

超级演说家

简要介绍

《超级演说家》是中国首档语言竞技真人秀节目，以“挑选中国最会说话的人”为目的，初步定于 8 月初和观众见面。在目前音乐节目扎堆、“模式”扎堆的背景下，《超级演说家》异军突起，走起了不寻常的路。

节目由林志颖、乐嘉、李咏和陈鲁豫担任评审，在赛制上，来自全国各地的 60 位不同职业、不同领域的新锐精英、意见领袖将在舞台上进行约 5 分钟的演说，在选手演讲的过程中，300 位观众利用手中的表决器，向选手投出支持或反对票，反对票过半，选手将直接淘汰。反之，支持票过半，将进入评委选人阶段，若选手没有被任何评委选择，也视为淘汰。根据环节设置，节目中将有“说故事”、“新闻发布会”等环节，经过重重关卡和考验后，60 位选手将决出一名总冠军。

详细赛制

第一期至第五期 导师分班 24 强诞生

导师分班，选手依次入场进行约 5 分钟的演说，演说过程中台下 300 位观众利用手中的表决器，向选手投票，反对票过半，选手将直接淘汰。反之，支持票过半，将进入导师选人阶段，若选手没有被任何导师选择，也视为淘汰。若多位导师同时选择，权利反转至选手手中，由选手决定跟随哪位导师。

每位导师有 6 个名额，和一个复活权用于复活之前淘汰的选手而纳入麾下。

第六期至第九期 战队对抗 24 进 16

晋级阶段，四位导师战队轮番对战，每期两大导师战队各派出 3 名队员进行 3 轮 PK，每轮两位导师根据主持人提供的演讲主题选择出场队员进行约 5 分钟的演说，然后其余两位导师和一位嘉宾评委（第一季嘉宾评委为张铁林）各执一票，率先得到 2 票一方选手的晋级，而另一方暂时待定。

最后待定的 3 名选手进入决战三角进行 30 秒即兴演说，由 300 名大众评委投票，得票最高的一位晋级，剩余两位则惨遭淘汰。

第十期至第十三期 组内厮杀 16 进 4

决赛阶段，组内考核，每期一个战队组内的残酷比拼，队友之间只能有一个进入 4 强终极决战。

每期进行组内考核的导师自行决定分组和入场顺序，由演说的方式揭晓出场队员。每组演说完毕后，四位导师开始投票，率先得到三位非考核导师 2 票的进入下一轮，而得到考核导师 1 票的直接进入下一轮；未得到非考核导师 2 票并且也没被考核导师认可的选手则惨遭淘汰。

进入下一轮的选手进行战队终极决选，根据第一轮入场顺序，由考核导师给出一个设定情景，选手在 90 秒的时间之内，进行即兴情景演说，最终由考核导师决定唯一晋级名额花落谁家。

第十四期 终极决战巅峰之夜 4 进 1

总决赛巅峰之夜，经过层层筛选击破重围的全国 4 强，将在最后拼尽全力争夺全国总

冠军的宝座！

节目进程

超级演说家 130801

第一季第一期

选手	演讲题目	大众评委结果	导师结果	最终分组
许豪杰	《不是所有的 90 后都叫许豪杰》	通过	李咏, 林志颖	林志颖
涵冷娜	《女人何苦要运动》	通过	林志颖	林志颖
李宁	《别跟自己较劲》	通过	无	淘汰
叶紫涵	《做真实面对自己的人》	通过	鲁豫, 乐嘉	乐嘉
张汉盛	《TCK 在上海》	通过	无	淘汰
刘宇光	《跳舞的人可以》	通过	无	淘汰
陈文娅	《我身边的未成年犯》	通过	鲁豫, 乐嘉, 林志颖	鲁豫
林志颖	《我不是偶像》	导师讲演		

超级演说家 130808

第一季第二期

选手	演讲题目	大众评委结果	导师结果	最终分组
陈州	《我很幸福》	通过	乐嘉	乐嘉
姬剑晶	《小强是怎样炼成的》	通过	林志颖、李咏	李咏
胡野碧	《我要做超级演说家的评委》	通过	鲁豫	弃权
曹青莞	《与众不同的快乐》	通过	李咏、鲁豫	李咏
崔永平	《我不是一个神经病》	通过	乐嘉、李咏、鲁豫、林志颖	乐嘉
酸酸	《男女大不同》	通过	李咏	李咏
关滨	《试着学会原谅》	通过	鲁豫、乐嘉	鲁豫
林志颖	《爱情起航》	导师讲演		

超级演说家 130815

第一季第三期

选手	演讲题目	大众评委结果	导师结果	最终分组
解艺	《我的极品老板》	通过	李咏	李咏
龙洋	《女汉子的人生智慧》	通过	乐嘉、李咏、鲁豫、林志颖	鲁豫
李鹤	《找到你心中的勇敢》	通过	乐嘉、李咏	乐嘉
焦双喜	《我的快乐人生》	失败	无	淘汰
李林	《专家梦》	通过	李咏、鲁豫	鲁豫
鲁豫	《这“见鬼”的爱情》	导师讲演		

超级演说家 130822

第一季第四期

选手	演讲题目	大众评委结果	导师结果	最终分组
DJ 麦	《人生一定要自嗨》	通过	无	淘汰
黄小胖	《把弟达人》	通过	李咏、鲁豫	鲁豫
丘礼飞	《感恩父母》	通过	无	淘汰
大王	《琼瑶梦》	通过	林志颖	林志颖
杨心龙	《为了心中的号召》	通过	乐嘉、李咏、鲁豫	乐嘉
李程远	《陪伴》	通过	乐嘉、李咏	乐嘉
乐嘉	《如何读懂孩子的性格 因材施教》	导师讲演		

超级演说家 130829

第一季第五期

选手	演讲题目	大众评委结果	导师结果	最终分组
郭佳媛	《美女的优势》	通过	林志颖	林志颖
陈铭	《女人永远是最佳辩手》	通过	李咏、鲁豫、林志颖	李咏
杨思慧	《超级演说家 要得》	通过	无	淘汰
唐棣	《声音》	通过	李咏	李咏
黄澄澄	《漫漫艺考路》	通过	林志颖	林志颖
黄小山	《垃圾启示录》	通过	林志颖	林志颖
史峰	—	—	—	淘汰
鲍楠	—	通过	—	淘汰
大可爱	—	—	—	淘汰
石峯	—	—	—	淘汰

导师分班结果

期数	播出时间	鲁豫组	乐嘉组	李咏组	林志颖组
第一期	2013 年 08 月 01 日	陈文娅	叶紫涵	无	许豪杰,涵冷娜
第二期	2013 年 08 月 08 日	关滨	陈州,崔永平	姬剑晶,曹青莞,酸酸	无
第三期	2013 年 08 月 15 日	龙洋,李林	李鹤	解艺	无
第四期	2013 年 08 月 22 日	黄小胖	杨心龙,李程远	无	大王
第五期	2013 年 08 月 29 日	无	无	陈铭,唐棣	郭佳媛,黄澄澄,黄小山
复活		李宁	无	无	无

超级演说家 130905

第一季第六期

出战导师：陈鲁豫、李咏
 评委导师：乐嘉、林志颖、张铁林
 淘汰学员：关滨、唐棣

阶段	学员	演讲题目	导师	主题	得票	结果
第一轮	黄小胖	《相信自己漂亮 才能漂亮》	鲁豫	《如果这都不算爱》	2	晋级
	唐棣	《爱 很简单》	李咏		1	待定
	陈铭	《中国节》	李咏	《最炫民族风》	1	待定
	李林	《国要怎么爱》	鲁豫		2	晋级
	关滨	《婚姻这出戏》	鲁豫	《说好的幸福呢》	1	待定
	谢艺	《抓紧时间谈恋爱》	李咏		2	晋级
决战三角	唐棣	-	李咏	30 秒即兴演说	99	淘汰
	陈铭	-	李咏		193	晋级
	关滨	-	鲁豫		95	淘汰

超级演说家 130912
 第一季第七期 导师队战第二场
 出战导师：乐嘉、林志颖
 评委导师：鲁豫、李咏、张铁林
 淘汰学员：大王、涵冷娜

阶段	学员	演讲题目	导师	主题	得票	结果
第一轮	杨心龙	《我们喜欢怎样的父母》	乐嘉	《他们怎么就不明白》	1	待定
	许豪杰	《不要假装孝顺》	林志颖		2	晋级
第二轮	大王	《男闺蜜的美好时代》	林志颖	《谢谢你的爱》	1	待定
	叶紫涵	《父亲 谢谢你的爱》	乐嘉		2	晋级
第三轮	陈州	《爱可以改变一个人》	乐嘉	《你不来 我不好》	2	晋级
	涵冷娜	《你不来 我不好》	林志颖		1	待定
决战三角	杨心龙	-	乐嘉	30 秒即兴演说	133	晋级
	大王	-	林志颖		93	淘汰
	涵冷娜	-	林志颖		127	淘汰

超级演说家 130912
 第一季第八期 导师战队第三场
 出战导师：李咏、乐嘉
 评委导师：鲁豫、林志颖、张铁林
 淘汰学员：姬剑晶、酸酸

阶段	学员	演讲题目	导师	主题	得票	结果
第一轮	姬剑晶	《珍惜敌人》	李咏	《亲密的敌人》	1	待定
	崔永平	《继父的爱》	乐嘉		2	晋级

第二轮	李鹤	《给爸爸的信》	乐嘉	《一封信》	2	晋级
	曹青莞	《妈妈的信》	李咏		1	待定
第三轮	酸酸	《娱乐有没有圈》	李咏	《贵圈真乱》	1	待定
	李程远	《娱乐圈那些事儿》	乐嘉		2	晋级
决战三角	姬剑晶	-	李咏	30 秒即兴演说	57	淘汰
	曹青莞	-	李咏		197	晋级
	酸酸	-	李咏		122	淘汰

超级演说家 130919
第一季第九期 导师队战第四场
出战导师：鲁豫、林志颖
评委导师：李咏、乐嘉、张铁林
淘汰学员：郭佳媛、陈文娅

阶段	学员	演讲题目	导师	主题	得票	结果
第一轮	郭佳媛	《追梦女孩郭佳媛》	林志颖	《有一种付出叫心甘情愿》	1	待定
	龙洋	《电视台的那些事》	鲁豫		2	晋级
	陈文娅	《单亲妈妈的爱》	鲁豫	《没那么简单愿》	1	待定
	黄澄澄	《排排坐 吐嘈嘈》	林志颖		2	晋级
	黄小山	《婚姻与爱情》	林志颖	《最远的距离》	2	晋级
	李宁	《怀念妈妈》	鲁豫		1	待定
决战三角	郭佳媛	-	林志颖	30 秒即兴演说	86	淘汰
	陈文娅	-	鲁豫		125	淘汰
	李宁	-	鲁豫		198	晋级

超级演说家 131001
第一季第十场 组内对决 乐嘉队
出场战队：乐嘉队
评委导师：乐嘉、鲁豫、李咏、林志颖
晋级：崔永平

阶段	学员	演讲题目	考核导师	得票	结果
第一轮	李程远	《偶像的力量》			
	李鹤	《剩女是这样炼成的》	乐嘉	3	胜出
	陈州	《超级流浪家》			
第二轮	杨心龙	《年少成名》		1	
	崔永平	《小演员的明星梦》	乐嘉	2	胜出
终极决选	李鹤	90 秒即兴演说			
	崔永平	-婚礼祝词	乐嘉		晋级

超级演说家 131010
第一季第十一期 组内对决
出场战队：李咏队
评委导师：李咏、鲁豫、乐嘉、林志颖
晋级：曹青莞

阶段	学员	演讲题目	考核导师	得票	结果
第一轮	陈铭	《中国丈母娘》			
	谢艺	《就这样漂着》		1 鲁豫	
	曹青莞	《我们的父母》	李咏	3 乐嘉林志颖李咏	胜出
李咏	《有一种爱叫认错》		导师演讲		

超级演说家 131017
第一季第十二期 组内对决
出场战队：林志颖队
评委导师：林志颖、乐嘉、李咏、鲁豫
晋级：许豪杰

阶段	学员	演讲题目	考核导师	得票	结果
第一轮	黄小山	《人性的力量》		3	
	黄澄澄	《三十而立》			
	许豪杰	《我们身边最缺认真说话的人》	林志颖	1	
终极决选	黄小山	高速公路货车倾覆如何阻止哄抢	90 秒即兴演讲		
	许豪杰			林志颖	胜出

超级演说家 131024
第一季第十三期 组内对决
出场战队：鲁豫队
评委导师：鲁豫、乐嘉、李咏、林志颖
晋级：李林

阶段	学员	演讲题目	考核导师	得票	结果
第一轮	龙洋	《剩女》	李咏鲁豫	2	
	黄小胖	《再不动 就老了》	林志颖乐嘉	2	胜出
第二轮	李宁	《我和我的小伙伴们》	林志颖	1	
	李林	《好好说话》	乐嘉李咏鲁豫	3	胜出
终极决选	龙洋	90 秒即兴演说 如何说服老板加薪			
	黄小胖				
	李林				晋级

超级演说家 131025
第一季第十四期 总决赛

	选手	演讲题目	观众投票数	结果
第一轮	崔永平	《认输演讲》	160	晋级
	李林	《有力量的语言》	121	-
	许豪杰	《打开心结的话最有力量》	192	晋级
	曹青莞	《开口说话就是力量》	211	晋级
嘉宾	李小鹏	《坚持才会获得精彩》	-	-
命题演讲	-	中国人的一天	-	-
第二轮	崔永平	《养老院的一天》	179	晋级
	许豪杰	《中国人的一天是多着急》	127	季军
	曹青莞	《中国精神》	168	晋级
嘉宾	张丰毅	《致那些让我快乐的朋友》	-	-
命题演讲	-	《生命中的最后一天》	-	-
第三轮	崔永平	《生命中的最后一天》	166	冠军
	曹青莞	《生命中的最后一天》	149	亚军

超级演说家 20130801

第一季第一期

演讲稿

本期选手及演讲稿为：许豪杰《不是所有的九零后都叫许豪杰》、涵冷娜《女人何苦要运动》、李宁《别跟自己较劲》、叶紫涵《做真实面对自己的人》、张汉盛《TCK 在上海》、刘宇光《跳舞的人可以》和陈文娅《我身边的未成年犯》。

导师及演讲稿：林志颖《我不是偶像》。

选手	演讲题目	大众评委结果	导师结果	最终分组
许豪杰	《不是所有的九零后都叫许豪杰》	通过	李咏、林志颖	林志颖
涵冷娜	《女人何苦要运动》	通过	林志颖	林志颖
李宁	《别跟自己较劲》	通过	无	淘汰
叶紫涵	《做真实面对自己的人》	通过	鲁豫、乐嘉	乐嘉
张汉盛	《TCK 在上海》	通过	无	淘汰
刘宇光	《跳舞的人可以》	通过	无	淘汰
陈文娅	《我身边的未成年犯》	通过	鲁豫、乐嘉、 林志颖	鲁豫
林志颖	《我不是偶像》	导师讲演		

《不是所有的九零后都叫许豪杰》

许豪杰

自我介绍一下，我叫许豪杰。很多人在介绍我的时候呢，都会在前面加一个形容词：九零后。那说到九零后，你们能想到的褒义词和贬义词有哪些？你们几乎想不到任何褒义词，但是贬义词呢，你们都会想到同一个：脑残。

如果你去医院，护士让你填写病历卡，一看你写的出生年月，一九九零年，你都没有说你哪里不舒服了，她直接手指一指——脑科。你去女朋友家里面见家长，未来的丈母娘也对你很客气，“小伙子多大了？”“二十三岁，阿姨。”“哦，八九年的啊，不错不错，年少有为。”“不是，阿姨，九零年的。”“滚出去，离开我的女儿。”

社会上对九零后有这样的偏见呢？并不是因为九零后小和幼稚，因为有比我们九零后更小的零零后。但是呢，社会上评价零零后的关键词永远是牛逼的零零后、霸气外露的零零后。零零后在幼儿园的时候就开始谈恋爱，到了小学他们说不会再爱了。我有个零零后的妹妹，知道她的QQ签名是什么吗？“我完全不懂你这虚伪的泪水到底为谁而流。”我再看一下自己发的微博，“昨天的咖喱鸡块饭真好吃。”“这只小狗好可爱。”

但是我今天在这里呢，并不是要为九零后说话。我一直认为呢，上海的HR屏蔽了所有简历里九零后这个关键词。如果你是一名九零后，你投了五百封简历，终于接到了一个面试电话，那不是因为这家企业想要录取你，而是这家企业的HR想看看九零后是什么样子的，长长见识。你进了HR的办公室，他会问你，“你是怎么看待团队合作能力？你是怎么看待个人执行力？”如果这个时候你还一本正经的回答，“我认为团队合作能力就是……”那个HR就……“你以为我们真的会录取一个九零后啊，我们是正规企业，我是资深HR啊，知道我们为什么不会录取你吗？猜猜看，因为你是九零后。”

《女人何苦要运动》

涵冷娜

我是一个很喜欢运动的女生，我喜欢攀岩、喜欢跳伞。我自己有一张游泳教练执照，还有救生员的执照。可是呢，我今天要跟大家分享的是希望所有的女生都不要去运动。

为什么？因为运动会让一个女生变得人生非常的悲惨，它让我本来想要当一个女神，就慢慢的变成一个女神经病。为什么这么说呢？我回想起来，我第一次跟我喜欢的男生去水上乐园玩，那时候其他女生都穿很漂亮的小裙子泳装，为了表示我很爱运动，我穿了一个选手竞速高叉泳装跟他一起去。那个选手竞速泳装侧面看起来就是把胸部完全压成平的这样子，然后呢，其他的人在那边泡在泳池上晒太阳的时候，我为了表示我的帅气，我在旁边游蝶泳。那是一个很失败很失败的约会经验。

不过呢，这件事情呢，让我更立志。我想说我下一次约会要选一套好一点泳装，所以我就选了一套可爱的比基尼。是的，然后呢，这套比基尼呢，希望让我的约会可以有一个顺利的行程，没有想到我还是悲剧了，怎么说呢，因为呢这么一套可爱的比基尼如果你硬要拿来游蝶式，它就会变成这样，你就会得到一个外扩。后来我才发现，比基尼这种东西根本就不是拿来游泳的。我们现在市面上有很多不同材质的比基尼，好比说你们有穿过针织的毛绒线的比基尼吗？穿起来很漂亮，可是一下水就会变成这样，就会完全下垂。然后还有另外一种仿皮革的 PVC 材质，它们很防水，可是呢，如果你带它去游泳，它就在水里慢慢的把你的胸部撑大，然后又变小，然后你就可以一次体会 ABC 罩杯，ABC-CBA、ABC-CBA，然后等到你走到岸上的时候，你还是只剩下 A 罩杯，所以呢，如果你不小心游泳游到泳衣掉了，它只能变成眼罩，或者学我们台湾 hold 住姐变成格格。总而言之，我要告诉大家比基尼这种东西就不是拿来游泳的，会运动真的让我的人生非常悲惨。

我曾经跟三个男生一起约去攀岩，当他们发现我真的会攀岩的时候，就再也没有跟我联系过了。我研究出来几个方法就是，如果你要攀岩，你就一个地方可以站，就是站在地下，然后仰头看着他，然后说“你好帅哦，哇。”然后他从高处回头看你，刚好可以把你走光一次看光光。上健身房也是一样，擦汗的时候一定要小心，因为呢，我擦汗都是像这样，可是如果你想要成为女神，你只能用小猫式的擦汗方法，就是像这样。而且呢，脖子以下的汗水记得都不要擦去，让它顺着你的脖子慢慢地留下来，流到地下，然后你就可以顺势地说“好热”。对，今天如果你非常不幸地不小心在健身房举起了一个很重的杠铃，然后你发觉你旁边的人都用惊恐的眼神看着你，这时候你要做一个补救的措施。你要做什么事呢，赶快讲一件很白痴的事，你可以拿起杠铃，然后说，“呀，我怎么折到我的指甲了，指甲这种东西它是会再长回来的吗，还是它会永远的离开我呢？”讲了一件这么白痴的事情以后，大家就会忘记，你刚刚做了那么厉害的事情。

所以呢，我在这边其实只是要告诉所有的女生说，别去学什么运动，学习怎么脑残吧。

《别跟自己较劲》

李宁

现在有很多人他不快乐，为什么呢？我分析，是因为他们的欲望太多了。

有一哥们儿给我打一电话，“李宁，我辞职了。”我说“呦，怎么辞职了。”“工资给得太低了。”我说“哦，多少钱一个月？”“一个月才三千五六的，你说不够花，保险扣完了剩个两千七八的，都不够养家的。”各位，评评理啊。我那会儿在医院当保洁员，一个月一千四百块钱，他挣两千八，他跟我说他不够花的。我听完之后，我也当时也没客气对吧，我说“哦，不够花，好办呀，我给你出个主意，我听说缺一省长，那个工资高，出门车接车送多好，要不你试试去，你干不了关键是，对吧。”

比如说，今天我，拿我说，为什么我跟这儿演讲，李咏老师他是讲师，为什么呀？那是因为他各方面比我强，比如说那脸是吧，我望尘莫及。不过我跟你讲句实话，我们俩私底下有协议，互相学习。但是呢，我回去之后我分析了一下，你说让我赶上他这长度，估计够呛。但是呢，他过几年保不齐就跟我似的，他很有希望，我看好你，努力哦。

《做真实面对自己的人》

叶紫涵

我的人生比许多人都要精彩，因为我经常扮演着两个不同的角色，一个是男人，一个是女人。

男装的我，是一个身高只有 165，没有自信，平凡的扔在大街上你根本找不到的一个略带羞涩的小男孩。女装的我，可以穿上十五公分的高跟鞋，披着长头发，自信优雅，我用全世界最美好的词形容自己。有不知情的男生前来搭讪献殷勤，我看在眼里，他们心里的想法我全都知道，因为我是一个男人。

我选择了一个不被常人接受的职业，就是反串演员。期间受到了太多的挫折与心酸，最令我难过的依然是家人的反对和朋友的不理解。我知道这些压力并不是我一个人在承受，我的爸爸和全天下的父亲一样，希望自己的儿子是一个顶天立地的男子汉。在爸爸面前，我收起那份女生的娇柔，表现得很男子汉，可是一天两天，这张假面具让我透不过气来，我始终做不到，成为爸爸心中完美的好儿子。我让家人丢脸，让他们在亲戚朋友的面前都抬不起头，每当过年的时候，我都不敢和他们去见亲戚，因为亲戚会对他们指指点点。

于是我离开了家，来到一个陌生的城市，开始了全新的生活。我租房子，房东阿姨以为我是女生，夸我漂亮，在签房租合同的时候，她看到我的身份证上写着性别男，她惊讶地看着我上下打量到，“你究竟是男是女？”这个问题让我很尴尬。

在生活中，经常遭遇到一些人的冷暴力，就是一种冷冷的目光，一种冷冷的态度，让人痛不欲生，更有的人把我当做泰国的国宝，像在动物园里看动物那样。但是现在的我已经越来越成熟，当你面对同样的压力，面对同样的困难，心依然在疼的时候，你已经忘了眼泪是什么滋味。我坚强了，我学会微笑的面对重重困难，我以后会继续做真实的自己，走自己想走的路，过自己想要的人生。

《TCK 在上海》

张汉盛

我相信，每一个人一生中都被问过这样一个问题，你是哪里人，Where are you from。对绝大部分人来说，这个问题的答案根本不用思考，比如美国人会说 I am from America。上海本地人会说，我是上海人。可是对我说，这个问题的答案真的很纠结，我父亲是美国人，但我母亲是中国人，我生在美国，我长在上海，算半个上海人。我美国的亲戚一看我，就是个标准的亚种面孔，那我上海的朋友都不相信我说我是上海人。所以以后我再被问到这个问题，我干脆就回答，我是新疆乌鲁木齐人。

在美国那边有很多华人的后代，他们都遗传父母的黑眼睛黑头发黄皮肤，却只认自己是美国人，他们就要做 banana 香蕉人，意思是黄皮白心。那后来我就问我妈妈，“妈妈妈妈，那我这种白皮黄心的孩子叫什么？”她想了想说“外白内黄啊，可以叫鸡蛋超人。”

后来我才听说有个专门的词叫做 TCK，意思是第三类文化儿童，简单地说就是出身在一个国家，而长大在另外一个国家的孩子。我们家邻居有一个以色列的五岁小女孩，她居然会用上海话帮她妈妈讨价还价，超萌的，就这样，“朋友帮帮忙好吧，这么贵啊。”

但你别以为多简单啊，其实还蛮烦恼的。我三岁前在美国生活，没有参加过任何早教，那后来我们就搬到中国来了，我发现所有的孩子都报了一大堆培训班，我是全校唯一一个没有学过任何拼音，没有学过任何汉字，没有学过任何数学的孩子。但这都要归功于我妈，因为她顶住了所有来自亲戚来自朋友来自老师的压力，她说“孩子该玩的年龄应该尽情的玩，那些不要让孩子输在起跑线上的都是广告词，人的一生总比马拉松还要长吧，但没有一个马拉松冠军是因为赢在起跑线上的。”

我就是这样一个中美混血在上海的 TCK（第三类文化儿童）。I love my life in Shanghai , I love China。

《跳舞的人可以》

刘宇光

曾经违背家人的意愿，但是我还是坚持学习拉丁舞，家人都觉得我无药可救了，但是此时此刻，我站在这样的舞台上，我觉得我是成功的。首先，第一点我变得自信了，第二我找到了一个非常理想的职业，就是舞蹈老师。第三点我就是要告诉大家，就是舞蹈在生活中是无处不在的。

举一个例子，比如说你上班的时候，每天早上去上班，那么地铁公交人特别挤，你硬挤是挤不上的，但是我的口号是，“只要给我一个缝隙，我就可以打开整个人群。”我的方法就是做 wave（波动），不管什么人都做 wave（波动），只要有人我就做 wave（波动），用 wave（波动）的方式挤进去。那么我不知道大家有没有遇到这样的情况，就是急急忙忙去上班，都已经走到打卡器前面了，然后伸手去按那个打卡器，就差那么三四五秒钟，你没按到打卡器，然后就要被老板扣钱。举例来说，这一次又遇到这样的情况，你还是急急忙忙走过去吗。但是你按可能又过去了，跳舞的人不着急，就三五秒钟，还可以先伸个懒腰，然后主力腿蹬地，“啊咩”，点到了，跳舞的人可以，因为跳舞的人懂得如何迅速地延伸出去，这就是舞蹈的魅力。

那么再有就是我不容易规规矩矩的坐在这了，但是讨厌的同事来找你的麻烦，那你怎么办呢？我觉得我这次就要用男人的力量来对付他，但是直接和他打架不太合适，我的方式是用舞蹈和他对打，没错这就是舞蹈的能力了，你不要小瞧这些花哨，其实是非常管用的。我接下来到在很重要的场合，跟老板去谈话，在沟通的过程中，你很想放一个屁，大家不要笑，这种情况我觉得时有发生，那么跳舞的人懂得如何将你的臀部力量夹紧，当你要放的那一瞬间，你做一个动作那就是收，一瞬间什么样的气味跟声音都没有了，因为跳舞的人可以。

《我身边的未成年犯》

陈文姬

我们现在在大屏幕上看到的，可能对大家来说只是冰冷的数字，可是对我来说却是一张非常清晰的脸。我每天接触到的都是一些大家看来不太正常的孩子，小唐就是其中的一个。他告诉我他的偶像是古惑仔里面的陈浩南。你们知道吗？对，这是他的偶像，陈浩南在影片里面是枪打打不死、刀砍砍不伤，而且那个子弹打到他还会转个弯，我把这样的影片统称为神片。就是因为有这样的神片的古惑之下，小唐经常的打架斗殴。在一次打架斗殴中，他把一个小混混的屁股捅伤了，当然那个小混混不会善罢甘休的，伤好后又来找到小唐谈一下，小唐那种担心和害怕完全没有，你要找我谈，我就跟着你去呗，黑社会大哥就是这样的。他跟着这个小混混来到一个荒郊野外的地方。刚刚到这，突然从草丛里面窜出来十几个十七八岁的孩子，把他团团的围住，接下来的事情可想而知，他为了杀出一条所谓的血路，拔出了随身携带的刀子，我问他你怎么会随身携带刀子呢，他说那陈浩南还随身带着枪呢。就这样逃走了。当警察找到他的时候，他才知道自己造成了这么严重的后果，杀死了两人，可想而知，一部影片对未成年人的影响有多大呀。

说到这个地方呢，我想给大家听一段音乐（熊天平《火柴天堂》）。听到这个音乐，我就会想起那一个多次自杀的孩子，他非常小的时候，就随他的母亲来到了继父的家里面，继父经常地暴打他和他的妈妈，他们母子煎熬度日。在浩子八岁的时候，母亲实在受不了家暴丢下浩子逃走了，随之他也被凶狠的继父踢出了家门。我现在也有一个八岁的孩子，我很难想到一个八岁的孩子不识字，没有一分钱的情况下在他社会上怎么生存。他告诉我，他被他的父亲踢出家门的那一刻的时候，他觉得他是世界上多余的一个孩子，他选择了一个最懦弱的方式，沿街乞讨。在十六岁的时候，接触了色情的片子，在一个下雨天，他尾随了一个妇女，他想实施强奸，他把那个妇女从背后用砖头敲晕了那个妇女的头，把那个妇女反过来的时候，他看到那个妇女满脸是血。他害怕了，他放弃了，他毕竟是个孩子。他来到我们未管所以后抗拒改造，经常的自杀，什么叫死水一样的眼神，我看到他真的懂了，而且我们未管所里面还有很多这样的孩子。

我真的希望我们的爸爸妈妈在赚钱的同时，能够多陪陪我们的孩子，我想也不至于这些孩子在他们的青春还没有来得及绽放的时候，已经凋零了。多给这些孩子一些关心和关爱吧。

《我不是偶像》

林志颖

大家好，我是林志颖。今天我要讲的是我不是偶像。十五岁那年我被广告商发现，于是我就变成了大家眼中的我，电视机里的这个林志颖，被大家认识二十四年，据说的传说。

我很谢谢大家这样夸我，但是呢，我不是偶像，我是一个技术宅男，我是科技狂人，我可以用我的手机在这里控制我家里的一切电子设备，我只要按个钮，我客厅也可以变成一个正宗的 KTV。

我不是一个偶像，我是一个赛车手，我可以置生死于度外去超越我的极限。在这次的车祸里面，我的脚断了三根，打了四根钢钉，那时候的我，一心只想要超越别人，却伤害了自己，后来我就不断的要求我去超越我自己，竟然就变成了拿二十座冠军奖杯的职业车手。

对于我身边的人，我更不是一个偶像，我完全是一个超级奶爸，做尽了不偶像的任何事情，我希望我是他的偶像，可是现在看来呢，他对赛车并没有很感冒，而且反而喜欢跳舞，而且还嫌我的舞步土，会土吗？根本不会，而且还教我跳街舞，我就天天陪儿子从客厅跳到厨房，真的是难死我了，超级奶爸不好当。

我不是一个偶像，我已经是为人夫了，所以我们的爱情并不是大家电视剧里面偶像剧式的那种浪漫的爱情故事，可以在街边拥吻，下绵绵细雨手牵手浪漫的过日子。我们永远都只能保持十米以上的距离，所以在这边我想跟我老婆说，“老婆，谢谢你，你辛苦了，我爱你。”最后一条我不是偶像的理由，我记得我刚出道的时候，人家看到我都说，“哎，小志、小林、小朋友来来来”，但是零零跟九零后的同学们都说，“哎，颖叔出来玩嘛出来玩嘛”，你们看这还能叫偶像吗？偶像都变偶叔了。

超级演说家 130808

第一季第二期

演讲稿

本期选手及演讲稿为：陈州《我很幸福》、姬剑晶《小强是怎样炼成的》、胡野碧《我要做超级演说家的评委》、曹青莞《与众不同的快乐》、崔永平《我不是一个神经病》、酸酸《男女大不同》和关滨《试着学会原谅》。

选手	演讲题目	大众评委结果	导师结果	最终分组
陈州	《我很幸福》	通过	乐嘉	乐嘉
姬剑晶	《小强是怎样炼成的》	通过	林志颖、李咏	李咏
胡野碧	《我要做超级演说家的评委》	通过	鲁豫	弃权
曹青莞	《与众不同的快乐》	通过	李咏、鲁豫	李咏
崔永平	《我不是一个神经病》	通过	乐嘉、李咏、鲁豫、林志颖	乐嘉
酸酸	《男女大不同》	通过	李咏	李咏
关滨	《试着学会原谅》	通过	鲁豫、乐嘉	鲁豫

《我很幸福》

陈州

在我六岁的时候，我父母离异了，没有父爱母爱，我不幸福。十三岁的时候，我被火车压断了双脚，躺在那张小床上的时候，我也不幸福。直到有一次，我流浪到泰山脚下，那年我十八岁，已经流浪十年了。我问一个山上下来的游客，我说“大哥，泰山有多高，你觉得我能登上去吗？”他对我干笑了两声，“你问都不要问，你是不可能登上去的。”

当时我就觉得，我特别的受打击，第二天一早我就拿着我的两个小木盒（我的鞋），冲进了登山的人群当中，我花了十二个半小时才登上南天门，一路上我的手磨了很多的泡，可是有很多人夸我。“小伙子你太棒了！”那是我……特别少……夸我，但那次我非常开心，到达山顶的时候我看到了人们梦寐以求的风景，泰山日出，我很幸运。最重要的是，之前我是仰视一切的，但在那一刻，我俯视了周围的一切。我明白了这种感觉叫“一览众山小”。所以打那开始，我登了上百座山，其中光泰山就登了十三次。那时开始我就用另外一种心态，去对待我的生命，原来我的流浪，不单单是为了生存，还可以有机会让我游遍祖国的大好河山，“拍拍身上的灰尘，我振作疲惫的精神，远方也许尽是坎坷路，也需要孤孤单单走一程，早就习惯一个人，少人关心少人问，就算无人为我付青春，至少我还保留一份真。”

之前我和我的搭档，每一次迁移到新的一个城市，他们都喜欢去闹市区、去广场，而我一样，我觉得我可以去博物馆、风景区，这样的流浪生活就变得美好起来。目前为止我去过二十多个省份、七百多个城市，在街头演唱会达到了三千多场，其中我太太也是在这三千多场中认识的，她是我在这三千多场中最大的一笔劳务。

其实人生就像一次旅行，我没有了双腿，我的脚步就变慢了，就是因为我的脚步变慢了，那么我更能体会生命之美。对不对？你比如说，我和妻子，我们在一块 11 年了，她有一个洁癖，就是特别讨厌别人不洗脚，所以有时候我在想，跟了我在一块儿以后，这个问题就不成问题了。我们有了第一个孩子是女儿，她今年十岁，非常可爱。

之前我特别自卑，我怕她会为有这样一个父亲而感到抬不起头，所以我从来没有去接她放学，有一次我太太实在因为有事脱不开身让我去接她，我就去了，远远的在学校对面一个巷口，看着她。这时候放学以后，她飞快地跑到我身边，就在这个时候我最担心的事还是发生了。她的很多同学围上来，说什么的都有，“陈玉晓，你爸爸怎么没有腿啊？”“他这腿是不是粘在这两个桶上的”，还有的小孩甚至掀掀我的衣服，是不是看我把腿别在了后面，这个时候我女儿说话了，“我爸爸没有腿怎么了，我爸爸没有腿他能爬山，他去过很多地方，还给我们买了房子，你爸爸做到这些了吗？”

你们可以想象一下，当一个父亲听到女儿这一番话以后会是什么样的感觉，压在我心底很多年的一个心结，一下子我就打开了，所以，幸福不会因为我失去了双腿，就没有了。我被他们的爱每天包围着，我想不幸福都难。不要总认为自己的鞋子不够漂亮，这个世界上还有很多没有脚的人。我很幸福，我是陈州。

《小强是怎样炼成的》

姬剑晶

十年前有一个人，三次高考两次落榜，身材矮小其貌不扬。如果他跟你说“我要来改变世界。”各位，你相信吗？这个人居然成为全世界第一个登上福布斯排行榜的马云先生。十年前，你看到天王周杰伦，他还在餐厅当服务员。十年前，你看到小沈阳，他还经常被别人赶下台。今天当你看到，站在台上的姬剑晶，我要告诉你，十年前，他居然还是一个忧郁症的患者。十年的时间，只要面对十几、二十个人说话，我要么面红耳赤，要么脸色苍白。

大学二年级，一本书改变了我的命运，我梦想在我三十岁的时候，可以成为全中国最有影响力的演说家。为了练习演讲，我几乎把活的人抓来就讲，讲到我宿舍所有的人见到我就跑，老师见到我跑，师兄师弟师姐师妹全跑光了。我就开始对着草讲，对着树讲，对着河讲，讲到最后没人讲了。我居然凌晨 12 点半到通宵自习室对着桌椅板凳讲，问候现场最有能量的板凳们、椅子们，大家现在好。讲完之后还摆出造型等待掌声，就像现在一样。没想到居然不到半年时间，我在我的学校举办了一场五百人的演讲，可是讲了一半却跑光了一半。“你看又失败了吧。”可能有人会说，。可是对我而言，最重要的不是讲走了多少人，最重要的是留下了多少人。

为了我伟大的演说家梦想，大学三年级我到培训公司实习，老板拒绝了我十八次，当他第一次拒绝我，我说“林总，我从来到公司面试的这一刻起，我就下定决心要成为公司的第一名，你就录取我，好吗？”结果他拒绝了我，他一连拒绝了我十八次，我含着泪问我自己，那我还要坚持吗，我还要坚持我的梦想吗？我跟林总说，“今天你拒绝我，没有关系，那我明天还来，明天你还拒绝我，没有关系，那我大后天还来，我会不断努力，努力，努力，努力，努力，努力到达到你的标准，你接受我为止。” 不可思议的是，那一天林总真的接受了我。而那一个月，我真的成为了那公司的第一名。

今天来到这个舞台，我要说，为梦疯狂，就可以创造辉煌。十年后的你，一定会感谢现在为梦想疯狂努力的自己。

《我要做超级演说家的评委》

胡野碧

此刻我站在这儿，我的目的、动机和所有的选手都不一样，我不是为冠军的宝座而来，也不是为两百万的奖金而来，我是为台上那四个评委的席位而来，我今天要公开地和四个评委进行 PK，我要让他们知道，做评委不是一件很轻松的事情。

首先我要挑战那模样和我一样其貌不扬的著名电视节目主持人李咏先生。他刚刚从央视下岗，他凭什么来当评委，那么编导告诉我呢，说他多才多艺，画画、唱歌、写作样样精通。我说唱歌，他唱歌，我也能唱歌，并且我唱歌还能赚钱，我曾经靠唱歌赚了一个亿。编导说你就吹吧，人家张学友唱歌也赚不了一个亿。我说我没事，我就喜欢在家里唱歌，每次我唱的时候呢，我们家隔壁的邻居都以为我们家闹鬼，怎么老是鬼哭狼嚎的，时间长了之后呢，他就受不了了，最后慌慌张张把他的房子低价就给卖了。谁买的，我。我买的时候两千万，现在一点二个亿。大家觉得我的歌唱得怎么样。

接着我要挑战我们的台湾帅哥林志颖先生，他尽管帅，可是我们今天这个节目不是赛车、不是选美，所以他尽管是万千少女心目中的白马王子，可是在男人的眼中他依然是有些奶油小生加小白脸。大家不要看我皮肤这么黑，我当年在欧洲留学的时候，在我们班黑人女同学的心目中，我也是她们心目中的白马王子。

接着我要挑战那光头，那只会纸上谈兵的所谓的恋爱专家乐嘉先生，因为我才是真正的恋爱专家，大家不要看我这个样子，可是我的太太却是当年隔壁大学的校花，那么当年追她为她亮的灯，能够照亮整个合肥。而我当年不仅不在她的候选名单里面，反而在她的黑名单里面，可是最后我抱得美人归，我凭的是什麼，肯定凭的不是我这张脸，而是我的口才，我的超级演说家的风采。

最后我要挑战那模样和我最为般配陈鲁豫小姐。她又凭什么来当评委呢？编导说因为她是中国的脱口秀女王，我说脱口秀女王，我是名正言顺的香港脱口秀大赛的冠军，而我的脱口秀与众不同，别具一格。讲着讲着刷一下，我的上衣就脱了，脱了之后呢，大家看到我的胸前写着“爱传万家 说出你真实的赤裸裸的故事”，我的后背写着“《鲁豫有约》2013 年全面改版 胡野碧策划”。所以现在我要诚恳地面向陈鲁豫小姐，您愿意和我一起去做这个新的电视节目吗？如果您愿意，我将会很高兴的拉着您一起奔向一个跳水电视节目的跳台，You jump I jump（你跳我也跳），让我们一起摔个鼻青脸肿，那样的话，我们的脸就都会显得胖一些，我们就可以合肥了。

《与众不同的快乐》

曹青莞

可爱吗？（可爱）当时刚看到这张照片的时候，我都被自己萌到了。就是这样一个天真烂漫的我，在三岁那年被确诊为重度神经性耳聋，戴上了这个后来被许多人问起的助听器。当时爸爸妈妈为了保护我，并没有告诉我这个事实。直到六岁那年，我参加了人生中的第一次舞蹈比赛，就在那次舞蹈比赛上，不论我怎么跳，舞伴总是比我快一拍，我一再用眼神暗示他不要着急、不要着急，但是就在第二个旋转过后，舞伴突然甩开了我的手，在众目睽睽之下指着我就大哭了起来。当时完全被吓懵了，只能呆呆地拽着手边的裙摆，就这样，我们失去了那次比赛的机会。那之后很长一段时间，我一直对舞伴耿耿于怀，但后来从朋友的口中我才得知，原来从那次比赛开始的那一刹那，我就从来没有跟上节拍，也是那一次我才知道自己和别人不一样。

上小学的第一天，因为戴着这个东西被同学们指指点点的，他们笑，我也笑。他们是偷偷地笑，而我是不得不笑，我就觉得自己好像是一个丑小鸭一样，就在我即将走入低谷的时候，妈妈她对我说，“如果有人问起你耳朵上戴的是什么，你就告诉他们是助听器，就像眼睛看不清了我们要戴眼睛一样，那听不清了就戴助听器，大大方方地告诉他们。”当时就是这一席话，让我明白了原来化解内心的枷锁是这么容易，原来快乐可以来得这么简单。

这些年我已经不把听不见当成一种困惑，也并不觉得自己和别人有什么不一样的，又一次不得不重视这个问题，我时常幻想，能够和心爱的人浪漫的雨中散步，但是助听器没有办法淋雨；我时常幻想能够和他坐在皎洁的月光下，说说悄悄话，但是声音太小了，即使戴着助听器我也没有办法听到，我的这段爱情也就是因为我的逃避偃旗息鼓了。但是这恰恰就是属于我的爱情，于无声处也能获得甜蜜。

面对现实，勇敢地接受自己，这是一种勇气，更是一种心态。妈妈教会我把助听器看作眼镜，于是我便不再难过；初恋教会我把不能拥有的浪漫看作是一种与众不同，于是我便不再痛苦了。这么一想，倒真是我赚了。

《我不是一个神经病》

崔永平

从我出生的那天起，就没有脱离过三个字：神 经 病。我出生四十天的时候，我的父亲就疯了，疯了，我没有开玩笑，是真的疯了。那么我也是一个神经病吗？

我第一次怀疑自己是神经病是在中学的军训以后，那天烈日炎炎，同学们累得都汗流浹背，瘫软在地。教官说，“谁来唱首歌？”我自告奋勇，“我的热情好像一把火，燃烧了整个沙漠……”我站在一个破旧的三轮车上，手拿笤帚把子完成了这首歌的演唱。我感觉整个操场都被我震撼了。从那天开始，课桌就是我的舞台，粉笔就是我的麦克风，草地就是我的舞台，树枝就是我的麦克风，我感觉整个学校都被我的魅力所感染。当然，也经常听到有人说，他是一个神经病吧。这句话在我的脑海里挥之不去，有一天我在琴房练琴，我的手指一挥，Bang，听到了C和旋的声音，下意识我唱出了几个字“我不是一个神经病，别把我当成一个神经病，我不是一个神经病，为什么你们总是这样想……”就这样，我唱着我写的这首歌，中学毕业了。

毕业之后，我来到艺术学院，我在那里学习表演，我爱上了一个姑娘，于是我参加了一个电视相亲节目，向她真情告白，“我愿为你付出我能付出的一切。有句话是这样说的‘爱是付出，不是索取。’我希望你能见我一面，我希望你能见我一面。”电视播出后，她终于要见我了，迫不及待的对我说的第一句话就是“你神经病吧！”

我唱着“我不是一个神经病”来到了北京，参演了话剧叫《回家》，太贴切了，加入之后我才知道，这部话剧讲的是一个神经病想回家却回不了家的故事。太有生活了，我演完这个戏，所有疯癫的角色都找上了我，疯癫的狱警、疯癫的公务员、疯癫的保安、疯癫的这个疯癫的那个，还有疯癫的现在。但我想说的是，我真的不是一个神经病。

“神经病”这三个字，以前在我的生活中是梦魇，但现在是我的标签。

《男女大不同》

酸酸

我是酸酸，不要怀疑，我是一个女生。但是我的外表常常被误认。

有一次我去逛屈臣氏，有两个女生看到我就对我指指点点说，“你看他，他好可爱，（是说我好可爱吗？）你看他，这个人一定很贴心，因为他居然会帮女生买卫生巾。”我用得到，我是帮我自己买的，有没有搞错。然后还有男生问我说，“你长这样要不要去当兵。”我觉得你们误会大了，女生是很爱好和平的。但是换个角度让女生来从军，来保卫国家也很不错。大家想想看，百货公司特卖会的时候，时间一到，门一打开，所有的女生是不是全部都 pa 冲到里面去，那这种精神来站在国家的前线，你说我们还会有危险吗？

那么这个身为横跨阴阳两界，不是，横跨男女两性的人呢，我发现两性的战争演变到最后，女生最爱问的问题就是“你是不是在骗我。”男生最爱说的慌就是“我当然不会骗你呀。”女生觉得男生爱说谎才可恶，所以女生最喜欢说的谎就是“没关系，你老实说，我不会生气的。”这个时候呢，男生你要是相信了她，你就完蛋了。所以你还是跟女生说“宝贝，我觉得你真的没有变胖，而且你不化妆的时候真的比化妆的时候还要好看。”

各位，要了解男女大不同，才能够世界大同。

《试着学会原谅》

关滨

其实每一首歌都会给我们带来某一段的回忆，我也有一首歌，但是这首歌我从来都不敢唱，在说这首歌之前，我想跟现场所有的朋友们来讲一个非常非常狗血的剧情，就是有一个小孩子，他在他很小很小的时候，他的爸妈就离异了，后来他的爸爸再婚，于是乎这个小孩就在继母的压迫下过着非常非常痛苦的生活，他是那样成长的，这样的剧情就发生在了我的身上。

妈，你一走就是三十年，我想告诉你，曾经的我是别人爸妈眼中的不良少年，抽烟、喝酒、打架、泡妞，甚至最后被学校开除。我承认，那时候我所有的叛逆，都是故意去跟爸爸对抗，我不知道我的家庭为什么会是这个样子，我想要找到答案，所以十九岁的我就带着那么一点点可怜的线索，开始了寻找你的脚步。

妈，我还想说，我跟其他的孩子一样也有着自己的梦想，我的梦想就是当一名大导演，因为我觉得只有那样，才能在各种剧情当中去掌控各种人物的命运。于是二十一岁那年，我真的就考取了我梦寐以求的大学：北京广播学院导演系。当时的我欣喜若狂，但是我没有想到的是，等待我的却是乐极生悲。继母的阻止，周围人的反对，最后让爸爸做了一个决定，他命令我放弃。在我改填志愿的那一天，我哭得特别的伤心，那时候我就在想，“妈，如果你在我的身边，是不是这一切的一切的一切，都不会是现在的这个样子。”

从那件事之后，我开始有些怨恨爸爸，我怨恨他阻止我的梦想；我怨恨他对继母无休止的退让；我怨恨他再婚；我怨恨他当初和你分开。但在我二十九岁那年，爸爸突然去世了。葬礼那天，他的朋友、学生，近五百人从各地赶来，在那一刻，我内心当中才明白，我失去了一个好爸爸，我真的没有家了。

也许是上天的眷顾，在爸爸去世两年之后，也是我寻找你的第十三个年头，我终于找到了你，我们一起去祭奠爸爸，我记得当天下着蒙蒙的细雨，我一直也不曾想过，时隔多年，我们一家人会在这样的场景当中再次团聚。那一天我的心里特别的凄凉，但是妈妈在爸爸坟墓前讲的那一番话，彻底地融化了我。你说，“老关，几十年了，所有的爱恨情愁，其实我早已经释怀了，此时此刻我特别地感谢你，谢谢你还给我了一个懂事的好儿子，现在儿子有了我，你可以安息了。如果还有来世的话，我还做你的妻子，我们一家人再也不分开了。”

其实，人世间的我们并不是没有爱，而是太多的时候因为我们的自以为是蒙蔽了爱，原谅时光，记住爱吧。妈，今天站到这个舞台上，我也想为你唱一首歌，“世上只有妈妈好，有妈的孩子像块宝，投进妈妈的怀抱，幸福享不了……”今天我终于敢唱这首歌了，妈，我爱你。

超级演说家 20130815

第一季第三期

演讲稿

本期选手及演讲稿：谢艺《我的极品老板》、龙洋《女汉子的人生智慧》、李鹤《找到你心中的勇敢》、焦双喜《我的快乐人生》和李林《专家梦》。

导师及演讲稿：鲁豫《这“见鬼”的爱情》。

选手	演讲题目	大众评委结果	导师结果	最终分组
解艺	《我的极品老板》	通过	李咏	李咏
龙洋	《女汉子的人生智慧》	通过	乐嘉、李咏、鲁豫、林志颖	鲁豫
李鹤	《找到你心中的勇敢》	通过	乐嘉、李咏	乐嘉
焦双喜	《我的快乐人生》	失败	无	淘汰
李林	《专家梦》	通过	李咏、鲁豫	鲁豫
鲁豫	《这“见鬼”的爱情》	导师讲演		

《我的极品老板》

谢艺

最近呢，极品两个字特别的火，比如说我的前任是个极品，我的极品爸妈，没准今天还可能有极品导师呢。于是天有缘地有缘，冥冥之中老天总会安排一个让你无比抓狂的极品老板。你有我有大家都有，大家有才是真的有。

其实，每天每个月总是那么三十几天不愿意上班，我也希望能够成为像李咏老师那样的北漂楷模。于是我告诉自己，要买房，要买车，于是我经历了一段奇幻的工作之旅，遇到了一个又一个极品的老板。

首先就是这个小气吧啦型的，哎呀，也就是抠啊，你们都不知道有多抠，我从去年 12 月份开始提加薪，我从冬天等到了春天，从春天等到了冬天，终于在一个浪漫的午后，这个黄鼠狼的周扒皮，对我进行了长达三个小时的谈话，终于给我涨钱啦，给我涨了 30 块钱，30 块钱，他好意思给，我都不好意思要呢。他还跟我说，公司处在困难期，咱们应该同甘共患难，后来我一想，行，为了我的房，为了我的车，我忍。然后就是加班，加班是每一个上班族的心中永远的痛，第一天加班到十点，第二天加班到十一点，第三天加班到十二点，终于情人节那天老板说，不用加班了，都回去过节吧，都走吧。这下给我高兴坏了呀，我收拾东西，老板说，别激动，我开个玩笑。老板，药不能停哪。

我们再说女老板吧，我曾经认为，我有五个不同的女老板，今天是个齐刘海，明天是个大波浪，然后后来我才知道，她有随着心情换假发的习惯，你说人家乐嘉老师都亮成那样了，都不戴假发，她戴它干什么呀，对不对。最重要的她还是一个甄嬛迷，有一天我拿着刚出来的设计单找她确认签字，突然之间，她就华妃上身了，她说这粉红一色终究是次色，登不得大雅之堂，倘若换上这正红，必定真真是极好的，吩咐下去，立即改正，不然本宫赏他个一丈红。当时小伙伴们，我的脑子里只有五个字，你们猜是什么？臣妾做不到。

很多朋友说谢艺你看不惯老板你可以走，你可以离职，他们给我起了一个外号叫忍者神龟。但是我觉得有句话说得特别好，叫屁股决定脑袋，正是因为我没有坐到老板的位置上，所以才没有老板的脑袋，这段工作的经历，就是苦我心智、劳我筋骨、饿我体肤啊，奠定了我将来在北京扎根的基础。在此真的，我真心地感谢，感谢那些曾经折磨过我的极品老板们。

《女汉子的人生智慧》

龙洋

说这个世界上呢有三类人，男人、女人和女汉子，说到女汉子呢，通常她都有个特点，就是她在做完事情之后呢，我和我的小伙伴们都惊呆了。但是我有什么脸去说别人呢，因为我就是个女汉子呀。

在小的时候呢，当我身旁的女生都在看《美少女战士》的时候，你们知道我在看什么吗？天马流星拳，没错《圣斗士星矢》。当我身边的女孩儿她们拍照的时候都对着爸爸妈妈的相机做出五朵金花的样子的时候，你们知道我做的是什么呢？狼牙山五壮士，霸气侧漏有没有。后来再长大一点，就从一个假小子变成了人们传说当中的女汉子，大河向东流，天上的星星参北斗，嘿嘿嘿呦嘿嘿……

没错，就是这种唱女汉子的霸气，后来就贯穿在了女汉子的生命轨迹里。比如说萌妹子爱撒娇，看到了喜欢的东西，会说哇，这个东西真的好漂亮呦，李咏哥哥。话还没有说完，李咏的心就融化了，一撩长发，拿出了信用卡，喜欢吗？喜欢。买下。可是女汉子要是自己逛商场，哎呀，哎呀，又错过了打折季，要不是老娘腿短腰粗，这个鞋全买了。老板，那个特价的不要，这个包下，啊，这个月的信用卡又刷爆了。遇到了困难，萌妹子会打电话，欧巴，人家的网线又掉了，思密达。要不要来帮帮我呢。女汉子的声音传来了，哈哈，老娘破解了隔壁的 wifi 密码。在 KTV 里面，萌妹子喜欢的是小清新，学长，人家想要唱一首小情歌啦，要不要和我一起唱啊。然后学长就结束了单身。而女汉子却非常忧伤地点下了一首歌，唱了一句套马的汉子你威武雄壮，在她雄壮的歌声中，汉子们就跑光了。

这就是女汉子，她们生活中的自立自强，经济独立，上得了厅堂，下得了厨房，打得了流氓，斗得了小强，可是她却好像要单身一辈子，而那些发嗲的、装可爱的女孩子却好像特别地受追捧，这是为什么呢？我绞尽脑汁想，我想到了，因为那些看不上女汉子的男孩，他们瞎了。女汉子多好啊，她们特别的直爽，开心就笑，难过就哭，不爽就骂，怒了就吼，简直女汉子肚里能打的啊，有木有。

所以，综上所述，你还不珍惜你身边的女汉子吗，要像李咏哥那样，赶快把哈文姐拿回来。最关键的是，请所有的女汉子们都记住，你们要想我对面的鲁豫姐那样，既要做一个外形上 binbinbin，内心上又能 jiongjiongjiong 的女汉子，错，是萌汉子。好啦，这就是我的演讲，你们喜欢吗？

《找到你心中的勇敢》

李鹤

在我 27 岁的那一年，我第一次感受到了我和我父母之间关系的改变，因为在那一年，我身上发生了很多事情，感情，事业，健康，全都离我而去。然后所有的打击，把我直接放在了医院的病床上，我差点丢了这一条小命，浑浑噩噩，差不多过了有半年的时间吧，我记得有这么一个晚上，我自己缩在被窝里，我告诉我自己不可以再这样，我想重新开始。然后我就开始想，我小的时候都有哪些愿望呢。在我病好之后，我想做哪些让我开心的事呢？然后我就拿了一支笔，我缩在被窝里开始写，在我病好之后我想学习攀岩，我想学滑雪，我想学摩托车，我想背包去旅行，这样一条一条地往下写，到最后的时候，我写了这么一句话，从现在开始，我不再患得患失，不再计较结果，时间紧，任务急，别废话!!!

打那之后，每完成一个愿望我就打一个勾，一直到摩托车。父母总是在关键的时候出现，他们在我所有的人生选择当中都是持反对态度的，当然这一次也是一如既往地不支持，但是不顾反对，我还是买了车。在那之前我根本不会骑车的，从来没有摸过车，那种感觉让我觉得就是爽死了。我喜欢在过弯的时候磨到脚踏的感觉，我喜欢在过 S 弯的时候，你要在摩托车上翻身的感觉，因为那个时候我就觉得我是人车合一、贴地飞行的感觉。所以，从那个时候开始，一发而不可收拾。两个月之后，我进了正规军，成为了一个职业摩托车赛车手，一直到现在，我组建了中国第一支女子摩托车赛车队，叫新蜂女子车队。

一说到摩托车，所有的人都说危险，几乎所有的车手都受过伤，当然我也不例外，我有过两次比较严重的受伤，不过都是非常搞笑的那种，第一次我摔到的是骨盆，哎呀，当时那个大夫当着所有男生的面说，这个女生在未来的两年之内是不能怀孕的。然后当时我尴尬得我都要喷血了。第二次摔伤是摔到了头，有一个短暂性失忆，我怎么摔的，怎么回来的，一概不记得。然后好多朋友还拿我开玩笑，说奇奇，你欠我 500 块钱。我说真的呀？然后另外一个人说，奇奇，我是你的男朋友。然后当时我就凌乱了。关于我摔车的事，我爸妈是知道的，很无奈。但是他们看见我坐在轮椅上还犯二的时候，他们就彻底放弃了，其实我只是想让我自己的态度告诉他们，我 OK 的，别担心，我可以为自己负责，无论结果是什么，我可以照顾好自己，不要再担心了。

有很多人说，摩托车是勇敢者的游戏，我曾经也一度认为，摩托车让我变得很勇敢，但是现在，现在我知道勇敢一直都存在我的身体里、血液里。前不久，我父亲的癌症恶化了，他是一个和癌症奋战了 20 年的勇士，现在是他的最后的日子，在出结果的时候，他对我说，别哭，勇敢一点，爸爸很坚强，你也应该很坚强。有很多车手信奉这么一句话“宁可输掉比赛，也决不能输掉意志。”我想勇敢应该是人生当中最重要的意志，所以我绝不会输掉意志，无论是比赛还是人生，我会像爸爸一样勇敢。

《我的快乐人生》

焦双喜

今天我要演讲的题目就是，在我们生活当中如何去寻找自己的快乐。快乐也是一天，不快乐也是一天，为什么大家不天天快乐呢？肯定现场的观众朋友们以及四位导师问我了，我这样的一个人有女朋友吗？我的女朋友，那真是身姿苗条似仙女，风姿翩翩似凤翔，犹如初日芙蓉娇艳美，赛过五彩金凤凰，要多美有多美，要说漂亮赛鲁豫……真是唇红齿白体透香。我与我的女朋友是怎么认识的呢，有一句话讲了，缘在天地、份在人为。有多少有缘的人穿越时间与空间的隧道，都会在某一个特定的时间、特定的地点相遇于他们彼此的真心，于是我就开始追赶这个女孩，结果这个女孩说我长得像汉奸，大家看我长得像汉奸吗？于是我就去北京电影制片厂租了一辆二八车，穿了一件汉奸的衣服，戴了一个汉奸的眼镜，就来到了我的女朋友面前，结果我的女朋友被我的幽默所打动。于是与我的女朋友开始了疯狂的约会，就在前天，我女朋友跟我说要出去吹吹风，于是我就带她去了理发店，拿吹风机吹了吹风。

（未通过观众投票）

《专家梦》

李林

我在小的时候就是想当一名专家，为什么？当一名专家可以满足我很多的愿望。在北京，现在专家这个词特别地吃香，因为北京是一个非常搞笑的城市。前两天大家知道闹 H7N9，也就是禽流感。专家告诉我们，不要吃鸡肉，不要吃猪肉，把门窗都打开，多通风，多锻炼，这样对你的身体是有好处的。我说好的，没问题。我就咔咔，把我们家窗户全打开了，天天跑步。就在这个时候，雾霾来了，PM2.5 啊，收音机里有一个专家跟我说，我跟你讲啊，这个雾霾是很可怕的，闹雾霾得肺癌啊，所以你要把窗户全都关上。我说专家都这么说，那我就关上吧，我就咔咔全都关上了。但是我在想，我到底听哪一个专家是对的呢？我就咔咔开、咔咔关、咔咔开、咔咔关，我一天关了七十多回，最后胳膊差点没折了。

哎呀，专家呀，太吃香了。好吧，当专家。在北京买车买房，娶媳妇生娃，就是他（专家）了。但是当什么专家很重要，到十五岁那一年，我做出了一个决定，当一名文艺界的戏剧专家，我虽然不是什么稀缺人才，但是我觉得我自己还算是能说会唱、多才多艺对不对，生旦净末丑、神仙老虎狗、扫台拉大幕，要什么什么都有啊。人缘好，有一个师哥出现在我的生活里，跟我说林林，回来吧，回来说说相声吧。我说师哥，学话剧那么多年，早就不说相声了。没事呀，兄弟，你有童子功啊。我一想干什么不是买卖呢？回来说相声吧，说相声也是一个新的方法，但是有一个事情，就是说相声也不太挣钱，把肾卖了还是买不起房，再干点别的吧。

就在有一天，我要上厕所，解决人生中一件大事的时候，我的电话响了，我一看不认识的陌生号码，肯定又是推销广告，喂，谁呀，干嘛呀，不需要。那边传来了一个苍老的声音，让我现在都忘不了。他说你好，我是林兆华。当时晴天霹雳，我说先生，您有什么事吗？你回来跟我演话剧吧。天哪，我是一个学习话剧、怀揣着话剧梦想的人，中国第一戏剧导演给我打电话。好，我回来。

我从跑龙套开始，三年，我终于站在了中国话剧界的最高殿堂——北京人艺的舞台上，我是男一号，就在那个时候我在想，我说真是有一天我不再演话剧了，我也不汗颜了，我知足了。当我的一些朋友跟我说哎，李林，这回你专家梦实现了。万里长征走出了一小步啊。我突然我跟他们说，我告诉你，我不想当专家了。为什么呀？我说很简单呀，在我大学毕业这五年之内，专家这个词发生了翻天覆地的变化，以前是褒奖，先生，您好，您是专家吧？现在是骂街，呦，你专家呀！这实在是让我接受不了，你想想，现在基本是个人都想当专家，但自称专家的人都不说人话，对不对。

我从毕业以后说过相声、唱过黄梅戏、唱过北京曲剧，做过主持人，做过很多乱七八糟的工作，我怎么能当专家呢？我们北京人说太跌份了，所以我要换一个职业。当然，不能像林志颖老师一样去做个梦想家，是赛车手，又是歌手，又是摄影师，我做不到没那么大的能力。我决定当一个文化杂家，但是也太高深了，起一个简单的名字，叫做文化民工。

《这“见鬼”的爱情》

鲁豫

今天我讲演的题目是《这“见鬼”的爱情》，我要讲的爱情故事，可能发生在我的身上，也可能发生在你的身上、你的身上，发生在每一个人的身上。故事全部都是真事，为了讲述方便，我用第一人称。

下面这段话我觉得是我知道的最牛的开场白，我和我老公第一次约会，吃的第一顿饭，我说的第一句话，我说“我没时间和你谈恋爱，我要结婚。”这句话说了你可能觉得我很二，但要知道那个时候，我刚刚结束一段长达六年的爱情，那六年我爱得小心翼翼，爱得委曲求全。我们很少见面，最常用的联系方式就是发短信，我总觉得一个男人对一个女人最大的承诺和赞美就是娶她。而我们之间从来不会谈这个话题，我很明白就是因为他不够爱我，就这样，我等了一年、两年，我想跟他死磕，但是六年过去了，我觉得我熬不住了，爱情慢慢地离我远去。再说我跟我老公那顿饭我们吃得非常非常的好，第二天，我们就各自回到自己的家乡，我们向各自的家人汇报情况，然后第三天我们双方的家长从各自的城市，千里迢迢飞到北京来见面，一个礼拜之后，我们就决定订婚了，又过了一个礼拜，我们就结婚了。要知道以前谁跟我说什么相亲，什么闪婚，我觉得很不靠谱，但是后来事实告诉我，所谓的一瞬，如果你碰对了人，那一瞬就可以成为永恒。话说那已经是四年前的事了，如今我们在一起，生活得真的非常幸福，有一个儿子，今年三岁。

还有一个故事，长达十年的时间，有一个人告诉我，他说他喜欢了我十年了，最初的一面，是在一个很多人、很多人的场合，他远远地看到我，那一瞬间，他的心动了一下，但是那个时候我完全没有注意到他的存在。这之后的十年，他认识了我身边几乎所有的朋友、同事还有家人。其实我们有很多机会可以见面、可以认识彼此，但是每到这个时候，他都会放弃这样的机会。他对我说因为他明白，我是那个对的人，但那十年都不是对的时刻。于是那十年他就那样远远的，在很远的地方关注着我的一举一动，而我就这样经历着我的悲欢离合。十年之后，我终于踉踉跄跄地开始自己的人生，而这个时候，他终于出现在我的面前。当我们第一次真正地面对面地坐下的时候，他很平静，我也很平静，但是我明白那一刻我们平静在外表，而内心都充满了沧桑。他跟我讲了这十年的故事，然后他长长叹了一口气说，“哎，这就是念念不忘必有回想。”

我想爱就是这样，在对的时间碰到那个对的人，你要有勇气，也要有运气。爱情有的时候，美得像夕阳一样，有些恍惚，它下去之后，你会有些绝望，以为它永远不会升起，可是第二天，太阳还会见鬼般地挂在空中，依然地明亮，依然地耀眼。我很骄傲，我有一颗赤子之心，它被玩弄过，被欺骗过，可能已经破碎不堪，但它依然跳动，依然爱着。的确，哪怕爱明天让你遍体鳞伤，但是今天你还是要爱，哪怕它只有一瞬间，因为在你爱的那一刻，这个世界真的是无与伦比的美好。

超级演说家 130822

第一季第四期

演讲稿

本期选手及演讲稿：DJ 麦《人生一定要学会自嗨》、黄小胖《把弟达人》、邱礼飞《感恩父母》、大王《琼瑶梦》、杨心龙《为了心中的号召》和李程远《陪伴》。

导师及演讲稿：乐嘉《如何读懂孩子的性格，因材施教》。

选手	演讲题目	大众评委结果	导师结果	最终分组
DJ 麦	《人生一定要学会自嗨》	通过	无	淘汰
黄小胖	《把弟达人》	通过	李咏、鲁豫	鲁豫
邱礼飞	《感恩父母》	通过	无	淘汰
大王	《琼瑶梦》	通过	林志颖	林志颖
杨心龙	《为了心中的号召》	通过	乐嘉、李咏、鲁豫	乐嘉
李程远	《陪伴》	通过	乐嘉、李咏	乐嘉
乐嘉	《如何读懂孩子的性格，因材施教》	导师讲演		

《人生一定要学会自嗨》

DJ 麦

我做的是流行音乐节目，每天不仅要放歌给大家听，而且还要在节目里带动大家来唱歌。那很多人都会觉得，这个电台 DJ，天天在节目里面，哇这么嗨，真的是要人命，打了鸡血一样。一天嗨、两天嗨、三天嗨、一个星期嗨就算了，一个月、一年、两年、三年，我都做了八年了，还这么嗨，他们会觉得，这是非常奇怪、非常奇葩的一件事情。

熟悉我的朋友都知道，我是一个直播狂人，我的确有三狂，第一，我对制作节目痴狂；第二，我主持节目的状态癫狂；第三，这个赶直播很辛苦，我只能坐地铁最安全、最快捷，所以把我逼成了一个地铁狂。我走到地铁里面，我可以一手把住一个地铁的把手，有没有立刻嗨起来，跳鸟叔最新的舞步，你看，坐个地铁都可以这么嗨。但是呢，人生总是不会一帆风顺，在赶直播的时候，地铁有的时候也不灵光，所以也会遇到，这种人品极度不爆发的时候。

记得在去年的时候，北京有一段时间一直在下暴雨，那天早上起来之后呢，我也是准备去赶直播，拉开窗帘，oh my god，门前大桥下，游过一群鸭，路上各种车，全部都趴在水里熄火有没有，路上完全被暴雨弄得稀里哗啦的。我想完了，我得赶快去坐地铁赶直播，跑到地铁站之后，傻眼，地铁停运，那我怎么去直播呢？于是我就疯狂打车，No Taxi，没有车，所以没办法，万般无奈之下呢，我就准备用人类最最原始的本能——用跑的，于是我一边跑步一边打车，一边跑步一边打车，一边跑步一边打车，我又在下雨了擦雨，突然我打到了一辆公交车，我也管不得它是什么几路了，去哪站了，不管了直接跳上去再说吧。幸运的事情就发生了，这辆车刚好经过我们电台的直播间楼下，就这样我那天也非常幸运的也没有耽误直播。不出意外晚上的时候就发了高烧，我独自一个人特别寂寞孤独的连翻身的力气都没有的躺在床上，那个时候好像才发现只有这个时刻不需要自嗨了。

其实，说到自嗨，我相信每个人有不同的理解，每天通过电台节目，我会接触到各种各样的人，有各种大腕明星，有各种圈子的精英，有每个月可能三千块的不白不富也不美，也有身价几个亿的不高不富也不帅。但是我相信他们和你们一样，都会对我今天所讲的自嗨有自己不同的理解，在他们身上，其实我也看到了自己的影子，越是在大的城市里，越会发现自己的渺小。当我们经历了几次像我刚刚所讲的触动心弦的故事之后，我意识到了世界永远都是那个停在那里的世界，而改变的只有自己的心态。每每遇到困难的时候，你都会用这种自嗨的微笑去跟它 Say 嗨，你也可以把快乐随身携带，也可以让梦想照进现实，生活尽管不完美，但一定也会活得有声有色。

《把弟达人》

黄小胖

先跟各位解释一个名词，叫做把。在台湾呢，男生追求女生或者是想要搭讪女生，我们称之为把，所以就是把妹。为什么要把妹，妹把起来呢？可能是因为台湾的女生都这样软趴趴的，“Hi，我是黄小胖。”你看了之后，就想叫她立正、站好，所以那些有立正站好的，我们就叫她正妹。为什么黄小胖我叫做把弟达人，我呢，跟各位先介绍一下，我的绝招好了，我的绝招就是撒娇，这边有个易拉罐，我想要请我的导师们可以帮我打开它，那我来示范喽……看来现场的观众朋友很想帮我打开，谢谢大家。

那接下来呢，跟大家分享一下我最近的约会的故事好了。有一个小我六岁的男生，一百八十几公分，篮球队队长，超帅。你知道是哪种帅吗？就像是流川枫的那一种帅，就是满头大汗，但是他的刘海还是可以飘逸的那一种帅。为了跟他约会，你知道我们女生约会的时候，都会怎么样吗？我们都会回家，把衣服翻箱倒柜一件一件拿出来，比在自己身上，然后去买新的衣服，而且我们再跟你约七点好了，实际上我们十二点就在准备了。前一天晚上十二点，为什么呢？因为我们要敷面膜，我们要修指甲，做很多男生根本不会发现的事情，我们超忙的。

很多的女生朋友都会问我说你怎么把弟，我说因为小男生他们都喜欢有智慧的、知性的、充满自信的女生，所以你要谈吐大方，你要把话说出来。不要再说还好，我不喜欢就说我不喜欢，不要说我没事啦，你不用来陪我，把话说出来，我没事，所以你要来陪我。今天我就在《超级演说家》把话说出来，我三十二岁，还五十几公斤，没有男朋友，所以我才可以，继续当个把弟达人。

《感恩父母》

丘礼飞

现场的各位朋友，我想先占用一点时间做一下很简单的调查，爸爸妈妈永远都不会忘记孩子的生日，同意的请举手，好，谢谢，请放下。第二，能够清楚的记得父母的生日是哪一年、哪一月、哪一日的请再次举手。谢谢，谢谢。

我今天想说的，首先也正是我生命中最重要的一天，但是我很伤心，为什么？因为当年就是这样一个如此重要的日子，他们竟然没有提前通知我就把我生到了世上。我哭了，哭得没心没肺，他们是谁，就是我的父母，每个人都有父母，可是亲爱的朋友们，这么多年来，你有没有想过，父母做过的最让你深有感触的是什么。古人说“父母在不远游”，今天的我经常是身在他乡，有时会反过来想，当初恋爱，为了给心中的她浪漫和惊讶，可以不惜一切代价甚至你都不敢想象，出手怎么会这么大方，你跟她认识才几年，你都愿意把工资全部交给她了，可是相比之下那个给你生命的母亲，对你一辈子用心良苦，哪怕你贫穷失败也不离不弃的母亲，你又给了她什么？

我一边对比，一边反问自己，当初是谁一口一口给你喂奶，而你作为回报可能是紧紧吮着不放；是谁一次一次半夜起来安抚你的哭闹，而睡不好觉；是谁一步一步扶着你学走路，扶了何止几百上千步；是谁把家里最好的饭菜、最好的一切都留给了你。而说实话，当有一天，你买了房搬了家，你是否愿意把最好的卧室留给年迈的她；当有一天，他们颤抖着端碗，一次次把油腻的汤洒在你心爱的木地板，你是否愿意给她好的脸色看；当有一天，他们开始糊涂，开始走不好路，你是否愿意慢下脚步，给多一点耐心和搀扶。毕竟他们用双脚踏出了儿女的前程，也送走了自己那宝贵的青春。

我想今天，就当所有人的面说一声，爸、妈，你们都辛苦了。

《琼瑶梦》

大王

从小我就有一个琼瑶梦，从别人还在看《葫芦娃》的时候，我就开始看琼瑶剧了，每次看她的作品，都会让我生不如死、痛哭流涕。细细想来，我这二十几年里好像发生的很多事情都跟琼瑶有关系，我觉得琼瑶一直与我同在。

1993年，“咆哮帝”马景涛在经典琼瑶剧《梅花烙》里通过咆哮，吼出了对吟霜的一片痴情。那个时候我还在上幼儿园，对情感这一块还比较懵懂，老师要求放学后，小朋友要两个两个手拉手一块儿回家，我也不知道什么级草、班草的，但是小明是我们班上的最聪明、最干净的男生，我一心就只想跟小明一块儿手拉手回家，结果老师却安排我跟小磊一块儿。站在人群中的我一瞬间泪如雨下，我直接冲到队伍的最前方啪的一下，跪到我的老师面前“黄老师，你太残忍了，为什么为什么，我不听我不听，我不要啊，为何如此带我？”现在想起来，其实挺尴尬的，但是善良的黄老师当时真的让我如愿以偿了。你看吧，我就觉得琼瑶说得很对，“爱，就要大声吼出来。”

后来到了小学，我这个发育初期，莫名地对美有一种向往，看琼瑶剧的时候，我就特别在意女主角的样子，我看到《新月格格》，我就特别喜欢新月，穿着一袭白纱，纯净动人，好像仙女下凡一样，不知不觉我很多地方都开始模仿起她来。谁跟我说话，我都这样撇着嘴微微一笑，或者轻轻地点点头，或者回复两声灵动的笑声呵呵，我还剪了我妈的一块睡衣当手绢，经常邀约班里的男生去田野间奔跑，一边跑一边娇声地喊着，“哥哥，哥哥，快来追我呀！哥哥，哥哥，快来追我呀！哥哥，哥哥，哥哥你别跑呀，你给我回来，回来！”真的是这个样子，经常都是我一个人跑了几公里之后，发现并没有人在追我，于是我又自己默默的走回家去，挺惨的。

中学时期，为了让我暗恋已久的校足球队队长 Eleven，我义无反顾地加入了校体训队，训练项目是举重。于是放学后操场上，您经常会看到这样的情景，一个四肢发达、体格健壮的女子，举着杠铃，远远地凝视着那个穿着 11 号球服、正在练习足球的男子。每次进球后，他脸上灿烂的笑容就像阳光一样洒在我的心间。那一刻，我多想冲上前去拥抱他、夸他一句“你真棒”，但是我没有。因为琼瑶告诉我，暗恋是我一个人的事情。

就这样到了大学，我开始像一匹脱缰的野马一样，琼瑶剧在我身上演绎得淋漓尽致，我搞风搞雨、送水送饭、电台情歌、公开表白、嘘寒问暖、无微不至、屡败屡战、屡战屡败，都说女追男隔层纱，我呸，根本就是骗人的，我总共被十八个男生拒绝过，其中有十个都跟我说过同样一句话“我们永远都是好兄弟。”谁跟你是好兄弟呀，五阿哥跟尔康才是好兄弟，尔康跟尔泰才是好兄弟，我是紫薇啊，大哥。

但是呢没关系，因为琼瑶还告诉我，爱就是要永不放弃，此生你不来我不老，我一定会等到你的，我的皓祯，我的努达海，我的费云帆，我的何书桓，我的福尔康。尔康，尔康，我相信在座的鲁大姐、张大妈、沈大娘，你们一定都跟我一样，我们有同一个梦想，同一个偶像，嫁给帅哥，我爱琼瑶，嫁给帅哥，我爱琼瑶。

《为了心中的号召》

杨心龙

其实在我刚刚接到《超级演说家》的邀请函时，正是我为了成绩而忙得焦头烂额的时候，爸爸看到我为了学习连自己最喜爱的演讲活动都无心参加，一气之下吼道“你是因为演讲而被关注的，又怎么能因为演讲而退缩。”是啊，我是退缩了，退缩的速度是那么的快，势头是那么的猛。

从九岁被封“演讲帝”到现在，四年已过，回想起登台的经历，年少出名并没有给我带来美好，因为孩子们的特殊性总会被大肆宣扬，然后就需要在台上面临着来自四面八方的质疑，甚至是攻击。回到学校以后还要承受老师和同学们的冷嘲热讽，老师对我这种出行的行为极为愤怒，他们说“你这是丢下西瓜捡芝麻。”所谓的西瓜是大的，就是指我的学业，而所谓的芝麻是小的，就是指我出行的行为。而进入了初中，也许是我太想改变自己的形象，也许真的是上天眷顾于我，成绩名列前茅，受老师同学尊重，应试的紧张节奏成了享受，小学的交往饥渴，在这里得到偿还。我幸福地说，学校是个好地方，我觉得通过学习获得的荣誉是那么真实，那么有用，老师们的期待，同学们的竞争，我必须全力以赴，所以我退缩了，所以我不愿意登台。我怕破坏这来之不易的美好的初中时光和荣誉。爸爸看懂了我这种状态，他心事沉重地“爸爸培养你，不单单是为了给学校输送个好学生，你也不要总用学习来躲避什么，我是想要你成为一个用于表达思想的孩子，而你现在的行为，恰恰忘了这一点。”我被爸爸的话震住了，我无地自容。

我在网上浏览了以往的许多视频，就像大家在刚刚我在上场之前看到的一样，非常滑稽，也让我笑了。虽然我现在的年纪还是性格都决定我不愿意回首过去，可是这次我却破例地看了进去。看完了以后，一种自豪感顿时荡漾了起来，难怪网友封我为“演讲帝”，难怪我的爸爸又这么注重这些，我的确是太有意思了。我和同龄人相比，真的有不不一样的地方，我敢说，毫无顾忌；我能说，口若悬河。最后我按捺不住，我第一次在评论栏里为自己写了个评论，这个孩子说的多好啊。

是的，我细想，我现在的学校生活如鱼得水，其实正是与我的经历有关，经历给了我与外界碰撞的机会，而我的经历，又是我爸爸给我造就的，就是我的家庭给我带来的。而这三者就构成了一个三角形，不知道大家有没有发现，我们《超级演说家》的舞台，无论是大屏幕，还是四位导师所坐的桌子，还是这前面的这些符号，都是三角形。这就让我想到了三角形可能都具有稳定性，那么我就是这个稳定的产物，我成长得很稳定。

我是一个有梦想的孩子，登台即梦想之一，登台的意义何在，它让我明白了它赋予我高度的责任和自信，它让我在台上发现了世界的另一面，它让我明白，老老实实在一个地方傻傻的学习，并不应该是生活的全部。像我这样的用学习来逃避生活，也是不对的。我们这些零零后，要勇于创造属于自己的新天地，一个人绝对不可以忘本，我要追随我的心声，听从心的召唤，继续走下去。

《陪伴》

李程远

我今天也是带着疑问来的，台下的独生子女鼓个掌，哇。小时候因为爸妈陪不陪的问题哭闹过的鼓个掌，哇。我是一个九零后，独生子女，爸爸妈妈工作忙，没有时间陪我，挺容易孤单的。很多情况下，我得找东西玩，男生和变形金刚玩，女生和毛绒玩具玩，我和毛绒玩具玩了，这是一个意外。

在我出生的第二天，我的父亲花了十块钱买了一个毛绒狗熊，父亲亲手把它放在我的婴儿床头，他万万没有想到，这普通的毛绒狗熊影响了我的一生，那熊叫毛毛，小时候每晚睡觉我必须抱着它，还得重复用我的嘴巴蹭它那耳朵。上了中学还这样，我妈忍不住带我去医院看病了，到医院门口扫了一圈，她真心不知道给我挂哪个科室。

高中那会儿，不太合群的我被班里一个挺受欢迎的女孩喜欢了。一天放学，我就被几个人堵住了，里面最矮的也比我高，他们劫了我的钱，并且警告我少在那个女孩面前得瑟，我特别费解，死盯着他们就是不说话，僵持了一会儿，他们就动手打了我。那天我特别晚才回家，我不忍心和我妈说，我也没有脸跟我的朋友讲，但是我委屈我难过，我必须发泄和倾诉，这个时候躺在床上，憨憨可爱的毛毛熊就成了我最好的听众。我想它诉苦，告诉它我怕得哆嗦，别说还手了；告诉它我是冤枉的，到特委屈的时候，眼泪唰就下来了，拿着它擦了眼泪，接着说差不多一个小时，说不动了，就去写作业了。那一次的伤痛是个秘密，毛毛熊消化了伤痛，也守住了秘密。从那之后很多的秘密我都会跟它讲，爸妈吵架的原因，女朋友离开内幕，我都告诉了它，它可以一直听，并且从来不会嫌弃我。

大家也有这种特殊的小寄托，一本破烂的日记，一条很老的宠物狗，甚至是一盘听过几百遍的卡带，在你特别孤单无助的时候，有它们在，你不会心慌，也不至于自闭。感谢它们，在孤单的日子里陪了我们，听了我们的小秘密，也分担了我们的烦恼和忧伤，那么今天，我特别高兴，因为我不仅可以和毛毛熊说话了，我还能站在这儿跟大家说话，感谢你们的聆听，也感谢毛毛熊二十三年伤痕累累陪我长大。

《如何读懂孩子的性格，因材施教》

乐嘉

先大概了解一下，各位是否知道，我的主要工作是做什么，对，很多人知道我是做性格色彩的，但是很少有人能够了解到性格色彩是什么，那么刚好借今天《超级演说家》的舞台，跟各位做一些简单的介绍。其实性格色彩是一个很简单的性格分析的工具，我把人的性格分成红、蓝、黄、绿的四种类型，但是很多人说我不太清楚红、蓝、黄、绿是什么意思。那么接下来我就举一个非常简单的例子，马上让你进入到红、蓝、黄、绿的世界。

我记得在我们小时候跟着爸爸妈妈去上街，不同性格的小孩跟着爸爸上街买东西的时候，他的状态是不一样的。

注意，第一个小孩，走在路上的时候管不住自己，“爸，你来呀。”“爸，你给我买一个哈利波特的魔法帽。”“买什么买，家里已经有很多玩具了。”“爸，我真的好喜欢，给我买一个吧。你看，我真的喜欢，买一个吧。”老爸说“不买，赶紧回家吃饭。”老爸一走，这个小孩的本能反应在后面哇哇哭了两下子，发现他爸爸不理他，也没有用，所以就非常沮丧的回到家里面以后，发现他妈妈给他买了一盒积木，他马上把这个哈利波特魔法帽的事情就给忘记了。

第二个小孩跟他爸爸上街，走在路上，注意，他的反应是中规中矩走在后面，这个时候老爸过来了，“怎么不走，快点走。”“爸爸，你觉得我这段时间表现好吗，那你上次是不是说过表现好的孩子应该是有奖励的，那你可不可以……”“老爸今天没有带钱。”“哦，那好吧。”这个儿子就不说话了，跟爸爸回家，但是三个礼拜以后，他爸爸突然反应过来，在这三个礼拜的过程当中小孩在家里面基本上不太说话。“谁欺负你了？”“没有”“老爸今天发奖金了，你有什么要求提出来，老爸统统满足。”“爸爸你说话算数吗？”“老爸说话当然算数。”“可是你上次说话就没有算数。”“什么时候我说话不算数？”“你忘了，那就算了。”不管他爸爸怎么启发，他都不会把他心里的想法讲给他爸爸听，因为他觉得当时他希望要得东西没有得到。

注意，还有第三种小孩，走在路上的时候，他走在老爸前面，带着老爸走，走着走着，突然看到哈利波特魔法帽，他的本能反应“爸，你知道吗？我每次跟你出来都特别开心，因为我觉得你是全世界最好的爸爸。爸，你来，爸，给我买一个，爸，其实这个东西我不是为我买，关键是我们班同学都有，如果我没有的话，下回去参加家长会我没面子无所谓，你老人家会多没面子。爸，你到底买不买，不买是吧？”回到家里面以后磨着这个爷爷奶奶一定要给他买。这是第三种小孩。

注意还有第四种小孩，如果你生的是第四种小孩那就会非常好养，因为跟他老爸上街的时候，牢牢地抓住老爸的衣角，不管老爸走在哪里，他就跟在哪里，然后他走，就在路上算看到这个东西他也笑一笑，别人有跟我有个什么关系，然后就走走走，他连要求都不提。

好了，我的问题很简单，当你自己在小的时候，你希望你的家里面给你买玩具的时候，你的本能反应是什么？如果你的情况是第一种，你可能就是属于典型的红色性格。而第二种性格的人有个特点，他有想法以后他不愿意通过他的嘴巴表达出来，他更加多的是希望通过暗示的方法，能够含蓄的让你明白，自己能够理解，但是他也不容易从他的想法中走出来，这是典型的蓝色性格。第三种性格，如果有希望他达到的东西，他不管用什么方法一定要达到，这是典型的黄色性格。而第四种性格，绿色性格，最大的特点是乐天知命，与世无争，心态平和，他的欲望也不多，别人有就有好了，跟我有有什么关系。我觉得我现在过得这样就蛮好的。

这就是最最简单红、蓝、黄、绿四个性格大的类型。那很多人就问我说，到底性格色彩有什么用，性格色彩的用途告诉你的第一件事情，当你了解了不同的人，面对同样的一件事情，有不同的看法和反应的时候，你才能发自内心的明白，在这个世界上，每一个人对同一个事情的反应不一样，你要去学会理解，这是性格的差异，并非其他人一定要和你一样。

我记得有一次，有一个妈妈过来问我，她说“乐老师，我现在非常痛苦。”我说“发生什么事情？”她说“我的小孩是一个脾气特别犟、特别倔的人，他很难听进别人的意见，我们带他去餐馆里面去吃饭，饭前要洗手，可是我的小孩却说不去，我就很生气，让他去，他还是不去，那我很着急，我就去揪他的耳朵，没想到耳朵一揪，这个小孩在餐厅里面就嚎啕大哭，结果搞得我很尴尬，你可以告诉我，面对这样的叛逆的不听话的孩子用什么样的方法可以让他饭前洗手吗？”我就把刚才的这个不同性格买玩具的例子讲给她听，我说你先告诉我一个问题，你儿子的主要性格是什么，就是说主见很强。刚才在红蓝黄绿那四种性格里面，哪种性格的主见性最强？什么？黄色。他的目标很坚定，当你面对黄色性格的时候，你强硬地告诉它一定要这样，一定要这样，一定要这样，只会激发起来他的逆反的情绪。其实，你换一个方法，他就会很愿意听你的话，如果你先给他了一个目标，让他来帮助你，同时制造了一个竞赛的场景，他会很乐意完成，你希望他完成的事情。

对于今天所有我面对的年轻朋友，当你跟你的男朋友和女朋友相处的时候，如果他的性格是非常非常强的人，你用强行改造的方法，只会碰得头破血流，让你们两个分道扬镳，而如果你能够了解不同性格的不同特点，你知道如何用差异化的方法去交流，你可以跟这个世界上每一个人都尽量取得融洽、和谐的人际关系，我想这个就是在今天我要跟各位分享的。如何运用性格色彩的性格分析工具，帮助你自己改善你周围以及你自己的生活的。

超级演说家 130829

第一季第五期

演讲稿

本期选手及演讲稿为：郭佳媛《美女的优势》、陈铭《女人永远是最佳辩手》、杨思慧《超级演说家，要得》、唐棣《声音》、黄澄澄《漫漫艺考路》和黄小山《垃圾启示录》。

选手	演讲题目	大众评委结果	导师结果	最终分组
郭佳媛	《美女的优势》	通过	林志颖	林志颖
陈铭	《女人永远是最佳辩手》	通过	李咏、鲁豫、林志颖	李咏
杨思慧	《超级演说家，要得》	通过	无	淘汰
唐棣	《声音》	通过	李咏	李咏
黄澄澄	《漫漫艺考路》	通过	林志颖	林志颖
黄小山	《垃圾启示录》	通过	林志颖	林志颖
史峰	—	—	—	淘汰
鲍楠	—	通过	—	淘汰
大可爱	—	—	—	淘汰
石峯	—	—	—	淘汰

《美女的优势》

郭佳媛

我今天演讲的题目呢，可能会有很多人赞同，但未必会有人敢站在这里说，所以呢，大家如果觉得我说的你们同意的话，就请你们高抬贵手不要灭我的灯。

这自古以来呀就有什么闭月羞花、沉鱼落雁、倾国倾城，经文人妙笔生花的夸张，这美女呀，似乎有着降服自然万物的力量。在古代，唐明皇一骑红尘妃子笑，累死了多少匹马；吴三桂一怒为红颜，又死了多少英雄豪杰呀。我们不得不承认，在当今这个社会，美女依旧占有着很大的优势，我自认为自己呢虽然并不算什么超级大美妞，但至少长的吧，没给我们东北人丢脸，所以呢，我很幸运的从事着自己喜欢的演艺事业。

现在的我呢，每天拖着六七十斤的大皮箱全国各地的飞，有朋友问我了，“佳媛，你说咱长的还行，为什么不找一个条件差不多的嫁了，自己也不用这么累呀！”我对我朋友说，“妹子我做不到呀。”我朋友又问我了，“难道你视金钱如粪土，佳媛，你太伟大了。”怎么可能，那我情愿自己是个大大的化粪池啊，父母辛辛苦苦把我拉扯到大，我当然想赚大钱，让他们享福了。但是我会本着一条“花自己赚的钱、孝敬家人、犒劳自己”的原则，这样做的原因只有四个字：光荣踏实。

说了这么多，你可能不信，可能觉得讨厌甚至觉得我恶心，但无所谓，因为每个人都做不到让所有人都喜欢自己，不是吗？当我高调的时候呢，有人说我态度有问题；当我低调的时候呢，又有人说我喜欢装。说句实在的，原来的我真的很在意别人对我这些反面看法，但是现在想想，何必呢。外貌是爹妈给的，我们无权选择，既然人无完人，我们做不到让每一个人都喜欢自己，但是我可以在做到的是让自己过的心安理得。如果你们问我，要是真的有一下辈子，你会选择做美女吗？我想说必须的呀。难道你们不想吗？

《女人永远是最佳辩手》

陈铭

今天要跟大家分享的是一个关于女人和辩论的故事，名字叫做《女人永远是最佳辩手》。我在辩论的赛场上拿过世界冠军，拿过全程最佳辩手，也算得上也是小有收获。但是，说实话有一件事情真的非常丢人，但是在这里我必须要向在座所有人坦白，就是在生活的辩场上，有那么一个人，我是从来都没有赢过，那个人就是我的老婆。所以不知道在座各位会怎么想，但是我本人是发自内心深处赞同一句话“女人永远是最佳辩手”。

但是凡事总有原因，为什么呢？后来我开始琢磨琢磨琢磨，我找到了第一层原因，男人总是输，那是因为男人总是讲道理。我有一个饱经沧桑和血泪的小小忠告，告诉在座所有的男士，就是当你面对女人的时候，你永远、永远不要试图讲道理，因为她们会坚信你解释就是掩饰，掩饰就是欺骗的开始。

我老婆有一次，她看中了一款包，她就把我拉过去，她想买，大家都知道全世界所有的女人喜欢的包只有两个特色，第一美，第二贵。当然女人会比较关注它的前者，男人呢，只能关注后者。所以我老婆一直在看那个包的时候，我也在一直在看那个包的价签，我在数，个十百千。我当时数着数着我崩溃了，我赶紧把她拉到一边，我背着这导购我拉到一边，我得说服她，我说“老婆，你知道咱们中华民族五千年最美的传统美德是什么吗？勤俭节约呀；你知道当今中国经济最欠缺的精神是什么精神吗？是支持国货呀。你看看这个包，你看看这个包的价格，你知道它成本只有多少吗，你知道它利润翻了多少倍吗？你冷静一下，你跟我一起深呼吸，你想想看，我们家庭现在的经济情况，我们的收入状况，你现在买这么一个包它理性吗，它负责吗，它是个现在我们应该有的选择吗？你这么漂亮一个大姑娘，你拎着这么一个包走在路上你遭贼惦记呀，你拎着这么一个包去单位你遭人妒忌呀，你考虑过单位和谐吗？你考虑过人际关系吗？你考虑过你办公室大妈的感受吗？”

我当时说实话，我上到民族情怀、消费理念，下到买这个包的性价比、收现比、收益比、风险比、收支状况对比，我慷慨激昂，鞭辟入里，我自己都已经快被我自己的沉稳跟理性征服了，然后、然后她只是看着我，眨巴着她的大眼睛，然后她问我说“是你的那些道理重要，还是我重要？（傻了吧）你说呀，说呀，说呀，说呀，你的那些唧唧咕咕、滴滴答答的臭道理、烂道理都比我重要一千倍、一万倍对不对。在你心里，我根本就不重要对不对，你根本就不爱我了，对不对？你之前要娶我的时候说的那些你爱我、你爱我都是骗人的对不对，你根本就不爱我了，对不对？”真的，她的眼泪当时已经快要飙出来了。各位，在座的各位，你说这个时候你除了宣布她是最佳辩手并且掏出银行卡给她颁奖之外，你还有任何其他的选择吗？

这是我总结的第一层原因，然后我往下深入的踏了一步，完了，我发现了事情的真相，女人永远是最佳辩手，就是因为女人根本就不是辩手啊，亲们，她们是评委呀，她们是在你们感情生活中判断对错输赢，选择最佳辩手的评委和导师呀。对不对，李咏老师，是不是？很多时候如果您跟老婆有时候发生了争执，万籁俱静的夜晚，您看向身边的爱人的时候，有没有一种看着导师甚至是看着导演的这种感觉，对不对。当然对于我本人来讲，我是个辩手，作为一个辩手，大家想一想，还有比发现你的对方辩友其实是评委更深的悲哀吗？就在这一份浓的不能再浓的悲哀当中，突然有一个全新的观点，让我一下是灵台透亮，豁然开朗。

大家想一想，作为一个男人，咱们输，咱们输掉了一生的比赛，可是咱们赢，赢得了什么呢？那是一颗可爱的、俏皮的甚至有一点点蛮横的，但是从不遮掩、从不伪装的少女的心

啊。这个世界上，还有什么比一颗愿意陪伴你到终老的、真诚的少女的心更宝贵的东西呢？
所以人生的辩场上，女人永远是最佳辩手，男人总是输，女人总是赢，那只是因为——爱！

《超级演说家，要得》

杨思慧

安徽有个大舞台，说得精彩你就来，安徽山清又水秀，你来说段脱口秀，脱口秀。

不管你去怎么说，人人机会有很多，不管有啥好段子，同时改变这辈子。我爱超级演说家，快乐说话你我他，你我他。

今生命运想改变，精彩演绎观众看，你的演讲赞不赞，全国观众说得算，说得算。

李咏老师坐上镇，各位选手爱又恨；鲁豫美丽真漂亮，知书达礼是榜样；看看乐嘉啊乐嘉，我不怎么认识他；小志帅气惹人爱，他唱的歌我很爱，我很爱。

《声音》

唐棣

我曾问我妈，为什么我声音和人家不一样。我妈轻轻的安慰我，“宝贝，我也想问我妈。”我的小伙伴们特别害怕给我家打电话，每次都像英语听力一样得仔细区分，究竟是我爸、我妈、还是我，所以对于声音我曾经很苦恼，总觉得自己不能像其他女生一样，用温柔甜美的声音唱歌、说话。有男人曾问我，你会发嗲吗？讨厌，人家会了啦，然后就没有然后了。所以我经常埋怨自己，埋怨妈妈，和妈妈一起埋怨妈妈的妈妈。

有一天，在我万念俱灰的时候做了一个梦，梦里我问大师，我说大师啊，能把我的声音变好听吗？大师很慈祥的看着我，这世界上有两种声音，好听的声音和难听的声音，而你是介于他们之间的好难听的声音，你还是不要做梦了。可是风水轮流转，有一天，一个女生突然跑来对我说，“哇，你长的好像一个明星哎。”“真的吗？”“哇，你的声音和她的一模一样。”在那之后，我就火啦。本校的、外校的前仆后继，哭着喊着来看我呀。

这么多年的山寨明星路，其实我发现自己的声音没什么大不了，人家明星不也这样吗，而且我发现，因为接纳了自己的声音，反而变得更自信。因为我们每个人都是最独一无二的存在，所以接纳自己做自己，你就是明星。

《漫漫艺考路》

黄澄澄

在进入正题之前呢，我想先说一组数字：154、162、166、168、170，这组数字分别是路易十四、斯大林、马云、拿破仑，当然还有我的身高。不过身高不足梦想弥补，不怕万人阻挡，就怕自己投降。矮怎么了，矮就要矮的漂亮，矮就要矮的有气魄。

我小时候个子长得高，我入选了我们当地的地区篮球少年队，从那个时候我就有了我人生当中的第一个梦想——我要当球星。可是很快，我的身高就跟我的球技一样开始止步不前，于是我的篮球梦就彻底破碎了。

很快我就找到了我人生当中另外一个目标，那就是姑娘，并且让我知道了有一个叫艺校的地方，那里有大把、大把漂亮的姑娘。可是怎么才能进入艺校呢？唯一的一条路就是学表演，于是我就这样踏上了一条漫漫长夜艺考路。我不知道你们听过一句话没有，叫“艺考虐我千百遍，我待艺考如初恋。”正是大家一次次的考，一次次的失败，才留下了那么多一段段广为流传的佳话。我就听过这么一段，说是有一个哥们去考中戏的二试，他慷慨激昂的向老师演唱了一首《团结就是力量》，“团结就是力量，团结就是力量……”“同学，停停停，你好像跑调了。”“啊？”“没关系，没关系，别紧张，这样，你唱一个音阶给我们听一听好吗？”这哥们现在已经是满头大汗了，他攥紧了拳头，咽了一口唾沫，“音阶。”

奇葩年年有，今年特别多，必须承认是这哥们缓和了我当时紧张的情绪，不过最最奇葩的还是发榜的时候，那可真是应了一句话，叫“天堂在右，地狱在左。”这边没考上的哭天抢地，活脱脱一个窦娥冤现实版，而这边考上的呢，又蹦又跳见谁抱谁，见谁亲谁见谁说爱谁。各位亲们，很高兴，我就是那个见谁亲谁的那哥们。

《垃圾启示录》

黄小山

垃圾这个问题，其实它是像我们几十年现在也没有解决的随地吐痰问题、排队加塞问题、开车闯红灯问题、开车鸣笛问题是一样的，它是人的问题，是习惯的问题，是基于习惯所形成的社会文化的问题。

超级演说家 130905

第一季第六期

演讲稿

导师对抗赛：鲁豫队 VS 李咏队

本期选手及演讲稿：黄小胖《相信自己漂亮，才能漂亮》、唐棣《爱，很简单》、陈铭《中国节》、李林《国要怎么爱》、关滨《婚姻这出戏》和谢艺《抓紧时间谈恋爱》。

阶段	学员	演讲题目	导师	主题	得票	结果
第一轮	黄小胖	《相信自己漂亮，才能漂亮》	鲁豫	《如果这都不算爱》	2	晋级
	唐棣	《爱，很简单》	李咏		1	待定
第二轮	陈铭	《中国节》	李咏	《最炫民族风》	1	待定
	李林	《国要怎么爱》	鲁豫		2	晋级
第三轮	关滨	《婚姻这出戏》	鲁豫	《说好的幸福呢》	1	待定
	谢艺	《抓紧时间谈恋爱》	李咏		2	晋级
决战三角	唐棣	-	李咏	30 秒即兴演说	99	淘汰
	陈铭	-	李咏		193	晋级
	关滨	-	鲁豫		95	淘汰

《相信自己漂亮，才能漂亮》

黄小胖

我是一个造型彩妆师，常常去做造型的演讲，台下很多的观众会问我说，“请问一下，什么样的女生很难做造型？”我都会回答，“不相信自己漂亮的女生很难变漂亮。”而这是真的。

小时候我因为胖胖的，发育得特别早，常常被人家喊说“奶妈，哈哈。”那个时候我走路都驼背，非常的自卑，后来有人叫我黄小胖，我这一听，好好听的小名啊，我非常喜欢，这一叫就叫了二十年。

黄小胖因为胖也减肥，上一次录影完我瘦了，方法很简单，跟大家分享一下，就是把我跟鲁豫姐姐的合照贴在冰箱上，好想吃东西，好想吃东西呀，然后打开冰箱，看到鲁豫姐姐，哎呀对不起，我不该吃，蛋糕坏坏，不对，我坏坏，所以我就瘦了。你们有没有试过称赞一个女生，然后被反驳，女生都是这样的，无止境地放大自己的缺点，而不相信自己漂亮。像是黄小胖，你很漂亮哎，可是我太胖了，没有没有，你眼睛很漂亮，你看我这里缺了两根睫毛，黄小胖，你知道吗，你的五官很精致，不不不，我没有山根哎。你还在想山根是什么对不对？山根就是两只眼睛中间鼻子上方额头下方，这个应该要凸起来的地方，就是别人都会凸起来，但我凹进去的这个地方。

后来我发现那些明星不是因为他们有山根而漂亮，而是因为他们拍照的时候他们呈现出一种我很漂亮，看我，我很漂亮，看我，我很漂亮，看我。姿势超奇怪的，而我今天要在这边做一件事情，是一件非常勇敢的事情，这一辈子我都在遮掩它，就是我的拜拜肉，我的蝴蝶袖。

我不是天生漂亮，我只是努力相信我漂亮，别人称赞我的眼睛，说我的眼睛很美，但是我觉得我更美的地方是我眼睛背后的灵魂，我很漂亮，看我，看到我。献给在场每位本来就很漂亮的女生，还有电视机前面的你本来就很漂亮。

《爱，很简单》

唐棣

爱情，每个人都有爱情，那到底什么才算是爱呢？我觉得，爱，很简单。

你们还记不记得曾经有叫你宝贝、小猪或者丫头的男生，明明每天都夸你身材魔鬼，一骑自行车载你“你是猪啊。”他觉得表达爱你最好的方式就是带你去吃火锅、自助或者自助火锅。你要生气，他会说“宝宝，你连生气的样子都好美哦。”他最害怕的是陪你买衣服，“这衣服好看吗？（好看），哎呀，你认真点啦，这个好不好看，（那不好看），你瞎了，什么品味。”那个时候，爱很简单。

然后你们毕业了，他说他想给你一个未来，他要去外面的世界，于是你开始等他。第一年，你快回来啊。第二年，你怎么还不回来呀。第三年，你到底回不回来。后来，他还真回来了，这也许就是你的故事，是你的故事，也是我的故事。我和他在一起十年了，这十年里，有四年我们天各一方，十年里，他只陪我看过两场电影，过了一次生日和零次情人节，但是在这十年里，每一天我们都会给彼此一个微笑、一句鼓励和一声晚安。

人都说真爱就像外星人，都听过没见过，连零零后都说不会再爱了。但我依然相信，即使世界变个不停，用最真诚的心——爱，其实很简单。

《中国风》

陈铭

去年的时候呢，我要结婚了，我跟老婆就商量这个结婚时间的事，结婚是个大事，日子非常重要，我跟媳妇特别中意的是2月14号情人节。我丈母娘听到了就说“说得好，情人节这日子好，就这一天结婚。”于是咱们婚期就定了，定在了七夕，没错，七月初七。

我说实话呢，我当时心里一下压力山大，我觉得这婚礼那是要走一个纯粹的最炫民族风的路子才行，然后我心里开始嘀咕，我觉得咱们年轻这一代和老年朋友们，他们对节日的审美有很大的差异。我们想想看我们青年朋友在过节的时候比较喜欢过什么节呢？情人节、圣诞节。这些节日的时候多霸气，看着街头上人潮汹涌，满街的玫瑰花、巧克力、红酒、西餐，高端大气上档次，非常洋气，可中国节一般怎么过，核心一个字“吃”啊。大家帮我一起想一想，元宵节大家要吃啥呀，元宵、汤圆。中秋节要吃月饼，端午节是粽子，清明节？清明节那一整天是不能动火的，我们要吃凉的食物以表达对先人的祭奠，你看，情感全寄托到食物里了，可是过节难道真的只有吃吗？

我深入了一步，发现事情远远没有那么简单，咱们过中国节的时候，咱们跟谁过呀，亲人。我们大伙儿一起回忆一下，过节的时候什么画面，七大姑八大姨的，那些一年见不到两三次面的亲戚一家一家地全来了，一大桌菜，十几号人，大家开始哇哇哇开始吃，吃完了唠家常，嘚啵嘚、嘚啵嘚，然后孩子们钻来钻去、嬉笑打闹，不错，这是我们脑海中关于过节这个最常见的画面。你看这么一对比，关键就出来的，看起来是中国节日和洋节的PK（比拼），可本质其实是亲情和友情和爱情，在我们年轻人心中的天平往哪边倾斜呀。

2010年的2月14号，不知道大家还记不记得情人节，大年正月初一，情人节跟春节，啪，正面碰撞了。我记得当时有一家报纸大标题黑体字写着“过节啦，陪老婆还是陪老妈”，亲情、爱情，赤裸裸地对决呀。其实有一项报告调查显示，人一旦结了婚，这一辈子再见到父母的次数可能不超过90次，90次呀，我扪心自问一下，我多久见一次父母啊，你们呢。

马上中秋节不远了，我知道在座其实可能还有电视机前的观众，有很多人希望中秋节的时候能够家庭团圆，能够陪陪家人，别，千万别，千万别等到中秋节，如果你想明天就可以动身，不管工作有多忙，不管时间有多紧，有事没事常回家看看，千万千万莫等闲白了少年，子欲养而亲不待，空悲切。

《国要怎么爱》

李林

咱们中国人是一个非常好玩的民族，咱们有的时候跟自己人在一块，那种民族自尊心一下起不来，但是一见到老外，砰，这民族自尊心就起来了。

我一姐们英文倍儿好，在故宫里头给人家当导游，有一天一个老外不太礼貌地问她一个问题，“我觉得你们中国人的科技真是太落后了，我们在好几百年以前就用石头建房子，而你们却住木头屋子，喔，天哪。”我那姐们听完了以后，非常生气，因为此女彪悍，拿自己的大眼珠子瞪了一眼他那蓝眼珠子，转身就跟所有的游客说，“请大家注意听一下，在中国是这样一个规矩，活人是从来不住石头房子的，死人才会去住石头房子，鉴于刚才这位的要求，我一会带大家去参观石头房子，就是十三陵。”干的漂亮，当时我就说“天哪，你是个天才呀。”你们是不是也觉得很给力、很解气。

然后呢，然后你们猜怎么着，当天晚上我回到家里，打开电视新闻里播了一条新闻，整个我三观就都毁了，他们说有的中国游客在埃及金字塔上刻上“小爷到此一游”，还有人在卢浮宫的门口洗脚，甚至在外国的街头上乱扔垃圾和小便。同志们，其实外国人认为咱们落后，不是在于木头还是石头盖房子，更重要的是咱们一定要走在世界的每一个角落都记住咱是中国人，不能给咱祖宗跌份，对不对？这其实是一种非常炫的民族风。

第二点，有的时候就说只见到外国人，我们就能有民族自尊心，在自己人面前就不会有缺点吗？我告诉你一样有，我有一帮好朋友，他们是留学生从外国回来的，回国以后得了一种病叫做失语症，经常不会好好说人话，有的时候跟我说“李林，你知道吗？我刚刚回到国家以后，我真的蛮难受的，这种感觉就是蛮、蛮 Uncomfortable（不舒服）的，你明白吗？就是不舒服啦，我都找不到合适的国语来说出我要说的话。比如说我们看满场这些东西叫什么，李林你告诉我叫什么？我说叫商标呀，还能叫什么。错，叫 Logo（商标），（注意我口形 Logo），这样才洋气嘛。还有你们做节目戴的这个东西叫做什么，叫做什么，我都不好意思说，好土，叫话筒哎，人家老外叫麦克风，这样节目才会好看嘛。”我就去，你会说中国话不会呀，你。你吃几年外国饭，你爸爸姓什么了吧，你。

最重要的一点是什么，我不是排斥外族语言和外族文化，大家都有很好的东西，张之洞说过“中学为体，西学为用”。你们看看成龙大哥，他在好莱坞打拼那么多年，他能不会说英文吗，但那只是人家的一个工具。再看看铁林老师，在英国待了好多年，但是据我个人所知，书法家、京剧爱好者、古玩收藏家，又是一位非常知名的中国演员。为什么，因为铁林老师从来不会不好好说话，对不对。

所以我今天想说明的是，作为一个国人，只有我们真正地认同了自己民族的文化，不管我们走在世界哪一个角落，我们都会说我们是中国人，因为这就是最炫民族风。

《婚姻这出戏》

关滨

我想说说幸福的那出戏，在我三岁的时候，父母离异，他们的婚姻是失败的，可是从小男子汉的我的心中，却有了一个对幸福婚姻特别憧憬、非常美好的梦想。于是乎，后来我选择了一个职业——婚礼主持人。

在过去的七年当中，我主持了 613 场婚礼，我也渐渐地读懂了婚姻这出戏。有这样一对新人，在婚礼结束之后，女孩的妈妈给了她一个存折，这个存折里并没有存钱，她只是告诉女儿，在你未来的生活当中，只要你遇到你和你老公特别开心的事情，你就可以存一笔钱进去，并且在那笔款项下注明那件开心的事是什么。

结果结婚三年之后，女孩发现男生不求上进，得过且过，男孩也抱怨，说女孩虚荣心强，好胜心重，于是乎生活当中鸡毛蒜皮的小事他们都可以吵得翻天覆地不可开交，这个日子简直是没有办法再过下去了，最终他们决定要离婚。

就在离婚之前，女孩的妈妈提醒了她一件事，说你一定要把全部取出来，把那伤心的钱不要留着，用完它。在银行排队的时候，她无意间翻开了那本存折，上面密密麻麻地都是他们两个人曾经的字迹。3 月 15 日和老公结婚后第一个生日收入 100 元；9 月 12 日老婆怀上了小宝宝，我快要当爸爸了，存入 1314 元；7 月 8 日我们的小宝贝出生了，存入 3 千元；10 月 6 日，我和老公又一起去了曾经的那个游乐场，开心，存入了 300 元，就这样她非常仔细地读完了每项存款的备注，她竟然在银行的大厅当中大哭起来。当她回到家之后，她把这本存折打开，递到了老公的面前，我想这个故事讲到这儿的时候，很多朋友都一定能够想到结果是怎样的了。

婚姻这出戏是悲剧，是闹剧，用你的智慧去决定吧。

《说好的幸福呢》

谢艺

大家都知道 11 月 11 号是什么日子吗？光棍节，错，是我的生日。不信对不对？来，镜头切过来，身份证出生年月 1987 年 11 月 11 号，看到了吗？这个事不能怨我妈，我是早产，我自己着急了，明白吗？所以说李咏老师说我说话着急，其实呀我干什么都着急，生得着急，长得也着急，谈恋爱就更着急，找幸福那必须得着急呀，对不对？

张爱玲阿姨说“出名要趁早”，可我觉得呀，这谈恋爱也得趁早，本来这个生日就够郁闷了，万一我真成光棍了咋整呀，是不是？所以说，三岁那年，早不早？我就跟我们家邻居的那个小女生用一根棒棒糖把她骗到手，我跟她定了娃娃亲。当时我就跟她说，长大之后我娶了你，她说我非你不嫁，可第二天她就跟村长的儿子在一起拜堂成亲，玩过家家了，这小子也太着急了吧。后来我才知道，人家村长的儿子用了一包棒棒糖，我特想问问那个姑娘，咱说好的幸福呢，啊，哎。

17 岁，青春期，我开始给姑娘写情书、画漫画，然后就被她告诉了老师了，叫家长说我早恋。这还早啊，不是说 17 岁的雨季吗？小志老师。哎呀，到了大学，那可得撒开了网地找呀，对不对？青春不长在，抓紧时间，咱得谈恋爱呀。20 岁终于迎来了我的初恋哪，我这个初恋一谈就是四年，毕业那天我抓住她的手，我说出了我人生中我认为最幸福的一句话“你是风儿我是沙，缠缠绵绵到天涯。”结果呢，她被她的爸爸给她安排好了一切，于是我们就天各一方。我一个人，我站了 16 个小时的火车来到她的城市，我只想为我四年的感情做最后的一个争取，我只想见她最后一面，可是偏偏，我在她们家楼下站了整整一夜我都没见到她，后来我用了一年的时间才把她给忘了。

一转眼我就二十五岁了，这都算晚婚晚育了吧，啊。前两天网上有个大爷说，“不回家看我们算什么违法呀，三十岁不结婚才违法呢，得判刑。”哎呀，我这个害怕呀，我这个着急呀，我的幸福在哪呢，在哪呢？所以说现场的观众，如果觉得我还行的话，咱们微博一会儿加私信联系起来，因为今年的光棍节我是真不准备再过了，我想搂着媳妇过生日，我想要幸福，我要幸福。

超级演说家 130912

第一季第七期

演讲稿

导师对抗赛：乐嘉队 VS 林志颖队

本期选手及演讲稿：杨心龙《我们喜欢怎样的父母》、许豪杰《不要假装孝顺》、大王《男闺蜜的美好时代》、叶紫涵《父亲，谢谢你的爱》、陈州《爱可以改变一个人》和涵冷娜《你不来，我不好》。

阶段	学员	演讲题目	导师	主题	得票	结果
第一轮	杨心龙	《我们喜欢怎样的父母》	乐嘉	《他们怎么就不明白》	1	待定
	许豪杰	《不要假装孝顺》	林志颖		2	晋级
第二轮	大王	《男闺蜜的美好时代》	林志颖	《谢谢你的爱》	1	待定
	叶紫涵	《父亲，谢谢你的爱》	乐嘉		2	晋级
第三轮	陈州	《爱可以改变一个人》	乐嘉	《你不来 我不好》	2	晋级
	涵冷娜	《你不来，我不好》	林志颖		1	待定
决战三角	杨心龙	-	乐嘉	30 秒即兴演说	133	晋级
	大王	-	林志颖		93	淘汰
	涵冷娜	-	林志颖		127	淘汰

《我们喜欢怎样的父母》

杨心龙

我是一个零零后，我的同学总和我抱怨我们的家长，怎么就不明白我们的心呢？所以，今天我想和大家谈一谈我们零零后究竟喜欢什么样的父母。

一，我们喜欢真正能够读懂我们的父母。我妈妈去年过生日的时候是冬天，漫天大雪，我偷偷地跑到山上去，在能够写字的地方全部写上对妈妈的祝福，尽管写了一个小时，手已经冻得通红，但是我很期待妈妈看到这些东西的样子，结果后来妈妈上山的时候，我赶紧指着雪地大叫，我说“妈，快看，看看看，有人在祝你生日快乐。”然后我满脸期待地看着妈妈，妈妈只对我说了一句话“不就是你写的嘛，有什么好张狂的。”当时那件事情让我很伤心，妈妈她怎么就不明白我这种浪漫的设计呢？她难道就不明白我的良苦用心吗？但是很快我又想到，在上一次比赛的时候，我在台口等待着我爸爸的出现。因为以往登台，必须有爸爸陪着我。但是这次导演告诉我，你爸爸在第二现场不能过来，当时我整个人就垮掉了，我说我这个登台还有什么意义？而就在我即将失望地登上舞台的时候，有人在后面啪地拍了我一下，我猛地回头一看，就是笑眯眯的爸爸，我和我爸爸拥抱到一起，爸爸只说了一句话“我知道儿子需要我。”所以，我们可以看到如果有一个不理解我们的父母，我们是多么的难过。可如果有一个能够懂我们的父母，我们是多么的幸福。

那么第二，我们很喜欢找到用合适方式和我们沟通的父母。我有一个坏毛病，愿意在书包里面装很多很多的练习册，大家可以猜一猜，我为什么要这样做，我觉得装练习册很多，证明我很有学问，这是一种虚荣心。结果书包的带总会断开，断开了以后，妈妈就会跟我发火，我爸爸总会安慰妈妈“消消气，这个孩子这么做自然有他的道理。”我妈妈大手一挥“有什么道理，这个孩子倔死了，我真应该狠狠打他。”提到这以后，我心里非常难过，很委屈，打什么打呀，我妈妈这叫和我沟通吗？可是再看看我的爸爸，我爸爸什么都没有说，带子断了缝上，断了缝上，我觉得他好像在等待着什么，最后我的心软了，我主动地把那些练习册从书包里面都一一挑了出来。我爸爸的行动就是最好的改变。我们零零后有些时候并不喜欢向我妈妈那样直来直去地，很着急地来批判我们，我们喜欢的是像我爸爸这样的，用爱来感化我们的方式，要的就是这种效果。

所以，讲到这里，可能有一个非常生气，那就是我的妈妈，因为我一直在说她不好，但是妈妈如果你在听我说，我要对你说，我知道你爱我的方式与爸爸爱我的不一样，不过没关系，千万不要生气，我知道妈妈你还是真的爱我的。但是最后呢，我也想说一句，我也很爱你。但是如果你能够向我的爸爸学习学习，我就会更爱你。

《不要假装孝顺》

许豪杰

我们经常说孝顺，但是你以为在母亲节的时候，路过一家快要倒闭的花店，买了几支你也不知道什么品种的花，回家告诉妈妈这是康乃馨，这是孝顺吗？我最讨厌哪种人，知道吗？好几年回一趟老家，靠在已经瘫痪在床上不能自理的奶奶身边，拍了一张照片上传微博，上面写着“奶奶，我永远爱你。”大家说这是孝顺吗？这么简单的道理，他们怎么就不明白呢。

我想问大家，父母在你们小时候，有没有对你们说过你是垃圾桶里捡来的。如果亲子鉴定像手机摇一摇就能鉴定出来的话，我相信当父母在说不允许，不行，我说不行就是不行，这些时候，你都会拿出来摇一摇，看看自己到底是不是亲生的。其实是不是亲生的都不重要，重要的是他们已经抚养了我们那么多年，别以为我话锋一转就要开始说煽情的东西，我的演讲永远不会煽情。

如果你出生在一个非常富裕的家庭里，突然有一天家里的保姆对你说“儿子，其实我是你的亲生母亲，都怪妈不好。”你一定会说“我不要听，我不要听，我不要听。你骗人，你是个骗子。”“儿子，这是你的出生证明。”“你从来就没有尽到一个做母亲的责任，你不配做我的妈妈。”“妈知道你接受不了，妈也是有苦衷的，你听我说。”“这不是真的，这不是真的，看不见我，看不见我，看不见我。”

OK，换一个场景，你生活在一个每个月只有六百块钱的家庭里，每天吃的除了咸菜就是萝卜干，突然有一天，一个上市公司的总裁开着豪车找到你，对你说“儿子，其实我是你的亲生父亲。”“爸爸，我好想你，爸爸。”“这是你的出生证明。”“这还用得着证明吗？你看这眼睛、这鼻子、这嘴巴、这舌头、这肚脐眼，你就是我的爸爸。”“但是，我从来都没有尽到一个做父亲的责任，我不配做你的爸爸。”“这都不重要，重要的是，重要的是血浓于水。”“爸爸准备带你回美国，但是知道你是个好孩子，你一定很舍不得和你的养父母分开，所以爸爸知道你很难抉择，给你时间好好想一想。”“嗯，我想一想，好吧，爸爸，现在走吧。”

谁都不要站在道德的制高点上去指责别人，我和大多数人都一样，有着崇高的理想，有时也有卑鄙的幻想，他们怎么就不明白，我们不能选择我们的父母，但是我们可以选择怎么样去对待我们的父母，无论他们是谁，他们是否富裕，他们是否对我们负责，我们都应该做我们该做的。让我们流露出对父母最真实的感情，而不是那些硬憋出来的感动和所谓的孝顺。

《男闺蜜的美好时代》

大王

今天，我要给天下所有的女人介绍世界上性价比最高的男人，这个人比你的爸爸还要宠你，比你的老公还要了解你，比你的姐妹知道你更多的秘密，这个人就是男闺蜜。也许你会跟我说，可是我觉得男人和女人之间是没有纯友谊的啦，那我只能说是你的想法太不干净了。我可以拍着我的胸口告诉你，男闺蜜绝对是女人居家旅行的必备选择。

首先，男闺蜜就是女人的军师，喜欢直来直去的男闺蜜一定会直截了当地告诉你，“哦，亲爱的，知道为什么没有人爱你吗？因为你胖、土、丑。我要改变你，我要让你变瘦、变美、变女神。”

当然了，男闺蜜除了锻炼我们的外在美，他也会让我们的内在变得强大。如果某天你被一只正在悠闲散步的小强吓坏，柔弱地喊出“呀，蟑螂。”这时候男闺蜜上场了，他会告诉你，“喔，亲爱的……啊，蟑螂！蟑螂杀人啦，救命啊，蟑螂杀人啦，救命啊！”于是被他狮吼功无情摧残下，你只好上前徒手拍死蟑螂。哼，女汉子都是被逼出来的。

最后当你经过种种的磨砺，终于脱胎换骨，却还是因为爱情受到了伤害，这个时候你的男闺蜜就会从一个古灵精怪的活宝，摇身一变成为一个容量超大的垃圾桶。把你的不满、委屈、抱怨统统装入怀中，然后擦干你的眼泪告诉你，“亲爱的，别哭了，那些不要你的男人是他们没眼光，还有我呢，如果到了 40 岁你还嫁不出去，没关系，我娶你，我会一直一直陪着你。”我觉得，我觉得我好幸运，因为当我一次又一次因为冷漠、欺骗、背叛、绝望到了谷底的时候，还有你陪在我的身边。谢谢你，谢谢你的爱，我亲爱的男闺蜜。

不是每个女孩天生就是公主，你没有水晶鞋去哪儿找你的白马王子呢，但是，只要你真心诚意地去找，一定能找到这个比谁都宠你、比谁都爱你、比谁都珍惜你的男闺蜜。

《父亲，谢谢你的爱》

叶紫涵

我是一个离异家庭的孩子，我的记忆里，没有爸爸、妈妈和我的共同的记忆，甚至连一张照片也没有。

我的童年是在奶奶家度过的，奶奶对我非常好，我从来没有洗过一件衣服，刷过一个碗。有一次我想帮家里打扫卫生，奶奶阻止了我，她对我说“你现在只管好好学习，别的什么都不要管。”在奶奶的呵护下，我觉得非常幸福，我觉得所有长辈的爱就应该是这样的。

我的爸爸在外地工作，他半个月回家里一次，我们很少有机会见面，他希望我是一个坚强的人，他平时对我教育非常严格。初二的时候，我被爸爸带到一个乡下的寄宿学校，环境非常艰苦，全班的男生住在一个宿舍里，我非常的不习惯、不适应。那天晚上我一夜没睡，我在被子里哭了一夜，我恨爸爸为什么带我来到这个鬼地方，接下来我必须自己做所有的事情，自己洗衣服、自己叠被子，我当时觉得我的爸爸不爱我，我甚至怀疑我可能不是他亲生的。我恨我爸爸曾经。

当我毕业了走向社会，我才发现我错了。当我可以拎着两个大箱子，牵着我的狗狗，自己租房子，自己做饭，自己叠被子，自己做所有的事情的时候，我才发现，原来爸爸对我的爱真正让我学习到了独立，学习到了成长。

在云南大理的时候，乐嘉老师给我爸爸打了一个电话，他真的打了这个电话，我鼓起勇气接起电话，爸爸的声音非常苍老的声音对我说了一句话，非常短，但是非常让我震撼、感动的一句话。他说“孩子，自己选择自己想走的路。”爸爸，谢谢你。

《爱可以改变一个人》

陈州

1996 年的五月份，我没有腿，在家躺了半年之后，我实在躺不下去了，在我的家人下地干活的时候，我爬出了窝，上了一辆车，去了济南。

之后的日子，我每天到饭店门口问他们要点吃剩的饭，晚上会在夜市的拍档旁边去捡一点人家吃剩的串儿。那个时候，根本就不知道什么是幸福，幸福可能就是每天吃饱饭，第二天睁开眼的时候发现我还活着。我也不知道什么是自卑，因为我根本就不知道我还算不算是一个……一个人。

后来我成为了一名流浪歌手，流浪到江西九江的时候，奇迹开始发生了。我当时记得一个特别漂亮的广场叫烟水亭，有一个女孩出现了，我在那唱歌，第一天、第二天、第三天，她每天都在同一个位置，第五天我被她搭讪了，我们留下了联系方式，越来越熟悉，再后来，你猜对了，我们相爱了。可是我不敢说，我知道我已经爱上她，一直为什么不敢说，因为我一无所有，她比我勇敢，她说“我爱你，我想跟你去流浪。”她没有在意父母的强烈反对，跟我走到了一起，也许我们的爱情不被大家所支持，当很多人在议论的时候，她反而说，“无所谓啊，我们在一起，开心就好啊。”

她是一个特别善良的女孩，我的妻子郁蕾，她让我从一无所有到一无所缺。同时她还是一个非常可爱的俏皮的女孩，有一次她说“老公啊，我不想去买菜了，你能不能去买菜，给我做一顿饭。”我以迅雷不及掩耳之势，穿上我的鞋冲进了菜市场，给她买了十几个菜，当我做好了十几个菜的时候，我很感动那一刻，她还更俏皮地跟我说“小样，你做的饭还挺好吃。”

她的出现，让我明白了什么是爱情，她让我拥有了一个完整的家，她更让我变成了一个健全的人。谢谢她的爱，谢谢我老婆，我爱你。

《你不来，我不好》

涵冷娜

你不来，我不好。这一听就是偶像剧里面的台词嘛。涵冷娜常常觉得偶像剧里面的那些女主角一个一个都像是那种鬼斧神工雕琢过的完美女神，她们每一个人都可以轻易地找到爱情，好轻易地嫁给一个好人家的。可是涵冷娜，我是属于那种被鬼斧头劈过啊，被神功击过的女神经病。所以我一直好想要学习怎么成为一个女神，我觉得要成为一个女神，需要两大重点，多余而模糊。

怎么样叫做多余呢？有没有发现女神身上总是有一些多余的东西，像是这种，而且女神总是会比人家多出好几副睫毛，女神即使没有近视呢，她们也要戴一副空的没有任何用途的眼镜框，这就是女神。女神用的手机也跟一般人不一样，女神的手机总是会有很多多余的东西在上面，而且基本上根本就不是拿来打电话，是拿来卖萌自拍的，是不是。女神的思维也跟一般人不一样，她们要很多、多余的思考，她们讲话都没有人听得懂。

女神如果拒绝一个追求者，她们会跟他说“其实我不是不喜欢你，可是不确定我是喜欢你，还是喜欢你喜欢我这件事。”更厉害的会怎么说，她会说“其实我不是不喜欢你，我只是不确定我是喜欢你，还是喜欢着喜欢着你的自己。”谁听得懂啊，这就是女神，我真的觉得好难哦。这些事情我学了又学，还是学不会。然后我就干脆放弃了。

我心目中好人家，他，他就会喜欢我原来的样子，在我说我饿了的时候，就带我去吃饭，而且告诉我说我想吃多少就可以吃多少。我心目中的好人家，他会告诉我，我不需要任何的伪装或是化妆，他会告诉我说，他不喜欢女神，他就喜欢女神经病。如果有这样子的人，我想要跟你说，你不来，我不好。所以拜托快点来好不好。我是涵冷娜，我希望在座的每一个人都可以找到喜欢你原来的样子，最适合你的好人家。

超级演说家 130919

第一季第八期

演讲稿

导师对抗赛：李咏队 VS 乐嘉队

本期选手及演讲稿：姬剑晶《珍惜敌人》、崔永平《继父的爱》、李鹤《给爸爸的信》、曹青莞《妈妈的信》、酸酸《娱乐没有圈》和李程远《娱乐圈那些事儿》。

阶段	学员	演讲题目	导师	主题	得票	结果
第一轮	姬剑晶	《珍惜敌人》	李咏	《亲密的敌人》	1	待定
	崔永平	《继父的爱》	乐嘉		2	晋级
第二轮	李鹤	《给爸爸的信》	乐嘉	《一封信》	2	晋级
	曹青莞	《妈妈的信》	李咏		1	待定
第三轮	酸酸	《娱乐有没有圈》	李咏	《贵圈真乱》	1	待定
	李程远	《娱乐圈那些事儿》	乐嘉		2	晋级
决战三角	姬剑晶	-	李咏	30 秒即兴演说	57	淘汰
	曹青莞	-	李咏		197	晋级
	酸酸	-	李咏		122	淘汰

《珍惜敌人》

姬剑晶

在我的生命里有两种人，一种是好人，另外一种呢，对，是敌人。

小时候，我到我最喜欢去的书店看书，我看到了一本我最喜欢的书，当时我没有钱，我把它拿来夹在我的外套里，我就往外走，我刚走出去，老板就把我抓住，老板说我偷书，他硬要我把我的爸爸叫来。天哪，我怎么敢把我的爸爸叫来，这事情要传出去那我的爸爸怎么办，我怎么办，我跪在地上苦苦哀求，我说老板，你放过我吧，可他硬要我爸来到现场，当时我觉得这个书店的老板是我的第一个敌人。

我的爸爸来了，一路上我拼命地想跟我的爸爸解释，他一言不发，回到家里，刚刚踏进家门，他立刻说“给我跪下，今天没有想清楚不准站起来。”我跪在地上，跪了整整一夜，我的腿肿了，我的泪也流干了。第二天早上，我连腰都直不起来，当时我觉得我的爸爸为什么不理解我，那个时候在我的心里，我有了第二个敌人，我的爸爸。

好不容易我大学毕业了，我的女朋友终于结婚了，可是新郎不是我，我问了她十万个为什么，可是到最后，她连一句解释都没有，四年的感情啊。各位你们说说，她是不是我的敌人。还有上一次，我来到演说家的舞台，有些没有选我的导师，还有一些没有投我票的观众，没事，我强大了。

不过话说回来，生命当中需要好人，但有时候也需要这些打引号的敌人。要是没有书店的老板，我可能不知道怎么做个好人，要是没有父亲的严厉，我也不可能拥有现在的胜利。如果没有爱的伤害，现在的我也不知道怎样去爱，包括没有选我的导师和没有投我票的观众，我觉得你们都是上天派来成就我最亲密的敌人。

所以今天无论您选我还是不选我，我都要送给今天所有的评委以及现场的观众，我要送给你们一个礼物，你们都是好人。

《继父的爱》

崔永平

我第一次接触到继父这个词是在我五岁那年，妈妈带我到了继父的家里，我一开始并不喜欢我的继父，他就是我的敌人。

在我的印象当中，他戴一顶赵本山的帽子，邋里邋遢的，整天喝得醉醺醺，我清晰地记得，他在跟我妈妈婚礼的那天，他喝醉了对我说“瑞瑞（我小名叫瑞瑞），爸一定会好好对你的，你放心。爸一定会好好……”说得哈喇子都下来了。我心想为什么我的命运会这么坎坷。在一次家庭聚会当中，我当着所有人的面，我指着鼻子骂他，“你对我一点儿也不好，管我管的我那的，我不需要你管，你也不是我爸。”这一仗我打得很爽，当时让我的敌人身负重伤。

但是随着我年龄的增长，渐渐地我开始喜欢我这个敌人了，有一次我在无意当中听到了他跟妈妈的对话，妈妈说她还想再要一个小孩，继父听到了坚决反对，“你考虑过没考虑过瑞瑞的感受，如果再要一个，他会怎么想。”一句话顶得我妈无话可说，继父还总能发现我身上的一些亮点。初中的一次文艺汇演，他看到我在台上又蹦又跳有唱的，让他特别惊喜，他觉得我很有天赋，要培养我。

2004 年的冬天，就是他陪着我来北京参加了艺考，那年冬天特别冷，我跟继父住在一间破旧的地下室，继父那几天都睡得很晚，起得很早。如果不是有一天晚上我突然半夜醒来，我可能永远都不知道每天晚上都是继父把自己的被子悄悄地盖在我的身上，他怕我着凉，而自己却瑟瑟发抖地裹住褥子睡，他发着高烧陪我考到了第五天。我说“爸，你先回去吧，我能照顾好我自己。”我把他送到车站，看着他上了车，就在车门即将关闭的那一刹那，他突然想到了什么了，非常重要的事情，跑下车，跑到我面前对我说了四个字“祝你好运”。

我，我懂他的纯朴和他的不善言辞，当时这四个字在我的心目当中超过千言万语。《超级演说家》播出的第二天，妈妈打电话告诉我，“孩子，你知道吗，你爸昨天晚上看了你的节目激动得哭了一整夜。”我听到这个我不知道该说什么，我，这就是我的继父，一个我最亲密的敌人。我想，我想在这里把乐嘉老师当初送我那句话，我在这里送给我的继父，爸，您对我的付出，必将会获得您此生应有的回报。

《给爸爸的信》

李鹤

这段日子，我对父亲两个字特别敏感，因为我爸爸患癌症 21 个年头，他现在病得非常重，我很有可能这一次会失去他。

记得我 13 岁的时候，我父亲刚得癌症，因为癌症，他脾气特别不好。有一次我跟同学偷跑出去玩，回来被他抓住了，他特别生气，他说我是个撒谎的孩子，撒谎是不能被原谅的，他那一次打了我，棍子都打折了，那是我第一次挨打，我 13 岁，我那个时候对自己说我是个人，我有尊严，我不是那种要用棍棒来管教的那种孩子，所以无论他怎么打我，我都忍着不哭，我绝对不认错。后来为了向他抗议，我做了很多伤害我自己的事情，我故意去打耳洞，回来爸爸看见之后就对我的耳钉没收了，没收之后我又去打，他又没收，又去打，后来几乎我打满了整个耳朵，我的半边脸是肿的，一碰那个耳钉会流血。

我和我爸爸最大的问题是我们根本没法沟通，这一生只要我们面对面，打算说话的时候就会争吵，就会辩论。二十多年我是用叛逆来向他抗议的，我知道我可能伤透了他的心。前两天在大理洱海岸边，有一棵特别漂亮的一棵古树，我就这样坐在那棵古树的下面，想起我爸曾经跟我说过，他说他去世的时候不想要墓地，他想要一棵树，我当时哭得稀里哗啦，因为二十年的泪水，我忍了二十年。我那个时候我就想告诉他我很想他，告诉他很爱他，告诉他我很内疚。后来在那棵树下，我决定给我爸写一封信，这是我这一生中给我爸写的第一封信，信特别长，写得我很累。

不过在信的最后，我想让我父亲跟我签一个契约，“爸，这是一份五百年父子契约，所以你下辈子还得是我爸，下下辈子也还得是我爸，期限五百年。我会为你做三点：一，我再也不会用伤害自己的方式去让你伤心；二，我会好好照顾自己，这个时候我就可以好好照顾你们，好好爱你们；三，我会学会感激和宽容，无论是对别人还是对自己。最后，我必须告诉你，他特别、特别、特别、特别地爱你，请原谅你不听话的女儿，曾经给过你所有的伤害，你要坚持住，你要等我去看你，爱你的鹤。”

《妈妈的信》

曹青莞

说到信哪，好像已经不属于我们现在这个年代了，但是有一种信，在我的生活当中占据着不可磨灭的地位，那是我妈妈给我写的信。

我老妈特别爱给我写信，第一次我给老奶奶让座，哎，不知道怎么回事，这事就传到她的耳朵里了，给我写了一封信：“恩，你真棒！”好吧，算是一种表扬吧。还有一次，我夸她又温柔、漂亮又霸气，作为一个女人，起码要有一点点反应吧，No，还是一封信：“这还用你说。”没办法，这就是我和我老妈的沟通方式。

我老妈呀，她是一个主持人，所以说写信总是要带点主持范儿，不信我说一段你们听一下。“亲爱的格格，妈妈最疼爱的宝贝。看着你熟睡的小脸儿，妈妈简直不忍心惊扰你的美梦。”深情吧，感动吧，但是每次我读到这样的信，那种感觉就是一个不喜欢的男孩子在向你深情地表白一样，满满的都是爱啊，但是就是有一种肉麻的感觉。

后来我到外地上大学了，终于可以和老妈的信 Say Goodbye（说再见了），在火车站，看着老妈远去的背影，还真有点舍不得，可是她突然猛一转身，又塞给了我一封信：“亲爱的格格，怎么一晃你就长大了，孩子啊，无论你以后走得有多远，身在何处，永远不要忘了，洛阳还有你的家，每年春天，妈妈都在这等着你。”

曾经因为怄气，我不知道撕碎了她写的多少封信，现在闭上眼只能看见她刚刚转身时的那个背影。这么多年了，我一直在接收老妈的信，而现在呢，我觉得我该给她写封信了。“亲爱的老妈，我今天独自一人来到合肥参加《超级演说家》，猛一下你不在身边，还真有点忐忑，比赛这一路真的长大了很多。但是不论今后我身在何处，我走了多远，每年春天，我一定会回到洛阳看你和爸爸，因为洛阳有咱们共同的家。”

《娱乐有没有圈》

酸酸

不同的职业、不同的领域有不同的圈。那么今天我想说什么圈呢？娱乐圈。

很多人跟我说，娱乐圈没有底线，娱乐圈没有极限，所以在我自己身上也做了一个小小的尝试。请各位看一下（照片），对，这是谁呀，刚好都穿蓝色，今天。我又可以穿男装，又可以穿女装。穿女装呢，其实是我的底线，我之所以抛弃了我自己的底线，为的是什么呢？为的是挑战造型师，还有摄影师的极限。

娱乐圈有没有底线，我听说在圈里面有一个潜规则，它说如果你想要在圈里发表新作的話，必须要先学会炒作。在发布会上面，记者不会先问你作品，会先问你绯闻，如果同一部作品里面有一男一女，就说他们假戏真做。如果有两个美女的话呢，就说她们不和，在争谁是一姐。如果有两个男的，在一起。

你说这有没有底线啊，就像我刚才的行为也是不停地在突破，想要让各位观众开心，我想成为大家眼中的娱乐，希望大家都能够加入我的娱乐圈，我们一起在娱乐乱世里面当自己的英雄。

《娱乐圈那些事儿》

李程远

很多人说，这个夏天娱乐圈特别和谐，因为大家做事越来越有模式了，网友整合了，三十档综艺节目，名字里面中国就用了十三回，梦用了九回，星用了七回，秀、歌、声用了六回，我建议做一档节目叫《中国梦，星秀歌声》肯定会火。咱们《超级演说家》一个都没沾，我推测这是一档非主流的节目。

我爸看着电视，你说你这选手怎么都那么有梦想呢？确实啊，选手都特别有梦想，大概三类，我爱唱歌，我从学校操场唱到地下通道，我的梦想是站在更大的舞台上；我爱唱歌，我志愿填的声乐，我妈给改成土木建设了，我的梦想是证明自己；我爱唱歌，去年生了重病，我的梦想是寻找新生。

大概三类，除此之外选手还得是有标签的人。我有个朋友长的大众脸，声音也一般，对参加选秀特别没有信心，导演拍着他的肩膀说，“小伙子，放心吧，从今以后你就是一个喜欢光脚唱歌的、曾经开过货车的美甲店老板。”我这个朋友一瞬间他就立体了，一下就有自信的。

选手搞定了，接下来就是导师，他们分工明确，一个老汉负责压台，大家都人为他在就是高端，他是一个好人。一个甜心负责卖萌，甜心经常被其他三位欺负，甜心可对号入座。一个二货负责挑事、制造话题，他有两把剑，一把犀利，一把柔情，我已经是二货的人了。一个知心姐姐，负责熬心灵鸡汤，我喝过了，谢谢姐姐。到了后半段，为了控制这四个人的关系，一定要找一个镇山之宝过来，我推测此人必有帝王气质。

上述的综艺选秀，好像是大家这个夏天统一的一个记忆，貌似是和谐的，但有没有想所有人都做一类节目，这就是混乱哪，贵圈须创新。这个时候有观众会问，你吐槽什么，你不也来参加选秀了吗？对呀，我是积极参加。真的当我融在这个节目里的时候，对上述内容会有改变，我们把自己内心最珍贵的梦想扔在这个大舞台上，所有人都在看，你是真的还是假的，是不是在装。我们需要勇气，大家都在审视，这是一种对自己的正视和激励，到现在我真的不确定我来到这个舞台上说话是为了想让更多人认识我，长微博粉丝，还是因为说话本身，但是我可以保证的是我站在这个舞台上说话的时候，我是快乐的，听到你们在笑，我是幸福的。

我二十三岁有点较劲，会有迷茫，但是我的兄长告诉我，谁的青春不迷茫，在参赛之前，他还给我发了一条短信，八个字“路途遥远，勿忘初心。”

超级演说家 130926

第一季第九期

演讲稿

导师对抗赛：林志颖队 VS 鲁豫队

本期选手及演讲稿：郭佳媛《追梦女孩郭佳媛》、龙洋《电视台的那些事》、陈文娅《单亲妈妈的爱》、黄澄澄《排排坐，吐嘈嘈》、黄小山《婚姻与爱情》和李宁《怀念妈妈》。

阶段	学员	演讲题目	导师	主题	得票	结果
第一轮	郭佳媛	《追梦女孩郭佳媛》	林志颖	《有一种付出叫心甘情愿》	1	待定
	龙洋	《电视台的那些事》	鲁豫		2	晋级
第二轮	陈文娅	《单亲妈妈的爱》	鲁豫	《没那么简单愿》	1	待定
	黄澄澄	《排排坐，吐嘈嘈》	林志颖		2	晋级
第三轮	黄小山	《婚姻与爱情》	林志颖	《最远的距离》	2	晋级
	李宁	《怀念妈妈》	鲁豫		1	待定
决战三角	郭佳媛	-	林志颖	30 秒即兴演说	86	淘汰
	陈文娅	-	鲁豫		125	淘汰
	李宁	-	鲁豫		198	晋级

《追梦女孩郭佳媛》

郭佳媛

我来自一个普普通通的家庭，十三岁那年，我拖着重重的行李箱走出了小县城，去大连念艺校。我像一只飞出牢笼的鸟，向往着外面的世界，高楼大厦车水马龙，只有你买不起的没有你想不到的，外面的世界真的好精彩。现在的我，我的梦想，想做一名演员，我想红，想出名，因为我知道说出来大家会觉得很名利，但我今天豁出去了，我只想靠我自己，让我自己过得更好，靠我自己让我父母过得更好。

在追求自己梦想的道路上，是要付出很多代价的，就像现在的我，拖着装满日用品的行李箱全国各地跑，酒店是我的家，甚至我想吃父母给我做的一顿饭都成为了一种奢求。我累的时候，有压力的时候，我会一个人躲在酒店哭，我不会跟父母讲，我爸曾经因为我选择这条路，五年、五年几乎没有与我正面交流，他从来没有看过我跳舞，从来没有去学校看过我的汇报演出。第六年，我第一次参加舞蹈比赛，我想证明给我爸，我选择这条路没有错的机会到了，我把我爸叫到了决赛的比赛现场，本以为会晋级的我当场惨遭淘汰，我想完了，这回我爸肯定要拿这个事天天打击我了，但让我没想到的是，在我被淘汰的那一刻，全场所有人包括我自己，我爸哭的是最伤心的。

但我真的很愧疚，我愧疚我爸爸本来应该享受儿女之乐的时候，却在每一天为我担心。我愧疚我妈妈本来应该过着安稳的生活的时候，却每天跟我四处奔波。今天站在这里，我想对我爸爸妈妈说“爸、妈，你们的女儿长大了，你们不用再担心我了，因为我相信，我的坚持早晚会得到回报，我会答应你们一直坚持做自己，不争不抢，顺其自然地好好地走这条路，我心甘情愿地付出，就算有一天我没有得到我想要的回报，我也不后悔。”

今天我想借着《超级演说家》的这个平台，对我的父母说，我郭佳媛早晚有一天会靠自己把你们接出来，让你们过我想要你们过的生活。

《电视台的那些事》

龙洋

说有这样一种职业，它会让你很容易就模糊了自己的性别，不要误会，我说的不是泰国的人妖，我说的是电视人。因为在电视圈有一句万年不变的真理，相信大家都听过，那就是“女人当男人用，男人当牲口用。”尽管他们的嘴上时常说着这不是人干的活，可是他们依旧却把这个行当干得人模人样。

就说我自己吧，作为一个主持人，大家会觉得应该是光鲜亮丽的，很有光环的，但是只有我们自己才知道做这个行业做好了是应该的，别人不会说什么，但是如果你一不小心出了纰漏，说错话了，那等着的就是板砖和口水齐飞。

我有一个同事叫做好人，因为他特别喜欢对其他同事说“我是好人”，有一次他就接到了一个采访的任务，为什么会有死龙虾上市，当他潜入到对方的时候才发现，全是五大三粗、人高马大的，再瞅瞅自个，如果被发现的话，我是来曝光的，那不得连打得灰都没了吗。所以他当时就提醒自己，我千万不能说错话，要把住阀，千万不能说错，可是对方警惕性也相当的高，丝毫没有泄露任何的秘密。好人一想不行啊，那就请对方喝酒吧，酒后吐真言啊，于是他们就一起上了酒桌，哇，五斤白酒下了肚，对方果然开始把自己当兄弟，然后一顿揭露内幕，可是好人这个时候也喝高了，晕晕乎乎的，就在这个时候他的电话响了，他接了电话就说“你干什么事啊，你现在打什么电话啊，我在暗访，在暗访……”朋友，我们都是好兄弟，我是好人。

但这是我们的记者，即使有时候的监督类报导他们要冒着生命危险，可是他们依旧扛着机子，奔走在第一线，从来没有放弃过。哪怕台风天，哪怕洪水天，哪怕地震的时候。

再来说说我对于心甘情愿的理解，作为一个女生的角度，我会用三个字来跟它划等号，就是我愿意。“我愿意为你，我愿意为你，我愿意为你忘记我姓名……”

作为一个女生，我特别地希望有一天别人记住我不是因为我是主持人龙洋，我是超级演说家龙洋，我希望有一个人他很爱我，是因为你就是龙洋，那个不化妆、不穿高跟鞋甚至有点女屌丝的龙洋，很幸运，我真的有。我有一个男朋友，我们谈恋爱已经三年了，非常的甜蜜，可是他很普通，就是电视台的一个编导，每一次让我觉得尴尬的事情是当我遇到了好久不见的同学，他们问我的第一个问题永远都是“哎，谈恋爱了吗？谈着啊，谁呀，还是他呀，还是他呀，大姐，你还没分啊，洋姐我败了。”我当时就觉得很奇怪，这都是什么样的心态，为什么我要分呢，他们就会说以你现在这个条件啊，你不找个皇上那样的，你来个非富即贵啊，可是我真的不这么觉得，我觉得幸福是一种感受，像我这种作死的性格，他那么地包容我，对我那么好，我为什么不珍惜呢。

你心甘情愿地付出你会发现那些快乐那些幸福都会接踵而至，都会围绕在你的身旁，因为它们本来就一直存在。

《单亲妈妈的爱》

陈文娅

2005年1月31号，下午的四点，我的心情非常的复杂，因为我知道，我将独自一人面对冰冷的产房，十分钟后，医生非常机械化地说，“陈文娅，儿子六斤八两。”当我看到刚刚出生，胖乎乎的、粉嫩粉嫩小脸的旦旦对着我笑的时候，我内心筑起的高墙一下子坍塌了。我哭了，那个时候我们家的经济特别的不好，我生孩子的三千块钱都是向别人借的，刨腹产手术一般在医院的时间会是五到七天，可是我只住了三天的院我就出院了，因为没有钱。就这样我的旦旦来到了我的生活。

单亲妈妈永远都逃不掉的一个问题是“妈妈，我的爸爸在哪啊？”到今天为止，他和他的父亲只见过三次，第一次见面的时候，旦旦非常的开心，他的爸爸带给了这个从来没有见面的男孩唯一的一个礼物八十块钱的巧克力。最近的一次见面是旦旦强拽着我和我的爸爸他们出去吃饭，吃饭完毕以后，他的爸把才知道好像没有给儿子带礼物，所以匆忙地塞钱给我们，我说“儿子不能拿，我们不是乞丐。”

旦旦经常看着我哭或者我不高兴的时候，他会攥着小拳头对着我说“妈妈，谁欺负你了，我是男子汉，我要保护你。”所以，爱真的不简单，做一个妈妈不简单，做一个单亲的妈妈更不简单。

一个人如果曾经爱过，很难将那个人从自己的内心里面把这一页翻开，但是我现在想说我非常后悔和这个男人恋爱，可是生活还要继续，我非常的感谢生活给了我这样一个与我血肉相连的天使，也非常的感谢和感恩我有这样的一个儿子，陪着他成长将会是我今生最大的幸福。

《排排坐，吐嘈嘈》

黄澄澄

吐槽是这两年网络上流行的新词语，它的意思呢，就是我们俗话说的抬杠、拆台、掀老底，就是在对方说话的时候，找到一个有趣的切入点挖苦他。但是，吐槽没那么简单。

大家看我从小到大槽点外露，就我这身高，那真是经历了一次又一次的洗礼。有一次，我有一个（身高）一米八的哥们莫名其妙地跑过来跟我说，“黄澄澄，你知道你在蘑菇界是什么吗？什么呀？你在蘑菇界，你就是一只香菇。那你是什么呢？我，我当然是一只金针菇。”还有一次，我有一个发小，一见我就劈头盖脸一顿训斥，“黄澄澄，你怎么回事啊？你怎么这么不讲信用，咱们不是说好了要肩并肩、手拉手一起长大吗？你怎么到了十五岁你就不长啦，你简直是太不讲信用了，讨厌。”

可能这个时候有人问了，吐槽不就是把自己的快乐建立在别人的痛苦之上吗？没那么简单，想要吐槽，必须先学会自嘲。有一次我把我的小伙伴都聚集在一起，郑重其事地对他们说：“你们牛，牛什么呀啊，一块两米的布，你们就只能做一条裤子，我能做三条裤子外加一条裤衩。”你别说还真管用，我和我的小伙伴的关系缓和了许多，甚至比以前更好了。

打那之后我便一发而不可收拾，我最喜欢干的一件事情就是吐槽。你们看，李咏老师这张脸被吐槽了那么多年，至今不依旧是红光焕发吗？这说明什么，说明吐槽有助于身体健康。还有头大不一定是棒棒糖，说不一定是智慧在闪闪发光，你们看鲁豫导师，智慧。乐嘉导师闪闪发光。

生活很辛苦，朋友很珍贵，为什么不用你们幽默的吐槽去拯救那些不快乐的小伙伴们呢。吐槽没有那么简单，但是就是这么一件看上去不那么简单的事情，让你的生活却变得简单起来，何乐而不为呢。正所谓排排坐、吐嘈嘈。

《婚姻与爱情》

黄小山

古代有位美女，她嫁给了一个矮、丑、穷。她整天站在窗边以泪洗面，终于有一天，她与从楼下经过的一个高富帅一见钟情。她认为，这才是她要找的爱情，她要摆脱旧的婚姻的枷锁，于是她一狠心毒死了自己的丈夫。如果此事发生在今天，潘金莲大可不必去杀人，她只要委托我做律师，打一个离婚诉讼即可解决。武大郎其实也用不着死了，兴许他可能拿到一笔可观的分手费。潘金莲为什么要杀死武大郎，因为她认为她与武大郎之间已经不存在爱情了，而她和武大郎之间的婚姻成了她追求新的爱情的绊脚石。

三十多年前，我削尖了脑袋考入北大，研究法律、研究哲学，但至今其实我一直解不开一个谜，那就是爱情究竟是个什么东东，婚姻又是个什么西西，而这个东东和这个西西之间又存在着怎样的南南北北的关系。

我的人生经历和我的直觉告诉我，爱情其实是我们每一个人心中的一种信仰、一种向往、一种对真、善、美的追求，信则有、不信则无。什么海枯石烂，什么白头到老，那不过是诗人的一种浪漫情怀和我们每一个人的自欺欺人。正所谓秀恩爱死得快，古往今来多少钻石爱情到头来都变成一盆狗血、一地鸡毛。有时夫妻之间爱与不爱的转换速度之快，让我和我的小伙伴们都惊呆了。

那婚姻是什么，婚姻其实就是一种契约，你谈恋爱，说穿了就像是合同谈判，你初吻是一种合同的意向，你交换定情物更像是一种合同定金，你结婚登记其实就是一个合同的签订，入洞房是合同的履行，离婚那是合同的解除。婚姻最大的敌人是什么？是欲望。人类的欲望与生俱来，无穷无尽，那么怎么办？不停地去离婚，肯定不行，因此我们必须需要一个东西，一个精神层面的东西来控制我们的欲望，那这个东西就是诚信和契约精神。

其实婚姻很简单，婚姻就是喂马、劈柴，就是关心粮食和蔬菜，就是有一所房子面朝大海，春暖花开。海子其实用他的生命为我们描绘了一幅非常温馨的、真实的婚姻的画面，海子是疯癫的，他捧着两本书《圣经》和《瓦尔登湖》到长城的起点去寻找爱情，而海子又是幸福的，当他的身躯躺在长城起点下，这片土地上的时候，当他的头颅枕在那冰冷的铁轨上的那一刻，我相信，海子他找到了爱情。

《怀念妈妈》

李宁

我这一路走来经历了很多事，在我上小学的时候，我就给自己定好了以后的目标，我要考北京医科大学。

1998 年的时候，我自己放弃了学业，这个目标无形之间也就破碎了，那每当我经过医科大门口的时候，看见同学们在校园里而我在外头，虽然只有一墙之隔，但是这墙对我来说就是最远的距离。

2002 年的时候，我有了第一份工作，我记得那会我特别兴奋，倒不是因为有工作而兴奋，是因为我终于可以摆脱父母了，出去让他们看看自己到底行不行。第一天干了一天的活很累，跟同事交往也不是很顺利，晚上回到宿舍躺在炕上，刚一闭眼睛，唰，眼泪就下来了。这时候自己意识到原来一个人在外头干活是那么不容易，当时和家里距离很远，每星期只能回一次家，每次回家之后父母问我上班怎么样，我说挺好，挺好没事。其实真的没事吗？我不愿意说，让他们在这么远的距离里面去为我担心，我觉得不说比说好，这就是当时我和家的距离。

2010 年的时候，3 月 3 号，母亲去世了，在母亲去世的前一天晚上我给母亲从单位带了一个鸡腿，她一边吃我就问“好吃吗？”她说“好吃。”我说好吃没关系，明儿我再给你买。结果第二天鸡腿买回来了，母亲却不在了。导演曾经问过我，说母亲临走的时候都跟你说了什么了，我想了半天，什么都没有说，但是她平时会跟我说很多话，像所有母亲一样都会这么说，多吃菜、多喝水、少玩电脑、上班别偷懒，但是现在这些话听不见了，没人再跟我说这些话了。

每次到坟地的时候，看见母亲的墓碑，其实这个时候是最难受的。为什么，你想我跟墓碑之间只有一步之遥，但是母亲跟我之间的距离是什么样的呢？这就是世界上最遥远的距离，就是我能看见她，但是她永远不能回来了。所以我想跟大伙儿说的是珍惜你们现在能拥有的一切，因为当你们真正不可能拥有的时候，你们才会发现这个东西根本应该属于你的。

超级演说家 131003

第一季第十期

演讲稿

组内对抗赛：乐嘉队

选手及演讲稿：李程远《偶像的力量》、李鹤《剩女是这样炼成的》、陈州《超级流浪家》、杨心龙《年少成名》和崔永平《小演员的明星梦》

阶段	学员	演讲题目	考核导师	得票	结果
第一轮	李程远	《偶像的力量》			
	李鹤	《剩女是这样炼成的》	乐嘉	3	胜出
	陈州	《超级流浪家》			
第二轮	杨心龙	《年少成名》		1	
	崔永平	《小演员的明星梦》	乐嘉	2	胜出
终极决选	李鹤	90 秒即兴演说			
	崔永平	-婚礼祝词	乐嘉		晋级

《偶像的力量》

李程远

有时候我们会爱上一个完全不认识自己的人，我们在他身上花了很多的钱，很多的经历。大家不要认为我说的是男孩女孩的单相思，我说的是粉丝和偶像的故事。

我这里有一本粉丝成长宝典，成长第一步，粉丝要买偶像的东西，比如大海报，糊一墙。我哥曾经的房间里全都是女明星的大照片，我还发现了女明星换得特别快，“哥，关之琳在哪呢？”“在李嘉欣底下压着呢。”粉丝成长第二步，我们会给偶像买东西，最严重一个罗志祥的一个十岁的粉丝给他（罗志祥）买了一辆汽车，我特别想问问那个小朋友你给你爸爸妈妈买的最贵的东西是什么？粉丝成长第三步，粉丝会追偶像，是真的追呀，据说网上说小志的太太之前是粉丝，我觉得这个事太励志了，因为大多就都是悲剧。男粉丝炖鸡汤求爱范冰冰，范冰冰不喝；男粉丝跪地求爱韩雪，韩雪报警了。

按这个套路走，我觉得慢慢大家越来越像脑残粉了，不过记得有一个作家说，他受到的粉丝的最好的礼物是一张大学的录取通知书，上面写着“感谢你的鼓励，让我好好学习。”突然间我觉得我们的粉丝不能一味的去掏空自己，如果我们可以学到点那种跟偶像一同成长，这个才是极好的呀，这个才是粉丝成长宝典的秘笈呀。

在我大四毕业的时候，我花了我半年的积蓄去听了我偶像的演唱会，我被震惊了，我第一次体验到了全场几万人站起来挥舞着手臂大合唱，有一句歌词直接就撞到我心里，“我该如何存在……”我害怕呀，我怕自己碌碌无为就这么毕业了，还没上路就结束了。一个月之后，我辞掉了本来的工作，去寻找我自己的存在，感谢我的偶像——汪峰。

我们追逐一个偶像说真的也是追逐一个我们渴望成为的自己，感谢那些榜样在身前，感谢我们在身后有了往前走的力量和方向。

《剩女是这样炼成的》

李鹤

我今天演讲的内容是我和我周围的这些剩女们，剩女的官方定义：27岁或者27岁以上的单身女性，很多拥有高学历、高收入，出众的长相，并且择偶要求比较高，导致在婚姻上得不到理想归宿的大龄女青年。

其实我对这个定义还不是特别赞同，难道那些嫁出去的姑娘们都是因为她的择偶条件比较低吗？有人说“男人就像食堂里的菜，虽然不好吃，但是去晚了就没有了。”如果27岁是一个标准剩女，那么34岁的我应该是大剩，齐天大剩。

我周围的朋友也有很多的剩女，但是她们是怎么生下来的呢，第一类，乖乖型剩女，我一姐们小白，家教严格，上学的时候爸妈是不让谈恋爱的，怕耽误学习，等到工作了，公司是不允许有办公室恋情，然后家里面管的又严，天天上班两点一线，工作几年下来，没有社会活动，没有朋友圈子，没有恋爱经验，不让谈恋爱的事爸妈，逼着她相亲的还是爸妈，她的爸妈就希望她闭着眼睛打枪，一枪命中这个另一半把自己嫁出去。第二类，看破红尘型剩女，蓝蓝，我一姐们，非常善良，感情受挫N次，从此不相信感情，游戏人生。有的时候你可以看见她在那种灯火阑珊处上下翻飞，因为她跟陌生男人的对话都是那种挑逗型的电影台词，“帅哥，你看上去很像我的下一任男友”，但是另一个她会自己躲在家里抹眼泪。第三类，一根筋型剩女，她们都是对爱情充满了美好愿景，屡战屡败，屡败屡战，她们总在同一个地方摔倒，跟同一种类型的男人死磕，如果这个男人得不到是最让她们喜欢的，屁股后面追着她们都是视而不见，就像有一首歌，那首歌叫什么，“爱我的人为我付出一切，我却为我爱的人流泪狂乱心碎。”第四类，现在说到我，我是属于爱情长跑失败型，我有六年的感情，所以在感情破裂之后，我直接迈入了剩女的行列，我不知道在座的各位美眉们，妈妈有没有这样对你说过，女人一定要独立，你一定要自己养活自己，你不可以依靠男人，手心朝上的日子是耻辱的，你将永远得不到尊重。

OK，为了获得尊重和爱，我奋发图强，自力更生，我自己搬家，自己换灯泡，自己换轮胎，突然间我要一个男人干什么，我的生活当中不需要男人了，而当一个男人真正出现在我面前的时候，我的第一反应“哥们，咱两比比谁更强呗？”让我这样的女孩在男人面前撒娇，我跟你讲我觉得简直就是一个侮辱我人格的事，我们这些剩女们，我们有事业和故事，我们有追求和要求，我们有能力和情趣，我们有朋友和圈子，只是我们没有结婚。

但是现在因为社会的压力，可能因为传统思想几乎把我们这一群人一棒子打死，讽刺、挖苦、歧视、质疑，比比皆是，无论我们身边的剩女是怎么炼成的，收起你的偏见，祝福她们，祝福她们找到自己的爱和幸福，祝福她们找到自己的生活。所以让我们用更多的理解和鼓励，告诉她们，抬起头挺起胸，爱就在不远处朝你招手，加油。

《超级流浪家》

陈州

大家好，我是陈州，我今天依然很帅，谢谢各位。节目播出后，很多的观众说我感动了他们，说我是超级演说家，听到他们这样说的我的时候，我感觉到很惭愧，因为我离超级演说家还有很远的距离，不过我为自己起了一个名副其实的名字，叫超级流浪家。

我六岁的时候就跟爷爷在外边流浪，那时候，每天就是为了一口饭而奔波，打快板的时候，有人会给我个几分钱，有人会给我几毛钱，那时候不知道未来在哪里，每天都在找自己的下一顿饭。今天大家看到的陈州阳光明媚、幸福快乐、一家一道、儿女双全，在很多人很多人看来陈州你是一个幸福的人（幸福的残疾人）。不管四位导师有没有把我当成残疾人，但是我的确是一个残疾人，你们能改变这一点吗？再疼爱我的人，对我再好的人，他依然改变不了这个事实。

在很多人看来陈州很强大，我从来没有在电视面前说过这句话，可是你们能够想到我脆弱的一面吗？我关起门来自己在房间里嚎啕大哭的场面，你们可能永远想不到，因为我是一个残疾人，在生活中，我有着很多很多很多的不方便，你们在大街上有没有看到残疾人拿个布袋在那流浪，一个街头，一个广场，一个是菜市场在那唱歌，很多很多，我就是那样过来的，我唱了十几年的歌。

今天我想为我的后面那群我的残友们说一下他们的心声，我们是残疾人，走在大街上的时候很多人会躲开我们，不要躲开他们，这样的话会改变他们内心的那份自卑。就拿我来说，我和我老婆在外面逛街的时候，有一些人他就问我，“陈州那个是你老婆吗？”“是呀。”“哎呀，你一定非常有钱。”也会问我老婆，“那个是你老公吗？”“是的。”“哎，你也没缺什么呀，你怎么会傻到找这么一个残疾人。”再比如说昨天晚上我在泰安，在一个非常豪华的酒店里面做演讲，出来的时候有四五个人护着我，这时候有一个人他给我掏了一百块钱，“给你一百块钱，太可怜了你。”你有没有想过，我不是一个乞丐，我不需要你的同情，我来这做演出、做演讲，给别人分享我的故事。很多的残疾人在生活中几乎每天都会遇到这样的问题，他们在大街上打车，三十几辆车没有一个停的，更让人讨厌的是出租车在不远二十米的地方拉了另外一个乘客上车，扬长而去。

我们经常说扶残助残，但是更多的人想到的是在助残日那一天，把家里不穿的衣服捐出来，给我们一个机会，不要躲开我们，给我们一个善意的眼神，我们就会阳光明媚起来，我们就会离开那张床，离开那个院，走在大街去做我们想做的事情，追求我们的梦想。

《年少成名》

杨心龙

在我很小的时候，我就喜欢看超级英雄的电影，经常幻想着自己能像钢铁侠一样发射镭射，我做梦都想英雄一把，后来我想起来，钢铁侠是从天而降到一个绚丽的舞台之上，脱掉盔甲，开始潇洒演讲，我没法有他的超能力，于是我把所有的心思都放在了演讲上。到了九岁的时候，爸爸出于一种好玩的心理把我的视频传到网上，结果我就火了。网友还给我个昵称叫演讲帝，我也就莫名其妙勉强成为了一个小童星。

2011 年的央视网络春晚，我应邀成为了给力团的一名评委，在化妆间我见到了十几位年龄不同的小童星，他们着装前卫，头型帅酷，而我呢，着装很土，今天也很土，我试着和他们打交道，他们却不为所动，最后终于有个混血儿搭理我了，他说演啥的，我没说是评委，我说我来这演讲的，当时他只说了一句话，演讲，那能算节目吗？当时我就气坏了，我在心里想，哼，我要是演讲，我能吓死你。而且我还曾经想起有一个比我小两岁的跳踢踏舞的小男孩，在上场的时候一直瞄我，我以为他要和我交朋友，后来他走过来说，来，你傻帽来，我跟你说话呢，一会儿上场的时候听我的，听见没听见没。

当时我就惊呆了，你们至于这么狂妄吗？我杨心龙好歹也算个人物，你们凭什么这么对我，但是我逐渐发现，我把自己想得太高尚无比了，随着我的经历多了起来，我的心态方面和他们也差不多了，我越来越没法跟我的同学好好相处了，我曾经让四个来找我玩踢足球的小男孩在去年冬天的时候冻了半个小时，我不愿意搭理他们，我要自己学习，结果回到学校了以后，他们说杨心龙这家伙太坏了，太狂妄了，我的伙伴就越来越少，但是我认为我和你们就是不一样，你们都是乡下人，我是城里人，我是高科技，你们能读懂我吗？你说多么可怕，和我现在是不是判若两人，所以我今天要在这里和那四个同学说一声对不起，杨心龙错了。

所以不要把年少出名看得多么重要，它只会让我们迷失自己，我们的路就会越来越长，我们就不知道为谁做，为什么做，要再做什么，所以我今天在《超级演说家》的舞台，我终于意识到我犯了多么大的一个错误，我的第一期节目播出以后，很多网友说从我身上得到了正能量，他说“你真的和以前不一样了。”这和我以前相比就是成长，我享受极了，谢谢大家。

那我最后想说年少出名就是一把双刃剑，既要好好玩，又不能让它伤到自己，这是需要真功夫的，这功夫得需要时间，需要经验的磨砺，我现在就在这条道上，努力摸索，努力前行。

《小演员的明星梦》

崔永平

我是崔永平，一个在北京漂了五年的小演员，今天我就说说我们这些怀揣明星梦的小演员们，我们从小就有一个梦想成为大明星，梦想着能演一两个经典的角色让大家记住，就像至尊宝、小马哥、小鱼儿，实在不行，东方不败也是可以接受的，于是乎我们从四面八方来到了北京，来到了北京电影制片厂的门口，那里是小演员追梦的开始。

北影厂附近有一天桥，白天车水马龙没什么不同，到了晚上好戏就上演了，白天在北影厂门口徘徊的兄弟们，纷纷来到这里开始圈地运动，只有抢才会有自己睡觉的床位。还有一个特别特别神的哥们，你知道（他）睡在哪了吗？我知道你就不知道，他睡在了井盖下边，还美其名曰冬暖夏凉。有一个哥们和宝强一起来，当宝强已经在电影里给范冰冰揉背的时候，他还在这里，最后经不住演员之间互相的竞争带给他的打击，让他的精神开始失常了，现在经常在北影厂门口每天做着同一个动作，我不知道他要说什么，我感觉他的潜台词就是我要成名。

我们无法想象他们一次又一次眼巴巴的看着导演挑肥拣瘦最后没选自己，他们的父母家人一次又一次苦口婆心的劝说他们内心是否挣扎过，但是不管怎么样，北影厂门口的人从来没有少过，因为很多大明星的经历告诉我们，都是从小人物开始奋斗的，所以我们认为坚持就是硬道理。

当然我有一些悲哀，悲哀是为什么非要在一棵树上吊死呢？这么些年都坚持下来了，还没有真正的认清自己，到底适合干什么。我说到这肯定会有人会问我，你不也北漂吗，你不也没红吗，你不也为成名在坚持着吗，那你有什么资格在这里悲哀，现在还在坚持着北漂，你再过个十年八年，你没红你怎么办，你也嗯嗯嗯，你认清你自己了吗？哎呀，这些问题确实挺吓人的，我怎么能没想过呢，我睡地下室的时候想过，睡火车站的时候想过，三天吃不上一顿饭的时候想过，导演看完我的表演给我摇头的时候想过，看到我爸妈的白头发越来越多的时候我也想过。

我喜欢在表演的过程中演绎着一个又一个不同的人物，感受着各种各样人的经历体验着人生百态，这些东西让我感受到快乐和满足，而且我也看到北京人艺很多老的表演艺术家他们演了一辈子的戏都没有红，但他们仍然坚持在戏剧的舞台上，他们那种对戏剧的执着、热爱、认真，我都历历在目也影响着我，我想我也会像他们一样演到我老的那天，这就是那两个字：热爱。我在热爱的同时，我也会尝试一些新的东西，比方说，做个超级演说家，在我看来，给人生更多的可能性，才是硬道理。

超级演说家 131010

第一季第十一期

演讲稿

组内对抗赛：李咏队
选手及演讲稿为：陈铭《中国丈母娘》、谢艺《就这样漂着》和曹青莞《我们的父母》。
导师及演讲稿：李咏《有一种爱叫认错》。

阶段	学员	演讲题目	考核导师	得票	结果
第一轮	陈铭	《中国丈母娘》			
	谢艺	《就这样漂着》		1 鲁豫	
	曹青莞	《我们的父母》	李咏	3 乐嘉林志 颖李咏	胜出
李咏	《有一种爱叫认错》		导师演讲		

《中国丈母娘》

陈铭

我先来问大伙一个问题，大家知不知道为什么男人 18 岁的时候就可以参军，但是 22 岁才能结婚呢？因为一个女人，因为对付一个女人比对付一群敌人难多了，但是大家是不是以为我说的这个女人说的是老婆，NoNoNo，你看，段位有差别了吧，这个女人是丈母娘啊。

我为了追上我的老婆，我花了一年多的时间，可是我为了追上丈母娘的要求，那是一生的功课呀。我现在还能非常的清晰记得我第一次见丈母娘的时候当时发生的事情，为了那次见面，我提前了两个多月开始来进行复习备考，我把所有能够找到的电影的、电视剧里面新女婿见丈母娘的所有桥段全部放在一起，反复揣摩日夜开始琢磨，我还找了一大拨的难兄难弟跟我一起开始排练，排练各种问题，比如说有车吗？家里有一辆小车，过两年就换好的。那房子准备的怎么样了，老家有套空房，如果有需要我们就卖掉，这个肯定够首付。你看我这种问题我都得准备到，对不对，不仅如此，我还把地图打开，以丈母娘家为圆心，方圆十里画了一个圆，我把这个圆里面所有的小区房价、建筑风格、配套设施、周边环境，一切的一切烂熟于心，就等着见到丈母娘的那一瞬间，我要跟她一表衷心、邀功请赏。

然后那一天终于到来了，然后我就见到我丈母娘，她长得慈眉善目，真的跟菩萨一样，她就那么飘了过来，然后走到我的身边，面带微笑特别和善的问我，她说，“哎呀，小伙子，你在哪工作呢？”我当时就傻了，我这个问题在排练的时候我没有练到啊，我没办法我只能如实说，我说“阿姨，对不起，我还是个纯种的学生，我还没毕业呢，我还没工作。”当时丈母娘脸上的笑容就凝固了，我现在还记得她当时一转身坐到一边不多久就走了，什么问题都没再问，她眼神里就只有一句话，连工作都没有还有什么呀，唉，一声叹息，没过两天我老婆，那个时候还是我女朋友就去相亲了，相亲的对象是一国家公务员，就是我丈母娘的同事给介绍的，这是一真事，往事不堪回首呀。

我知道为了丈母娘努力做功课的可不止我一个，在今天我们舞台上就坐着咱们中国的首席好女婿李咏老师，李咏老师我当年做了一个非常详细的调查，李咏老师当年的时候为了见丈母娘，第一次见面的时候他先后用了一台 29 寸的松下彩电，一台日立 888 的录像机，加一套拐角的套皮沙发，我强调一下在二十多年前这可是大手笔呀，才获得了丈母娘一小半的芳心，为什么说一小半，因为老人家当时就表态了呀，说小伙子第一印象感觉还不错，但主要看后续能不能可持续发展，我估计咏哥当时就崩溃了。这是咏哥，当然咱们这还有我最爱的乐嘉老师，但说实话乐嘉老师我心里也一直有个疑问，乐嘉老师您现阶段到底有没有固定的丈母娘呢。

当然了，真正陪伴丈母娘还有更高段位的方式，是什么呢？经济学家郎先生有两个儿子，有一年过年大年除夕的时候，他给大儿子打电话“儿子，在哪呢？”大儿子问“爸，我在丈母娘家呀。”哎呀，当时心就冷了，然后就跟二儿子打电话，“儿子，你在哪呢？”这接电话说“爸，我在丈母娘家呀。”哎呀，老郎当时老泪纵横呀，当然二儿子比较贴心他多问了一句，他说“爸，那你哪啊？”“我还能在哪阿，大过年的我当然在丈母娘家呀，我。”

你看做女婿容易吗？丈母娘到底有多霸气，在中国经济学界已经出现了一个新的专有名词叫作文母娘经济，细细想想有道理，你看，买车、买房、酒席、聘礼，这得拉动多少 GDP 呀，别的都不说，要想结婚不买房，你先搞定丈母娘，就一个推高中国房价的标签，就把丈母娘跟物质和现实赤裸裸的划上了等号，可真的是这样吗？丈母娘们她们在二三十年前她们也是大姑娘啊，她们也是这么一步一步走起来的呀，为什么遇上了女儿婚嫁这样的事情就喇得一下变身这么狠辣的角色呢？不是因为贪，而是因为怕呀，她们怕失去她们经历过，

所以知道青春美貌这些终将逝去，柴米油盐终会到来，她们怕的是女儿此时此刻最心爱的这个男人他稚嫩的肩膀扛不起责任的重担，怕他未来有了丰满的羽翼，就忘了曾经许下的诺言。如果爱情的未来谁都无法保证，那也就只能用看上去最靠谱的物质来为那看上去最不靠谱爱情做个担保了。

这就是后来我所理解的为什么女婿永远追不上丈母娘的要求，因为丈母娘从来不是要求你有多少套房子，多少钱存款，丈母娘只是希望哪怕你只有一套房子，一间房子，一点钱的存款，她能在房产证上、在存折上看到她女儿的名字，她们要的不是这个钱，她们要的是钱背后的那份舍得和那份安心，那意味着一个更可以把握的未来。到这个时候我才有点理解为什么当初我的丈母娘愿意让我这么一个一无所有的穷小子去娶了她的宝贝女儿，而且脸上还挂着微笑，因为如果当她真的意识到你是真的爱她女儿，并且能够承担起责任的时候，其它的那些真的还重要吗？

这是我一直在思考的，为什么再多的财产也打不开丈母娘们的心结，因为丈母娘们心结的真正答案从来不在当下的存折里，而只在未来的时光里。各位亲爱的中国女婿们，你们做好了给出一个最佳答案的准备了吗？

《就这样漂着》

谢艺

这个就是刚才提到的9月5号《烟台晨报》，翻开以后是不是四分之三版是不是乐嘉老师，四分之三版，这得多大的能力才能上去这张报纸啊，我们之前的艺校班主任给我打电话说“谢艺啊，这张报纸咱们学校存档了。”这就是传说中要火的节奏吧。

其实，刚上艺校的时候，我在我们学校就已经是无人不知、无人不晓了，当然不是因为专业好，更不可能是因为长得好，因为我每天晚上下了晚自习第一件事情就是以刘翔的速度跑到电话亭拿起电话给我妈打电话，电话一通，“喂，妈，俺想死你了。”一直哭到了熄灯，从此成为了我们艺校熄灯前一道亮丽的风景线，有个女同学见到我说，“哎，同学，我问一下这个电话你是包月了吗？”从那一刻开始我意识到自己竟然是这么的依赖父母，我也从那个时候立志一定要把父母接到身边来。

2009年大学毕业我就去了北京打拼，从此我就多了一个标签叫北漂。为什么要叫北漂啊，我是这么认为的，因为我在北京第一次坐地铁的时候，那个人那个多呀，挤的我是披头散发的呀，然后车一来，车门一打开，我还没走被人抬着两脚离地就漂进来了，怀里还搂着一个美女，哎呀，那个头发那个香啊，让我沉醉呀，我再一看脸，这咋还挤变形了呢，我说，啊，后来我才知道为什么叫北漂，北漂是指在北京没有固定居所也就是没有房，飘忽不定的人，北京叫北漂，上海叫上漂，广州叫广漂，厦门叫瞎漂。

那个时候我就告诉自己，要在北京买房，可是北京房价高啊，漂了三年挣的钱还不够在三环边上买个阳台呢。我有个哥们，他跟我一样，他也想把父母接到身边来住，他就特别的聪明，他租了一个120平的大两居，骗他父母说是买的，结果出差三个月回来之后，他爸说给他一个惊喜，他打开房门一看，房子竟装修了呀，家具都换了，哎呀。从此以后我们两个每个周末都在六环内的各大楼盘转，终于有一天他跟我说“谢艺呀，不能再等了，我给你推荐一个地方吧，从三环国贸坐公交就一站，那挺近，但是开40分钟。”啊，那天我们两个去售楼处，刚到售楼处收到一条短信，我一看“河北人民欢迎你”这好家伙，都干河北来了呀，人家售楼小姐说了，“先生，咱们这是高档的小区，是双网双待，你在厕所是河北的信号，你到了厨房就是北京信号了。”感情我这是进在北京、出在河北啊。哎呀，我这个着急啊，后来一说算了，我买吧，对不对，好歹也是七环以里呀，于是我就买房了，我那个高兴呀。

去年春节我听电视上忽悠，我就给我妈买了一个足浴盆，我每天在家都给他们烧好水让他们泡脚，我走的时候我一再嘱咐，一定要泡脚，治病，可过了一段时间我给父母打电话的时候，我说“最近泡脚了吗？”他说“你走了俺就收起来了，你不在家万一漏电把俺俩电死怎么办。”

那个时候仔细一想，我离开父母已经有十一个年头了呀，我陪在父母的身边不到五百天，当我们一天天长父母却一天天老了，我发现他们开始依赖我们了。我相信在北上广深这些大城市当中，有太多太多像我这样漂着的人，他们背负着沉重的生活压力，辛酸苦楚，但是我在第一场的时候说过一句话，天降大任于斯人也，必先苦其心志，可还有一句话说得好，叫苦尽甘来，当我们尝尽了时间的所有的苦楚的时候，甜蜜跟幸福还会远吗？因为只有尝尽了苦，才能体会甜的来之不易。

《我们的父母》

曹青莞

今天我不想说我，我也不想说我的小伙伴们，我想说说我的爸爸妈妈和他们的爸爸妈妈。

从小到大呀，我记得很多的人都跟我说过这么几句话，孩子你真不容易，来来来，叫叔叔叫阿姨，叫爷爷，叫奶奶，紧接着就跟我爸爸妈妈说，“哎呀，这孩子这情况再要一个吧，你说这以后你找女婿都难。”类似这样的话很多很多，但是对不起我听不见。所以说，真正要说苦的呀，还真不是我们，就是我们的爸爸妈妈。

先来看一张照片吧，这张照片是我妈妈当时抱着我在洛阳西燕公园的门口照的，那个时候我两岁，看看我妈妈笑得多灿烂啊，你再看看我，算了不说了。一年之后，我妈妈从医生那里知道了我可能一辈子都没有办法听见声音，甚至永远说不出话的时候，她当时就对着医生大喊大叫“不可能，这不可能。”作为一个主持人来说，可能她昨天还在畅想着自己的孩子以后能像自己一样当一个主持人，但是今天就接到了一张永远没有办法听到声音甚至没有办法开口说话的诊断书，其实，当她知道以后，她崩溃了，她对我讲的时候，我也想要崩溃了，要说对于我们这种先天性残疾的孩子来说，其实根本不用觉得什么诧异呀，或者可怜呀，根本不用。因为我们就没有去过健全人的世界，就没有什么缺失，或者遗憾可言，但是对于我们的爸爸妈妈来说，我们的出生可能就是他们喜忧参半之后的暗下决心，名副其实的甜蜜的负担，我们成了他们的功课了，要用一辈子去攻克的一道难题，甚至是永远无解的题。

自从8月8号我的那期节目播出以后，很多的家长用各种各样的方式给我留言，其中有一位爷爷，他已经年近七旬了，他有一个小孙女也被检查出了和我患有一样的听力问题，孩子父母不在身边，老人就每天带着这个毫不知情的小孙女进出各大医院，总希望能有一家医院能够医好她的病，老人说，“虽然我老了，但是有一点我还清楚的很，孩子咱耽误不起啊。”还有一位爸爸，他说他的女儿自从学会走路膝盖就从来没有好过，因为下台阶的时候老是摔倒，后来一查才知道，先天性弱势，孩子才六岁啊，以后这要一直带着一千多度的老花镜，这爸爸当时就调侃，说“这孩子呀，到现在肯定都不知道他爹长什么样，哎呀，白长了这一张英俊的脸啊。”后来女儿就带着一边红一边白的镜片，经常被小朋友们欺负，爸爸就告诉她，我们要大度一些，要宽容一些，女儿特别胖啊，就经常拍着肚皮“宰相肚里能撑船”，但是听到这句话，爸爸泪流满面。

其实我们身边的亲人，他们所要承受的东西远比我们沉重的多了，经常会有人安慰我说，“我是上辈子折翼的天使，降落凡间。”其实在我看来，我根本不是什么天使，爸妈才是天使，保护着我们的天使。此时此刻我不想去想，不用去猜，更不用去看，我就知道我的老妈一定是在后台的某一个角落，提心吊胆的在意着我的每一个发音，每一句话。所以，与其说是在我演讲，不如说是我和爸爸妈妈一起在演讲，我今天真的很希望我能够把所有你们给我的掌声送给我的爸爸妈妈，送给天下所有的残疾人的爸爸妈妈们，他们真的太伟大了。

因为有你们的爱，我们才会这么可爱，因为有你们的爱，我们才能如此勇敢，因为有你们的爱，我们才会拥有美好的未来。

《有一种爱叫认错》

李咏

每位导师在这里都要演讲，三位导师先后都做了演讲，我和大家一样都非常的关注和重视。

乐嘉导师演讲的好像是《性格色彩》，把孩子分成了红、黄、蓝、绿，成年人怎么跟孩子沟通，我非常的重视也很关注。播出的时候我组织我闺女看你的这个演讲，完了之后我就问我女儿，我说“这个性格色彩怎么样？”你猜我闺女说什么，她半天没吭声，然后蔫蔫的告诉我“有点像星座，红、黄、蓝、绿，爸爸，我有可能属于第五种。”小孩不懂事，别介意。小志导师讲到了他成功背后的低调，包括他跟他媳妇谈恋爱也不能声张，约会散步还得相聚十好几米，所以你很内疚。内疚是对的，男人本来就不应该这样。鲁豫导师讲的是爱情，你用第一人称讲了三个爱情故事，有酸楚的、痛苦的、幸福的，都不是你自己的事吧。对，我听出来都像发生在别人身上，真的我们大家都希望哪天你能给我们讲讲你自己的爱情。

今天我就讲一讲爱情，讲一件我的爱情。我媳妇叫哈文，她在我心目当中是一位非常成功的导演，这两年大家也越来越熟悉她了，一开始别人这么介绍说“这位导演是李咏的媳妇。”具体也不知道从什么时候“开始这主持人是哈文的老公。”告诉你们呀，能给名女人做老公的男人都不是一般的男人，我就很不一般。

其实这还不是最难的，哈文一直以来不光是导演，她也是我的领导，我的长官。如何与异性领导处好关系这是最难的。这当中可能需要潜规则，我是个严肃的人，所以我一直严肃的遵循着这个潜规则。

爱情是什么，其实有人说爱情完全是属于一个人的感受，就像鞋子穿在脚上舒不舒服只有脚知道，没有客观标准。那爱情是否来了，爱情是否还在，检验它的客观标准就是你对你所爱的人的惧怕程度。真理听起来很简单，但是探寻真理的路往往异常的艰苦，我跟哈文结婚 21 年了，我是越来越怕她。我估计当我安详的离开这个世界这都是一件闹心的事。俗话说“东风吹战鼓擂，这个世界谁怕谁。”打小长这么大我怕过谁呢，我为什么就那么惧怕哈文呢，我给她起了个外号叫劈头士，就是劈头盖脸那种。她有一个经典的名句叫“如果你是我儿子，我一天不知道抽你多少遍。”只要她一瞪眼一生气，我立刻退至一边噤若寒蝉，希望自己缩小再缩小，甚至消失。

我们的日子过得一直非常的平淡，哈文是一个讲理的人，我们有一个原则叫矛盾不过夜，也就是说甭管事大事小今日事今日毕，甭管多晚把事情总得要说清楚，讲理就好。什么是讲理，讲理是什么意思，在我的爱情字典当中讲理就是男人要认错，认一次错不是爱情，一辈子不停的认错，不抗争、不辩解，还得从内心由衷的感到不委屈，这就是真正的爱情。我总结出仅仅是肉体上的惧怕，也不算是爱情，只有全身心的惧怕才算真正的爱情，男人向自己心爱的女人认错是一种美德，都说成熟的稻子总弯腰，我弯腰因为我成熟。

超级演说家 131017

第一季第十二期

演讲稿

组内对抗赛：林志颖队

本期选手及演讲稿为：黄小山《人性的力量》、黄澄澄《三十而立》和许豪杰《我们身边最缺认真说话的人》。

阶段	学员	演讲题目	考核导师	得票	结果
第一轮	黄小山	《人性的力量》		3	
	黄澄澄	《三十而立》			
	许豪杰	《我们身边最缺认真说话的人》	林志颖	1	
终极决选	黄小山	高速公路货车倾覆如何阻止哄抢	90 秒即兴演讲		
	许豪杰			林志颖	胜出

《人性的力量》

黄小山

今天，我来到这里要跟大家谈谈人性，当下中国正处于一个转型前的十字路口，我们遇到了很多很多的社会问题，有人感慨我们正在进入一个问题时代，雾霾问题、水污染的问题、物价问题、住房问题、垃圾围城问题等等等等。

其实问题多并不可怕，但可怕的是我们有一些人我们不能够以一种客观的态度、科学的态度、理智的态度对待这些问题，而一味的、无端的骂、扯着嗓子骂、抡开膀子骂，破口大骂，你还别说，骂得出彩，你的人格就得到了提升，你的微博就平添了气质，你的粉丝就成千上万的增长，你就俨然成了一个民间的意见领袖，这是一个多么荒唐的时代，一个靠骂人就可以成为英雄的时代。

有人辩解说这是一种社会批判，我当然不反对批判，但谩骂属于批判吗？批判它应该是理智的产物，它应该是逻辑的产物，它应该是一种社会责任担当的产物，而简单暴力的、形而上学的、别有用心的把所有的社会问题全部地推给这个体制，全部地推给这个政府，充其量它只是一种宣泄，是一种仇恨的情绪，是一种哗众取宠，是一种沽名钓誉，是一种怯懦的偷懒的表现。

常识告诉我们，人才是组成一个社会的最基本的单位，有什么样的人就有什么样的社会，人心向善则社会向善，人心向恶则社会向恶，我一直有一个梦想，那就是我们每一个中国人在早晨醒来的时候，在太阳升起的时候，我们能赤裸裸地站在镜子面前，我们直视我们自己的身体，我们手里拿着身份证，我们可以大声地念出我们的名字，我们再把身份证翻过来，我们凝视那枚鲜红的中华人民共和国的国徽，我们做一次良心上的、做一次灵魂层面的忏悔，我们扪心自问，我们有生之年我们为社会我们究竟做了什么，我做了什么好事，我做了什么坏事，我是否孝敬了父母，我是否教育了孩子，我是否闯了红灯，我是否欠了人家的钱没还，我是否上公共厕所的时候把尿撒在了小便池子里，而离文明迈进了一大步，做过这次忏悔，你会有一丝感动，你会有一次惭愧，你会有一次强烈的羞耻感，那就对了，把你的脸洗得干干净净的，把你的胡子刮得干干净净的，把你的牙刷得干干净净的，我们自信地走出家门，给你的邻居一个微笑，给每一个你遇到的陌生人一个微笑，给中国一个微笑，那时候我相信你的心中将充满了正能量。

我突然想起了位于英国伦敦那闻名于世的威斯敏斯特大教堂，想到的那个教堂地下室里那块既没有名字，又没有年代的普普通通的那块墓碑，我记得碑文的大意是这样：当我年轻的时候，我年少轻狂，我想改变这个世界，当我人到中年，我发现，我没有能力改变这个世界，我只好向自己妥协，我只好退而求其次，我想改变这个国家，当我人到老年，我发现我也没有能力改变这个国家，我再次向自己妥协，我想改变我的家庭，但当我躺在病床上奄奄一息、行将就木的时候，我回首一生，我碌碌无为，我突然意识到，如果当初我没有那么大的野心去改变这个世界、去改变这个国家、去改变这个家庭，而只是改变自己开始的话，我也许已经改变了自己，并改变了我的家庭，并通过我的家庭影响到邻居，影响到国家，甚至世界。谁知道呢？

阿基米德说过，给我一个支点，我能撬起整个地球，今天此时此刻，我站在这里，我站在《超级演说家》的舞台上，我对你们说，我大声地对你们说，撬起这个地球的支点，他不是某个领袖，他不是某个精英，他不是某个英雄，而是我们每一个人的心灵。

《三十而立》

黄澄澄

那天我和我的一个朋友去逛街买衣服，逛到一半他突然就把我拉住“黄澄澄，你能不能买点正经衣服，你快三十岁的人了，你能不能别老带着我跟你逛童装？”谁老带着你逛童装了，你看看我这张脸，你再看看我在谁的队上，你们说，我这张脸像写着三十吗？小志老师这张脸像写着三十九吗？对呀，你才三十呢，你全家都三十，你们一小区都三十。虽然我嘴上这么说，可是我脑海里突然乌云密布，瞬间飘来了四个大字，三十而立。咣当一下砸在了我的头上，对，我快三十了。

二十岁的时候，我曾经幻想自己的三十岁那一定是才高八斗、风度翩翩，张口专业名词，闭嘴绅士微笑，走在街上所有的少女都为我倾倒，于是我快到了三十岁，我确定我二十岁时候的那个幻想，它真的就是个幻想。

有人可能会问了，为什么三十岁这么不给力呢？很简单，在工作上老一辈的经验你还没有学完，年轻的新人们又加入了进来，死死地把你拍在沙滩上。在恋爱上还是这样，一些清纯、漂亮的美眉们大部分都选择嫁给了像黄小山这样的怪叔叔，而那些比我稍微年长的姐姐们她们则更喜欢像许豪杰那样的小正太，最可气的是，不管是大姐姐还是小美眉，她们都会跟我说，我们都爱林志颖。

尴尬的三十岁，所以快到了三十岁的我，至今还是一事无成，光棍一根，面对这样的尴尬，你总会听到很多这样那样的声音告诉你，你的三十岁应该是什么样。赶紧找个媳妇吧，成家立业，才是三十而立；赶紧挣点钱吧，有了房子、车子、票子，这才是三十而立；赶紧拿个冠军吧，有了成绩，有了成绩才是三十而立。

这些就真的是三十而立吗？一天在一个酒局上，我和我的朋友们在一块喝酒聊天，酒过三巡之后，我们开始谈人生、谈理想、谈戏剧，最后聊到了梦想，可是当梦想这两个字刚刚脱口而出的时候，我旁边一个三十好几事业成功的朋友拍案而起，“梦想，等会等会，什么是梦想，我告诉你们，梦想就像是内裤，你要不是超人你就别把它露出来。”

酒局散去，我回到我那个三十平米的大房子里，我翻来覆去地想，我这儿正准备迎接人生最重要的一个十字路口呢，怎么梦想就变成内裤了呢？难道我就真的要按照别人说的那样，去完成我自己的三十岁吗？不，李嘉诚在三十岁的时候只是一个家庭作坊的小老板，齐白石在三十岁的时候还只是一个木匠，马云在三十岁的时候也只是一个英语老师，一个月靠翻译只能挣到几百块钱，但是他们在三十岁的时候绝对没有想到房子、车子、票子，就算是成功，他们想到的是唯有坚持自己的道路，把梦想做到极致获得成功，才是最大的成功。

我和他们一样，三十岁的时候没有什么成就，至今我还每天开着我的小破车满北京的找剧组，发我的小简历。有时候我真的有想过要放弃，我迷失过，我彷徨过，我流过汗，我流过泪，我甚至流过血。而快到了而立之年的我，从来没有像现在一样如此坚定，三十，就是一个新的开始，三十而立，就像是一盏明灯，照亮我前行的方向。

《我们身边最缺认真说话的人》

许豪杰

有一点很可怕，当我在酝酿这篇演讲稿的时候，我不自觉地把重心从我的初衷向大家传递我想说的话，变成了如何应对一场比赛，很多人说《超级演说家》只是一个综艺娱乐节目，认真你就输了，我不这么认为，我会作为一个公民认真说的。

小时候我喜欢和外婆家附近的小朋友一起玩蚯蚓，或者在小花园附近捉迷藏、拍拍卡什么的，超级开心。而现在打开电视一场场选秀，同时也是一场场作秀，那些唱歌节目评委导师的耳朵都很厉害，都能从选手翻唱的比人的一首歌里面听出来他自己的故事，然后 VCR 一转果然是有故事的。对我来说，这简直就是超能力，每一个参加比赛的选手都想赢得比赛，这也是我最害怕的地方，害怕致使某个人在今天因为他尖锐的观点得到了观众的掌声和欢呼，在明天他就可能因为各种压力而不能再认真说话。老师从小就教育我们要说真话，说真话是有力量的，但是却忘了告诉我们说出真话的代价，以至于我们每一个人在成长的过程中纠结，是该说出真话还是说一个自以为善意的谎言，我们在生活中会对我们的伴侣编造一个理由，因为怕她想多了。我们会对同事说恭维的话，即使你很讨厌他，我也不觉得你必须无时无刻保持实话实说，句句大实话，毕竟我自己就做不到。但至少我觉得每个人都应该真诚，都应该认真说话，不要把自己当成是奥斯卡影帝，刻意地煽情和无病呻吟，都是伪装的真诚，这简直就是说得比唱得还好听，对不对。

若干年后，可能没有人会记得谁赢得了 2013 年《超级演说家》的冠军，没人会记得谁在台上哭过，谁在台上拿着毛绒玩具自言自语，也没有人会记得当年舞台上有一个九零后在虚张声势地演讲，如果有一天，你们还能想起当年有一当演讲类节目叫超什么演说家什么的，有一个叫许什么豪来着的，挺有意思的，这就够了，那时候我可能锋芒不在了，和这个世界妥协，安于现状，可能我会有一个儿子，在他抢我话讲的时候，我会和他说“OK，你不要反驳我，你在反驳我是在打断我说话，我在说很重要的话，一是因为你现在打断我的话，你可能会错过很重要的信息，二是因为我是你爸爸。可能我会翻出一个被称之为古董的 16G U 盘，把我当年演讲的视频放给他看，然后告诉他，“儿子，我情愿你是一个不善于言词，但不虚伪做作的人，因为中国不缺那些巧舌如簧、唯利是图的演说者、蛊惑者，缺的是认真说话的人。”黄小山、小山哥就是那个认真说话的人，我会告诉我的儿子，你爸爸当年和小山哥一起做过《超级演说家》这个节目，和他一起吃过饭，和他一起唱过 K。这会比我告诉他我和林志颖在一起开过赛车更值得炫耀。

这个世界太大，我们总是要得太多，但其实一点点就够了。所有的观众你们如果今天看完这场演出，你们能够改变一点点，那你们今天的收获会比今天得到一张林志颖的签名收获得更大。我希望我的演讲和小山哥的演讲都能够改变所有人的一点点，哪怕是一丝。无论今天的结果怎么样，无论今天谁输谁赢，我都会想办法找出小山哥的那段演讲，我会在我的微博上置顶一个月。

超级演说家 131024

第一季第十三期

演讲稿

组内对抗赛：鲁豫队

选手及演讲稿为：龙洋《剩女》、黄小胖《再不行动，就老了》、李宁《我和我的小伙伴们》和李琳《好好说话》。

阶段	学员	演讲题目	考核导师	得票	结果
第一轮	龙洋	《剩女》	李咏鲁豫	2	
	黄小胖	《再不行动，就老了》	林志颖乐嘉	2	胜出
第二轮	李宁	《我和我的小伙伴们》	林志颖	1	
	李林	《好好说话》	乐嘉李咏鲁豫	3	胜出
终极决选	龙洋	90 秒即兴演说 如何说服老板加薪			
	黄小胖				
	李林				晋级

《剩女》

龙洋

相信在生活当中，很多和我一样的工作上的拼命女三郎，经常会听到这样的疑问，“你干嘛那么拼，工作多累呀，找个好人嫁了算了，女孩子干得再好，也不如嫁得好呀。”每次我听到这样的问题的时候，都会很无奈，因为爱情不是你想买想买就能买，好人不是你想嫁想嫁就能嫁呀。是吧，好人。

就像每一次我们怀着特别虔诚的心把自己打扮得特漂亮去相亲，然后总会碰到一拨的奇葩，上来一个男的就开始玩深沉，“你知道我为什么不会飞吗？”我想了一下，“因为你不是鸟啊。”他摇摇头，“NO，因为这个社会折断了我的翅膀。”哎呦我去，再见哥哥。好不容易碰到一个说话还挺正常的，他开始跟我聊 165 以下的不要，一本一下的不要，外省的不要，我一听，我挺符合条件的，然后他说生女儿的不要。我谢谢你，生女儿是我们女人能决定的吗？你不觉得是你自个有能力方面的问题吗？

你说遇到了这样的人，我们怎么谈，我们爱都没法爱，怎么谈呢？那这个时候男生就会说了，少来少来，你们女生想嫁的都是高富帅，所以找借口，但是我想说嫁得好绝对不是和金钱划等号，尽管我们不排除今天社会有些女人想嫁给高富帅宁愿坐在宝马里哭，但是更多的女生会和我一样愿意在自行车上笑，可问题就是很多的男生他不仅让我们坐了自行车，还要我们在自行车上哭啊。

比如说，我头好疼啊，喝点水。哎呦，我肚子也好疼啊，喝水，喝水就好了。人家脚也扭到了啦，喝水、喝水就好啦。喝你个大头啊，俺不是水桶。还有穿了一个特漂亮的裙子，亲爱的，我好看吗？要么他就说老婆你穿什么都好看，敷衍，要么他就说不好看，你不爱我，那还有一种正确答案到底是什么呢？很简单，走向我把我压在墙角，然后一顿乱吻就对了，当然多年以后你回过头来看，这些评判爱情的标准是多么的幼稚啊，就像现在的鲁豫姐姐你肯定不会看得上这样的想法，对吧？当然也不一定，也许你就喜欢一顿乱吻，对吧。

我有一个朋友，今年 30 岁了，23 岁那一年她走出大学校园，结束了和男友 6 岁的恋情，之后的 7 年里，她经历了好几段不同的感情，可是最后牵着她走进婚姻殿堂的却依旧是初恋的那个男友，她说，时间教会了我们两个怎么去爱。

其实爱是一种能力，时间会帮我们沉淀这种能力，你要相信在这个世界上一定会有一个人，他会穿越茫茫的人流，怀着沉甸甸的爱河满腔的热情，走进你，抓紧你，只是你要等，而当然在等待的过程中我们要让自己变得更好、更强大。因为你喜欢的那个人、最适合你的那个人一定是在你变得最好的道路上和你相遇。

《再不行动就老了》

黄小胖

我是一个化妆师，化妆师是一个什么样的行业呢？可以每天跟明星相处，可以开口闭口都是奢华的品牌，可以每天穿得光鲜亮丽。可是对我来说，化妆师只是离表演最近的工作，没错，我想当演员，可是我爸妈反对我考艺校，所以我就选择了一个跟演员最近的工作化妆师。

有一天，有一个演员她非常的漂亮，可是词老背不住，重复了二十几次，她就说“好累，演戏好累，都没有得睡觉，所以我才背不住嘛。”我就看着她那一张很小、很精致的脸，如果我有你这样的机会，我愿意牺牲所有只换来你这个机会。这个念头一出来的时候，我也吓了一跳，你知道原来梦想这个东西它只是被压着的，它不会消失的。

你知道化妆师在拍片现场是长什么样子的吗？他们是非常牛的，他们说很多人会对化妆师说“老师，这边请，这边请，这边给你化妆行吗？”可是临演呢，临时演员是“你呀，就是你，看后面呐你，你从那边走过来这里。”“请问一下，我带着什么样的心情走呢？”“废话这么多，你就是从那里走过来这里就是了。”临演就是在现场被呼来唤去的，甚至连剧本都够不到的，可是我好爱演戏。

我就在想，当我 60 岁的时候，我会骄傲于在别人眼里风光无限，还是骄傲于我会勇敢踏出那一步做自己想做的事，人生就活这么一次，再不行动就老了，所以我就行动了。我推掉化妆师的工作，我专心去找表演的机会，我四处碰壁。“你好，我是黄小胖，我想演……”

“你，不好意思，你太老了，你太矮了，对不起，你不够有名。”我知道，我知道，我在你们眼中你或许还不好意思说呢，我不够瘦，人家都跟我说，当演员很苦的，什么是苦？我连吃苦的机会我都没有。

可是我熬着，我熬着，熬着，终于有一天，有一个舞台它欢迎我，它肯定我，它需要的是平平凡凡的女孩子，它需要的是让人没有距离感的女孩子，它需要的是把心声讲出来、把不满讲出来转换成笑话的女孩子，上一回录影结束，有个朋友对我说，“黄小胖，你也不用这样作践你自己吧？你还甩动你的拜拜肉，太委屈了。”我跟她说，“我站在这里，你们还需要我甩动哪里吗？我全身都可以甩”。

不管几岁，行动吧，你会发现，心跳动着，人生舞动着。

《我和我的小伙伴们》

李宁

在我们国家一共有 8692 万的残疾人，他们都是我的小伙伴，他们经历了很多，但是他们没有被困难所吓倒，依然坚强乐观，积极向上。而作为这个 8692 万分之一的我今天能站在这儿，我觉得我自己真是很幸运的，我觉得我有责任有义务替他们去说几句话。其实我想问问大伙，你觉得对于我们这个群体最需要的是什麼？只有两个字：平等。

比如现在，咱有一个招聘会，你们都是企业家，我和乐嘉老师我们两个来应聘，你估计选我的人会有多少，我敢说假寥寥无几。假如说你是一个女孩的父母，你能把你的女儿嫁给我这样的吗？要是能多好啊，是吧，很现实。

可能很多人会说了，你说得不对，为什么呢？现在社会上很多人在帮你们呀，捐款的、捐物的，对吧，是在帮助我们，但是你真正知道我们需要什麼吗？

我给大伙讲个故事，说很久以前，有两只兔子，一只白兔子和一只黑兔子，两只兔子一块帮一个农民干活，一天的活干完了，农民为了感谢它们俩，每个人给了它们一筐萝卜。那黑兔子很高兴，背着萝卜回家了，但是白兔子跟农民说我不要萝卜，你能不能给我一包种子，农民二话没说把种子给它了。于是过了几个月之后，黑兔子萝卜吃完了，于是它又来找农民要萝卜，白兔子也去找农民了，但是他是去给农民送萝卜的，是它自己种的萝卜，它要送给这个农民。

那故事讲到这我想大伙都听出来了，我和我的小伙伴们需要的真的不是萝卜而是种子。如果你今天把种子给我们了，我相信过些日子，你一定看见我们带着果实去看你们的，放心吧。

《有话好好说》

李林

站在《超级演说家》这个舞台上，我来的主要目的很简单两个字：说话。说话人人都会，但是为什么要站在这听我们说话，是因为我们的话既要说的能让你明白什么意思，还要好听，最重要的是做电视还不让你各位换台，说实话这太不容易了，所以说话是门学问。

由于我工作的原因每天很晚起床，老不吃早饭，我妈就无休止的唠叨我，那天我一起来我妈把早饭已经准备好了一杯牛奶、一杯橙子、一包饼干，当时我就哭了呀，我那么困我起来吃早餐，为了堵住我们家老太太的嘴呀。我说“妈，嘛呢，糊弄我呢，啊，我是你亲儿子啊，你就让我吃这个，我身上流的可是你的血，知道吗？”我们家老太太不紧不慢的跟着来一句，“呦，怎么着少爷，这会儿想起来您身上流的是我的血了，昨天晚上咬我那蚊子身上流的还是我的血呢。”噎死我了，我现在才知道，我这种伶牙俐齿、巧舌如簧，能把人噎死的这种功力是来自我妈给我的遗传基因。

随着我们年龄的增长，还有阅历的增加，当我们有了轻快的语速，优美的语音，还有缜密的逻辑思维之后，就真的算是会说话了吗？就真的算是，能用语言表达一切情感了吗？不尽然，我父母在我很小的时候就离异了，大概在我五岁的时候，我妈妈一个人带着我，孤儿寡母在我姥姥家居住，那时候妈妈每天中午去单位上班要带着自己做的中午饭，我记得很清楚她那天早上又带我去上学，头一天夜里北京下了大雪，第二天早上一起来地上结了一层薄薄的冰，我妈依然装上午饭，把我扔在自行车后头，骑着自行车就送我上学去了，骑到北京银锭桥的时候，那是一个石质的拱桥，大理石的桥面。在下坡的时候非常的滑，我妈一捏闸，连我带我妈就全扔出去了，当时好多人围观，我妈妈并没有过来哄我，她干的一件事是把她摔散了在一地的饭盒，我记得很清楚有火腿肠敛吧敛吧连雪带泥，带我妈的午饭就全都、全都塞进了饭盒里，然后把我扔上自行车带着我就上学去了。这时候，整个过程大家注意到了吗，我们俩并没有一句话的交流，但有的时候说话的那种交流真的那么重要吗？

很多年以后，我妈妈把我抚养成人，她自己一个人过着不管她有多难，情感上的、工作上的，她都没跟我抱怨过一声，但是前两天我妈给我来一电话，说“儿子，我想跟你聊会天。”我说“聊呗。”能聊出什么来。当我妈把电话拿起来开始跟我滔滔不绝的说那一刻，我傻了，我从来没见过我妈那么脆弱，也从来没有见过我妈那么无助。她说最近生活里发生了很多事，她实在是接受不了，平常那个巧舌如簧、伶牙俐齿、八面玲珑的我一时一句话也说不出，最后我憋呀，我憋了半天我跟我妈说了一句话，我说“妈，甭说了，不管发生什么事，你还有儿子。”你还有儿子五个字，我觉得它把我能说的所有话全都装在里面了，它比任何的伶牙俐齿、巧舌如簧都有力量。

我真的在想一个问题，我们人这一生从生到死需要用两到三年的时间学会说话，而学会闭嘴，听别人说话需要 60 年。在这个喧嚣的社会里，有的是人会说话，有的是人会教别人说话，有的是人会去做星座分析、性格分析去教别人，但真的你就会说话吗？真的，你不觉得有的时候我们说得越多却离自己的亲人和朋友越来越远吗？

我很困惑、我很苦恼，因为我觉得包括我自己在内，我们要学会有的时候闭嘴，我的闭嘴不是说不说话，而是说用心去听别人说话，用心的去说自己要说的话，因为从心底里发出来的声音才是最有力量的，一位中国古人说的好，言为心声。

超级演说家 31025

第一季第十四期

演讲稿

本期选手及演讲稿为：崔永平《认输演讲》、《养老院的一天》、《生命中的最后一天》，李林《有力量的语言》，许豪杰《打开心结的话最有力量》、《中国人的一天是多着急》和曹青莞《开口说话就是力量》、《中国精神》、《生命中的最后一天》。

嘉宾及演讲稿：李小鹏《坚持才会获得精彩》和张丰毅《致那些让我快乐的朋友》。

	选手	演讲题目	观众投票数	结果
第一轮	崔永平	《认输演讲》	160	晋级
	李林	《有力量的语言》	121	-
	许豪杰	《打开心结的话最有力量》	192	晋级
	曹青莞	《开口说话就是力量》	211	晋级
嘉宾	李小鹏	《坚持才会获得精彩》	-	-
命题演讲	-	中国人的一天	-	-
第二轮	崔永平	《养老院的一天》	179	晋级
	许豪杰	《中国人的一天是多着急》	127	季军
	曹青莞	《中国精神》	168	晋级
嘉宾	张丰毅	《致那些让我快乐的朋友》	-	-
命题演讲	-	《生命中的最后一天》	-	-
第三轮	崔永平	《生命中的最后一天》	166	冠军
	曹青莞	《生命中的最后一天》	149	亚军

《认输演讲》

崔永平

以前的我渴望赢，害怕输，输了就什么都不是了，在我的生命当中，我也没有想过去做一次认输演讲。小的时候，妈妈带我来到了继父家里，看着比我大十多岁的哥哥姐姐们我便意识到我将要进入一场争夺父爱的游戏当中，在这场游戏当中我不占优势，因为我不是亲生的。我心里在暗暗的跟他们较着劲，我的哥哥姐姐们对我也是越来越防备，他们认为我这个不成器的弟弟在浪费继父对我的付出，实际情况是什么呢？我还抢了家产。

就在去年年底，我在北京买了一个三十八平米的小房子，首付还差二十万，但继父知道这件事情之后，二话不说的把钱打给了我。哥哥姐姐们知道这件事情彻底爆发了，他们开始抱怨继父，“你供他上大学已经算是仁至义尽了，现在你又一次性给他二十万，我们当初买房的时候也没见你给我们这么多吧，那我们算什么，他是你亲儿子还是我是你亲儿子？你老了以后，你跟他走，跟我一点关系都没有。”继父听了彻底崩溃了，哭了好几天，是继父的眼泪让我明白了我犯了一个巨大的错误，每当哥哥姐姐在质疑我的时候我总是用沉默不语来对抗，从来不把自己真实的想法告诉他们，让继父夹在中间左右为难十分痛苦，就是我这种想赢的心态让我彻底输了，输了家庭的和睦，输了难得的亲情。

我想起了很多往事，我记得小的时候，我把人家的玩家弄坏了，是哥哥出钱赔给人家新的，没让爸妈知道，让我免了一顿打。我记得我上初中时补习英语是哥哥为我买复读机，受欺负的时候他们总是为我打抱不平，当有好东西吃的时候总是先分给我，这些事情在我心里我都特别特别感激，但是我从来没有亲口对他们说过感谢的话。

今天我要在《超级演说家》的舞台上，我今天要在这里向他们做一个认输演讲。以前我总是想赢，想去证明，今天我要向你们认输。哥哥姐姐们，你们曾经对我的付出点点滴滴，弟弟我都记着呢，今天我要亲口对你们说，谢谢你们。现在我终于明白爱不是生日蛋糕，越切越少，爱是生日蛋糕上的火焰，越给越多。

《有力量的语言》

李林

感谢各位听完我队友李宁的一番讲解，他刚才都是夸我的话，但是他选了一种我们北京人叫很得瑟的方式，名贬暗褒的方式来说我，我的朋友里就有。比如说“李林，你知道吗？就把你智商前头那负号，就那数前那一杠给去了，你那智商跟爱因斯坦有一拼，你知道吗？”你是不噎我就能死是吗？这种就是得瑟，但是这种小小的得瑟比起那种让我哭笑不得、想弄死他的才高八斗的得瑟来说，根本就不算什么。

我的一哥们在我们这朋友圈里给送了一名字叫大明白，逮什么都明白什么，有一天我们一块去吃饭，刚坐这桌子上，人家端上来一盘红烧肉，我这还没拿起筷子了，他那“等会儿，李林知道这红烧肉什么来历吗，什么由头吗，什么风格吗，做出过什么历史贡献吗？”我说“大哥，我就吃块肉，咱至于说成这样吗？”等我们吃完晚饭，我说回家吧，肚子不给劲，上趟厕所，我那刚要蹲下，还没得我退下裤子来呢，边上敲门了，“李林，你知道古代人方便那手纸它的风格、来历以及历史贡献吗？”我就想说大哥不就是一手纸吗，我用不着那么多的历史贡献，你知道吗。这种人就是我们常说的才高八斗的得瑟，为什么他们会如此得瑟呢？很简单，因为他们怕他们闭上嘴别人就这辈子都不知道他肚子里有货，而且没有时间再跟别人说了，我很牛，我就是这么个人。

我跟永平一样，我们这一代人八零后里面有很多的单亲家庭，我小的时候没有一样能炫耀的玩具，因为我妈妈一个人靠微薄的工资养活着我，就为了一个香山底下玩具摊上五块钱的塑料宝剑，我就开始叨叨我妈妈，从山下一直叨到山上，到了山上一直叨到山下，最后我妈实在是受不了我的软磨硬泡，掏出钱带上我坐着公共汽车就回家了。

后来等我再长得大一点的时候我就发现，我能理解我妈妈了，但突然有一天我发现有一样能被别人羡慕的东西就在我身上长着，而且就在这脸上，就是我这张嘴，不管别人说什么，我都可以兵不血刃地把别人给噎死，我还可以你随便起一头，我就前七国后五代的给你说上这么一大段，当时我就觉得呀，爽啊，从小到大都没有过这种经历，别人投来了很多艳羡的目光，觉得李林真棒。

但是结果呢，结果就是有多少人喜欢我这张嘴，就有多少人骂我这张嘴，说李林你这个人太自负了。的确，因为我特别怕，我一闭嘴别人就不知道我肚子里有什么了，我口若悬河地展示着我的口才，让别人知道我比你们都强，我玩命地提高在修炼我这张嘴去炫耀它，去展示它，我就变成了大家眼睛里看到那种叨叨叨叨叨叨的人。而有一天我们在培训的时候，鲁豫姐给我说“李林，最有力量的语言不是一味的向前冲，而是像打拳一样收回来再放出去，这样可能才最有力量。”

闭嘴不是沉默寡言，而是把我们的耳朵打开，把我们的耳朵打开。自信就在我的身上，从来也没有这么强大，当我再张开嘴说话的时候，可能就做到保持个性、张弛有度、进退有序、不失自然，我认为这就是最有力量的语言。

《打开心结的话最有力量》

许豪杰

我一直在思考一个问题，什么话是最具有伤人的力量的，一刹那一条线穿过了我的太阳穴，我想到了和前任争吵的那个场景，这个答案让我自己都毛骨悚然，我想到了王朔《过把瘾就死》当中的一段描写：吵到最后我们什么都说出来了，就像一对不共戴天的仇敌，我们互相太熟悉了，因而刺伤对方的刀刃格外锋利，弹无虚发，沉重打击了对方。

你们有过吗？我悲哀地不得不承认，这同样是一种说话的力量，是一种以伤害为目的、以毒舌为武器的力量。我想问大家一个问题，从古至今别人发表过的最感动你的一次说话是什么时候，一定不是马丁路德金的《我有一个梦想》，也不是尼克胡哲的人生励志演说，而是在一场争吵过后你爱的那个人在你背后站了很久没有发声，终于胆怯地，没有信心地小声的说了一句我爱你，原谅我吧。

在我们立志成为一个伟大的演说家、高明的说话者的同时，我们是否应该对那个不太爱说话却总是在喝闷酒的老爸敞开心扉的聊一聊，解开多年的心结。我们是否应该对那个多年前因为一些小事而绝交，因为一次错误的背叛或出卖，或一个不大不小的玩笑，而打算老死不相往来的兄弟说一声“嘿，你还活着啊，最近怎么样？”

打开你的手机通讯录，里面一定有几个名字是你永远不会拨出的号码，可能时间久远你已经忘了你们当初到底发生过什么矛盾，但是你依然能够想起你们在一起时，他笑起来的样子。拨通那个电话，你随时随地都可以拨通这个电话，聊上几句，你会发现开口比你想象的要简单的多，这才是说话的理由。

成为一个演说家很难，做一个会说话的人也不是件容易的事情，那就做一个懂得沟通，学会原谅，同时又能够倾听的一个普通的说话者。只是你说话的声音不够洪亮，你的措辞不够华丽，但是你依然会让你身边的所有人感受到你内心真正的强大，让我们对你爱的那个人，你恨的那个人，你的朋友，你的仇敌说出那句憋在你心里很久的话，这时候我们便拥有了那无与伦比的说话的力量。

《开口说话就是力量》

曹青莞

在《超级演说家》的这个舞台上，我认识了很多很多的人，他们都很会说话，一个比一个能说会道的，毕竟《超级演说家》是全国第一档以说话为主题的节目，口号就是说的更比唱的好。但是在电视机前还有很多听不到的人，他们怎么办呢？所以现在我就想在这里用手语来告诉他们，今天我在这个舞台上都说了什么。

小的时候，我以为张开大嘴巴就是说话，那个时候我还不知道我说的话是没有声音的。上幼儿园的时候，我学会了让喉咙振动，我觉得这就是说话，但是那个时候我还不知道，我说的话别人根本听不清楚。上小学的时候，我又以为大声地表达就是说话，但是那个时候回应我的却是一张张惊愕的脸。即使是这样，我依然特别珍惜每一次开口说话的机会，即使只是一句简单的啊。因为对于先天失聪的我来说，能够发出声音它就是一种力量。

曾经一度，我拒绝说话，我用大喊大叫的方式责怪妈妈，你凭什么，你为什么给了我一双这样的耳朵。但是，有一次我在聋哑康复中心，有一个小女孩她应该跟我差不多一样的年纪，她冲我跑过来然后痴痴地看着我，用一个傻得可爱的笑容对着我们，然后用手语告诉我“姐姐，你可以教我说话吗？”第一次，我发现有人羡慕我，是因为我可以像正常人一样用说话来交流，即使发音拗口大舌头，但是对于他们而言一样的可遇而不可求。我这才知道，原来我是这么幸运，我能够像正常人一样我能够开口说话了。

试想一下，假如我不会开口说话，我就不会有第一次叫爸爸时那种起了一身鸡皮疙瘩的感觉。假如我不会开口说话，我永远也不可能让妈妈知道我遗传了她的好嗓音。假如我不能开口说话，我连让别人叫我是大舌头的份儿都没有。假如我不能开口说话，我现在可能也只有瞎比划。假如我不能开口说话，我又能和谁分享我的喜怒哀乐呢。

所以，对于我们这样的人来说，说话的力量就是能够发出属于自己的声音，但是只有在这个时候，我才会明白，说话时一种由内而外的力量，只有这种说话的力量才能让我不去在意谁听得清听不清，也不用在乎我说话的声音，是大了还是小了，我就是说了，我就是表达了，足够了。

《坚持才会获得精彩》

李小鹏

今天非常高兴能够来到《超级演说家》的现场说一说自己的故事，其实从我懂事开始我就已经开始学习体操了，从业余体校开始练习体操，是一件非常快乐的事情，然而进入到专业队的时候，就需要吃苦耐劳了。当我十五岁被选中进入到梦想的国家体操队的时候，我看到了冠军榜，那一面墙全是所有历届的世界冠军，我暗暗地对自己说“有一天，我也要把自己的照片挂上去。”

机会确实来得很快，在我十六岁那一年，世界锦标赛在瑞士洛桑举行，也正是这样一个机会，让我第一次站到了世界冠军的领奖台上，所有的队友还有教练都跟我说，你是一个天才。1998 年我拿到了世界杯的两块金牌，1999 年我拿到了天津世锦赛的两块金牌，在 2000 年悉尼奥运会，第一次站在了最高的奥运领奖台。当时所有人对于李小鹏的概念，只要是李小鹏去参加比赛就必须拿金牌。2003 年世界锦标赛，我又拿到了三块金牌，2006 年我的记录已经和李宁先生一起并列为十四块。

然而命运好像跟我开了个玩笑，在 2007 年一次难度训练当中，我至今还能够清楚地听到我在空中旋转，然后在落地那一瞬间，我的脚发出清脆的一声裂开的响声，那一声好像几乎一下子就把我的奥运之路变得越来越遥远，医生告诉我骨折了，就当所有的人都觉得李小鹏不可能再参加奥运会也没有机会再参加奥运会的时候，我默默地告诉我自己，如果别人能做到，我一定比他们做得更好。也正是因为带着这样一种坚持，我在骨折后的第三天打着石膏，一瘸一拐地就回到了训练馆，当时所有的队友、教练都用很诧异的眼神看着我，说“小鹏你为什么不好好休息，你应该好好养伤，就不要来体操房了。”我说“体操有六个项目，我的腿断了，但是我的手还可以练，我一样可以练双杠，我一样可以练单杠，我一样可以保持我的训练。”

我想也正因为是这样的一种坚持，让我最后入选了奥运会的大名单。当我 2008 年真正站在国家体育馆的那一瞬间，我的心显得更加的平静，在我自己的强项双杠决赛的那一天，我做完了所有杠上的动作，在最后的下马当中，我深深地吸了一口气，我至今还记得在落地的那一瞬间是什么感觉，我觉得我远远不是作为一个运动员去拿金牌那么简单，我觉得我是一个表演者，我把我的体育，把我的体操献给我的教练，献给我的家人，献给我的队友，献给全世界所有的观众。

最后我想说，人生当中有很多的起伏和转折，起伏的时候需要一种坚持，转折的时候需要一些顺应，就像在场所有的比赛的你们，适时的坚持和顺应一定会为你们的生活带来更多的精彩。

《养老院的一天》

崔永平

有一所养老院，硬件设施非常非常好，服务也是非常非常好，你们愿不愿意把自己家的父母送进养老院，同意的请举手我看一下，没有一个人，太吓人了。第二个问题，当大家老的那一天，子女要把你送进养老院，你会不会同意，同意的请举手，这个还是有一些人举手，还是有一些人没举手，我也不知道该如何去选择。我只能告诉大家我所在养老院所看到的世界吧。

因为我的奶奶、姥姥还有姥爷都在养老院生活，每当我踏进养老院那扇门的时候，我都在疑惑这里是天堂还是牢笼，每当有孩子来看老人的时候是他们最期盼的，也是他们彼此之间最大的炫耀，看见没有，我们家孩子又来看我来了。

我在养老院认识了三个比较有代表性的老人，第一个老人很痛苦，每天都跟护工大吵大闹，我的床单没给我洗干净给我重洗，你们这洗脚水你们要烫死我这个，还有你们这菜做的，猪食，喂猪呢。说实话，我不太喜欢这位老人，但是奶奶告诉我，他是一个可怜的人，他一辈子无儿无女，靠在公园里给别人剃头维持生计，他还经常把一些自己积攒下来的钱寄给山区的一些孩子们，那些孩子特别感动，经常给他写信，他那时的生活过得非常开心，后来来到了养老院，跟孩子们联系也断了，也没有人来看他，他渐渐变得越来越古怪。我所知道的情节是他有一天趁人不备跑到了八楼的楼顶，跳了下去，当然这在养老院不是会经常发生的，也是比较少见的。

第二种老人是在养老院里比较普遍的，寂寞的老人。我在那里认识一个非常寂寞的老人，八十多岁了，整天看报纸都得拿放大镜，每当我来的时候，小伙子，来来来，跟大爷坐会儿，大爷跟你聊会儿，他特别喜欢讲他的故事让我听，他说他是一个钢铁工人，他在那里干活的时候曾经是全国劳模，受过很多次的表彰，他经常到各地去做报告，做演讲，后来来到了养老院，他觉得很寂寞。

第三种老人很快乐，我认识的一个很早之前老伴就去世了，来到了养老院，然后他认识了一个跟自己特别谈得来的老人，找到了一段黄昏恋。每天傍晚的时候，我经常看到他们手牵着手在那里有说有笑的，诉说着自己的故事，特别地开心。我想他们会这样互相陪伴、互相照顾，在养老院里度过他们剩下的美好时光。

其实我非常理解现在的年轻人为什么要把自己家的老人送进养老院，如果不送，子女没有办法保证是否每天都能有时间陪着老人，他们在家里磕着了，碰着了，无人知道。那是件非常可怕的事情。那么如果送呢，老人们会同意吗？他们会不会觉得子女很不孝顺，他们会是那个快乐的老人还是那两个痛苦寂寞的老人呢？

我终于发现，老人们最需要的是陪伴，有亲人陪伴的老人是快乐的，没有亲人陪伴的老人是痛苦寂寞的。所以我希望大家不管你平时说生活多忙多累，一定要抽出一些时间给自己家的老人吧，你们会同意吗？（会）非常好，那我今天的演讲就是有意义的。

《中国人的一天是多着急》

许豪杰

所有人都回忆一下，你过得每一天是有多着急。前两天我回到上海继续早起上班，有一个场景是我几乎每天都会看见的，就是在地铁滴滴滴已经红色警告要关门的时候，依然会有勇敢的中国人从十米开外冲过来，在地铁门要关闭的一瞬间冲进车厢。我发现中国电影无法超过好莱坞的原因，可能就是没有雇这些天生的印第安纳琼斯去拍摄动作片，然后我们到了公司要不开始急着表现自己，要不急着混日子，好像我们已经默认了这种被社会灌输的价值观。

前两天我在上海书城转了一圈，有一块地方堆的都是各种教你怎么在职场上混得开，怎么在社会上厚黑，人际交往中的老狐狸学，这都是什么书啊，从这些被我们现代职场人所推崇的畅销出版物就可以看出我们中国人的一天是有多着急，我们急着成功，急着加薪，急着升职，急着证明自己。

我身边有个朋友在他毕业的这两年里，已经换了六份工作，更令我震惊的是这六份工作横跨了六个不同的工种，我们是不是有点急得过分了。在这中国人的一天中，你说下班了我们总可以放松一下不那么着急了吧，不，你还是着急，都成为一种惯性了，连放松都是急着去放松。你以为在星巴克里面点了一杯卡布奇诺，看着窗外的风景，桌子上放了一本你看了一页就忍不住要打瞌睡的书，就是远离都市的喧嚣了吗？不，你急着找wifi，急着签到，急着拍照发微博，告诉全世界我正坐在星巴克里，一杯咖啡一本书，生活就是如此淡定。

李安沉寂了六年，他每天就在家里面煮饭给老婆吃，但是他在这六年的时间里阅读了大量的书籍，大量的杂志，大量的学术论文。中国唯一一位获得普利兹克奖的建筑师王澍，他说他十年里什么都没有干，就是坐在西湖边喝茶，为的就是沉下来。

我们总是认为成功很难，做一件伟大的事情很难，其实最难的是沉下来，不是所有人都能做得到的，有一句话很文艺“放慢你的脚步等一等你的灵魂。”那么我想说，放慢你的脚步，等一等中国的灵魂，让我们从每天乘地铁开始吧。

《中国精神》

曹青莞

我想先问大家两个问题，什么是精神，究竟什么又是中国精神？

我记得在 2001 年 7 月 13 号北京时间 22 点整，国际奥组委宣布了 2008 年夏季奥运会的举办城市是中国北京，我清楚地记得在那一刻所有代表团的成员泣不成声，他们相互拥抱欢呼雀跃，相信每一个中国人今天再看到这一幕的时候还是会潸然泪下，没错，我们都曾经经历过这一刻。那一天，那一夜的不眠，举国上下一片红色的海洋，中国力量在那一刻像原子弹爆发般的喷射向世界各地，而那个时候，我才七岁，怎么也没有想到八年之后我自己竟然离奥林匹克这么近。

2008 年我站在了残奥会开幕式的舞台上，和来自全国的 320 名聋哑女孩一起用手语演绎了舞蹈《星星你好》，我们当时站在鸟巢的中间，每个人都穿着一身白色蓬蓬连衣裙，仰望星空，我们在用手语跟星星说话，非常非常唯美，就像大家现在看到的这样。

就为了开幕式那一晚的呈现，我们在北京进行了三个月的封闭训练，在这三个月里面，每一天都上演着汗水、泪水和感动，但是只有那么一天在我的脑海中永生难忘，这一天是 2008 年 9 月 4 号，是北京残奥会开幕式的最后一次带观众彩排，这次彩排就决定了我们这个节目到底能不能最终呈现在世界的面前。所以，每一个人的压力都不言而喻，也正是这一天我才知道了什么叫做精神。

为了那天晚上的彩排，我们凌晨四点大家集合向鸟巢进发，不停地化妆，试衣服，反复地练习动作，就这样在后台焦急地度过了一个白天，终于夜幕降临了，随之而来的是一场倾盆大雨，总导演一声令下彩排照常进行。就这样，我们 320 个人快速地拖着长裙站到了鸟巢中央的这个白玉盘上面，那场大雨已经让大家完全看不到远处手语老师的指挥，变换队形的时候，裙子又因为拖在湿漉漉的地上大家应该知道是根本没有办法前进的，混乱的场面让我们每一个人都忘记了。在我们所站的这个白玉盘的中间有一个将近三十多厘米的圆环状缝隙，平时训练的时候要求我们每一个人都必须要用余光注意着这里，否则随时都会有陷进去的危险，但是就在那天的大雨，大家全忘了。

我就这么眼睁睁的看着前面一个人摔倒了，两个摔倒了，一排人都摔倒了，她们的腿就这么硬生生的卡在了那个缝隙里面，当时看到这一幕我完全就脑子就懵了，根本没有办法想象接下来会发生什么样的事情。但是就在此刻，她们每一个人的脸上还是保持着最开始的笑容，她们的头抬得非常高，一双双眼睛就那么直勾勾的盯着天空的方向，几十秒以后，一个人站了起来，两个人站了起来，一排人都站了起来，奇迹般的就那么站起来了，整个过程当中笑容从来没有从脸上消失，最后，我们的节目保住了。

可是你们知道接下来我看到了什么吗？在后台大家脱掉演出服以后，我看到了将近十几条血淋淋的腿。大家为了保住这个节目，这些姑娘硬生生是把卡在缝隙里面的腿生生的拔了出来，她们的笑容从来没有消失，但是却隐藏着所有我们不为人知的痛。

直到今天过去了那么多年，2008 年 9 月 4 号的那一天那一幕，却怎么也挥之不去，这是一群多么可爱的姑娘，她们在咬牙站在的那一瞬间，就注定了这一天不再平凡，她们的站立不仅代表了残疾人的精神，更向世界诠释了什么叫做中国精神。

《致那些让我快乐的朋友》

张丰毅

我是一个没有幽默感的人，但是我经常碰见有幽默感的事和有幽默感的朋友。

比如说张铁林，2001年的时候有一天他给我打电话，“丰毅，今晚上放我的一个电视剧，你好好看看。”我说“叫什么名字？”他说“吕不韦，你好好看看。”晚上我跟刘威一个剧组，“刘威帮个忙。”“怎么了？”“你把我绑在这上面，看张铁林的电视剧。”刘威很默契，刘威说哦，就把我捆了个结实，那电视剧我在看了十分钟我就坐不住了，幸亏是把我绑在那，要不然我早就跑了，绑在那，它还有第二集呢，我就在那忍受着，非常非常地生气，因为我上了张铁林的当了。后来等到放完了，马上拿电话就给张铁林打电话，张铁林，“看完了，很有感受吧？”“什么感受，我问你，除了瞪眼睛，你还会干什么。”大家都知道他演那个《还珠格格》动不动一瞪眼“小燕子”，他吕不韦也是这么演的，结果我问他，他的回答出人意料，“哈哈，那时我《还珠格格》养的毛病。”我生气他不生气，我就更生气了，“你知道是毛病你怎么不改？”“已经改了许多了，要不然你就更看不下去了。”

我有个电影界的朋友叫石兆祺，有一次我，石兆祺，尤勇，我们几个人去欧洲旅游，他一句英文都不会，到哪儿买东西什么的全是我们帮他砍价，等我们最后第二十天又到了奥地利，那天正是傍晚，快到宾馆的时候霓虹灯就亮了，Hotel（酒店），结果他终于说话了，感情我们这一路住的全是连锁店。我和尤勇就问他怎么讲，他说了都是H打头的。结果我们就哈哈大笑，他就很郁闷，他郁闷他不是怕别的，他说你们要回去肯定要跟我胡说八道的。回来之后半年多他没给我打电话，我打电话他也不接，我觉得他很奇怪，2005年他突然有一天给我打电话，“我先问你我的英语怎么样？”我很不好回答，我说，“石兆祺，实话实说你的英语不怎么样，你忘了你到欧洲天天拽着我的衣服，拽着我的衣襟。”他说，“那26个字母我总会吧。”我说“26个字母还真可能，对呀，你忘了你还说了个H呢。”结果他更生气，终于爆发了，“对呀，我说的是H，你为什么告诉别人说我说是HE。”

我是一个没有幽默感的人，但是我的朋友全是有幽默感的，我感谢上苍把他们派到我的周围来，我珍惜他们，珍惜生活，也希望大家珍惜你们身边给你们带来快乐的人。

《生命中的最后一天》

崔永元

在准备这篇演讲稿之前，我看到了苹果创始人乔布斯分享给大家的一句话“如果你把每一天都当作生命中最后一天生活的话，那么终有一天你会发现自己是正确的。”如果可以，我非常希望这句话当中的终有一天就是我生命中最后一天。在那一天我会对自己的说，“小伙子，你很棒，你做了正确且有意义的事。”

我不会因为没有孝顺父母而后悔，我每天都会打电话告诉他们，我一天都干了些什么，再听听他们对我的唠叨，我并不会在逢年过节的时候才回去看他们，平时只要我有时间，哪怕只是两天的时间，只要能在家里呆一天，我都会回家看他们。我不会因为没有珍惜爱人而后悔，我可以坦坦荡荡地告诉大家，这么些年过去了，我没有做过一件对不起她的事情。我不会因为没有爱护子女而后悔，我的子女虽然不是学习成绩最棒的，但是却是最懂事的，每当周末的时候，他们总会帮我们打扫卫生，做家务，他们开心的时候还会唱我那首歌，“我不是一个神经病，别把我当成一个神经病，我不是一个神经病，为什么你们总是这样想……”

我没有任何遗憾，我的朋友都对我很好，我该去的地方我也去了，该享受过的美食我也享受过了，但这一切已经不重要了，我是一个平凡的不能再平凡的小人物，我刚才所说的一切的一切都是我对生活最美好的幻想。

我今年只有二十八岁，我有太多太多的事没有去做，我梦想着能像小志导师那样不老的容颜，可是二十八岁的我却长了四十多岁的一张脸。我梦想着像李咏导师有哈文一样的老婆，可是我现在都睡着单人床。我知道鲁豫导师聆听过三千多个人的故事，我是多么想成为她三千分之一的那个人，可是到现在也没有资格。我梦想着比乐嘉老师的名气、影响力还要大，可是我看到他的微博粉丝量是三千四百万，截止到目前为止我才看到我的微博粉丝量是九百六十二个。

我非常非常地庆幸我今年只有二十八岁，我还有很多的时间去创造我美好的未来，创造美好未来唯一的方法就是把每一天都当作生命中最后一天。如果可以，我会在这天做一次演讲，说说我自己的生话，演讲完后有人会对我说，“小伙子你做得很棒，你做了正确且有意义的事。”我会很开心。

《生命中的最后一天》

曹青莞

如果真的是我生命中的最后一天，那个时候可能没有人再会夸我是小清新，也不会有人跟我写肉麻的情书，那个时候大家关注我的可能已经不再是这个戴着助听器的耳朵，而仅仅只是一双哆哆嗦嗦拿不起筷子的手，但是我相信到那天我一定会比现在更加满足，因为那个时候我已经儿孙满堂了，个个都是身体健康。我有一个可爱的女儿，每天下班她都会带着我去跳我年轻时候根本不屑一看的广场舞，对了忘了告诉你们，我的女儿听力相当的敏锐，比我好了 N 多倍。

在我生命中的最后一天，可能我已经不再纠结于 jī qī xī 的发音，那个时候我创办的聋儿语言康复学校迎来了第四十个年头，每一个聋哑孩子都能背出一口流利的绕口令，“打南边来了个喇嘛，手里提拉着五斤鳎目，打北边来了个哑巴，腰里别着个喇叭，南边提拉着鳎目的喇嘛，要拿鳎目换北边别喇叭哑巴的喇叭。”说得太快了，我耳朵都跟不上了，真是长江后浪推前浪。

那个时候《超级演说家》第 N 季可能已经开始了吧，可能到那时已经不会有人再记起一个叫曹青莞的女孩，站到这里曾经说过什么，但是她曾经带给过一个群体美丽的希望，她的一生就是美丽的一生，谢谢你们带给了我这么多美好的回忆。