

从入门到精通，快速打造演讲高手

汇集最经典的演讲案例  
展示最生动的演讲艺术

# 演讲的艺术

掌握演讲的秘诀，一书在手，演讲无忧！

方一舟◎编著



中国铁道出版社  
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

# 演讲的艺术

方一舟◎编著



中国铁道出版社

CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

## 图书在版编目(CIP)数据

演讲的艺术/方一舟编著. —北京:中国铁道出版社,2014.1

ISBN 978-7-113-17477-4

I. ①演… II. ①方… III. ①演讲—语言艺术 IV. ①H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 238119 号

书 名:演讲的艺术  
作 者:方一舟 编著

---

责任编辑:靳 岭 电话:010-51873457  
编辑助理:曹 旭 李慧君  
封面设计:王 岩  
责任印制:赵星辰

---

出版发行:中国铁道出版社(100054,北京市西城区右安门西街8号)  
网 址:<http://www.tdpress.com>  
印 刷:三河市兴达印务有限公司  
版 次:2014年1月第1版 2014年1月第1次印刷  
开 本:700mm×1000mm 1/16 印张:12 字数:189千  
书 号:ISBN 978-7-113-17477-4  
定 价:29.80元

---

### 版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书,如有印制质量问题,请与本社读者服务部联系调换。

电话:(010)51873174(发行部)

打击盗版举报电话:市电(010)51873659 传真(010)63549480

## 前 言

在如今的生活中,演讲已成为每个人都必须掌握的技能。它在社会活动中使用的频率极高,从正式场合的演讲、即兴演讲到当众讲话,等等,都是演讲涵盖的范围,所以,掌握演讲这门艺术已经成为一种必备的技能。

戴尔·卡耐基说过:“一个人的成功,约有 15%取决于技术知识,剩余 85%则取决于口才艺术。”一个人的演讲能力来源于口才艺术当中,具备良好的口才艺术更容易获得社会的认同、上司的青睐、下属的尊重、朋友的帮助、爱人的真心……

世界上许多著名的演讲大师用他们高超的演讲技能征服了众人,而他们也因此扬名。也许有人会说,在现实生活中,我又不指望以演讲为生,又何必学习演讲的艺术呢?我的工作与演讲并没有太大的关系,我又何必浪费时间学习演讲呢?殊不知,掌握演讲的艺术能够让自己受益匪浅,能让自己在谈吐中给领导、客户、朋友等人留下深刻的印象,以此获得更好的机会,那么何乐而不为呢?

即使你没有广阔的人脉和雄厚的财富支撑你的生活,但是只要学会演讲,利用好每次当众讲话的机会,那么资源、团队、人脉都能手到擒来,成功自然就会降临到你身上。所以,正视演讲艺术、掌握演讲言语、恰到好处地运用演讲艺术,你的生活一定会因此而发生翻天覆地的改变。

也许,在众人面前你无法侃侃而谈;也许,当众说话,你无法表达流畅自如。没有天生的演说家,能力是锻炼出来的。演讲也是沟通的一种方式,看似变化无常,实则有规律可循。只要懂得这些规律,掌握好演讲的技巧,你同样能在演讲中发挥自如,用演讲赢得掌声。

通过本书,你将学到如何学会演讲,如何演讲得更精彩,如何用演讲赢得听众。只要运用得当,你也可以像演讲大师一样成功演讲。

抓住每次演讲的机会,展现自我,让成功的可能性无限增大。通过本书的强化训练,可以将你的勇气、自信和热情充分调动,让演讲变得更为精彩、完美,并能将这些演讲技巧运用到实际生活当中,让你成为受到众人欢迎的“演讲高手”。读完这本书后你将会发现,当众说话不再是一件难事,自己也可以口吐莲花,展现十足的口才魅力。

# 目 录

- 第一章 大场合下的语言艺术**  
——**演讲,贵精不贵多,贵巧不贵繁** /1  
演讲要讲究语言艺术 /2  
赋予演讲生命力 /5  
只言片语有时也能胜过长篇大论 /6  
巧用修辞装饰演讲 /9  
脱稿演讲优于照本宣科 /12  
说得好不如说得巧 /14  
演讲材料新颖、真实才能吸引听众 /17
- 第二章 不打没准备的仗**  
——**掌握技巧,做听众喜爱的演讲** /19  
演讲前的情绪调动 /20  
拥有适当的激情,点燃现场的气氛 /22  
演讲的控场能力 /25  
让听众参与到你的演讲中 /27  
繁琐的说教可能会吓走你的听众 /29  
成功在于让听众有深刻的体验 /31  
狗尾续貂往往会得不偿失 /34  
演讲不仅要用口,更要用心 /36
- 第三章 克服演讲前的心理恐惧**  
——**让你在众目睽睽之下侃侃而谈** /39  
演讲者的心理障碍 /40

- 让你的大脑多多储备“食粮” /43
- 破除演讲的最大障碍 /45
- 首次演讲也能大放光彩 /48
- 没有天生的演说家,胆量是练出来的 /50
- 展现内在潜能,自信面对公众 /52
- 多向演讲高手借鉴经验,勤学好问不失为一种捷径 /54

#### **第四章 非语言信息更富有内涵** **——“表演功夫”为你的演讲加分 /57**

- 好形象让你的演讲脱颖而出 /58
- 表情达意才能打动观众 /60
- 举止仪态要展现魅力 /62
- 态势语言是演讲中的“砥柱” /64
- 用恰当的手势强化你的气场 /67
- 演讲要善于利用声音 /69
- 演讲时要注意眼神的运用 /70

#### **第五章 当众说话有捷径** **——突出演讲亮点,规避尴尬和矛盾 /73**

- 当众出丑不如曝于人前 /74
- 巧妙化解尴尬的演讲技巧 /77
- 演讲三分靠语言,七分靠举例 /79
- 当众说话切勿锋芒毕露 /82
- 公共场合化解小矛盾的说话之道 /84
- 众人面前遭嘲讽,巧妙应答 /86

#### **第六章 别因突发事件乱了口舌** **——突发状况下如何应对自如 /89**

- 大场合遇突发事件,巧妙言说 /90
- 将错就错,让“巧合”为你服务 /92
- 随机应变,轻松化解演讲“卡壳” /94
- 忘词也不要影响精彩的演讲 /97

面对刁难要懂得从容应对 /99

逆转冷场,让演讲出彩 /102

## 第七章 人多的时候别急着开口

——你不可不知的演讲“显规则” /105

看氛围选语言,分清场合再开口 /106

到什么山唱什么歌,按演讲对象选语言 /109

措辞符合角色,明白身份是关键 /111

话前三分钟,谨言慎行不能少 /113

## 第八章 演讲中的幽默技巧

——用幽默调节气氛,用笑声打破冷场 /117

善用幽默拨动听众心弦 /118

给演讲一个幽默的开场白 /121

打破尴尬,巧用幽默来解围 /123

幽默以对,轻松提升人气 /126

幽默之法要适度得体 /129

演讲中的幽默也要因人而异 /131

## 第九章 当众批评别人时要管好自己的嘴

——指出别人的错误,也要赢得听众信服 /135

最好的批评是点到为止 /136

不翻“旧账”,勿揭“伤疤” /138

批评有话术,良药不苦口 /140

间接批评有窍门 /143

当众指出别人的错误,一定要三思而行 /145

公众面前不说“你错了”,旁敲侧击方显自身素质 /148

## 第十章 知识和材料的日常积累很重要

——即兴演讲也可以头头是道 /151

如何发表好即兴演讲 /152



- 即兴演讲要有的放矢 /154
- 张口就来的即兴演讲技巧 /157
- 即兴演讲的几种主要形式 /160
- 即兴演讲的组材方法 /163
- 即兴演讲的结束语 /166

## **第十一章 打造属于自己的好声音**

### **——不同的演讲台,不同的侧重点 /171**

- 主题演讲,“演”与“讲”和谐统一 /172
- 竞选演讲要突出自己的亮点 /174
- 学术演讲的特点和技巧 /176
- 就职演说的技巧与艺术 /178
- 应对媒体采访的演讲策略 /180

第一章  
大场合下的语言艺术  
——演讲,贵精不贵多,贵巧不贵繁

演讲又称为演说,是指在公众场合以有声语言辅以体态语言,针对某些问题,鲜明、完整地表达自己的观点和主张,阐述自己的理念或抒发情感。演讲若想到达其目的,语言就要讨巧、精简。

## 演讲要讲究语言艺术

---

掌握演讲中的语言艺术,才能打动听众,让自己的演讲成为鼓舞人心的乐章。

---

演讲是一门语言艺术,它的主要表达形式是“讲”。既然是演讲,那就是“演”和“讲”的结合,即运用有声语言加上身体动作、表情等态势语言,其主要目的是让言辞的表现力和声音的感染力达到极致,使讲话“艺术化”,从而产生一种特殊的艺术魅力,即语言艺术。

演讲的首要前提就是语言,离开了语言,演讲也将不复存在。演讲者与听众的信息交流桥梁就是演讲语言,因此,语言所必备的语言艺术就显得十分重要了。演讲语言是丰富多彩的,既有生动的态势语言,又有丰富的内在语言。一场成功的演讲就是要能够适时、适度、适意、灵活自如地综合运用各类语言。只有灵活运用这些语言艺术,才能给听众留下深刻印象,获得演讲的成功。

早在 20 世纪 30 年代,杨炳乾先生在其《演讲论大纲》中就演讲语言与文学语言的区别之处道出了精妙的见解:“演说学修辞与文学之修辞不同……文学重在抒发自我情感,演说重在诱动他人情感,文学之修辞多纯为求美,而小说之修辞则欲借美以助其成功……且文学之文章接于人目,故其修辞,除诗歌外,仅注意文学之内容,而演讲之语言,结于入耳,故其修辞更含有声

音语气及适应环境之性质。文学之文章，能反复阅者，故词可艰深；而演说之语言，只陈述一次，故词贵简。”

由此可见，演讲是直面于听众的一次声情并茂的表演，主要是针对听众，能够直接看到听众的表情、动作以及接受程度。既然如此，在演讲语言上就需要下工夫，不仅要使语言能准确、完整地表达出来，还要使听众能够理解、能够接受。

美国著名作家、演说家、教育家戴尔·卡耐基先生，经常租用一家酒店的大礼堂来进行社交课程的教授工作。有一次，卡耐基接到了这家酒店的通知，要他付比原来价格多一倍的租金才能继续使用酒店的大礼堂。面对即将开展的课程，地点早就通知了各位学员，已经不能再做更改了，于是他来到酒店，找到了酒店的总经理。

卡耐基看着经理，呵斥地说道：“我接到你们的通知时，我深感不解。你们酒店在没有和我商量的情况下，单方面随便地违背我们所签订的合约，你们这样的做法实在是太让人震惊了，怎么可以这样？”经理听了以后没有作答，他只是静静地看着卡耐基。

卡耐基这时将态度一变，反而温和地说道：“不过，我想这也不能怪你，假如我处在你的位置上，也许我也会这样做的。作为一个酒店的经理，你有你的职责，你的职责就是为酒店创造效益，你这样做的原因也是为酒店着想，我是可以理解的。”酒店经理听了以后微微点点头，回答道：“是的。”

这时，卡耐基继续说道：“那我们可以来分析一下你这样的做法是利还是不利？我先讲有利的一面：从目前情况来看，你把礼堂租给别人要比我们的租金高一些，从眼前利益来看是要赚得多一些，但是因为我们签的是长期合同，在价格上要比临时外租优惠一些，但因为是长期，这个利润是长久累计的，所以显然你就吃亏了。”卡耐基继续娓娓道来：“那不利的一面：我因为昂贵的租金而被你赶走了，这对你是一件非常不利的东西。我们所办的培训班每年前来听课的都是各界精英，这些学员其中大多都是中高层的管理者，在无形中是在帮你做长期广告，为你扬名呢，如果你把我赶走了，这些广告你是得不到了！”

经理听后又是一阵沉默。

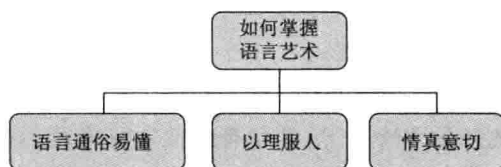
卡耐基见状和藹地笑了笑，说：“我是在为美国的企业做一件善事，

我的利润十分微薄，每次的课程收入几乎都用作费用支出了，从实际上来看，我们确实是各有各的难处，请你认真考虑考虑之后再给我答复，可以吗？”

最后，酒店经理经过一番思考，还是决定按原合同执行了。

卡耐基能从正反两方面对租金变化这件事进行分析，让酒店经理从谈话中抛开自己加价的念头，成功地维护了自己培训地点及租金的权益。从中我们看出，卡耐基非常注意语言艺术，能从多方面入手，成功说服酒店经理，这就体现出了语言艺术的重要性。

那么，应该如何掌握语言艺术呢？可以参考下面几个方面。



### 1. 语言通俗易懂

口语和书面语的不同之处，就在于一个侧重听觉，一个侧重视觉。视觉可以仔细察看，认真思索，但是听觉不同，首要的条件就是听清、听懂，然后才能理解。很明显，通俗易懂的语言是语言艺术的前提，只有听众听明白，才能理解其中的道理。

### 2. 以理服人

演讲属于论说文体，是描述、抒情、议论等相结合的题材，演讲整体重在阐明自己的主张、见解与态度，将自己的观点通过解说、动员、鼓励等方式表达出来，但前提是要以理服人，只有理到才能服众。

### 3. 情真意切

演讲语言的前提是真诚，只有真诚才能启迪、打动、说服听众，使听众听了你的演讲后接受你的观点，并愿意付诸于实际行动当中。听众感受到了你的真诚，才会对你产生信任感。情真，是演讲内容和表达的起码要求；意切，是表达的旨意切合内容、切合当下、切合听众的要求，只有情真意切才能让演讲深入人心。

## 赋予演讲生命力

---

只有演讲者在演讲中充分表露出演讲的生命力，听众的情绪才会完全由演讲者带动，从而获得成功。

---

首先就会感受到演讲者对于演讲的用心，然后会愿意仔细聆听，听众必然能从中感受到演讲的激情，通过自己的判断接受演讲者的观点。

如果不懂得合理利用这点，演讲只会是平仄无奇、空洞乏味，让听众很容易产生心理上和听觉上的疲劳。而优秀的演讲者能够充分运用激情，将自己的演讲变得更加生动、形象，从而使演讲更精彩。

在 20 世纪 60 年代，美国爆发了反对种族歧视、要求民族平等的大游行运动。此次游行的领导者是黑人民权运动领袖马丁·路德·金，他在林肯纪念堂前，发表了著名的《在林肯纪念堂前的演讲》，引起了世界各国的极大反响。

在演讲中，马丁·路德·金热情洋溢地赞扬了 100 多年前林肯签署的《解放黑人奴隶宣言》。但是据此已经过去 100 多年了，黑人仍然处在水深火热之中，遭受着严重的种族歧视。所以他号召黑人团结起来，奋勇反抗。他用诚挚热情的语调描述了黑人自由的理想，以及梦寐以求所渴望的平等：

“黑人儿童将能够与白人儿童如兄弟姐妹一般携起手来。”

“上帝的灵光大放光彩，芸芸众生共睹光华！”

当时，这番气势磅礴的演讲，不仅在游行队伍中产生了极强的感染力，极大地鼓舞了他们继续作战的勇气，同时，这极具生命力的演讲也引起了世界的注意。而马丁·路德·金也被当成“种族平等，争取自由”的典范，受到世人的敬仰。

丘吉尔曾说：“做演讲，只有感动自己才能感动别人。”演讲正是如此，只有我们自己被演讲充满热情的语言调动起感情时，才能打动听众。而这样的演讲才算得上有生命力，才会带给听众听觉冲击，让听众感受到演讲者的真情实意。

那么，如何才能做一次成功的、富有激情的演讲呢？具体方法可以参考

下面几点。

### 1. 展现激情

激情来自于演讲者的真情实感。演讲者只有将自己的情感真实地表达出来,那么听众才会被演讲所感染,产生共鸣,从而达到理想的演讲效果。演讲者可以通过使用相对独立的语言,以排比句、反问句、感叹句等语言方式,加上高低快慢、抑扬顿挫的语调,辅以适度、得体的态势语言,就可以展现自己的演讲激情,同时调动起听众的情绪。

### 2. 选择自己热衷的话题

演讲者要对自己的题目有深切的感受,才能引发听众的共鸣。道理很明显,如果你对你选择的题目有实际接触与经验,对它充满热诚,如某种嗜好或消遣的追求等,或者你对题目曾做过深入思考或有个人的独到解读,就会满怀热情,不愁演讲时没有激情了。

几乎所有的演讲者都会怀疑,自己选择的题目能否提起听众的兴趣。只要点燃自己对题目的狂热,就不怕听众不感兴趣了。历来演讲的最大吸引力皆出于个人深切的信念和感觉。真诚建立在信仰之上,而信仰则出于对自己所要说的事情的真挚情感,出于大脑对于所要说的内容的冷静思考。

### 3. 重现自己对演讲内容的感觉

在演讲时,要想打动听众,赋予演讲生命力,就要在听众面前重现自己对演讲的感觉。只有将自己的真情实感展现在听众面前,才能让听众感受到你对演讲的真诚,让演讲迸发出激情。

总之,只有赋予演讲生命力,才会让演讲变得有吸引力,成功带领听众进入演讲者的观点之中。

## 只言片语有时也能胜过长篇大论

---

演讲能够引人入胜,其最起码的标准就是语言要有力度,能够用最少的语言表达出自己的想法,将整个演讲浓缩成为精华。

---

在社会场合中,一个人的说话形象、说话风格直接影响他在众人心目中

的印象。在演讲过程中,要求演讲者的语言简洁、精练,只有这样才能承载更多、更有用的信息。如果空话连篇,只会让人反感。

演讲时,多说无益,要学会用简洁的话语直观地进行表达。演讲与写文章不同,不需要详细、反复论证,只要能表情达意就可以了。演讲稿虽然也是书面记载,但它只是为了便于记忆,与书面文章是有本质上的区别的,这是非常重要的一点。长篇幅的讲稿最容易犯的错误便是繁琐重复,将一个问题反复讲、反复提,演讲者在台上讲了半天,听众翻来覆去听到的都是一个问題,早就不厌其烦了。

也许,有的演讲者反复提及一个问题,是怕听众理解不了;但是,有的演讲者在演讲时东拉西扯,抓不住要点,使得听众不明就里。这样的演讲者只能给人思维不清晰、逻辑不严谨的印象,他的演讲也只能像一堆杂物一样,让人没有整理的想法;还有的演讲者爱说一些客套话,客套太过就显得有些虚伪了,比如反复地说“我水平有限,如果有什么不足的地方,还请大家多多指教”,“对这类问题我也是一知半解,谈的也只是个人看法”等,这样的话很容易引起听众的厌烦和反感。

一次,林肯在伊利诺伊州的一个审判室里处理一个案子,他的助手将一份提交上来的起诉书递给林肯,助手仔细一看,这份冗长的起诉书是一个平时极其懒惰的律师起草的,助手感到十分吃惊,他对林肯说:“林肯先生,你也感到吃惊吗?”林肯却慢慢地回答说:“吃惊倒算不上,这就好比平日里懒惰的传道士会经常写出冗长的讲道稿是一个道理,那是因为一写起来就懒得停笔。”林肯总统有一次批评一位说话冗长的演说家道:“他是我这一生里遇见的所有人中,能把极多的话压缩进极少思想中的人。”

由此可以看出,冗长的话语总会让人生厌,而简练有力的话语,能使人興味不减,而演讲也正是如此。唠叨重复、语言繁琐、不得要领,这样的演讲只会令人生厌。不少惜语如金的演讲者反而能被世人铭记,他们的表达言简意赅,而留下的演讲篇章也显得十分珍贵。

马克·吐温曾经讲过一个故事,是专门针对“演讲是长篇大论还是短小精练”这个问题的,故事虽然短小,但内容很值得演讲者们深思。

有一个礼拜天,马克·吐温到教堂去做礼拜,正巧那天有一位外地的传



教士在教堂门口用哀怜的语言讲述非洲传教士的生活，教堂门口是被围得严严实实，许多信徒都站在一旁听他的讲述，想要奉献自己的一份爱心，而马克·吐温也在这队列当中。

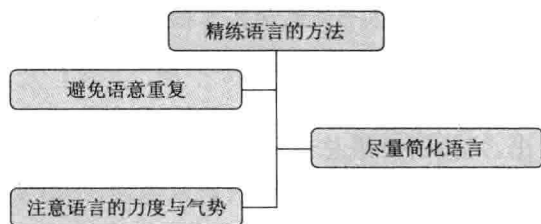
那个传教士见众人围了过来，于是开始讲非洲传教士的艰苦不易。特别是说到非洲传教士传道的艰辛过程时，他更是声泪俱下。当他说了5分钟后，马克·吐温马上决定对此事捐助50元，以表心意；当这个传道士又接着讲了10分钟后，他决定把捐助的数目减少5元；而当马克·吐温听他滔滔不绝地又讲了半个小时后，他已经决定只捐助35元了；而这个传教士还在继续讲着，丝毫没有停下的意思，他又继续讲了一个小时后才停止。

这时候传道士拿起钵子向听众哀求捐助，从马克·吐温面前走过的时候，他因为反感直接从钵子里偷走了两元钱。

马克·吐温通过这个小故事，形象地表达了演讲需要简练，才能带来想要的结果。如果太长了不但不能激起人们的欲望，反而会令人讨厌。

演讲讲究的是面对面的交流，不用像论文一样动辄数十万字数，也不用像书面语言一样需要反复、严谨的论证。因为听众注意力有限，不能长时间集中。篇幅一长，时间太久的话，听众不仅难以理解整个句子的意思，还容易让人厌烦，想赶快终止对此次演讲的聆听。那位传教士滔滔不绝地讲了近两个小时，即便是为了他人的需求来进行演说，但是内容重复繁琐，让听众厌烦。马克·吐温心理上的一系列变化正是对传道士的反感所导致的。

想要演讲的语言变得精练，可以从下面几个方面找寻方法。



### 1. 避免语意重复

德国大思想家孟德斯鸠有一句名言：“人类思考得越少，废话就越多。”要想语言变得精练，首先就要丰富自己的思维，多看多想，让自己的思维变得有深度，才不会让演讲变得冗长，需要避免的就是语意重复。千万不要反复论证同一个问题，不要把自己的好意变成听众厌烦的原因，能用一段说清