

单调世界，因青春而多彩。

愿你的青春精彩盛放！

开讲啦

# 我是英文演说家

王艳 支丹 田雨

编著

英汉对照

将来的你，一定会感谢现在努力的自己。

你的努力，终将成就无可替代的自己。

当你为美好而努力奋斗时，总有一天世界会转身爱你。

MASTERS<sup>S</sup> SPEECHES SHOWTIME

大连海事大学出版社  
DALIAN MARITIME UNIVERSITY PRESS

听原声去模仿获启迪  
与演说家们一起迈向成功



# 开讲啦， 我是 英文演说家

王艳 支丹 田雨

英汉对照



最原声的语言  
最睿智的思想  
最精彩的声音

MASTERS<sup>S</sup> SPEECHES SHOWTIME

大连海事大学出版社  
DALIAN MARITIME UNIVERSITY PRESS

© 王艳 支丹 田雨 2017

图书在版编目(CIP)数据

开讲啦,我是英文演说家:英汉对照/王艳,支丹,  
田雨编著. —大连:大连海事大学出版社,2017.3  
ISBN 978-7-5632-3459-2

I. ①开… II. ①王… ②支… ③田… III. ①英语—  
演讲 IV. ①H311.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第053219号

大连海事大学出版社出版

地址:大连市凌海路1号 邮编:116026 电话:0411-84728394 传真:0411-84727996

<http://www.dmupress.com> E-mail: cbs@dmupress.com

大连住友彩色印刷有限公司印装

大连海事大学出版社发行

2017年3月第1版

2017年3月第1次印刷

幅面尺寸:168 mm × 235 mm

印张:26

字数:519千

附件:光盘1张

印数:1~5000册

出版人:徐华东

策划编辑:高颖

责任编辑:陈亮

责任校对:张冰 孙延彬

封面设计:解瑶瑶

版式设计:对岸书影

ISBN 978-7-5632-3459-2

定价:42.00元



这是一本关乎青春，关乎理想、梦想、思想、现实、爱和希望的书。  
谨以此书献给拥有梦想，并正在追逐梦想的道路上奋力前行的正青春的你。

希望这本书能帮助你：  
在奋斗的日子里，找到力量；在坚持的过程中，找到温暖；  
在迷茫中，看到光芒；在前进中，找到方向。

不放弃今天的努力，  
让明天的自己为今天的付出感到自豪。

感谢给我能量的挚爱家人和最让人敬重的李前宽和肖桂云导演!

# 推荐序



## 巧妙的英语学习，积极的能量传播

——有感于《开讲啦，我是英文演说家》的创意

李前宽，著名导演、“国家有突出贡献的电影艺术家”称号获得者、中国电影家协会前主席、中央文史研究馆馆员。代表作品包括《开国大典》《决战之后》《重庆谈判》《七七事变》《红盖头》等一系列影片。其中《开国大典》获首届中国电影节荣誉奖、第十届“金鸡奖”最佳影片奖、最佳导演奖等多项大奖，创下国产片在香港连续放映143天的纪录和中国电影当年票房最高纪录。



我从事导演工作有近六十年的时间，这份工作除了给了我乐趣、荣誉，也让我有机会在各色影片拍摄过程中体悟各色人生和社会。对于我们时下的中国社会，我充满信心，因为我从人们的生活中感受到正能量，从习近平主席提出的中国梦中看到中华民族的伟大复兴。我们每个人都有个金色的梦，都希望有华彩的人生且梦想成真。浪漫的追求要有，现实的努力更要有。“胸怀祖国，放眼世界”的宏图大志要脚踏实地地去做，路在脚下延伸，步入成功。

中华文明要为人类做出贡献，让世界认知中国精神，中国形象要通过政治的、

经济的和文化的等诸方面渠道传播出去，要“传播出去”自然需要英汉双语的能力。

年轻时我学习外语，固执地认为那是要靠死记硬背的枯燥功课，不像学艺术靠天赋和感悟。偶然机会，我看到了《开讲啦，我是英文演说家》。它着实给了我一个不小的惊喜：原来英语学习也可以充满快乐，原来一本英语书可以如此有力地传播文化、传递能量。《开讲啦，我是英文演说家》令我童心再现，倘若那时能读到这本书多好，既能学到英语，又能从世界成功人士的精彩演讲中领悟其精彩的人生价值，在个人追梦中增长进取心，真可谓一箭三雕。

纷纷扰扰、日新月异的现代社会中，年轻人很容易迷茫，他们诚然需要提高本领，而我几十年观察事物、表现事物的导演实践告诉我：选择比努力更重要，选择错了，再努力也是错的；选择正确，经努力必将成功。而引导年轻人正确选择的捷径就是“榜样”。这本书的可贵之处在于此——以多元视角选取经典演说，为读者提供了一个宏大的视野，让读者从诸多成功人士独到的见地中体味思想的意蕴和成功的秘诀。这正是当下年轻人的渴望。

2014年北京卫视的《我是演说家》节目一直火到了现在，它让演说走入了中国观众的生活，让中国观众感受到了演说触及人灵魂、让人热血沸腾的力量。演说是传播能量最有力的一种方式，演说的力量足可以改变人类历史，国外的总统竞选演说拉动选票，国内的革命家演说召唤人民觉醒，联合国大会上的演说促进世界和平，毕业典礼上的演说让人刻骨铭心……相信本书的创作也是在这台节目上的灵活创新。

我为《开讲啦，我是英文演说家》的出版鼓与呼，更期待该书不仅在校园里产生余音绕梁之效，也能在社会上发出正能量的和声，共同为构建“中国梦”的宏伟大厦添砖加瓦。

我祝愿《开讲啦，我是英文演说家》成为青年学子们的“朋友”，祝愿大家都能梦想成真。

谨以此感言向《开讲啦，我是英文演说家》祝贺，向该书的作者致贺。

李前宽

2017年初于台北

# 编辑的话



## 愿你的青春精彩盛放

2015年的一天，偶然间看到一个栏目《开讲啦》，觉得十分喜欢，很久没有看到这样有意义的一个栏目了。这个栏目是由中央电视台综合频道推出的中国首档青年电视公开课。每期节目由一位知名人士讲述自己的故事，分享他们对于生活和生命的感悟，给予中国青年现实的讨论和心灵的滋养，讨论青年们的人生问题，同时也在讨论中国的社会问题。那之后，我经常关注其他演讲类节目，又发现另外一档节目《我是演说家》，也是很有意思的一个栏目。演讲者们在舞台上展示“十八般武艺”，观众们坐在电视机前享受他们的奇思妙想、他们的真情实感、他们的临危不乱，真的很精彩。面对青年人在生活、工作和学习上的困惑和挫折，演讲者们的话直指人心，传达了让人豁然开朗的“另一种思考方式”。

十多年的英语图书策划的经验告诉我，我可以以这种模式来策划一本英语学习的图书送给广大的英语读者朋友们，于是便有了今天的这本英文演讲书《开讲啦，我是英文演说家》。有的人可能认为这是模仿，但我认为这是创新，我的目的是以这种方式传播正能量，通过这本书给读者，尤其是迷茫的青年读者们一些启发：每天拿出来一点时间，听一听、读一读这些原汁原味、震撼心灵的英语名家演讲，去感受他们多姿多彩的人生，欣赏他们思想花开的声音。潜移默化地跟着模仿、受着影响，久之，你会觉得自己也可以像名家那样“开讲啦”，而且可以很自信地告诉别人，“我是英文演说家”。

想到选题后,接下来我要做的是寻找一位好的作者,一个有共鸣的伙伴,我们一起把这本书的创意和目的实现,倾我们所有的爱和编辑力量完成这本书,呈献给读者,再听读者开心地告诉我们:这本书,我好喜欢!

遇到一位好作者要靠缘分,机缘巧合下我认识了有想法、有品位、英语棒棒的王艳老师。王艳老师当时正在学校里开设“英语名篇演讲赏析”这门课程,看似十分寻常的一堂课却生动无比,学生们从这门课中的收获很大。我把想法告诉了她,我们俩一拍即合。王艳老师又联系了支丹和田雨两位志同道合的英语老师,出于对事业的认真、执着和面对困难永不认输的决心,我们走到一起,并为着心中的目标共同努力。这本书策划初期,为了选材、结构、章节、栏目等图书形式的确定,我们来回沟通、反复修改的那些日日夜夜,直到现在还记忆犹新。后期为编写这套原声演讲读物,我们花费了大量的心血,在以下方面做了大量工作,相信这本书一定会对你有帮助:

### 1. 榜样的力量

本书所选的演讲对象,世界知名,都是公认的某一领域的精英人士。他们的演讲可以传递给广大读者积极向上、丰富深刻的人生启迪。听读他们的演讲,读者会有更多的亲切感和认同感,学习兴趣自然高涨。

### 2. 内容的力量

本书编选的演讲内容,尽量避免过于生僻的专业领域知识,着重选择体现演讲者的智慧、人生理念、社会价值观等方面的信息。另外,对于某些过于晦涩难懂的内容,本书也做了适当调整,以便于广大读者学习。

### 3. 知识的力量

本书中对于可能超出读者们英语阅读词汇量的词汇一一做了注释,并设置了“字里行间”板块,就演讲中的文化独特性、思想精髓和语言点进行点拨讲解,在为读者们扫清障碍的同时,也有助于你们开阔视野。

虽然是我们用心呵护的婴孩,觉得已经尽量把极致做到了深远,但是当图书快

要出版面世时，内心还是战战兢兢，希望读者能喜欢这本书，希望能找到懂我们的人，真心希望能帮到广大读者。在这个手机横行的年代，我们真心希望读者朋友们能够静下心来多读点书，书中随时可见群山巍峨，书中随时可与大师对话。文字的光芒可以帮助你们快乐地学习，思想的力量可以照亮你们的人生！

喜庆的春节刚过，就迎来了立春日。当第一缕春日的艳阳穿过尚未消退的冬日阴霾抵达大地时，沉寂了一个冬季的土地顿时显露出无限的生机。我打开窗户，一缕温润的风掠过，竟闻到了春天的气息。鹅黄嫩绿，姹紫嫣红，一幅幅欣欣向荣充满了无限生机的画面浮入脑海，让我的心激动不已。是啊，一年之计在于春。春天有了一个好的开端，能使我们对夏天、秋天、冬天都充满期待。而青春是人这一生中的春天，青春是奋斗的起跑线。青春使我们充满梦想，青春使我们载着激情。我们在声音里相逢，在文字间碰撞。在梦想起航的青春里，愿你们找到更美好的自己，精彩盛放。

高颖

2017年春

## 仰望星空，不忘初心

十余年前，我背着重重的行囊，来到了一个历史悠久的古都，书墨馨香间，开始了我的求学生涯。

七年前，我再次背着重重的行囊，来到了一个年轻美丽的城市，书墨馨香间，开始了我的编辑生涯。

从此，每一缕朝阳和每一瞬寒冬，冷暖自知。

《开讲啦，我是英文演说家》这本书便是这书墨馨香间的一本。书稿交到我手里的时候正值寒冬，如今它即将付梓，却也到了春天，万物复苏，草长莺飞。读着这本书，看着冬去春来的季节更替，感受着心尘拂去的心境变化，不觉感叹世事真是奇妙。

四个主题，五十六篇演讲，一篇一篇听下来，满满的感动和力量留在心间。

在这里，我听到那些全身光环的成功人士，他们回顾过往的失败，留下的智慧箴言：

- “你不能让失败来限制你，而必须让失败来开导你。你必须让失败向你展示下次如何以不同的方式去做这件事情。”
- “永远不失败是不可能的，除非你活得过于谨慎，这样倒还不如根本就没有在世上活过，因为空白本身又何尝不是失败。”
- “失败意味着剥离一切非必要的东西。失败后我找到了自我，不再扮演自我之外的任何角色。”

在这里，我听到那些生活在高处的成功人士，他们心系生活在苦难中的人类同胞的呼声：

- “当我们被除去运气和优待，并想想没有这些我们将会如何时，我们就更容易看到那些贫穷的人，并承认那个人也可能是我。”

- “我不由自主地想到这些小孩和我同龄，想到原来在哪里出生会造成如此不同的人生，想到我也可能是生活在里约贫民窟的小孩之一，我也可能是索马里饿着肚子的小孩，也可能是中东战争的牺牲品或是印度的小乞丐。”
- “甚至当我们拥有的已经太多的时候，我们还是怕会失去财富，不愿与人分享。”

在这里，我听到那些充满智慧的成功人士，他们分享的成功秘诀：

- “没有一个人天生擅长做各种事情。你通过勤奋而变得擅长于各种事情。”
- “不要害怕提问。不要在需要帮助时害怕请求别人帮助。我天天请求别人的帮助。请求帮助不是软弱的表现，它是力量的标志，因为它表明你有勇气承认自己对某些事情不懂，这样做会使你学到新的东西。”
- “成功实际上靠的是时刻准备抓住面前的良机。”

在这里，我还听到在那些成功的光环之下，对道德、家庭和初心的呼唤：

- “我们的信条是，当别人往道德的低处走时，我们要继续向高处前行。”
- “不要被其他人喧嚣的观点掩盖你内心真正的声音。还有最重要的是，你要有勇气去听从你心灵和直觉的指示，在某种程度上，它们早知道你想要成为什么样子，所有其他的事情都是次要的。”
- “婚姻是应该令人改变的，因为夫妻要共同形成另外一件艺术作品。只要我们不存改造对方的野心，婚姻是可以令人改变的。”

诸般感动与启迪，只等你翻开手中的这本书。这里面不仅仅是一篇篇演讲，更是一个个故事，一种智慧，一声声呼唤和一段段人生。如果你已经准备好了，那么就请开始这段旅程吧。愿这段旅程中，你可以仰望到星空的璀璨，可以体味到初心的美好！

陈亮

2017年仲春

# 前言



码字写书从来不是一件容易的事，一年下来，书稿终于写就，却迟迟没有下手写前言，一时不知从何说起。

母亲节，我带着老妈去旅行，下午了，还没有收到在西雅图读大学的儿子的祝福，虽然理解他期中考试忙碌，可还是忍不住有些许失望。五点多，入住酒店，连上WIFI，他的文字在微信上呈现，是写给我的一封信。彼时彼刻，他真心感谢我带给他的一切：从婴孩时期的澡盆，到初中的“虎妈”态度，到高中时带他走进演讲的世界，到大学时的信任和放手……这个十七岁少年的信，竟让我瞬间难以呼吸，深吸几口气，才让自己得以平息。

回望孩子成长的路，发现生产时的阵痛不过是一路艰辛中最轻松的一步。孩子出生后，没有一刻不让妈妈牵肠挂肚。彼时反叛懵懂的少年是从什么时候开始成长为现在胸怀梦想、满脸阳光的青年的呢？

想到此处，不得不感谢自己在大学里教授的课程——“英语名篇演讲赏析”，也要感谢一位美女编辑，让我有机会收集整理一本有关名人演讲的书。正是在这个过程中，正值青春期的儿子偶然看到了电影《风雨哈佛路》的主人公原型莉丝·默里（Liz Murray）做的演讲，深受触动。看见他接下来几天若有所思的样子，我灵机一动，既然我的说教帮不了他，为什么不试试榜样的力量？于是我请他帮忙有偿完成听力和文本的校对工作。这是个需要耐心和细心的工作，本以为他会轻易放弃，没想到他长这么大第一次认真地、不需要监督地一直做了下来。而收效更是惊人，且不说在接下来的托福考试中三次听力满分的成绩，最重要的是他精神上脱胎换骨

的变化。浮躁的少年开始沉静下来，沉溺游戏的他居然可以几个星期对游戏毫不问津，有一天他居然一脸严肃地告诉我他的梦想。在接下来全国知名的英语演讲比赛中，他受珊文·古立斯-铃木（Severn Cullis-Suzuki）联合国环保演讲的启发，用打动人心的语言和刚柔并济的气质，做了一篇号召少年环保组织行动的演讲，赢得了观众和评委的赞扬，取得了傲人的成绩。回望这一切变化，我不得不感慨名人示范的力量和演讲的魔力。

演讲蕴含的是演讲者的人生经历和智慧，体现的是勇气、思考 and 魅力，播下的是希望的种子，结出的是梦想的果实。

受到孩子变化的触动，我开始收集更多的演说，整理分类，加以润色，最终形成这本《开讲啦，我是英文演说家》。全书按照主题分成四部分：

#### 怀揣家国，大爱无疆

——主要是关于人类共同的问题（如贫穷、环境保护、女权等）的演讲：

- 梅琳达·盖茨说，我们如果没有运气，也许和那些街头的乞丐没有两样，所以我们对人要秉持一颗同理心；
- 卡梅伦说，“苏格兰人，请选择和我们在一起”；
- 珊文·古立斯-铃木说，“大人们，请言行一致，留给孩子们蓝天和动物”。

#### 你若精彩，必有回响

——主要是关于“仰望星空，脚踏实地”，梦想、努力、成功的演讲：

- 梅里尔·斯特里普说，做最好的自己就好；
- 乔布斯说，他的成功是“命”，是“爱”，生命短暂，且行且珍惜；
- 杰夫·贝索斯说，选择比天赋更重要，善良比智慧更重要。

#### 转角风景，为爱遇见

——主要是关于“爱情、亲情、友情”，包容、原谅、温暖的演讲：

- 瑞克·艾利尔斯说，“死亡的边缘才发现，当好爸爸才是最重要的事”；
- 阿南德·格里哈拉达斯说，“每个人都应该得到第二次机会”；
- 亨利王子说，“我们想念最好的母亲”。

面向阳光，芬芳绽放

——主要是关于“阳光心态，有梦想哪里都开花”的演讲：

- 娜塔莉·波特曼说，“无知让她无所畏惧”；
- 艾伦·德詹尼斯说，“承认自己真实的样子很难，但很值得”；
- 劳尔德·贝兰克梵说，“你们的人生才书写到第五十页，怎么知道第三百页的精彩”。

希望演说的力量可以帮助更多的青年，激励他们在生命的每一个日子里，无论阳光灿烂还是暴风骤雨，都能热情起舞，成就自己精彩纷呈的人生。若能借我的手，传播演说的力量，给哪怕一个人的生活带来影响，便是我人生的至高成就与荣耀！

王艳

2017年初

# 目 录



## Part 1 > 怀揣家国，大爱无疆

|           |                              |                     |     |
|-----------|------------------------------|---------------------|-----|
| Speech 1  | Barack Obama                 | 无畏的希望               | 2   |
| Speech 2  | Melinda Gates                | 同理心和乐观主义            | 10  |
| Speech 3  | David William Donald Cameron | 让我们团结在一起            | 17  |
| Speech 4  | Emma Charlotte Duerre Watson | 《哈利·波特》女孩的声音        | 29  |
| Speech 5  | Aung San Suu Kyi             | 迟到的诺贝尔和平奖演说         | 36  |
| Speech 6  | Queen Elizabeth II           | 我这六十年               | 41  |
| Speech 7  | Shakira                      | Waka, Waka, 这一次是夏奇拉 | 45  |
| Speech 8  | Gary Faye Locke              | 我是来自中国的美国大使         | 49  |
| Speech 9  | Severn Cullis-Suzuki         | 大人们，请言行一致           | 54  |
| Speech 10 | Barack Obama                 | 天下兴亡，匹夫有责           | 60  |
| Speech 11 | Mary Fisher                  | 我是信使，不是受害者          | 73  |
| Speech 12 | Monica Lewinsky              | 羞耻的代价               | 79  |
| Speech 13 | Michelle LaVaughn Obama      | 请支持希拉里              | 92  |
| Speech 14 | Theresa May                  | 新铁娘子                | 101 |

## Part 2 > 你若精彩，必有回响

|          |                       |           |     |
|----------|-----------------------|-----------|-----|
| Speech 1 | Conan O'Brien         | 你的梦想也许会改变 | 108 |
| Speech 2 | Arnold Schwarzenegger | 执着于你的梦想   | 114 |

|           |                   |             |     |
|-----------|-------------------|-------------|-----|
| Speech 3  | Larry Page        | 追梦的故事       | 122 |
| Speech 4  | Adora Svitak      | 长江后浪推前浪     | 133 |
| Speech 5  | Eric Schmidt      | 别再玩儿手机      | 140 |
| Speech 6  | Carmine Gallo     | 乔布斯的成功秘诀    | 145 |
| Speech 7  | Sheryl Sandberg   | 职场建议        | 152 |
| Speech 8  | Denzel Washington | 不留退路        | 157 |
| Speech 9  | Steven Chu        | 送上门的忠告      | 162 |
| Speech 10 | Jeff Bezos        | 选择比天赋更重要    | 169 |
| Speech 11 | Steve Paul Jobs   | 只讲三个故事      | 177 |
| Speech 12 | Tim Cook          | 乔布斯接班人的成功公式 | 189 |
| Speech 13 | Oprah Winfrey     | 三个有重大影响力的经验 | 198 |
| Speech 14 | Meryl Streep      | 做最好的自己      | 213 |

## Part 3 转角风景, 为爱遇见

|           |                           |                |     |
|-----------|---------------------------|----------------|-----|
| Speech 1  | Rev. Al Sharpton          | 为梦想的实现坚持不懈     | 222 |
| Speech 2  | Abigail Washburn          | 美国姑娘在班卓琴上的中国民歌 | 226 |
| Speech 3  | Rita Pierson              | 每个孩子都应该有个守护者   | 231 |
| Speech 4  | Christopher McDougall     | 伸出温暖的手         | 238 |
| Speech 5  | Ric Elias                 | 迫降瞬间我想到的       | 242 |
| Speech 6  | HRH Prince Henry of Wales | 痛失母爱是如此令人悲伤    | 247 |
| Speech 7  | Barack Obama              | 我是总统, 也是父亲     | 250 |
| Speech 8  | Richard Chartres          | 王子和公主的童话婚礼     | 255 |
| Speech 9  | Sarah Kay                 | 如果我有一个女儿       | 259 |
| Speech 10 | Wayne Dyer                | 上帝的完美究竟在哪儿?    | 264 |
| Speech 11 | Wayne Dyer                | 我一生中最好的老师      | 269 |
| Speech 12 | Madonna Ciccone           | 向迈克尔·杰克逊致敬     | 276 |
| Speech 13 | Anand Giridharadas        | 你从哪里来?         | 282 |
| Speech 14 | Malala Yousafzai          | 教育为先           | 294 |