



魅力口才

演讲·主持·应变

三支剑



亚太十大杰出管理培训师 翟杰 著

共和国三大演讲家

刘吉 教授
李燕杰 教授
彭清一 教授

鼎力推荐

魅力口才三支剑

演讲·主持·应变

翟杰
著

图书在版编目 (CIP) 数据

魅力口才三支剑 / 翟杰著. —北京: 新世界出版社, 2011. 1

ISBN 978 - 7 - 5104 - 1595 - 1

I. ①魅… II. ①翟… III. ①口才学 - 通俗读物
IV. ①H019 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 264912 号

魅力口才三支剑

作 者: 翟 杰

责任编辑: 闫 红 孔令钢

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社址: 北京西城区百万庄大街 24 号 (100037)

发行部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总编室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

网址: [http: //www. nwp. cn](http://www.nwp.cn)

[http: //www. newworld - press. com](http://www.newworld-press.com)

版权部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: [frank@nwp. com. cn](mailto:frank@nwp.com.cn)

印刷: 北京市世纪雨田印刷有限公司

经销: 新华书店

开本: 710mm × 1000mm 1/16

字数: 220 千字 印张: 15

版次: 2011 年 3 月第 1 版 2011 年 3 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978 - 7 - 5104 - 1595 - 1

定价: 29.80 元

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

序言一

人心 人脑 人魂

刘 吉

翟杰是我的小老乡，与他相识是在多次的大型会议和论坛上。他主持、演讲、培训都很优秀，但从不张扬，很谦虚。

三年前，我看了翟杰写的《口才是练出来的》这本书，感觉非常实用，对于想真正提升口才的人有很大帮助。这次翟杰在此基础上又写了一本新书《魅力口才三支剑》（演讲 主持 应变），这本书是进一步帮助广大读者提升口才的更高层次的专著，这更让我高兴。因此翟杰找到我，让我作序，我欣然接受了。

我是清华大学工程物理系毕业的，学的是理工科。经常有人问我：你是学理工的，怎么还能写出好文章？还能有一副好口才呢？每当有人提出这样



的问题，我总是讲一则小寓言故事：从前，鸡与鸭的嗓子都不好，可是鸡每天早上起来练“金鸡报晓”，所以，鸡就有了一副好嗓子。我借这则寓言故事所阐述的哲理是：口才是练出来的，只要你爱好、只要你喜欢、只要你肯下功夫刻苦地练习，你也一定会有一副好口才。

随着社会文明的进步和经济的发展，人们越来越认识到口才在人生中的重要作用：领导讲话需要口才、企业管理需要口才、商业谈判需要口才、产品销售需要口才、人际沟通需要口才、主持会议需要口才……翟杰的这本书，正是满足了上述人群的需求。

还有一点值得推崇：这本书抓住了口才应用最关键的三个方面——演讲、主持、应变。这在以往的口才书中还不多见。掌握了这其中的一支剑，你可以一剑封喉；掌握了这三支剑，你可以百战百胜、所向无敌。无论你是喜欢演讲还是主持，亦或是希望自己有一副充满智慧的应变口才，这本书都会给你一些帮助。更难能可贵的是，翟杰的这本书不是单纯地讲理论，而是采用训练的方式，并设置了一些实际训练的练习题，供您进行实际的练习。这会更加有助于你快速有效地提升自己的口才能力。

所以，相信翟杰的这本新书，一定能让你达到入心、入脑、入魂的效果，让你的演讲、主持和应变的能力大大提高。

2011年1月7日 北京

序言二

无所不能的魅力口才

李燕杰

多年以来与翟杰亦师亦友。我跟弟子们打交道，着力强调要“为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万事开太平”。我觉得翟杰的思想里已经有了这些因素，我为此感到欣慰。

作为社会培训工作者，实际上是注重三个“讲”字：一个是讲课，一个是讲学，一个是讲演。在这“三讲”中，我认为翟杰做了很大的努力，讲课、讲演和讲学都达到了一定的高度。之所以这么说，我认为其中比较重要的因素是：理通苍穹仰观碧落心沉静，路成高峰俯览翠微寰宇低。也就是考虑问题的时候，应该有高度；如果没有高度，作为一般人去讲讲课，那算不了什么。所以，我认为翟杰在讲课当中非常投入。



作为演员来讲，要上台去演戏，需要有编剧、导演，还得有灯光、道具等等，这些在翟杰讲课的时候都有。翟杰无论是讲课还是主持，他一个人既承担编剧的任务，又承担导演的任务，还要表演，同时也非常注意组合道具，把有声语言、情态语言乃至道具性语言这三者相结合，形成了新的特点和魅力。

所以，这些年在听众中，我经常听到给予他的好评，而且在我的学生中，他也是一个多才多艺的好学生，他的著作在社会上的影响有很大的力度。今天，我又看到了他的新书《魅力口才三支剑》（演讲、主持、应变），我很高兴。这三支剑选得好、磨得好，抓住了口才应用的实际。我希望翟杰在今后能够更上一层楼。

2011年1月1日 北京

序言三

腹中有才 口中生财

彭清一

在我的学生中，我最初认识翟杰，是因为他主持一个大型会议。他的主持风格，他的手眼身法步，他的声音运用，他的表情，以及语言上的功底，都给我留下了很深刻的印象。

翟杰是一个优秀的主持人。我从事演讲事业已经快三十年了，演讲了近4000场，每场都有主持人给我主持。然而，翟杰的主持是我见到的最专业、最精彩、最有创意的，堪称中国的一流主持人。

翟杰不仅仅是一个主持人，还是一个艺术家。我在中央歌舞团从事艺术几十年，看到翟杰这样富有艺术魅力的主持人，就有一种特别的好感。他能把音乐、舞蹈、戏曲、曲艺、诗词等多种艺术形式运用自如，融会到他的主



持和演讲中，甚至自己作词、作曲、编舞、写书等等。像这样多才多艺的人才，实在难能可贵。

我听过翟杰多次演讲以后，我又感觉到：他又是一个很好的演讲家，驾驭现场的能力很强，现场的互动很自然，凡是听过他的演讲、听过他讲课的人，对他的印象都都非常好。

后来我才慢慢了解到，翟杰是一个资深的记者，更是一个慈善家，在中国、在东南亚各国举办了很多慈善活动。

最近，我有幸听到了翟杰的鬼谷子课程。讲鬼谷子的课难度是很大的，因为鬼谷子是两千多年前一个资深的隐士，他的智慧和学问很深。他隐居山林，作为一个幕后的指挥者，能够影响甚至掌控着那么多重大历史事件的发展，真是一个旷世奇才。很多人讲过鬼谷子，我也听过，但是你听了翟杰讲鬼谷子课程你才觉得：他的艺术表现力，他的思想性，他的知识，他的能力，他几十年积累的记者生涯，以及慈善家的博大情怀，全部融为了一体，组成了这堂精彩绝伦的课程。我们常说：为了把一件事情做得更好，可以利用各种艺术手段来表现，不论是惊堂木也好，亮相也好，语言也好，现场互动也好，包括出场和结尾都是用一种艺术家的情怀，站在一个很高的高度，独上高楼，望尽天涯路。翟杰的鬼谷子课程，就达到了这样的境界。我听了之后很受感动，我也赞扬了翟杰。我相信：大家听了这节课，只要用心，只要努力听，各位学员，都会从他的讲课中得到很大的收益，甚至会影响你的一生。

还应该说的是：翟杰来北京六年了，而这六年中，他已经有八本书面世了，其中我看到的有《口才是练出来的》《做更好的自己》《培养优秀的独生子女》《父母的品格影响孩子的一生》。这么短的时间，除了要到各地大学、企业、机关进行演讲、培训、主持会议以外，每年还能写一本书，可见他付出了多大的劳动，凝聚了多少智慧的结晶。这次，翟杰又出版了他的第二本口才专著《魅力口才三支剑》（演讲 主持 应变），从更高级、更广泛、更经典的高度阐述口才的三大职能：演讲、主持、应变。并且从语言训练的实战出发，提供

了一些有效的训练方法，帮助广大读者提高口才的这三大能力。我希望大家有机会读读这些书。

翟杰是我的弟子，我有 16 个弟子，每一个弟子都是很知名的，每一个弟子都有拜师词。我认为到目前为止，翟杰写的拜师词是最好的。在他的拜师词中，看出了波澜起伏，看出了他的学识功底，看出了他的智慧。他引经据典，从古至今引证了不少事例，说明为什么要拜彭清一作为自己的师傅。我们说：一个人成长就在于虚心才能进步，而翟杰是一个谦虚的人。印度伟大的诗人泰戈尔讲过这样的话：“当一个人能够谦虚的时候，就意味着他步向伟大的起点。”翟杰就是一个步向伟大起点的人。

2011 年 1 月 8 日北京

作者简介

曾任职：

新华书店 图书销售员

图 书 馆 社科咨询员

文 化 局 国家公务员

电 台 记者 节目主持人

现担任：

《中国杰出青年》杂志社 副总编

中国管理科学院企业管理创新研究所 副所长

中华教育艺术研究会 理事

中国科学院研究生院 演讲协会顾问

中国专业人才库专家委员会委员



魅力口才三支剑

演讲 主持 应变

专题：

- 《不当总统就做推销员》
- 《口才是练出来的》
- 《做更好的自己》
- 《孙中山的青少年时代》
- 《培养优秀的独生子女》
- 《父母的品格影响孩子的一生》
- 《翟杰话说鬼谷子》（系列丛书）
- 《魅力口才三支剑》（演讲 主持 应变）

前 言

当今社会，口才异常重要，已为世人共识。人们趋之若鹜，渴望练就一副好口才，或经商、或销售、或管理、或从政、或外交、或从事记者、主持人、培训师职业。

俗话说：十年磨一剑。本书作者花费三十年，磨了这三支剑：

第一支剑：演讲

第二支剑：主持

第三支剑：应变

这本书是作者三十年的磨剑经验和体会的结晶。

随着人类文明的进步、市场经济的发展及竞争激烈的社会现实，人们越来越认识到：口才在当代人类生活中，占有越来越重要的地位。有一副好口才，就是成功和竞争的资本，也是人的第二张身份证。

因此，各种口才训练班方兴未艾，各类口才书籍琳琅满目。

中国有句老话：打铁首先本身硬。本书的作者——翟杰，就是二十多年在口才工作第一线叱咤风云的亚太十大杰出管理培训师、金牌节目主持人。



他是中国第一代国家广播电台的专业节目主持人，从事专职口才工作二十多年。他继专著《口才是练出来的》一书后，再次推出《魅力口才三支剑》（演讲 主持 应变）。这是一部专业性强又通俗易懂、易学易练的普及型口才训练教材。

本书的一个突出特点就是：理论性强，但不讲理论；实践性强，但包含理论。也就是将理论融入实践当中，一学就懂，一练就会。更难能可贵的是：书中大量的案例和练习方法，都是作者在二十多年的语言工作和培训中，自己总结出来的经典技巧，在其他的任何口才书籍中是绝对找不到的，是独家秘笈。

一些中央级媒体单位的专业人士，对本书作者的评价是：我是山顶的小树，您是山中的大树。很多专门学习播音主持的研究生，只与作者合作主持一次节目，就惭愧地说：和您主持一次节目，我才知道我的七年专业没学好。

本书作者曾经多次为重要会议和众多名人主持过各类活动及同台演讲，包括：刘吉、李燕杰、彭清一、庄则栋、郭海燕、田华、谢芳、濮存昕、卢勤、李双江、蔡朝东、张信哲、梅帝、李阳、李玲蔚、董炯、刘长瑜、陈铎、刘江、凌元、阎红、徐永久等等。

本书作者还经常应中央党校、国资委党校、清华大学、北京大学、中科院研究生院等国内顶级大学做口才、演讲及各类专题讲座。

本书还有一个特点：作者本人就是一个由口才能力极差，到成为广播电视及大型活动金牌主持人的活生生的例子。在本书中，作者列举了很多口才训练的案例，都是作者本人的独家例证，并且绝大多数尚未公之于众。

迄今为止，还没有这样一部融口才三大基本功“演讲、主持、应变”于一体的专著，并且是可作为口才实战训练的教材。

它能快速地、有效地帮助读者迅速提高口才、演讲、主持及管理水平。对提高中华民族的口头表达能力、人际交往能力、创造和谐学习、工作能力，提高中华国学及运用本民族语言，推广中华文化、推广普通话等方面，都将产生积极的、有效的作用。

目 录

序言一

序言二

序言三

作者简介

前言

第一支剑 演讲——练就一副唇枪舌剑 / 1

一、语感表现力练习 / 2

二、发声共鸣的练习 / 7

三、肢体语言的练习 / 13

四、嗓音的自我保护 / 31

演讲练习题 / 33

第二支剑 主持——磨炼一把短兵利剑 / 83

一、主持人的基本原则 / 85

二、主持人的基本技巧 / 86

三、主持人的基本素质——博古通今 / 89

四、主持人的语言锤炼——言简意赅 / 91

作业案例一 电影演员 刘江 / 91

作业案例二 电影演员 凌元 / 94



- 作业案例三 疯狂英语 李阳 / 96
- 五、主持的创意与才艺——标新立异 / 99
- 作业案例一 理解万岁 蔡朝东 / 99
- 作业案例二 水煮三国 成君忆 / 104
- 作业案例三 乒乓三冠 庄则栋 / 108
- 作业案例四 汶川地震一周年 / 112
- 六、主持词的撰写技巧——文采飞扬 / 117
- 作业案例一 电影演员 谢芳 / 117
- 作业案例二 保险大会（翟杰主持） / 120
- 七、主持人的最高境界——随机应变 / 127
- 作业案例一 电影演员 田华 / 128
- 作业案例二 于文博、于鹏误机事件 / 130
- 主持练习题 / 133

第三支剑 应变——手持一柄智慧宝剑 / 149

- 一、应变的智慧语言 / 150
- 二、古代口才应变案例 / 154
1. 彰显智慧 墨子止楚攻宋 / 154
- 伍子胥过关 / 156
2. 诙谐幽默 靖郭君停建薛城 / 156
3. 赋有哲理 苏秦合纵抗强秦 / 157
- 张仪巧破诸侯合纵 / 158
4. 展示文化 许绾以退进 / 162
- 苏代封淳于髡伯乐 / 162
5. 化解尴尬 解缙改诗为词 / 163
- 彭玉麟被打反乐 / 165
- 三、现代口才应变案例 / 165
1. 刘吉问答录 / 165
2. 李燕杰问答录 / 175
3. 彭清一问答录 / 187

应变练习题 / 199

跋 / 214

第一支剑 演讲

——练就一副唇枪舌剑

“演讲”一词，是由两个部分组成的：一个是“演”，一个是“讲”。演，就是演绎、表演。讲，就是叙述，讲道理。

以前，通常叫讲演，现在叫演讲。这其中的差异，不仅仅是简单的词序调换，而是有着一定意义变化的。

讲演，主要强调的是“讲”，“演”得如何，常被忽视。

演讲，则更强调的是“演”，“讲”的如何，要依靠“演”来修饰。

这其中的变化原因是：受众或听众的文化水准在不断提升，对演讲者的要求也越来越高，仅仅是灌输式生硬地讲解，已不能满足受众的心理愉悦和欣赏的需求。他们不仅需要内容的丰富实用，更渴望形式的活泼生动。

从心理学的角度讲：人在愉悦快乐的心情状态下，体内会产生一种叫“快乐荷尔蒙”的物质，这种物质会对人的大脑产生胜过吗啡十倍的良性刺激。这种刺激会使大脑的接受能力、记忆能力、理解能力大大增强，以产生最佳的学习效果。“演”就是达到这种效果的一个重要手段。当一个人在愉悦快乐