

掌握语言艺术 成就非凡人生

舌尖上的智慧

会说话赢天下

文琳 / 编著



片语可以兴邦，一言可以辱国。三寸之舌胜于百万之师。

说话是一个人学识、气质、修养、智慧的体现。掌握说话艺术的精髓，让你在人际交往中游刃有余，让你成为最受欢迎的人。



著名的美国成功学大师戴尔·卡耐基曾说：“当今社会，一个人的成功，仅仅有15%取决于技术知识，而其余的85%则取决于口才艺术。”拥有好口才，已经成为现代人成功的必备条件之一。

中国三峡出版社

舌尖上的智慧

会说话赢天下

文 琳 / 编著

片语可以兴邦，一言可以辱国。三寸之舌胜于百万之师。

说话是一个人学识、气质、修养、智慧的体现。掌握说话艺术的精髓，让你在人际交往中游刃有余，让你成为最受欢迎的人。

中国三峡出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

舌尖上的智慧：会说话赢天下 / 文琳编著. — 北京：中国三峡出版社，2012. 12

ISBN 978 - 7 - 80223 - 848 - 0

I. ①舌… II. ①文… III. ①口才学—通俗读物
IV. ①H019 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 002853 号

中国三峡出版社出版发行

(北京市西城区西廊下胡同 51 号 100034)

电话：(010) 66112758 66116828

<http://www.zgsxcbs.cn>

E-mail: sanxiaz@sina.com

香河县宏润印刷有限公司印刷 新华书店经销

2013 年 2 月第 1 版 2013 年 2 月第 1 次印刷

开本：710 × 1000 毫米 1/16 印张：16.5 字数：258 千字

ISBN 978 - 7 - 80223 - 848 - 0 定价：29.80 元

前 言

有一位国外名人曾说：“眼睛可以容纳一个美丽的世界，而舌头则能描绘一个精彩的世界”。由此可见舌尖智慧的法宝作用。会说话的人，左右逢源，如鱼得水；不会说话的人，处处受限，寸步难行。

古代有这样一句话：“一言之辩，重于九鼎之宝；三寸之舌，强于百万之师。”我国历史上涌现过许多口才出众的人物：施展合纵连横之术的苏秦、张仪，以敏捷的思维、雄辩的口才出使楚国而闻名的齐国重臣晏子，以及舌战群儒的诸葛亮、铁齿铜牙纪晓岚等等，他们或吐纳珠玉之声，卷舒风云之色；或羽扇纶巾，谈笑间逢凶化吉。

现代社会，各个行业和领域，小到个人对话交流，大到商务谈判乃至国家民族形象的塑造，无不体现舌尖的智慧。俗话说“一句话说得人笑，一句话说得人跳。”要想成为一个会说话的人，就要在恰当的时机，对恰当的人，说出恰当的话。要想真正达到这一境界，并非是一件易事。

古代有一位国王，一天晚上做了一个梦，梦见自己满嘴的牙都掉了。于是，他就找了两位解梦的人。

国王问他们：“为什么我会梦见自己满口的牙全掉了呢？”

第一个解梦的人就说：“国王，梦的意思是，在你所有的亲属都死去以后，你才能死。”国王一听，龙颜大怒，杖打了他一百大棍。

第二个解梦人说：“至高无上的国王，梦的意思是，您将是您所有亲属当中最长寿的一位呀！”国王听了很高兴，便拿出了一百枚金币，赏给了第二位解梦的人。

同样的答案，为什么一个会挨打，另一个却受到嘉奖呢？正是因为挨打的人不会说话，而受奖的人懂得如何说话。

法国大作家雨果说过：“语言就是力量。”一个人是否有好口才，是否会说话，他的成就与境遇必定与之有关。有些人羞怯拘谨、笨嘴笨舌，总会陷入交际尴尬中；有些人知识渊博，可是因为缺乏“舌尖上的功夫”而不受欢迎；有些人工作上表现得很出色，可一讲话就语无伦次，从而失去了很多晋升的机会。因此，好的口才能助你一臂之力，在关键时刻甚至能起到决定性的作用。

人生在世，任何人都无法生活在一个孤立的空间里，无论我们将怎样度过漫漫人生，选择什么样的生活方式，实现什么样的目标，都无可避免地要与他人交往、沟通和相处。要想成为社交中的主角，工作与事业上的胜利者，就要在与他人交谈时让对方感觉到“春风拂面”，而非“语言无味，面目可憎”。

《舌尖上的智慧——会说话赢天下》一书，将为你揭示如何说话的全部智慧，只要我们遵循书中简单、有效的原则，不断领悟与实践，就可以成为世界上最会说话的人，从而在人脉、财路和官运方面事事亨通，路路顺畅！

目 录

第一章 坏事一张嘴，成事一条舌 1

一个人的语言表达能力可以代表一个人做事的力量，有越来越多的人因会说话而成功，有越来越多的人靠嘴巴吃饭，也有越来越多的人因为会说话而创造出巨大的财富。会说话可以改变一个人的命运，因此它对每个人都很重要。一个人无论处在什么环境中，都不可避免地要跟周围的人交往，语言则是人们进行交往的主要工具。会说话，说得使人佩服，能够提升一个人的地位，进而改变一个人的一生。

好口才才是人生的一种重要资本.....	1
会说话，代表着人的一种实力.....	3
会说话，成就一生的财富.....	5
三寸之舌，可以改变人的命运.....	7
会说话，是成功的有力法宝.....	9
话说得适宜，彰显个人魅力	12
一句话能把人说笑，也能把人说跳	14
会说话，人生的必修课	16
练就语言表达能力，赢得辉煌的人生	18

第二章 舌尖是攻心的智慧武器 21

说话是最直接、最常用的沟通手段。现代社会，人们对“会说话”的要求越来越高，一个人要想在人际交往中游刃有余，不仅要拥有洞



察人心的敏锐观察力，还要掌握撼动人心的说话攻心术。能“不战而屈人”，是攻心谋略的最高境界；能“不动而制人”，是口才艺术的完美体现。掌握口才攻心的艺术，言简意赅动人心，言辞有力震心扉，巧言善语胜劲骑，以口才攻心方能立于不败之地。

尊重别人，才能赢得别人的尊重	21
谈吐优雅，给人留下好印象	23
善于倾听，沉默是金	25
从对方角度出发，入耳入心	29
背后赞美，倍感真诚温暖	31
善于寻找话题，才能顺水推舟	33
多说对方得意之事，打开人心的金钥匙	35
恭维话要说到心坎里	38

第三章 会说话的舌头大有学问

只要是没有大的语言障碍的正常人，都能说话，但说话的学问却很有讲究，有人说出的话耐人寻味，让人感到舒服；有人说出的话却让人厌烦，听后很不自在。阿里巴巴集团主席和首席执行官马云说：“傻瓜用嘴说话，聪明人用脑说话，智慧人用心说话。”如果说话时不经过大脑思考，那是非常愚蠢的；聪明的人说话前必然会经过大脑的思考；说话时既经过大脑的思考，又发自内心，这才是会说话的最高层次，这种人是最有智慧的人。

战胜内心的胆怯，勇敢表达自己	41
学会自信，当众讲话不在话下	43
具备坚强的决心，肚子有货倒得出	45
语言的精髓，在精而不在多	47
恰当用字，成功就像电光火石相撞	50
言为心声，腹有诗书气自华	52
言多必失，沉默更富有内涵	55
会交流，说话是社交的窗口	57



第四章 练就一副铁嘴铜舌 59

良好的谈吐可以助一个人成就一番事业，蹩脚的谈吐可以令一个人万劫不复。在我们的日常生活中，有些人口若悬河、滔滔不绝；有些人期期艾艾、不知所云；有些人谈吐隽永、满座生风；有些人语言干瘪、意兴阑珊；有些人唇枪舌剑、妙语连珠；有些人反应迟钝、言不及义……人们的语言表达能力有强弱之分，说话的效果也是有很大差别的。

让人听得懂，方能听之入耳	60
通过讲故事，让他人产生共鸣	62
富有节奏感，语言更有魅力	65
话出口前不思，欲速则不达	66
灵活运用修辞，说出的话更有生命力	68
清水出芙蓉，天然去雕饰	71
声音是人的“第二张名片”	72
肢体语言，无声胜有声	74
巧言妙语，更具“杀伤力”	76

第五章 千里之行始于“舌尖” 79

在交往中，要拥有礼貌、谦逊的风度。趾高气扬，用清高的口吻议论别人，用斜视的目光轻瞄别人，都会在别人的头脑中留下你轻薄的印象，使别人难以接受。在我们说话之前，都应该换位思考，多花一些时间，设身处地地为他人着想，以尊重别人为前提，就不会因为一句话而惹人不高兴了。

礼貌语言，神奇的语言	79
微笑，是张功能齐全的通行证	82
好的开场白，是成功的一半	86
通过寒暄，给对方留下好的第一印象	89
自我介绍，言语要简洁	91
找对话题，才能敞开心灵的大门	93





顾及对方反应，多为他人着想	94
感人心者，莫先乎情	97
耐心是成功交流的重要前提	99
精巧的结尾，划上完美的句号	100

第六章 会说话的舌头机智幽默..... 103

幽默是智慧，是情感和灵感的结晶，能直接映衬出一个人的素质和修养。幽默能表事理于机智，寓深刻于轻松。机智幽默的语言宛如春风拂面，在呵呵一笑中能解除对方的戒备心理，打消对方的拘谨感。幽默的语言像是在清汤之中洒下几粒盐，让相互的交流和沟通不再那么淡而无味。

随机应变，借幽默化险为夷	103
转移话题，扭转被动局面	105
巧找借口，幽默是最好的台阶	107
巧用幽默，化解怒气	109
适度地自嘲，化解尴尬	111
幽默、委婉的拒绝，更让人乐于接受	113
风趣幽默，是生活的调味剂	115
亦庄亦谐，才讨人喜欢	117
用幽默营造友好氛围，缩短心理距离	118
随机应变，闪现智慧的光芒	120
设置悬念，把对方的胃口吊起来	122
言在此而意在彼，回味无穷	124

第七章 说话有分寸，才不会咬到舌..... 127

俗话说：“逢人只说三分话，留下七分自己赏。”有些人也许认为大丈夫光明磊落，事无不可对人言，何必只说三分话呢？老于世故的人的确只说三分话，时刻都会为自己留条后路。你一定认为他们是狡猾的，是不诚实的。其实，这是最机智的做法。只有把握好说话的分



寸，才算掌握了正确说话的钥匙，才能把话说到人的心坎儿上，达到“一语惊起千层浪”的效果！

说话有分寸，把话说到心坎里·····	127
了解对方心理，只说该说的话·····	129
恰如其分的赞美，才能博得对方好感·····	131
心直口快，失人又失言·····	132
勿戳他人痛处，勿踩他人“雷区”·····	134
敢于道歉，才是高明的补漏剂·····	136
巧妙拒绝，说“不”时就坚定·····	138
及时拒绝，免得悔不当初·····	139
委婉的暗示，让人知难而退·····	142
批评他人，要以理服人·····	143
绵里藏针，化被动为主动·····	146
幽默不能带有恶意讽刺的意味·····	148
幽默要有度，玩笑不过度·····	149

第八章 三寸不烂之舌，说服立竿见影 ····· 151

说服，并不是要对方俯首称臣、完全按照自己的意思去做的强硬做法，而是要尊重对方，让对方理解，得到对方赞同，从而产生与你相同的看法。一个人要想说服别人，并且让自己说出的话引起对方的重视或取得对方的认可，必须根据说话的对象把握好说话的分寸，只有这样，才能够真正地打动人心。

说服并不等同于争执·····	151
说服对方，要按方抓药·····	153
形象生动，最具说服力·····	156
晓之以理，动之以情·····	158
以退为进，出奇制胜·····	160
循循善诱，说服更有效·····	162
循序渐进，达成预期目标·····	163
消除疑虑，说话更有力·····	165





真诚打动人心，才能征服别人·····	167
正话反说，意思不言自明·····	169
了解对方，才能对症下药·····	170
即使是忠言，也要顺耳才中听·····	172
以其人之道，还治其人之身·····	174
拨动心弦，才能使对方幡然醒悟·····	177
针锋相对，以威制威·····	178

第九章 说话有心机，舌头不惹祸 ····· 181

英国人波普说：“话犹如树叶，在树叶太茂盛的地方，很难见到智慧的果实。”言不在多，达意则灵。生活中有许多做人的忌讳和说话的玄机。“大耳朵和短舌头是一个人最好的外貌。”这是一句智慧的箴言。需要我们牢记的是：为人不要一味地自以为是、自作聪明、心直口快、不知深浅，因为言语割出的伤口可能是一辈子都无法治愈的。

给舌头拴上缰绳·····	181
言不在多，达意则灵·····	183
会说话的人，把话说到点子上·····	185
逢人只说三分话，给人给己留后路·····	186
换位思考，将心比心·····	188
放低姿态，敏于事而慎于言·····	191
话说多少不重要，关键要恰当中肯·····	193
学会打圆场，替人解围·····	195
说话把握时机，一句可顶一万句·····	197
说话要慎言，用心才能说好话·····	199
找到恰当的切入点，交流更顺畅·····	201
留心对方禁忌，以免伤到别人·····	202

第十章 会说话的人，舌锋要分场合····· 205

不看场合，随心所欲，信口开河，想到什么说什么，这是一个人



不会说话的拙劣表现。面对着不同的人，不同的事，从不同的目的出发，就应该说不同的话，用不同的方式表达。说话注意场合是要求我们注意说话时所处的时间和地点以及周围的环境，不要违背和超越环境对自己的限制。只有在面对不同的环境时随机应变，才能取得最佳的表达效果。

与陌生人交流，打开紧闭的心扉·····	205
到什么场合，说什么话·····	207
学会推功揽过，才能明哲保身·····	209
察言观色，把握好尺度·····	212
投其所好，拉近彼此距离·····	214
向领导进言，忠言也可顺耳·····	218
在领导面前说话，要保持谦虚态度·····	219
通过赞美，激发他人的高尚动机·····	221
平等与下属交流，才能受尊重和拥戴·····	223
朋友之间求同存异，才能友谊长存·····	225
知己知彼，百战不殆·····	227
扮好酒桌上的角色，说话不可小视·····	229

第十一章 舌尖抹蜜，逢人说漂亮话····· 233

话不在多，而在于贴切与恰当，要因人而异。比如，有的人喜欢婉转，你就应该对他说温和而含蓄的话；有的人喜欢率直，你就应该对他说直爽的话；有的崇尚学问，你就应该对他说高深的话；有的喜欢谈琐事，你就应该对他说贴切的话。说话方式能与对方的个性相符，自然一拍而合。这样说话也更能受人欢迎，在生活和工作中才能如鱼得水。

因人而异，才能找到共同语言·····	233
寒暄要讲究分寸，适可而止·····	235
学会给领导补台，顾及领导面子·····	237
跟下属交谈，不要吝啬自己的赞美·····	239
对同事，说话不能伤面子·····	242





舌尖上的智慧——会说话赢天下

宽容的爱情，历久弥新·····	244
爱情语言有技巧，才能碰撞出爱的火花·····	245
适宜幽默，让家庭充满欢声笑语·····	247
安慰别人，要把握好语言的轻重·····	249
打动顾客，是成功经营者的法则·····	250



第一章 坏事一张嘴，成事一条舌

口才指的是人驾驭语言能力，在人类文明发展历程中，在日常生活中，这种能力起着重要的作用。口才的好坏可能会影响到一个人一生的成败。

常言道：“一言以兴邦，一言以丧邦。”成功者可能会对自己作这样的总结：全凭自己的能说会道；而失败者则往往把自己的失败归纳为：都怨自己的这张嘴。会说话的人，可以准确无误地表达自己的想法，并且让人乐于接受，这样的人在社会上往往左右逢源、游刃有余。但是，也有一些人由于口才欠佳，或者没有掌握语言交流的技巧，或者不懂得语言交流的原则，经常有意无意地闯入误区，不但不能很好地表达自己的想法，甚至常常引起别人的误解，给自己的社会交往带来阻碍。

孔子在《论语》中说：“君子欲讷于言而敏于行。”意思就是说：君子要尽力使自己做到说话谨慎，做事行动敏捷。说话是一门高深的学问，成功的人生必须从“说话”这门功课开始修炼。掌握说话这门艺术，就能很好地驾驭自己的舌头，进而成就自己美好的人生。

好口才是人生的一种重要资本

著名的美国成功学大师戴尔·卡耐基曾说：“当今社会，一个人的成功，仅仅有15%取决于技术知识，而其余的85%则取决于口才艺术。”拥有



好口才，已经成为现代人成功的必备条件之一。

有一位哲人这样说：“世间有一种能力可以使人很快完成伟业并获得世人的认可，那就是令人喜悦的语言能力。”语言是人们每天生活中都要用到的，它贯穿着人的一生，是每个人赖以生存的基本工具。而好口才不仅是人们日常社会交往中所要具备的一种能力，也是人们在事业上取得成功的一个举足轻重的先决条件。在人际交往日益密切的现代信息社会，一个人想要获得成功，的确需要掌握很多种技能，“嘴皮子”功夫就是其中的一项重要重要技能。

世界上没有任何一个正常人不需要讲话、不需要交流，也没有任何一种工作不需要和别人打交道，而人与人之间交流思想、沟通感情，最直接、最方便的途径就是使用语言。语表人意，言为心声。语言是有效的沟通工具，是人类表达思想的载体，是人类不可或缺的成功智慧。在生活中，出色的语言交流是人们维系亲情、建立友情、追求爱情最直接的方式；在事业上，好口才是人们维护各种利益关系，扩大交际领域，提升工作能力和办事效率的重要才能；在个人成长中，出色的语言表达能力又是人们获取知识、增加个人魅力、不断提升自我的有效手段。

好口才是人生的一种重要资本，一个人事业的成功离不开好的口才，而在生活中，不当的言谈则可能导致家庭不和睦。在社会上，一个人的谈吐如何，往往决定了别人是否愿意聘用他，是否愿意与之交往，是否愿意投之以信任或是否愿意与之合作。

当今社会是一个充满竞争与合作的信息化社会，说话不仅是人们日常生活之必需，也是直接影响个人事业成败的重要因素。生意场上有“金口玉言，利益攸关”之说，工作场合有“一言定乾坤”之说。生活中有“一言既出，驷马难追”之说，可见，在现代社会中，是否能说，是否会说，的确影响着一个人的成败得失。

列宁曾经指出：“一个鼓动家就是一个善于对群众讲话，善于用自己的热情之火激发群众，善于抓住说明问题的事实的人民演说家。”好的口才可以使你获得别人的帮助，受到他人的赞赏。有这么一句俗语：“一句话使人跳，一句话使人笑。”这是前人对口才重要性的感悟。在中国的历史上，善辩之士有许多：晏子使楚，名扬千秋；苏秦善辩，穿梭六国；解缙巧对，



传为美谈等等。

张仪是春秋战国时期的一位出色的游说家。据传，他初到楚国当说客时，一天，碰巧相国家丢失了玉璧，主人一口咬定他是窃贼，将其严刑拷打后逐出府门。回家后，妻子叹着气说：“你若不读书、不游说，怎么会遭到这样的奇耻大辱呢？”谁知张仪并无愠怒之色，反而问道：“我的舌头还在吗？”他的妻子说：“还在。”张仪说：“够了。”因为他懂得，只要自己的舌头还在，自己就有希望。后来，他终于凭借自己的三寸不烂之舌扶摇直上，当上了“一人之下，万人之上”的相国。

好口才更是一种取之不尽、用之不竭的财富。当今世界，良好的语言表达能力已经成为人们必备的素质之一。口才不仅仅是一门学问，它还是我们赢得事业成功和生活幸福的重要资本。好口才会给我们带来意想不到的运气和财气，所以，拥有好口才，能使难成之事圆满成功，在危急关头化险为夷；拥有好口才，就能在社会交往中游刃有余，轻松地说服他人，赢得宝贵的与他人合作的机会；拥有好口才，就能在商战中左右逢源，永远抢占先机；拥有好口才，能使人们充分地展示出自己的风采，处处受到他人的欢迎和关爱，得到他人永久的支持；拥有好口才，能使一个人的事业一帆风顺、锦上添花，在人生的旅途上大踏步前进。

会说话，代表着人的一种实力

作为一个人，从咿呀学语到能够进行正常的语言交流，随着年龄的增长，语言的能力也在不断地提升。可实际上，芸芸众生中，有的人说出的话让人听了受用，容易让人接受，而同样的意思从另外一些人的嘴里说出来，总让人听着不舒服，这就是会说话和不会说话的区别。

有人曾说过这样一句话：“是人才不一定会说话，但是会说话的人必定是人才。”在如今竞争激烈的职场中，如果一个人拥有会说话的能力，通常就能收到事半功倍的效果，获得意想不到的成功。社会的日益发展，经济生活的逐步提高，生活节奏的加快，人与人之间的交流也日益频繁，有时，





不当的语言表达会让一个人失去商机、失去朋友、失去各种展现自我的机会，也许就在这一瞬间改变了自己一生的命运。

能言善辩的能力，是每位人才都应具备的素质之一。对于那些身在职场中的人来讲，要想提高自己的语言能力，就要重视自己内在的修养，这样才不会成为无源之水，无本之木。

在很多人看来，“会说话”指的是语言的表达能力。其实，这仅仅是一种片面性的理解。真正的“会说话”，指的是一种语言的表现艺术，语言表达能力仅仅是其中比较重要的一部分。这种语言的表现艺术还应包括衣着、谈吐、举止等外在内容。

就举止而言，举止是依靠动作来传达的。人们对于他人的第一印象，通常并不是通过对方的语言而是通过对方的动作来获得的。与一个举止大方、优雅的人进行交谈，会使人感到一种享受，在心底产生一种愿意与之亲近的感觉，谈话双方的距离会在不知不觉中缩短。与此相反的是，如果是和一个大大咧咧或者扭扭捏捏的人进行交谈，那么在无形中就会加重彼此之间的顾虑，拉大双方的距离。所以，非语言因素对语言能力的发挥也有着相当重要的影响。

会说话，代表着一种实力。中国历史上著名的文学理论家刘勰说：“一人之辩，重于九鼎之宝；三寸之舌，强于百万之师。”在军事战争中，双方力量的强弱当然是不可忽视的条件，但在很多情况下，并非强大的一方就能取胜。善于用兵的将帅，兵不血刃就能取胜，孙子把这种行为称为“谋攻”，即所谓“上兵伐谋”。有一个春秋战国时代的典故叫“烛之武退秦师”，讲的是秦晋联军要攻打郑国，郑国的文臣武将均一筹莫展，武将不敢出征，文臣没有计谋，最后郑王不得不请烛之武老将亲自出马，去秦国一趟。烛之武受命于危难之时，到了秦军那里，找到了秦军的统帅，他对秦军统帅晓之以理，动之以情，情真意切，痛陈唇亡齿寒的利和弊，最后终于说服了秦国统帅，让其下令立刻撤军不再攻打郑国，并且留下了两员大将，协助保卫郑国。晋国一看无可奈何，只好撤军。如此不费一兵一卒，一个烛之武就能把强大的秦军说退了。

当今社会，更需要我们善于通过语言来交流和融通。在这个人才辈出的时代，才华横溢的人层出不穷，到处都充满着激烈的竞争和挑战，要想

