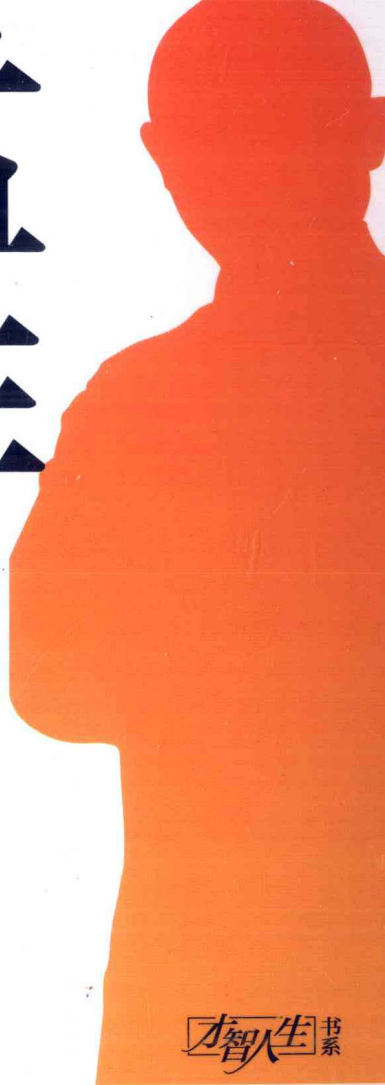


分享名嘴幽默十足的
绝顶智慧！

学习孟非睿智过人的
说话之道！

孟非的 说话之道



好口才
占尽先机
会说话
一生快意

张笑恒 / 陈一方

才智人生 书系

首部深度解析孟非口才的实战秘籍！ 万千非迷学习偶像说话的梦想之作！

“他可能是中国电视荧屏上最世故又最真诚、最能言又最有节制的光头佬。他以主持民生新闻的历练和主持娱乐选秀节目的经验，为《非诚勿扰》设定出既有悬念又不矫情、既多姿多彩又风格清新的尺度感，可模仿，难超越。他能让嘉宾说真话，演自己，也演幻觉。他能与点评人相得益彰，并让后者也精彩纷呈。”

——2010中国电视榜“年度节目主持人”大奖给予孟非的颁奖辞

青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

媒体支持：

孤笑恒著
阿一方绘

孟非的 说话之道



青島出版社 国家一级出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE | 中国出版集团成员单位

图书在版编目(CIP)数据

孟非的说话之道/张笑恒著. —青岛:青岛出版社,2011.10

(才智人生书系)

ISBN 978-7-5436-7379-3

I. 孟… II. 张… III. 语言艺术-通俗读物 IV. H019-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 159868 号

- 书 名 孟非的说话之道
作 者 张笑恒
插 图 陈一方
出版发行 青岛出版社
社 址 青岛市海尔路 182 号, 邮编 266061
本社网址 <http://www.qdpub.com>
邮购电话 13335059110 0532-85814750(兼传真) 68068026
责任编辑 石相杰 shixiangjie07@126.com
校 对 徐发展
封面设计 乔 峰
版式设计 程 皓
照 排 青岛人印人数码输出有限公司
印 刷 青岛星球印刷有限公司
出版日期 2011 年 10 月第 1 版 2011 年 12 月第 3 次印刷
开 本 32 开(890mm×1240mm)
印 张 9
字 数 200 千
书 号 ISBN 978-7-5436-7379-3
定 价 26.00 元

编校质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068670

青岛版图书售后如发现质量问题,请寄回青岛出版社印刷物资处调换。

电话:0532-68068629

上架建议:畅销·成功/励志



序

孟非，江苏卫视著名主持人，主持过《南京零距离》、《绝对唱响》、《名师高徒》、《非诚勿扰》、《非常了得》等节目。1971年10月出生于重庆市，1982年随父母工作调动来到南京，先后就读于南京一中、三中、七中、南京师范大学中文系汉语言文学专业、中共江苏省委党校哲学研究生专业。曾被评为“中国十大新锐主持人”、“中国百优电视节目主持人”。

2010年，孟非主持的《非诚勿扰》节目收视率在全国同时间段获得第一，节目受到广大观众和网友的广泛关注。2011年3月18日，在由《新周刊》举办的“2010中国电视榜”的发布典礼中，孟非一举捧得了主持人奖项中分量最重的奖项——“年度节目主持人”大奖。

提到孟非，不少人首先想到的便是那张堪比“铁

齿铜牙”的嘴。因为在不少观众的心中，这个有时沉默，有时戏谑，主持风格别具一格的光头主持人，不仅有着一张平易近人、充满亲和力的脸，更重要的便是他尖锐犀利的新闻评点和诙谐搞笑的口才，实在让人大为赞叹。或许正是这种平民式的亲和力与睿智幽默，使孟非受到越来越多的观众的喜爱。

其实在现实生活中，会说话、说好话并不是登天之难事，但精于此道之人往往则需要一种平衡的智慧。就像孟非一样，懂得如何去说，怎么说好，什么时候点到为止，什么时候入木三分，才能真正做到在任何场合下，都成为魅力四射的焦点人物。

孟非的幽默、智慧往往都隐藏在其含蓄、自嘲的口吻中，即便是在日常生活中，他也总以低调和富有人情味作为自己行走人生旅程的底线。在其主播的民生访谈中，他常常充当正义使者的化身，反映当今民众最为关心的时事问题。即便是面对无穷的压力，他依旧捍卫着众多人民的心声。这种坚守初衷、刚正不阿的精神已经进驻到人民大众的心中。

在“2010中国电视榜”的年度评点中，评委们给孟非的颁奖辞是：“他可能是中国电视荧屏上最世故又最真诚、最能言又最有节制的光头佬。他以主持民

生新闻的历练和主持娱乐选秀节目的经验，为《非诚勿扰》设定出既有悬念又不矫情、既多姿多彩又风格清新的尺度感，可模仿，难超越。他能让嘉宾说真话、演自己，也演幻觉。他能与点评人相得益彰，并让后者也精彩纷呈。”颁奖人给出孟非的这番高度的评价，无不说明了孟非作为一名主持人所拥有的价值所在。

获奖之后，孟非曾在发表感言中宣称，只要是人民需要的节目，无论什么节目类型，都是好节目。并且他笑言，自己一直是个“低调”的人，从前做民生新闻类节目，是不需要跟别人说话的，但做了《非诚勿扰》之后，才发现原来自己也是可以和别人交流的。说到自从主持《非诚勿扰》之后自己获得的“奖励”，孟非开玩笑说，自己经常会“戴着大红花”，站在“先进工作者”的评选舞台上，“至于物质方面的奖励，我觉得也应该有，可能领导都直接给我打到卡里了”。

幽默不失智慧，含蓄不失真诚，中庸不失真实，自嘲不失品位，正是这种风度，让孟非从当初一路艰辛走到了辉煌灿烂的今天。

本书通过分析、点拨孟非在主持江苏卫视《非诚勿扰》、《南京零距离》等节目，以及通过其他渠道传播出的睿智言论和幽默对话，并引用其他各种富有

启发性的精彩谈话案例，让您在轻松愉悦的氛围中，掌握语言表达的技巧与艺术，谙熟口才与幽默之道，并能在社交应酬、职场沟通、恋爱婚姻等实战场所运用自如。

目 录

第一章 孟非的幽默之道——幽默是口才的最高境界

- 003 1. 幽默体现机智思维
- 006 2. 幽默暗藏生活艺术
- 010 3. 一唱一和演双簧
- 012 4. 别样的“搞笑”手法
- 016 5. 幽默是无意的自然流露
- 020 6. 俏皮话消除彼此间的距离感
- 023 7. 诙谐调侃让不快烟消云散
- 027 8. 幽默修辞技巧：夸张和借喻
- 030 9. 正话反说，笑不笑由你
- 033 10. 冷幽默，让人回味无穷
- 037 11. 幽默的趣味究竟来自哪里

第二章 孟非的睿智之道——智慧让话语充满力量

- 043 1. 生动比喻，让你口吐莲花
- 046 2. 大智若愚，也有出其不意的效果
- 049 3. 推理反击，以其人之道还治其人之身
- 052 4. 暗度陈仓，让交流妙趣横生
- 054 5. 诙谐暗讽，发挥语言的攻击性
- 058 6. 张冠李戴，咀嚼机智的味道
- 060 7. 巧妙转移，言在此而意在彼
- 063 8. 隐含判断，留下无穷韵味
- 066 9. 就地取材，快乐信手拈来

第三章 孟非的含蓄之道——好说歹说看你怎么说

- 071 1. 点到为止，响鼓不用重锤敲
- 074 2. 含蓄批评，让人体面地退却
- 076 3. 绵里藏针，让话语更有说服力
- 079 4. 忠告讲策略，不把意见强加于人
- 082 5. 把好建议藏在轻松的玩笑中
- 085 6. 忠言也可以不逆耳
- 088 7. 婉转拒绝，让对方愉快地接受
- 091 8. 直话不直说，绕个弯效果更好

第四章 孟非的真诚之道——真诚的交流谁都无法抗拒

- 1097 1. 真诚的交流让彼此产生心的共鸣
- 1100 2. 交流法宝：推心置腹，开诚布公
- 1103 3. 真情实意能带来最畅通的交流
- 1106 4. 己所不欲，勿施于人
- 1109 5. 寥寥数语，就能打动人心
- 1112 6. 把劝说建立在真诚的基础上
- 1115 7. 换位思考是沟通的第一步
- 1117 8. 把对方放在心上，少说“我”多说“你”
- 1120 9. 人人平等，不要有优越感

第五章 孟非的自嘲之道——适时的自嘲会拉近心的距离

- 125 1. 自己“骂”自己最安全
- 128 2. 每个人都需要有自嘲的勇气
- 131 3. 自嘲不丢面子，让你更显大气
- 134 4. 巧用调侃，为自己救场也给他人台阶
- 136 5. 自嘲，陌生场合的交际法宝
- 140 6. 坦诚调侃自己，可以调节紧张情绪
- 143 7. 调侃式的小玩笑，为谈话添光加彩
- 145 8. 说自己也能让他人脸红
- 148 9. 适当自嘲，给人留下回旋的空间

第六章 孟非的低调之道——任何人都反感自吹自擂之人

- 155 1. 言多必失，牛皮吹大了也会破
- 158 2. 高谈阔论，不见得就掌握真理
- 161 3. 逞口舌之快，只留长久遗憾
- 164 4. 永远不要当面指责他人
- 167 5. 言之有理，让人信服
- 170 6. 言之有度，力求得体
- 173 7. 把表达的机会让给他人
- 176 8. 话多不如话少，话少不如话巧
- 179 9. 低调也能说出生活的美
- 182 10. 把人驳倒是一件悲哀的事情

第七章 孟非的中庸之道——站在中立的位置才会不偏不倚

- 187 1. 和而不流，中立不倚
- 190 2. 物极必反，兼听则明
- 193 3. 可攻可守的模糊语言
- 196 4. 有理不一定强争
- 199 5. 话到嘴边留三分
- 202 6. 话说得太满，就没有退路
- 205 7. 慎重表态，不给人留下话柄
- 208 8. 说“不”要灵活，点透即可
- 210 9. 遇事不要急于下结论

第八章 孟非的人情之道——富有人情味是口才最大的魅力

- 217 1. 恰当恭维，让对方产生满足感
- 220 2. 善意谎言，给人留下奋起的勇气
- 223 3. 含蓄鼓励，给人留下继续进取的余地
- 226 4. 会留人情，给人面子才不会得罪人
- 229 5. 蚊虫遭拍打，只为嘴伤人
- 232 6. 当着矮子不说短话
- 235 7. 失意人前不谈得意事
- 238 8. 用宽容代替指责
- 241 9. 不能故意渲染和张扬对方的失误
- 243 10. 少揪人辫子，得饶人处且饶人

第九章 孟非的真话之道——敢说真话就是美德

- 249 1. 嫉恶如仇，仗义执言，敢为百姓鼓与呼
- 252 2. 说真话需要勇气，敢说有人不喜欢听的话
- 255 3. 剑走偏锋，不触底线地巧妙传达真话
- 259 4. 对于敏感话题，大胆发表自己鲜明的观点
- 261 5. 真话也要掌握一定的分寸和技巧
- 265 6. 用最“百姓”的话说最朴实的道理
- 268 7. 鄙视一切虚伪，揭开矫揉造作的面纱
- 271 8. 说真话动真情，敢于显露真性情



第一章

孟非的幽默之道——
幽默是口才的最高境界

1 幽默体现机智思维

著名的爱尔兰剧作家萧伯纳在评价幽默的作用时，曾高度赞扬道：“没有幽默感的语言是篇公文，没有幽默感的人是尊雕像，没有幽默感的家庭是间旅店，而没有幽默感的社会是不可想象的。”

幽默并不完全等同于滑稽，滑稽往往对任何内容的态度都不严肃，只是单纯为了开玩笑而开玩笑。很多时候，幽默是一种境界，是一种酸甜苦辣咸混合的味道，更是一种咀嚼人生后的机智思维。

在江苏卫视《非诚勿扰》一期节目中，孟非和男嘉宾有这样一段对话：

男嘉宾：“我要向孟老师学习，经常做些笔记。”

乐嘉：“孟非从来不做笔记。”

孟非：“不不不，别别别，我们老板在看节目。我每次上电视都是通宵做准备，推开窗户，已见东方之既白。”

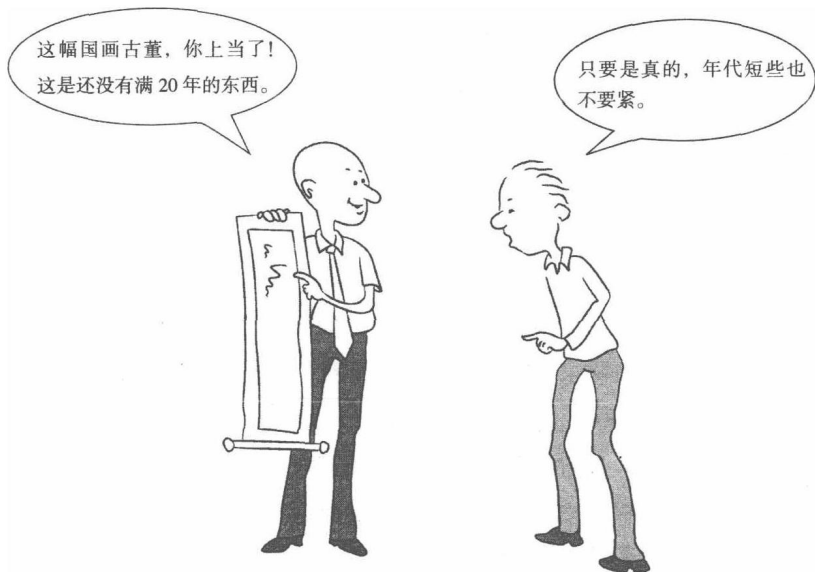
很显然，孟非这句幽默的回答尽显机智的本色。一方面通过“老板在看节目，而自己在其后为节目的录制做完全的准备”，让观众了解了自己其实是颇为“勤奋”的；另一方面又用“推开窗户，已见东方之既白”，悄然反驳了乐嘉的观点。这种揶揄的方式和近似于夸大的又不失文采的自圆其说，实在让人捧腹不禁！

幽默是人人都会用到的交流工具，尤其对于某些要时刻面对公众的讲话人来说，幽默更是不可或缺。因为幽默可以帮助他们调动台下群众的情绪，营造良好的谈话氛围，巧妙地为自己解围等。孟非的幽默体现的是一种机智，一种不露痕迹的挥洒自如。

在江苏卫视《非诚勿扰》中，有位内向瘦小的“国画男嘉宾”在“打擂”的过程中被女嘉宾全数灭灯，而这位男嘉宾的态度却出乎意料的很是淡定自如。不轻易夸人的嘉宾主持乐嘉见此，颇为诚恳地评价道：“我在他的眼中读出来了一种沉静力量。”一旁的主持人孟非见状，接着说道：“我在他眼中看出他昨天没睡好觉的情形……”

此时全场的嘉宾和观众同时都哈哈大笑起来。乐嘉眯着眼趁机攻击孟非道：“这就是懂艺术的人，和像你这种不懂艺术的人的区别……”

从上面这个小故事中，我们可以看到，幽默是从机智的角度出发，赋予机智更深厚的内涵。幽默与机智是密不可分的，幽默让人发笑，给人以舒适轻松之感，但是在笑声中常包含一个人的机智和高超的语言技巧。



幽默需要智慧，智慧者必善幽默，幽默和智慧是一对双胞胎儿。一个思维不机智的人，当然谈不上语言的幽默了。当机智在幽默中以其理性姿态出现时，则赋予了幽默智慧的内涵。于是，幽默无时无刻不折射出智慧之光，幽默似乎成了智慧的另一种表现形式。

有一次，世界著名剧作家莎士比亚在某剧中扮演一个国王。在演出快结束时，英国女王伊丽莎白突然从台侧走上了舞台，在接受观众礼节性祝贺后，她温文尔雅地走向莎士比亚，想向其致礼。

但是此刻已经完全投入了角色的莎士比亚并没有感觉到女王向他走来。女王见状，又步入台侧，并且有意用眼神向莎士比亚示意，而莎士比亚依旧全神贯注于角色，仍没有注意到女王的眼神。于是女王趁莎士比亚下场之际，再次走到他面前，并且有意把手套丢掉一只，然后，姗姗沿舞台而下。

机灵的莎士比亚这时才猛地意识过来，因为他刚念完台词，于是便自然地拾起手套，面对观众说道：“纵然朕有重要任务即刻离去，还将亲自为皇妹捡起手套。”这一舞台道白与刚才的形体动作浑然天成，立刻便成了刚才这台戏的一部分。女王也立刻喜形于色，连声称赞。

莎士比亚也曾经说过：“幽默和风趣是智慧的闪现。”在上面的小故事中，莎士比亚融情于景，能够用幽默的方式自圆其说，让本已尴尬的场合转瞬变得温馨自然起来。或许这原本只是随便的一句话，却被他说成了充满溢美之意的奉承话，他真不愧是一位有着大智慧的剧作家和演员。可见，幽默可以使人们在失利的情况下减少损失，在危急时刻出现转机，在万般无奈时柳暗花明……

当然，幽默也并非一味荒唐，既没有道学气味，也没有小丑气味。