”的以写代说的局面。这种现

象一直延续到“五·四”前后，这是我国口语表达艺术的低谷阶段。

由于帝国主义的入侵，中国变成了半殖民地半封建社会。一批资产阶级革命家和激进的民主主义知识分子，他们为了探求救国救民的真理，改变中国的现状，大张旗鼓地进行演讲活动，宣传自己的观点、主张，唤起民众的觉醒。伟大的资产阶级革命家孙中山先生 1905 年 8 月 13 日在日本东京华侨和中国留日学生为他举行盛大欢迎集会上的演说，就成了唤起民众的号角，振兴中华的鼓声，给人们以极大的鼓舞。

陈天华的《猛回头》、《警世钟》，催人猛醒，令人振奋。秋瑾的《敬告中国二万万女同胞》的讲演，被誉中国妇女的解放宣言。

此外，象章太炎、邹容、黄兴、宋教仁等，都是演讲论辩的高手。

1915 年，一批激进的知识分子在革命形势的推动下，掀起了一个猛烈的反封建的新文化运动。他们高举民主、科学的大旗，四处进行演讲和论辩活动。李大钊、陈独秀、胡适、鲁迅等都是这个年代的演讲和论辩能手。

1919 年“五·四”爱国运动的暴发，演讲活动由思想界，学术界普及到了广大人民群众中间。学生冲出校门，走上街头，进行演讲。他们大声疾呼：“中国的土地，可以征服不可以断送！”“中国的人民，可以杀戮不可以低头！”爱国青年冒着枪林弹雨复兴了我国的演讲事业，他们用满腔热血掀起了我国口语表达艺发展史上的又一个新高潮。

在中国近代史上，毛泽东、周恩来、闻一多等都是杰出演说家，毛泽东的《中国人民从此站起来了》，周恩来的《在万隆会议上的演说》和闻一多的《最后一次讲演》，都成了饮誉中外的演讲名篇。

新中国成立以后，虽然毛泽东同志曾倡导过“知无不言，言无不尽，言者无罪，闻者足戒”的民主风气，但是，一次又一次的政治运动，使不少人尝够了“祸从口出”的苦头，人们有话不敢说，“明知不对，少说为佳”。我国的口语表达艺术的发展又走入了另一个低谷。

党的十一届三中全会以后，随着经济的发展，人们思想的解放，我国口语表达艺术的发展又出现了一个新的飞跃。一大批从事政治思想和学术演讲的专家，如曲啸、李燕杰、刘吉、景克宁等相继出现，活跃在口语表达的大舞台上，传播美的种子，培育美的心灵。各种演讲学会、口才学会、演讲协会、口才协会如雨后春笋。演讲赛、论辩赛已成为人们喜闻乐见的社会活动和文化活动，各行各业的人们都在议口语、学口语、用口语。我国口语表达艺术发展史上的新高潮已经到来。

三、我国口语表达艺术的训练

口语训练在我国有着悠久的历史。我国古代伟大的思想家、教育家孔子，他把教学分成四个门类（相当于现在的四个系）：德行、政事、文学、语言。把“语言”列为四科之首。“语言”一科，就是专门讲授口语表达的知识和技巧，进行口语训练的。在孔子三千弟子、七十二贤人中，语言科的

高材生要算宰我和子贡。《孟子·公孙丑》篇中说：“宰我、子贡善为说辞”。“善为说辞”，就是善于说话和讲演。孔子自己还用“雅言”讲课。雅言就是当时准确、规范的普通话。

鬼谷子是“语言”科的导师，他培养了象苏秦、张仪这样的能言善辩的高士。《史记·张仪传》载：“（张仪）尝与苏秦俱事鬼谷子先生学术（学习纵横捭阖之术）”。

进入封建社会以后，由于重文轻语，口语训练日渐衰退。唐代以前，由于国家和学校考试中还有口试一项（口试即考察学生口头背诵和诵讲经文），口语训练还有一席之地。唐代以后，以文取土的科举制度逐渐形成，在老师指导下的口语训练几乎荡然无存。

辛亥革命以后，我国口语表达艺术的发展盛况空前。这时小学开设了说话课，许多中学开设了讲演课，有的大学还开设了“演说学”课程，对学生进行正规的训练。

新中国成立以后，尽管有吕淑湘、张志公等语文专家和语文教师撰文疾呼，语文教学应当书面语言教育与口头语言教育并重，由于受“重读写，轻听说”的传统观念影响，加之升学不考口才，口语训练仍然不被重视，几乎是靠边站。

党的十一届三中全会以后，我国形势发生了极大的变化，迫切需要提高人们的口语表达能力，不少中小学开课了口语课，尤其是普通中专和大专院校，几乎都开设了口才训练或演讲课程，对学生进行正规化的培养和与训练。社会上各种口语培训班、演讲培训班，或以讲座的形式，对人们进行口语训练。各种类型的、适合不同文化层次和行业需要的口语训练、教材、读本相继编辑出版了，我国口语训练正在