

J iXingShuoHua
SuCaiDaQuan

■ 谢伦浩 ◎主编

即兴说话 素材大全

· 即兴说话的原料 · 铸就铁嘴的工具
· 口若悬河的基石 · 旁征博引的典藏

(第二版)

石油工业出版社

即兴说话 素材大全

J iXingShuoHua
SuCaiDaQuan

收集最权威的说话素材，发掘最实用的语言宝藏。
本书指导你：

- ★引经据典，出口成章
- ★尽展才华，博采众长

上架建议 演讲口才

ISBN 7-5021-5500-7



9 787502 155001 >

ISBN 7-5021-5500-7/B·280

定价：29.80元

J iXingShuoHua SuCaiDaQuan

■ 谢伦浩 ◎主编

即兴说话 素材大全

· 即兴说话的原料 · 铸就铁嘴的工具
· 口若悬河的基石 · 旁征博引的典藏

(第二版)

石油工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

即兴说话素材大全/谢伦浩主编. —2 版 (修订本).
北京: 石油工业出版社, 2006. 5
ISBN 7 - 5021 - 5500 - 7

- I. 即…
- II. 谢…
- III. 口才学
- IV. H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 035866 号

即兴说话素材大全

谢伦浩 主编

出版发行: 石油工业出版社

(北京安定门外安华里 2 区 1 号 100011)

网 址: www. petropub. com. cn

总 机: (010) 64262233 营销部: (010) 64240503

经 销: 全国新华书店

印 刷: 石油工业出版社印刷厂

2006 年 5 月第 2 版 2006 年 5 月第 3 次印刷

787 × 960 毫米 开本: 1/16 印张: 32.75

字数: 462 千字

定 价: 29.80 元

(如出现印装质量问题, 我社发行部负责调换)

版权所有, 翻印必究

J
iXingShuoHua
SuCaiDaQuan

作者·简介

谢伦浩，当代青年演讲家，国家级普通话测试员，中华演讲协会理事，语言学副教授。长期从事高校演讲和普通话教学，出版演讲、幽默、论辩、语言学专著多部。

编 委 会

主 编：谢伦浩

编 委：黄元松 高向明 付晚秀 刘 昆

白 碧 刘双华 雷向红 付艳平

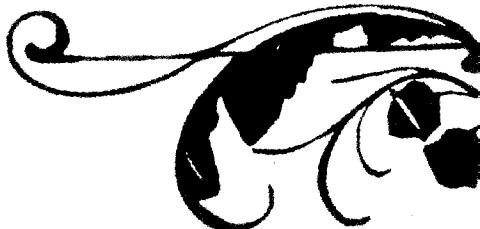
王 海 孙启望 贾宜彩 赵 敏

宋晓梅 郭 垒 晁伟庆 张继辉

夏晚彤 曹惠萍 吴恒昌 李延国

陆伟立 董玉琨 李志红 吕奇琛

黄满发 宋尊奇 于德鑫



前言

说话是一门艺术，即兴说话更是一门高超的语言表达艺术，是口才艺术的最高境界。古今中外，很多卓越的口才大师往往是胸藏百汇，舌吐风雷，振臂高呼，应者云集，挽狂澜于即倒，助巨浪而前行。他们的即兴说话往往具有神奇的感染力、鼓动性和说服力。

即兴说话作为一种语言表达方式，广泛使用在演讲、辩论、谈判、推销、报告、应聘、会议、主持、导游、讨论、教学等方面，也使用在商场、旅馆、酒店、交通、医疗、邮电、银行等场所。可以说即兴说话无处不在，即兴说话能力已经成为一个人事业成败的关键因素之一。

面对生活中随时出现的各种场境，有的人能说会道，有的人却欲说无语。即便掌握了一定的即兴说话技巧，有时也会缺乏构思，无从说起，甚至会因词穷而理屈。为什么？因为即兴说话还需要丰富的知识储备，需要广博的说话素材作后盾。这是一个优秀的即兴说话者能够口若悬河、妙语连珠、谈笑风生的坚实底蕴。下面我们来看一则“狮城舌战”的即兴论辩的实例。复旦大学队在决赛对悉尼队时，辩论“艾滋病是医学问题，还是社会问题”。为阐述单靠医学手段不能征服艾滋病这个“世界恶魔”的观点，三辩在论辩中讲道：在非洲许多地方，艾滋病已经造成了“千山鸟飞绝，万径人踪灭”，对方难道还要让医学这个“孤舟蓑笠翁”来“独钓寒江雪”吗？在这里，辩手巧妙地运用脍炙人口的诗句进行语言转换，不仅使自己的论点得以阐释，而且语言精彩，引起听众的共鸣，赢得了热烈的掌声。可见，丰厚的知识准备在即兴说话时发挥了

—·即兴说话素材大全

多么超乎想像的作用。

本书正是为提高读者朋友的即兴说话水平而编写的。其中，从引证、数据、熟语、典故、理论、知识等方面，搜集了即兴说话所必需的常用素材，内容涉及名言警句、生活常识、天文地理、历史典故、科学技术、文化艺术等诸多领域。有了它，相信你不会再为无话可说发愁了。

编者

2006年5月

目录

引证篇

1. 人生	(3)	21. 爱情	(71)
2. 真理	(6)	22. 家庭	(74)
3. 爱国	(9)	23. 谦虚	(78)
4. 自由	(13)	24. 节俭	(82)
5. 修养	(16)	25. 追求	(85)
6. 教育	(21)	26. 实践	(88)
7. 生活	(25)	27. 勇气	(89)
8. 时间	(27)	28. 思考	(93)
9. 求知	(30)	29. 财富	(96)
10. 事业	(34)	30. 爱憎	(100)
11. 理想	(36)	31. 成败	(104)
12. 勤奋	(39)	32. 忧乐	(107)
13. 健身	(43)	33. 荣辱	(111)
14. 文明	(46)	34. 善恶	(115)
15. 命运	(50)	35. 嫉妒	(118)
16. 信仰	(54)	36. 逆境	(122)
17. 青春	(57)	37. 科学	(125)
18. 才智	(61)	38. 语言	(129)
19. 情感	(64)	39. 艺术	(133)
20. 友谊	(67)		

数 据 篇

——人类生活

- ① 人的价值 (141)
- ② 人体的数字 (141)
- ③ 体内时钟一览 (142)
- ④ 从数据看头发 (142)
- ⑤ 身体每天需要多少水 (143)
- ⑥ 人脑的容量 (143)
- ⑦ 人的年龄分段 (143)
- ⑧ 有趣的人体数据 (144)
- ⑨ 人的体温 (144)
- ⑩ 发展中国家人才外流 (145)
- ⑪ 日本经济腾飞的翅膀——引进 (145)
- ⑫ 美国的智力引进 (145)
- ⑬ 我国历代人口数 (146)
- ⑭ 生命中最危险的时刻 (148)
- ⑮ 有趣的寿称 (148)
- ⑯ 营养之最 (149)
- ⑰ 常用食物的蛋白质含量 (149)
- ⑱ 100 克食物热能含量 (150)
- ⑲ 漫话核桃 (150)
- ⑳ 空气污染在家中 (151)
- ㉑ 被动吸烟的危害 (151)
- ㉒ 勤奋多寿翁 (152)
- ㉓ 女性貌美的标准 (152)
- ㉔ 中国女性的一天 (152)

㉕ 我国城乡居民前十位死因顺位

- (153)
- ㉖ 世界卫生组织报告人类健康情况 (153)
- ㉗ 百姓看病最关心的是什么 (154)
- ㉘ “模范团长”李国安 (154)
- ㉙ 吴文俊、袁隆平获重奖 (155)
- ㉚ 执著的凡尔纳 (155)
- ㉛ 嫉妒的危害 (155)
- ㉜ 中外儿童体力劳动时间比较 (156)
- ㉝ 雨果的一生 (156)
- ㉞ “听话”儿童问题多 (156)
- ㉟ 读书积少成多 (157)
- ㉞ 惊人的业余时间 (157)

——天文地理

- ㉟ 地球在太阳系中的位置 (157)
- ㉞ 地球的每天时间在延长 (158)
- ㉙ 地球的数据 (158)
- ㉞ 月球常识 (159)
- ㉟ 为什么天空是蔚蓝色的 (159)
- ㉞ 雨的等级 (159)
- ㉙ 捕害虫能手 (160)
- ㉞ 冷凉暖热的标准 (160)
- ㉟ 目测距离的远近 (161)



目录

④6 世界之最	(161)	⑦1 脚最多的动物	(173)
④7 20世纪90年代大地震 …	(163)	⑦2 最大的龟	(173)
④8 雷击的一些数字	(164)	⑦3 最大的两栖动物	(173)
④9 风级表	(164)	⑦4 含油最多的树	(173)
⑤0 “一刹那”有多久	(165)	⑦5 品种最多的花种	(173)
⑤1 十二时辰何指	(165)	⑦6 蝴蝶最多的地方	(174)
⑤2 世界十大海的面积	(165)	⑦7 最大的陆生动物	(174)
⑤3 温差变化最大的地方	(165)	⑦8 一亩树林的作用	(174)
⑤4 我国“三大平原”、“四大高 原”的海拔	(166)	⑦9 保护水资源	(174)
⑤5 西藏资源	(166)	⑧0 严重的水污染	(175)
⑤6 长江黄河多少岁	(166)	⑧1 三峡库区水污染情况	(175)
⑤7 昆虫之最	(167)	⑧2 我国严重的能源浪费情况	(175)
⑤8 世界树木之最	(167)	⑧3 环境污染	(176)
⑤9 世界鸟类之最	(167)	⑧4 世界特大森林火灾一览 …	(176)
⑥0 世界奇城	(168)	⑧5 五种仅存的老虎	(177)
⑥1 广袤的国土，丰富的动植物	(168)	⑧6 我国海洋资源丰富	(178)
⑥2 我国复杂的气候条件	(169)	⑧7 神州第一大县——若羌 …	(178)
⑥3 我国水利资源的开发利用	(169)	⑧8 我国土地资源到底能养活多 人?	(178)
⑥4 我国富饶的水产资源	(170)	⑧9 世界八分之一植物物种灭绝	(179)
⑥5 我国珍贵繁多的鸟类资源	(170)	⑩ 台风的威力有多大?	(179)
⑥6 利用新能源	(171)	—科学技术	
⑥7 我国的主要河流	(171)	⑪ 我国向信息化大踏步迈进	(179)
⑥8 我国的主要湖泊	(171)	⑫ 21世纪的十大变化	(180)
⑥9 我国十大名窟	(172)	⑬ 我国将建六大生态林	(180)
⑦0 最大的瀑布	(172)	⑭ 我国面临十大生态问题 …	(181)



—即兴说话素材大全

- ⑨5 三峡工程的世界之最 (181) ⑪7 中国的一天 (192)
⑨6 20世纪世界大地震 (182) ⑪8 宗教小知识 (192)
⑨7 如何计算K金的纯金含量 (182) ⑪9 最大的教士团体 (193)
⑨8 元素之最 (183) ⑫0 “第二次世界大战”重要数字 (193)
⑨9 确定房价的参考标准 (183) ⑫1 世界战史之最 (193)
⑩0 怎样才算现代化国家 (183) ⑫2 邪教——西方社会一大公害 (194)
⑩1 “第二次世界大战”中的最大战争 (184) ——文化艺术
⑩2 汽车普及率前六位的国家 (184) ⑫3 从数据看中国文艺之最 ... (195)
⑩3 世界海军力量排名 (185) ⑫4 从数据看世界文艺之最 ... (196)
⑩4 世界航母知多少 (185) ⑫5 世界上有多少种语言 (198)
⑩5 美国的五角大楼 (185) ⑫6 世界上使用最多的十种语言 (198)
⑩6 古稀之年的诺贝尔奖获得者 (186) ⑫7 汉语七大方言使用情况 ... (198)
⑩7 心理疾患数据统计 (186) ⑫8 历代汉字知多少 (199)
——历史民俗 ⑫9 世界上最大的书 (199)
⑩8 古皇拾趣 (187) ⑫10 我国六大古书字数 (200)
⑩9 中国文物之最 (187) ⑫11 名著的创作时间 (200)
⑩10 我国状元有多少 (188) ⑫12 各种文学奖金知多少 (200)
⑩11 旧中国的总统 (189) ⑫13 十大国际艺术节 (201)
⑩12 北京故宫 (189) ⑫14 中国的艺术节 (201)
⑩13 丧权辱国的不平等条约 ... (190) ⑫15 写这些书花了多长时间 ... (202)
⑩14 抗日战争中国的损失知多少? (190) ⑫16 世界最早最大的百科全书 (202)
⑩15 医疗卫生的节日 (191) ⑫17 我国古典名著人物知多少 (202)
⑩16 我国民主党派完成新老交替 (191) ⑫18 最高的斜塔 (203)
⑩19 宝塔最多的城市 (203)



目录

- ⑭ 各种球的标准质量 (203)
- ⑮ 投掷类体育器材质量 (204)
- ⑯ 跳水比赛中的数字 (204)
- ⑰ 奥运金牌奖金数目 (205)
- ⑯ 北京与奥运 (205)
- ⑯ 青年成名的中国作家 (206)

熟语篇

——歇后语	
① 哲理	(209)
② 修身	(210)
③ 赞美	(211)
④ 真诚	(212)
⑤ 清廉	(213)
⑥ 团结	(214)
⑦ 刚强	(215)
⑧ 奋进	(216)
⑨ 智慧	(217)
⑩ 计谋	(219)
⑪ 错误	(220)
⑫ 凌乱	(222)
⑬ 敷衍	(223)
⑭ 守旧	(225)
⑮ 怯懦	(226)
⑯ 虚夸	(227)
⑰ 徒劳	(228)
⑱ 离心	(229)
⑲ 仇冤	(229)
⑳ 蔑视	(231)
㉑ 屈辱	(232)
㉒ 悲苦	(233)
㉓ 穷困	(234)
㉔ 困难	(234)
㉕ 灾祸	(235)
㉖ 昏庸	(236)
㉗ 蛮横	(237)
㉘ 懒惰	(238)
㉙ 贪婪	(239)
㉚ 讥讽	(240)
㉛ 凶残	(240)
㉜ 伪劣	(241)
㉝ 罪恶	(243)
㉞ 否定	(244)
——惯用语	
㉟ 褒义类	(246)
㉟ 贬义类	(248)
㉟ 中性类	(255)
——諺语	
㉟ 人生	(258)
㉟ 理想	(259)
㉟ 人民	(261)
㉟ 国家	(261)
㉟ 法度	(262)
㉟ 军事	(262)

·即兴说话素材大全

④4 科教	(263)	⑥9 诚信	(288)
④5 集体	(264)	⑦0 团结	(290)
④6 真理	(265)	⑦1 金钱	(291)
④7 阅历	(266)	⑦2 家教	(292)
④8 学识	(267)	⑦3 老幼	(292)
④9 才智	(268)	⑦4 自尊	(293)
⑤0 方法	(268)	⑦5 洁净	(294)
⑤1 言行	(269)	⑦6 毅力	(295)
⑤2 友谊	(271)	⑦7 谦逊	(296)
⑤3 家庭	(272)	⑦8 勇敢	(298)
⑤4 爱情	(274)	⑦9 勤劳	(299)
⑤5 亲邻	(275)	⑧0 磨练	(300)
⑤6 健身	(275)	⑧1 劝诫	(301)
⑤7 精神	(277)	⑧2 胸怀	(302)
⑤8 生活	(277)	⑧3 克敌	(303)
⑤9 疾病	(279)	⑧4 困苦	(304)
⑥0 规律	(279)	⑧5 忧愁	(305)
⑥1 因果	(280)	⑧6 失误	(305)
⑥2 条件	(281)	⑧7 善恶	(306)
⑥3 变易	(282)	⑧8 愚昧	(307)
⑥4 比较	(282)	⑧9 骄傲	(308)
⑥5 学习	(283)	⑩0 懒惰	(309)
⑥6 为人	(285)	⑩1 贪婪	(310)
⑥7 惜时	(285)	⑩2 谄媚	(311)
⑥8 信誉	(287)		





目录

典 故 篇

——求学惜时		
① 高凤流麦	(315)	
② 人而不学，则何以成？	(315)	
③ 关肃霜的“三出来”	(315)	
④ 梅花香自苦寒来	(316)	
⑤ 一天与一年	(316)	
⑥ 鲁迅嚼椒取暖	(316)	
⑦ “一天变三天”与“一生才三天”	(317)	
⑧ 名人与时间	(317)	
⑨ 富兰克林的时间表	(318)	
⑩ 跟死神争分夺秒	(318)	
⑪ 积之既久，水到渠成	(318)	
⑫ 两个家族命运的启示	(319)	
⑬ 罗蒙诺索夫相亲换书	(319)	
⑭ 囚禁与写作	(319)	
⑮ 董运以少者为师	(320)	
⑯ 贾岛“推敲”索佳句	(320)	
⑰ 断齑划粥	(321)	
⑱ 惠平公晚年笃学	(321)	
⑲ 欧阳修的“三上”	(321)	
⑳ 苟淑不耻下问	(322)	
㉑ 王羲之临池不辍	(322)	
㉒ 杨时程门立雪	(322)	
㉓ “警枕”	(322)	
㉔ 两把椅子	(323)	
——没有时间治疗 (323)		
㉕ 避客		(323)
——爱国信仰		
㉖ 屈原以身殉国	(324)	
㉗ 商鞅取信于民	(324)	
㉘ 卫文公勤俭强国	(325)	
㉙ 钱塘抬棺死进谏	(325)	
㉚ 黄继光舍身堵枪眼	(325)	
㉛ 卞和三献宝石	(326)	
㉜ 科学家誓死捍卫真理	(326)	
㉝ 赵广断指拒作画	(327)	
㉞ 中国作家的妙答	(327)	
㉟ 李燕杰的“现在进行时” ...	(328)	
㉞ 屠格涅夫热爱祖国语言 ...	(328)	
㉙ 一位旅美画家的遗嘱	(328)	
㉛ 海外华侨的“乡井土” ...	(329)	
㉜ 画面上的少女	(329)	
㉝ 肖邦心脏回国	(329)	
㉞ 马寅初立“遗嘱”	(330)	
㉙ “贝多芬只有一个”	(330)	
㉛ 陶渊明不为五斗米折腰 ...	(330)	
㉜ “根”	(331)	
——人生理想		
㉝ 希伯斯献身科学	(331)	
㉞ 施密特蛇咬身亡	(331)	
㉙ 鲁迅投笔从戎	(332)	

·即兴说话素材大全

- ④9 愚公移山矢志不移 (332) ⑦7 李世民“以人为镜” (343)
⑤0 勾践卧薪尝胆 (332) ⑦8 毛泽东一生俭朴 (343)
⑤1 花木兰替父从军 (333) ⑦9 蔡璘不贪亡友财 (343)
⑤2 张海迪身残志坚 (333) ⑧0 子罕谢宝 (344)
⑤3 琴纳自信成功 (333) ⑧1 曹操以身作则 (344)
⑤4 准备完毕 (334) ⑧2 顾协怒而拒礼 (344)
⑤5 成功不分先后 (334) ⑧3 文坛巨匠谦虚无比 (344)
⑤6 “耻辱戒指” (335) ⑧4 农民重金交公 (345)
⑤7 夏菊花绝技秘诀 (335) ⑧5 晏殊至诚惊上下 (345)
⑤8 艺术家的良心 (335) ⑧6 把生的希望留给别人 (345)
⑤9 莫里哀死在舞台上 (336) ⑧7 吴玉章的座右铭 (346)
⑥0 梨虽无主，但我心有主 (336) ⑧8 刘向证明主有三惧 (346)
⑥1 最后一片叶子 (336) ⑧9 巴斯德怒退学位证书 (346)
⑥2 姜太公钓鱼 (337) ⑩0 昂德丁浮尸救婴儿 (346)
⑥3 在权威面前 (337) ⑩1 千金买邻 (347)
⑥4 “早” (337) ⑩2 梅兰芳虚心讨教 (347)
⑥5 三毛横溢之才始自学 (338) ⑩3 爱因斯坦虚怀若谷 (347)
⑥6 名人的兴趣 (338) ⑩4 让人三尺 (347)
⑥7 史丰收喜欢口算 (339) ⑩5 谢灵顿改过自新 (348)
⑥8 耿弇有志事竟成 (339) ⑩6 “见鬼去吧，美元！” (348)
⑥9 苏轼嘲讽短志人 (339) ⑩7 侯可急人所急 (348)
⑦0 贫僧志坚达南海 (340) ⑩8 罗蒙诺索夫妙语护俭 (349)
⑦1 周恩来雄心早立 (340) ⑩9 弥勒佛的形象艺术 (349)
——道德修养 ⑩0 梁上君子 (349)
⑦2 尧帝“禅让”贤明君 (341) ⑩1 “既然破了，还看它干什么？” (350)
⑦3 周公一生谦虚恭谨 (341) ⑩2 他欺骗了全世界 (350)
⑦4 杨震厚德世人敬 (342) ⑩3 孙中山拒绝接受“万岁”欢呼
⑦5 晏子以身作则 (342) (350)
⑦6 明山宾真心对人 (342) (350)



目录

⑩4 主席和掏粪工人	(351)	⑩4 托尔斯泰家庭不和	(360)
⑩5 瘦骨铜声	(351)	⑩2 刑场上的婚礼	(360)
⑩6 “一钱太守”	(351)	⑩3 爱因斯坦的瘸腿妻	(361)
⑩7 贪奢亡国的教训	(352)	⑩4 苏格拉底的妻子	(361)
⑩8 瑞士人的“小气”	(352)	⑩5 马克思求婚	(361)
⑩9 “我不是为了追求荣誉而工作”	(352)	⑩6 士为知己者死	(362)
——意志毅力			
⑪0 壁立千仞，无欲则刚	(353)	⑩7 厉归真深山画虎	(362)
⑪1 居里夫人视奖章如玩具 …	(353)	⑩8 塞纳河畔的灯光	(363)
⑪2 “站在巨人的肩膀上”	(353)	⑩9 欧阳修的“三多”	(363)
⑪3 列宾的回信	(354)	⑩4 齐白石勤作不息	(363)
⑪4 孝笋严冬出	(354)	⑩5 “算账吧，多少钱？”	(363)
⑪5 母亲永远只有一个	(354)	⑩6 闻一多醉书忘婚	(364)
⑪6 留下筐子	(355)	⑩7 一天写一本长篇小说的作家	(364)
⑪7 一口痰的后果	(355)	⑩8 面对退稿	(364)
——情感友谊			
⑩8 高山流水觅知音	(356)	⑩9 爱迪生不畏失败	(365)
⑩9 萧何捐嫌举曹参	(356)	⑩6 贝利的奋起	(365)
⑩2 巨伯义护病友	(356)	⑩7 贝多芬浸水练指	(365)
⑩2 朱冲厚道睦邻里	(357)	⑩8 陈景润撞树	(365)
⑩2 谭嗣同尊师“叛”师	(357)	⑩9 不达目的不罢休	(366)
⑩2 薛包分家谦让兄弟	(357)	⑩0 名人的“每日”	(366)
⑩2 陶侃不忘母训	(358)	⑩1 鹅卵石与阴阳头	(366)
⑩2 归钺尽心奉继母	(358)	⑩2 孔子的发现	(367)
⑩2 青文胜以死请命	(358)	⑩3 戒奢屏和纸镜子	(367)
⑩2 华子鱼巧还礼金	(359)	⑩4 一本书挽救了一个小偷 …	(367)
⑩2 李士谦乐善好施	(359)	⑩5 雨果苦练强身	(368)
⑩2 唐僧一段姻缘	(359)	⑩6 莫扎特年轻早亡	(368)
⑩0 牛顿终身未娶	(360)	⑩7 孔子非文弱书生	(368)

