

<<一句话改变命运>>

图书基本信息

书名：<<一句话改变命运>>

13位ISBN编号：9787533749767

10位ISBN编号：7533749766

出版时间：2011-6

出版时间：安徽科学技术出版社

作者：（韩）李元雪，（韩）姜宪求 著，严春霞 译

页数：130

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<一句话改变命运>>

前言

序 开口表达才能成功 这是发生在招聘面试当中的真实事件。

面试官要求应聘者作一下自我介绍，时间不限。

然而，在众多应聘者中，竟没有人能将自我介绍的时间延长至三分钟。

要是大家都能在一定的时间内，简明扼要地介绍自己该多好！

不幸的是，事实并非如此。

不是他们不能言善道，而是因为没有话讲，才会连三分钟都说不满。

就连介绍内容本身也如背诵公式一般千篇一律。

于是，面试官说道，如果觉得自我介绍比较难，那就谈谈自己的父亲吧。

这一回甚至没有人能说满两分钟，而且大部分人还都是如下的回答。

“我的父亲是一位严谨诚实的人。

哪怕我犯一丁点儿的错，他都会严厉批评，训诫我下次不要再犯。

表面上，父亲好像对我非常严格、只重原则，其实内心却非常慈爱。

我非常尊敬我的父亲。

” 甚至连他们提交的书面自我介绍也都大同小异，因为那些全都照搬抄袭自网上流传的范文。

该公司的社长，也就是面试官反问道：“与这些人合作，能干成什么大事？”

他们自我介绍说不到三分钟，介绍自己的父亲时内容空洞，而且说不满两分钟，就连自我介绍书都只会抄袭网络范文！

” 于是，他一个应聘者都没有录用。

韩国知名企业S集团的某位管理人员说，他在面试时，一定会在问完所有问题，应试者即将出去之前，再问问他们是否还有什么需要纠正或补充的。

100个人当中97人都会回答说没有，只有两三个人会再次强调自己的优势，恳请公司给他一个机会。

这位管理人员感叹道，自己就是为了寻找这种积极主动的人，才会故意抛出那样的问题，但是想找到这样的人实在不是一件容易的事。

当别人要求我们畅所欲言地介绍自己时，我们可以先说一下自己的人生观，并由此引发开来，谈谈自己的生活目标和使命感，接着可以讲一讲愿景以及为实现愿景所制定的人生计划。

事实上，说完这些，不要说五分钟，就算是50分钟，甚至五个小时都不够。

那么，讲不到五分钟意味着什么？

那么多人白白地错过积极展示自己的绝佳机会，这又意味着什么？

他们难开的金口里究竟藏着什么？

答案只有两种可能：要么没有愿景，要么缺乏自信。

事实上，和没有愿景相比，更多的是害怕言多必失，即缺乏自信。

他们难开的金口里恐怕藏的是：“保持沉默，确保第二。”

” 事实上，缺乏表达的自信，只是因为经过话语方面的正规训练。

我们完全可以通过训练，彻底改变不善言辞的状况。

没有人天生能说会道或天生口齿笨拙。

只不过，有些人认识到，话语就是力量、话语能改变命运，因而努力地学习、培养，而有些人则对此无动于衷。

但是，大部分人都没有意识到话语的力量和鼓动性，因此不会去有意识地进行话语方面的系统训练。

另外，即使他们想要训练，因为不得其法，最后也只能放弃。

这样就变成了在心里反复说“只要保持沉默就能确保第二”的人。

然而，这种观念太过陈旧了。

“只要保持沉默就能确保第二”的文化，“轻率地说错话反遭垫底”的文化已经成了旧时代的遗物。

“回答正确的人得第一，回答错误的人得第二，而什么话都不说的人垫底”的时代已经到来。

今后，和一次说出正确答案的人相比，为拿出更好答案，不怕说错、不断尝试的人会得到更高的评价。

<<一句话改变命运>>

过于沉默寡言的人，与其说是谦虚或修养好，懂得倾听，倒不如说是因为某种悲剧性的情由导致其有口难开，或是因为受到某种心理的创伤。

话很少的人可以说是半个死人，而话过少的人则可以视为是身患不治之症的人。

因此，令人遗憾的是，关于自己没什么可讲或几乎没什么可讲的年轻人，虽然他们身体健壮、知识丰富，但是他们的灵魂也许正患了重病。

另外，会说话但语不得当也是一大问题。

所有的人际关系都建立在话语之上，同样也会因为话语而破裂。

然而反观我们周围，很多时候因为忽视这类话语和对话的重要性，因话语引发矛盾、误会、不和等最终导致关系破裂的情形比比皆是。

无论是什么人，如果互相之间没有完满的沟通和对话，就不可能建立良好的关系。

可以说完美的人际关系、友谊和家庭的和睦，全都来自于完满的交流沟通和对话。

因此，罗纳德·B.阿德勒(Ronald B. Adler)的下列话语显得更加具有说服力：“不管哪个时代、哪个国家，保住工作、与人共事、待人接物、与陌生人发展友谊、表达爱意或处理不可避免的矛盾、向商人或邻居等其他许多与我们相关的陌生人请求帮助等，上述所有情况的成功与否，都取决于是否具有自信而充满技巧地表达自己想法和感受的能力。

”很少有人一生下来就能言善道或写得一手好文章。

任何人都需要为此付出努力并不断练习。

头脑和能力的差异并不是决定性的因素。

决心、努力以及执著才是决定性的因素。

善于话语的超级明星们都拥有各自的方法，并运用方法不懈努力。

小说家芬妮·赫斯特(Fanny Hurst)为了一句话不惜修改稿件104次，拉里·金(Lamr King)甚至对着猫和金鱼练习过说话。

林肯为聆听著名演讲者的演说，不惜长途跋涉近100千米。

《积极思考就是力量》的知名作者诺曼·文森特·皮尔(Noman Vincent Peale)始终保持一种尊重听众、为听众服务的姿态，在面对公众时也会感到紧张、焦虑。

杰克·坎菲尔德(Jack Canfield)阅读了两万则故事，并努力征求原作者的书面同意，允许他将其中的两千则故事引用在自己的著作中。

马雅·安洁罗(Maya Angelou)、从小口吃的狄摩西尼(Demosthenes)，正因为他们都非常明白话语有多么重要，于是通过刻苦努力，成为当代最杰出的话语驾驭者，并展示了指引时代的领导才能。

《韦氏大字典》一刻不离手的马克·吐温(Mark Twain)、最初的黑人美国国务卿科林·鲍威尔(Collin Powell)……他们的成功都强有力地证明了，任何人只要通过坚持不懈的练习，都能够成为当代伟大的演说家、杰出的领导者。

他们经过不懈努力最终成为Talk Power的世界超级明星。

真的令人非常震惊。

根据莉莉·沃尔特斯(Lilly Walters)的说法，像杰克·坎菲尔德、史蒂芬·科比、马雅·安洁罗这类话语的超级明星们，他们单单一次演讲就能够获得十三、四万美金，约合人民币90多万元的巨额酬劳。

这是一个反映话语价值的绝佳例子。

但是，我们首先必须了解一个事实，那就是他们在此之前，需要投资四万甚至五万个小时不断训练、不断为之努力。

那么，想要成为像他们那样的话语明星，必须投入怎样的训练和努力呢？

我们在本书中将向各位揭示各种积累话语的训练方法。

如果能够理解话语的力量，同时一项项地加以训练，那么大家肯定也能够发挥话语的力量，而且丝毫不会逊色于史蒂芬·科比、拉里·金等人。

但是在积累话语训练之前，大家一定要认识一点，那就是给听众带去感动并发挥影响力的话语并不等同于冠冕堂皇、口若悬河的话。

人们以为只有出自嘴上的话才是话语，其实脸部表情、姿态或动作等肢体语言同样是一种表达的手段，而且有时它甚至是一种比话语更为强烈的表达手段。

<<一句话改变命运>>

研究结果也表明，在传达信息上，肢体语言的比重明显高于话语。话语传达的信息只占了7%，而人们从音调(38%)或肢体语言(55%)中获得的信息更多。不仅如此，腔调、语速以及话与话之间穿插的沉默或手势等许多因素一起作用时，才形成“完整的话语”。

因此，会说不等于能说。

那么话语的力量从哪里来？

它并不取决于话语的流畅，而取决于说话者的使命感有多强，他的愿景有多具体，他的为人有多可靠。

话语训练的另一个好处是，通过话语能够开发大脑。

这是因为在训练话语的过程中，头脑会在不知不觉间变得非常灵活。

我们在说话的同时领悟知识。

特别是，说过的比听过的能更长久地留在记忆里。

犹太人的人口只占世界人口的0.3%，但是他们却获得了22%的诺贝尔奖。

他们送孩子上学的时候，从来不说“要好好听老师的话”，而是跟孩子讲“有不懂的地方可以问老师，老师什么都知道”。

他们并不是闭上嘴巴乖乖听老师的话，而是开口积极提问。

表达自己的想法。

从他们屡获诺贝尔奖这一点，我们可以看出，话语对头脑开发有多么重要。

不仅如此，世界上文盲率极高的国家印度今天之所以能够成为世界IT强国，其秘密也因此。

不会写字的印度人听寓言，然后把听来的寓言再转述给其他人听，他们在不知不觉间丰富了想象力，IT产业得到了极大发展。

可以说，是话语创造了IT强国。

杰克·坎菲尔德和史蒂芬·科比从20岁出头就开始开口培训他人，他们后来成了自我开发领域的最高权威。

边做边说所产生的学习效果相当于阅读效果的9倍、听的2.5倍、看的3倍、边看边听的1.8倍。

他们在数十年里一直教育他人，积累了相当于别人9倍多的学习量，因此成为当今全球范围内的教师。

开口说话本身就是学习。
就是开发大脑。

笔者写这本书的动机是，《孩子啊，人生短暂莫蹉跎》丛书第一册《愿景铸就成功》使读者了解了愿景的力量和跃动性，领会了形成愿景的原理。

笔者从中感受到了一种使命感，希望把培养话语的力量、表达能力的方法介绍给读者。

而这些正是将愿景转化为现实的必要武器。

如前所言，愿景再怎么具体，如果不能有效地进行交流，就很难得到实现。

什么时候说什么话，应该怎么说，我们在此不作讨论。

因为我们的目的是让读者深刻体会到为什么话语是力量、是命运，而不是介绍随机应变或机灵幽默的个例，并且引导读者产生成为像马雅·安洁罗、岛山安昌浩或科林·鲍威尔那样的话语大师的决心，然后向他们介绍应该具体从哪里做起。

和建筑或室内装潢相比，我们更注重土木工程。

犹太人的谚语中有那么一句话：“话在嘴里的时候我支配话语。

话从嘴里出去之后，话语支配我。

”你们有决不放弃的愿景吗？

有引领你们走向未来、走向理想世界的愿景吗？

那么就用Talk Power来武装自己吧。

开口吧，说出你的使命和愿景吧，那么话语就会支配你，帮助你实现你的使命和愿景。

只有开口表达才能成功。

<<一句话改变命运>>

<<一句话改变命运>>

内容概要

过了青年期的成年人要想改变自己早已定型的“说话习惯”，提高沟通能力，并不是一件容易的事。我也经常感慨，要是能够早一些，即在幼年期或青少年期就明白这个道理的话该有多好。

从这个意义上讲，刚看到李元雪等的《一句话改变命运》这本书的时候，我内心不免羡慕，为什么在我的时代没有这类书。

特别是，《一句话改变命运》这本书没有脱离实际的理论，或偏重某一特定人士的方法，而是丰富地揭示了实战性的How-to，是一本提高我们青少年的沟通能力不可多得的指南书。

当然我们成年人也需要先学习一番……

<<一句话改变命运>>

作者简介

姜宪求：

推崇“让梦想成为现实的力量”，被誉为韩国最有激情的“梦想传教士”。

从1995年设立水原梦想学校以来，他先后在世界各地开设了很多所梦想学校，还通过演讲和著书的形式向青少年和各阶层人士传递梦想，传播“不失去目标，不失去梦想，心跳每一天”的生活方式。

他的著作《儿子，人生何其短暂，怎么还来得及犹豫？

》一书的销量突破了100万册，成为改变韩国青少年人生的圣经。

献给青少年们的“梦想圣经”《儿子……》系列已经为在线梦想学校“ My

Life, My Vision ”培养出了企业、大学、宗教等各领域的领导人，其教育方式广为传播。

李元雪

李元雪博士，1930年出生于黄海道，在北俄亥俄大学获得政治学学士学位。

在凯斯西储大学获得历史学博士学位，在北俄亥俄大学获得荣誉文学博士学位,并且在林渠堡学院和艾德里安学院分别获得荣誉法学博士学位。

他先后担任庆熙大学历史学系助教及副教授、文教部高等教育局局长、艾德里安学院历史学教授、比利时鲁汶大学客座教授、庆熙大学研究生院院长及副院长、世界大学校长会事务总长以及翰南大学校长。

现在担任韩国基督教学院联盟理事长、世界大学校长会东北亚委员会委员长、基督教领导力研究会理事长、崇实大学财团理事长。

著有《革命时代的未来观》《50年后的约定》等12本韩文著作和Beyond Ideology , Korean Exodus等12本英文著作。

1976年到1999年曾在韩国《先驱》杂志上设立专栏。

<<一句话改变命运>>

书籍目录

第一章 话语是力量，是命运

- 1.一句话改变人类未来
- 2.述职报告架设起成功的云梯
- 3.话语拥有俘获人心的威力
- 4.话语即领导力
- 5.人际关系中话语贯穿始终

第二章 首先学会开口

- 1.只有开口才可能达成心愿
- 2.目标宣言的效果
- 3.无法表现自我的人同死人无异
- 4.紧闭的嘴巴阻碍命运
- 5.负面的话语造成负面的命运

第三章 他们之所以能说会道的原因

- 1.丰富的词汇能力是根本
- 2.故事的积累是话语的财产
- 3.使悲剧升华的热情
- 4.小成功是大成功的基础
- 5.不是头脑和能力，而是努力和坚持
- 6.话语大师开口时也会紧张
- 7.不断练习才能有所成就

第四章 制作话语的预算书

- 1.后悔版本比练习版本更为重要
 - 2.制作关于话语的Want-Have矩阵
 - 3.灵活运用模板
 - 4.练习SMART倾听法
 - 5.熟练掌握ALFRED话法
 - 6.学习AUCE记忆法
 - 7.练习转换思路
 - 8.制定话语的预算书
 - 9.制定TALK POWER开发项目
 - 10.每天翻看一次字典
 - 11.将信息装进故事里
 - 12.寻找生活中的故事并加以运用
 - 13.将故事概括成一幅图画
 - 14.开发首字母缩略和藏头文
 - 15.善于利用现场物品和状况
 - 16.首度登台演出彩排的10个阶段
 - 17.使用肢体语言和NLP进行表达
- #### 第五章 用话语打开大脑——话语的另一种力量
- 1.“学了什么？” VS “问了什么？”
 - 2.用嗓门打开大脑
 - 3.说过的比听过的更久留在记忆里
 - 4.教是开发大脑的秘诀

<<一句话改变命运>>

5.在说的过程中有所体会

6.坐在母亲的膝头

7.印度成为IT产业强国的秘诀

第六章 想要真正能言善道

1.鼓励开口表达的文化，扬弃沉默是金的文化

2.发自真实信念的一句话

3.言行一致时话语才真正完成

<<一句话改变命运>>

章节摘录

版权页：插图：“……难道说他侵占并统治我们的村庄，不会使我们落人人间地狱？

难道说敌人不断挑衅引起战争，也不能使我们下定决心作殊死搏斗？

难道说他不是我们的敌人？

难道说他不曾夺走我们的一切？

难道说他不是野蛮人？

这还需要再说什么吗？

”这是狄摩西尼（Demosthenes）在面对马其顿腓力二世的侵略时。

向雅典市民发表的演说。

他指责雅典市民软弱，呼吁市民奋起抗争、奔赴前线保卫国家，然而据说他的演讲进行不到一半。

大半的听众就离开了座位，当演讲全部结束的时候，就只留下狄摩西尼一个人站在讲坛上。

为什么？

他们去了哪里？

原来雅典市民听到演讲后深受感动。

等不及听完就都早已奔赴前线。

他运用话语为面对敌人的入侵而惊慌失措的雅典市民注入了勇气，揭示了前进的方向。

狄摩西尼是著名的雄辩家，被誉为雅典的“自由代言人”，他从25岁开始就一直发表演讲感染民众。

因此直到今天，我们在谈论话语带来的力量时，总是以狄摩西尼为例。

狄摩西尼天生就是达辩家、雄辩家吗？

绝对不是。

他曾是一名语言障碍者，即患有所谓的口吃。

他能够成为一名虏获民心的雄辩家，其背后真的是付出了惊人的努力。

据说，为了克服语言障碍，他在山谷里对着岩石和树木练习演讲，在大海边把小石子含在嘴里练习讲话。

不仅如此。

他甚至还抄写修昔底德的历史书达八遍之多。

<<一句话改变命运>>

编辑推荐

《一句话改变命运》：一声心灵的对白，一份温暖的叮咛。

<<一句话改变命运>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>