

一本书让你轻松掌握脱稿演讲、即兴发言

脱稿 演讲

不惧场、不冷场
有气场、能控场

任何场合都能打动听众的语言艺术

的艺术

原炜飞◎著



 辽宁人民出版社

脱稿 演讲

的艺术

原炜飞
○ 著

© 原炜飞 2017

图书在版编目 (CIP) 数据

脱稿演讲的艺术 / 原炜飞著. —沈阳: 辽宁人民出版社, 2017.9

ISBN 978-7-205-09070-8

I . ①脱… II . ①原… III . ①演讲—语言艺术—通俗读物 IV . ①H019-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 199000 号

出版发行: 辽宁人民出版社

地址: 沈阳市和平区十一纬路 25 号 邮编: 110003

电话: 024-23284321 (邮 购) 024-23284324 (发行部)

传真: 024-23284191 (发行部) 024-23284304 (办公室)

<http://www.lnpph.com.cn>

印 刷: 北京中振源印务有限公司

幅面尺寸: 170mm × 240mm

印 张: 14

字 数: 216 千字

出版时间: 2017 年 9 月第 1 版

印刷时间: 2017 年 9 月第 1 次印刷

责任编辑: 冯 莹 蔡 伟

装帧设计: 十 三

责任校对: 赵晓丹

书 号: ISBN 978-7-205-09070-8

定 价: 38.00 元

序言

P R E F A C E

脱稿演讲，是现今最受欢迎的口头演讲方式，是所有口头演讲中最独特的精神享受方式。它所绽放出来的灼热光芒，促进了口才培训的发展。它不仅是一门精致的口才艺术，还给人带来一种无法抑制的、波澜起伏的内心涌动。

世上并没有天生的演说家。脱稿演讲与读稿演讲相比，难度系数更大。但它并不是一门闭锁的艺术，并非像有些人所讲的只看天赋，而是需要后天学习、反复训练和琢磨，从种种失利中总结经验，达到能够熟练背诵稿件的程度，再加上声音的美化处理以及煽情的语言才能完成。经验对每个人的成功都非常重要，即便是世间最优秀的口才训练方式，也不可能把经验训练出来。俗话说“吃一堑，长一智”，经验得靠自己体会、琢磨和总结。要获取经验的话，你必须得静下心来，不管这中间有多少困难。所有的付出都不会白费，时间是最公平的，当你累积到一定的程度后，你的能力会发生改变，演讲时你也会变得从容自如，甚至能掌控整个演讲现场。这个时候你就会发现：原来演讲这件事并非想象中的那样艰难。

脱稿演讲表现的是演讲中最高级的策略与智慧。哈佛大学最杰出

的心理学教授威廉·詹姆士曾写下六句激励人心的话：“几乎不论任何课程，只要你对它满怀热忱，就可确保成功。倘使你对某项结果足够关心，你的目标自然会达成。如果你希望做好，你就会做好。假若你期望致富，你便会致富。若是你想要博学，你就会博学。只有那样，你才会真正地期盼这些事情，心无旁骛，而不会费许多心神再去胡思乱想。”这六句话对每个读到它的人都产生了深远的影响，它们就像阿里巴巴勇探宝穴的开门口诀一样。

也就是说，只要你想着自己能够脱稿演讲，这目标自然会达成。也可以说它是一种强大的精神力量，具体到让你有欲望、热忱、毅力、勇气等，可以督促着你朝目标前进。只要拥有强大的精神力量，就能越讲越从容、自在，就能从众多演讲者中脱颖而出，就能更加自信、镇定，就能牢牢掌控自己的人生，实现人生的美好价值。

尤其是在当今这个竞争激烈的时代，人人都想拥有卓越的口才来成就自己美好的生活和事业。因为谁都知道口才好、会说话的人，能拥有好人缘，在职场里无往不利。但是口才不是与生俱来的能力，需要后天的培养和训练。尽管在培养和训练的过程中，每个人的情况都不一样。然而，不管是哪一种情况，每个人的口才表达，每个人的灵性觉悟都拥有无限的潜能。每一种潜能都有可能被激发，因为人总是具有无限的能量。脱稿演讲的使命就是要依托训练有素的练习，依托文化的积淀，通过亲身体会激发潜能，焕发灵性，让演讲拥有穿透人心的感染力。因为脱了稿子，不被稿子所束缚，就必然会打开心扉，用心去讲，就能讲到听众的心里面去，这是脱稿演讲的独特魅力。

脱稿演讲不仅是一种实用性的艺术，更是具有综合性、倾向于主观精神的艺术。阅读本书，你将告别对读稿式演讲的依赖以及对脱稿演讲的不安，让你开始一段非凡的旅程。这是一段最终实现你所期待的艺术之旅，是人人可以拥有的成功！

目录

C O N T E N T S

	绪论	第一章
	何为脱稿演讲 / 003	
	脱稿演讲与读稿演讲的区别 / 008	
	脱稿演讲的艺术性和实用性 / 013	
	培养强大的心理素质	第二章
	演讲前要准备充分 / 021	
	坚持训练必有收获 / 026	
	慢慢积累，慢慢沉淀 / 030	
	要有成就自我的胆识 / 034	
	拥有一颗镇定的心 / 039	
	从容展现出独特的气质	第三章
	面带笑容，魅力无穷 / 045	
	让人感到舒服的语言，充满吸引力 / 049	
	举止得体，谈吐优雅 / 052	

语气是种特殊的表情 / 057

乐观豁达，魅力自来 / 062

第四章

足以驾驭全场的能力

善用已学到的技巧 / 069

巧妙地运用语言 / 074

出色的音质 / 079

演讲节奏的技巧 / 085

情感的感染力 / 090

第五章

言之有物的感染力

积累丰富的知识 / 095

关键内容的选择 / 100

材料的创新运用 / 105

通俗易懂的语言 / 109

语随境迁的艺术 / 112

第六章

思维逻辑的完美构建

不仅条理清晰，还要重点突出 / 117

切入点精准而明确 / 120

先动脑再动口 / 124

讲得通才讲得好 / 127

演讲在实践中提高 / 131

情感共鸣的巧妙形成

第七章

- 寻找与听众共鸣的窍门 / 137
- 充分调动起听众的热情 / 141
- 那些背后隐藏的情感 / 145
 - 脱稿演讲的美 / 149
 - 被滋养的芬芳 / 153

现场气氛的互动激活

第八章

- 成功都是热忱的产物 / 161
- 精彩节奏的魅力引导 / 165
- 绕梁之音的制胜法宝 / 169
 - 多感恩，少抱怨 / 174
 - 要有豁达精神 / 178

龙头凤尾有始有终

第九章

- 开场白是整场演讲的重头戏 / 185
- 高明的沟通技巧 / 190
- 回味无穷的结尾 / 194
 - 完全掌控演讲 / 198
- 演讲要有始有终 / 201

享受灵性的脱稿演讲艺术，创造出快乐的人生 / 204

后记

绪论 | 第一章

何为脱稿演讲

脱稿演讲顾名思义，就是演讲不要照稿念，要脱稿。这也并不是说完全不能看讲稿，而是尽可能地不要照稿念，要运用“讲而非读法”。这种方法就是在演讲前，事先准备好演讲稿，用心理解，知道讲些什么，在演讲时不要照稿念，而是脱稿讲。

这种方法早在20世纪50年代初便被人使用，当时担任上海市市长的陈毅，有一次在上海文化广场作报告，被著名导演黄佐临发现他拿着的“讲稿”是张白纸。陈毅市长的演讲，一向是深受上海人民欢迎的，这次也不例外，台下不时响起热烈的掌声。会后，黄佐临就不解地问陈毅市长：“陈老总，您怎么用一张空白的稿纸啊？”只听陈毅笑着回答说：“不用稿子人家会讲我不严肃，信口开河。你们做戏，我也做戏嘛。”也就是说，脱稿演讲也是可以有“稿子”的。

如果没有把握就信口开河、乱发言，只会让自己的思维更乱，让整个演讲都难以进行下去。提前准备好演讲稿，可以完善自己的逻辑思维，充分掌握演讲稿中的要点。只是在讲的时候，不完全依赖稿子，不照本宣科就可以。但是在某些重要的场合，例如要传达上级指示的重要

文件或者重要通知时，就不宜脱稿讲，而应采取照稿宣读的方式，既可以表示内容的重要性，保持气氛的庄重，又可使演讲者逻辑严密，措辞准确，无懈可击。也就是说“讲而非读”，并不意味着不顾演讲内容、目的，不分场合一律要求脱稿即兴发言。

只要发言之前把事先准备好的演讲稿或者发言提纲放在讲台上，这既可以表明演讲者郑重其事，态度认真，准备充分，也更容易取得听众的信任和好感。就像陈毅同志，他非常了解听众的心理，尽管作为文武双全的杰出的革命家，他不用稿子便能够出口成章，但为了让自己看起来很严肃，强化劝说效果，他就“做戏”式地用空白稿纸代替讲稿。

当然，我们不可能机械地模仿陈毅的“做戏”手段。但是为了打动和吸引听众，为了使演讲能够顺利进行，演讲前一定要精心准备，写好演讲稿，或者打好腹稿。这样可以增强演讲者的自信心，也可以让自己安心，比如说偶尔忘记发言内容时，能够随时翻阅。

尤其是有经验的演讲者都体会过：一次脱稿讲胜过十次照稿念。脱稿演讲不仅能提升个人的演讲魅力，也是一个人综合实力的体现。现如今，举国上下纷纷响应十八大后中央领导们所提出的开会不要照稿念的倡导，事实上脱稿演讲并不仅仅是领导干部会前议后的事情，它是我们每个人都应该修炼的能力。因为在我们的日常生活中，经常会遇到需要当众演讲的情况，比如说报考公职岗位时的面试、提拔竞聘时的述职报告以及对产品的推销等，都需要具备这种脱稿演讲的能力，它可以让你迅速赢得他人的好感，受到赏识和信赖。

所以说脱稿演讲非常重要。而事实上，每个人都具有这种潜能，只要你不是哑巴，能演讲，怎么就不能脱稿演讲？说到底，脱稿演讲也

是讲，只不过万事开头难。演讲开始之后，可能你通向成功的道路依然很漫长，这时刻考验着你的恒心和耐力。因此，在真正能够脱稿演讲之前，必须要有毅力坚持下去，只有坚持才会有收获。在坚持的过程中，偶尔溜了神、开了差，或者急于求成，用了不踏实的方法，也不用太纠结，要沉得住气，改过自新。要有从头再来的勇气，重新去学习、去琢磨、去练习。要抓住一切机会，因为机不可失，时不再来。比如说当你参加了培训的课程，接触到了一些新的知识，你有可能会有一些新的感悟，但那可能只是灵光一闪，如果不马上进行实践，就有可能忘掉。另外，如果你遇到一些还不能够掌握透的东西，不要着急去实践，而是应该用心去感悟，直到理解通透了，再去练习。否则“拿过来用”自己都会觉得别扭，在听众面前更会不自然，还不如不用。反倒是实实在在地以自己的方式、用自己所掌握的东西去讲，会更好一些。

要知道，最打动人心的东西，往往是发自内心的真实的东西。脱稿演讲就是要真实，最起码也要让听众听着是真实的。只有真实的东西才能经得起考验、琢磨和推敲。这是脱稿演讲最大的魅力——首先给听众以真情实感。美国哥伦比亚广播公司“早间新闻”播音员、哥伦比亚广播网“奥斯特古德”系列主讲人曾深有体会地说：“念稿子远不如演讲好，后者是发自内心的。即使它显得不够流畅，但效果反而好。”捷克女学者卡尔瓦·绍娃也专门对此进行过研究，然后指出：“脱稿讲比照稿念节奏更为从容、自由，更容易达到声情并茂的状态，使人感到生动形象、通俗易懂、乐于接受。”

有这样一件事。有个周日我去大哥家，大哥家的小女儿上了五年级，正在书房准备周一参加升旗仪式的演讲。我问她准备得怎么样，她

拿起稿子高兴地念给我听，当她念到中间的时候，我就接着把下面的给她说出来。她非常惊讶地问我：“你怎么知道的？”因为这篇稿子是大哥给她写的。三十年前，我上小学三四年级的时候，有次参加五星红旗下的演讲比赛，我缠着大哥给我写了这篇演讲稿。“可是……”小侄女扳着指头算，“这么多年了，你怎么还能记得这么清楚？”经她这么一问，我自己也有点讶异，却听大哥笑嘻嘻地对他女儿说：“因为当年你姑姑的小学班主任为了追求完美，为了与众不同，要求她先把稿子背熟，她就整天地背呀背。我也帮她一遍一遍地演练背诵，以至于她烂熟于心。”

是啊，当年确实是这个情况。但令我们没想到的是，过去了大半辈子，我们竟然还能够把那些话完完整整地背出来。

由此可见，脱稿演讲比照稿念的记忆效果要好。不仅能够锻炼口才，还能增进记忆，将这些要演讲的内容化为自己的东西，也才能够让听众感觉到你的演讲是发自内心的真实感悟。演讲者应该是个很有思想和见地，同时意志又自由的主宰者，而非噤若寒蝉或满口假话套话，任由文字摆布的木偶。

这样的演讲就好比在做口头宣传，宣传者可以随意发挥，只要不跑题，宣传者与被宣传者就能进行思想和情感上的有效沟通，沟通效果自然会好，自然能够很容易打动听众。同样，在不被演讲稿束缚的情况下，演讲者就会在进入演讲的状态之后逐渐放松自己，保持心情愉悦，讲出自己真实的感受，是什么就是什么，不存在伪装、假设，每一句都是实实在在地向听众讲述，完完全全地向听众敞开心扉，以情真意切打动听众。

我记得前阵子，爱人陪儿子参加电视台举办的“萌宝奇兵”的决赛，活动结束后，会要求家长发言。他素来不擅言谈，让我给他准备决赛后的发言稿。谁知，当爱人拿出发言稿时，电视台的记者却对他说：“不要念，把你的真实感受告诉大家。”爱人怔了下，于是开口演讲，从带孩子参加初赛到复赛，再到眼下的决赛，他讲着一路走来的紧张和欢笑，把陪伴孩子的欣悦和不易、感恩和激动一点一点地倾诉出来。话音一落，四周掌声如雷，他所讲的正是所有家长的共同感受和体验，所以他的发言非常成功。

这是种特别激动和美好的感觉，唯有脱稿演讲才能够使我们享受到。就好像即便你对咖啡的知识了解得很多，也比不过喝上一杯香浓的咖啡，感受它的芬芳在我们唇齿间萦绕来得真实。

我时常想，脱稿演讲像极了美味的咖啡，它就是为了让我们的享受演讲的愉悦而产生的。在我们的日常生活中，谁都离不开脱稿演讲，谁都有可能进行脱稿演讲，随时随地，发表恰当、真实的演讲，博取他人的赞赏，赢得他人的喜欢。谁都可以品尝到这种甜美的滋味，享受到它真实的快乐。

脱稿演讲与读稿演讲的区别

脱稿演讲和读稿演讲相比，更加真实和感人，更加有思想和灵性，带来的演讲效果更好。

为什么呢？首先，因为脱稿演讲可以不受稿子约束，能够畅所欲言，便于与听众沟通、交流，进行有效的互动，拉近与听众的距离，赢得听众的信任。因此这样的演讲效果会更好，更有胜算。

就像前不久看到过这样一篇文章，想必很多人也都看过，题目叫《莫言脱稿演讲会更好》，作者是中山大学中文系教授、博士生导师，著名文学批评家谢有顺。文章是对莫言在领取诺贝尔文学奖仪式上演说的评价。文章说：“我看了莫言发表获奖演说的视频，他找到了一个聪明的角度讲故事，演说质朴、诚恳，西方人亦能听懂，同时也巧妙地为自己的种种立场进行了辩护。他所要强调的是他是一个作家，是一个讲故事的手艺人，并以此向这一伟大的说书传统致敬。他在演讲中重点谈论的母亲与童年，既诠释了自己的写作源泉，也展露出了一个作家最打动人心的部分。但听完他的演讲，我感觉有些不足。既然名为‘讲故事的人’，且内容也由故事所组成，莫言应该脱稿演讲，具体示范他是如