

享用一生的口才宝鉴，成就事业的智慧锦囊

说话， 你不能不小心

SHUOHUA
NI BUNENG BU XIAOXIN

陈泰先◎编著

祸常从口出，看似无心的话，但却伤人心脾。
福常从口来，看似片言只语，却能拯救心灵。

话说得妙，能赢得尊重，赢得喝彩，赢得人脉；话说漏了，得罪他人，伤了自己，
影响团结；话说差了，伤人自尊，遭人白眼，还受人轻视。

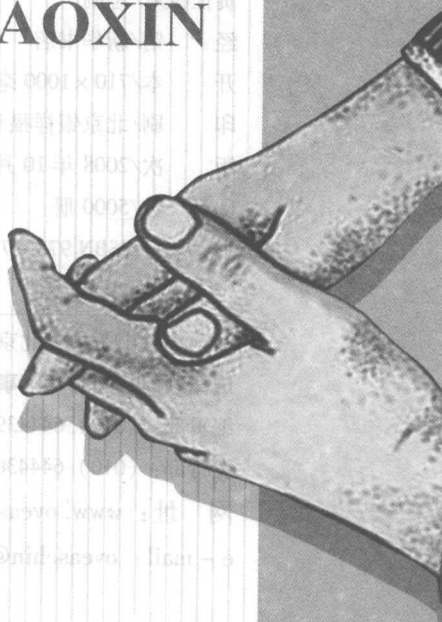
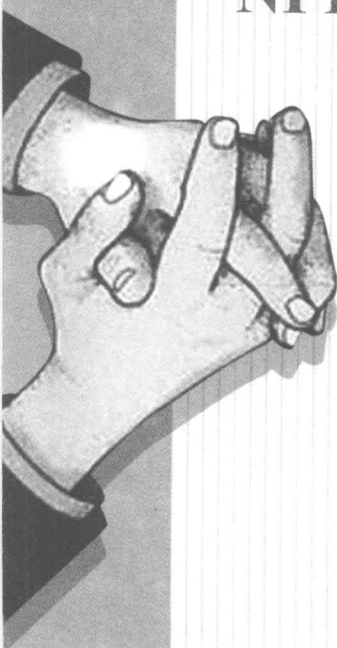
中国华侨出版社

说话， 你不能不小心

享用一生的口才宝鉴，成就事业的智慧锦囊

SHUOHUA
NI BUNENG BU XIAOXIN

陈泰先◎编著



中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

说话, 你不能不小心/陈泰先编著. —北京: 中国华侨出版社, 2008. 4

ISBN 978 - 7 - 80222 - 597 - 8

I. 说… II. 陈… III. 语言艺术—通俗读物 IV. H019 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 052014 号

●说话, 你不能不小心

编 著/陈泰先

责任编辑/吝雨

装帧设计/阿正

责任校对/志刚

经 销/新华书店

开 本/710 × 1000 毫米 1/16 印张 18 字数 251 千字

印 刷/北京银祥福利印刷厂

版 次/2008 年 10 月第 1 版 2008 年 10 月第 1 次印刷

印 数/5000 册

书 号/ISBN 978 - 7 - 80222 - 597 - 8/G · 460

定 价/29.80 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 3 号楼 305 室 邮编 100029

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443979 64443056

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网 址: www.oveaschin.com

e - mail: oveaschin@sina.com

前言

人们常感叹，得到一个朋友需要很长时间，但要得罪一个朋友则只需要一句话的工夫，由此可见语言的力量。正所谓“言语伤人，胜于刀枪；刀伤易愈，舌伤难愈”。

我们从小就知道“走路要小心，才不会摔跤”“过马路要小心，以免被车撞”“与人交往要小心，以防被人骗”……但却忽视了一个很重要的方面，那就是说话也要小心。这个问题就连教导过我们的父母亲、学校老师也未必能概括性地解释清楚。古人说：“舌为利害本，嘴为祸福门。”其意就是提醒人们：一个人的荣辱成败，在很多时候就取决于他的说话水平。如果说话不小心，张口即来，毫不考虑后果，那么社会就没有秩序可言了。

著名的古希腊寓言家伊索，在年轻的时候给贵族当过奴隶。一次，他的主人设宴请客，客人都是当时希腊有名的哲学家。主人命令伊索备办酒肴，要他做最好的菜来招待客人。于是，伊索专门收集各种动物的舌头，准备了一席“舌头宴”。

开席时，主人大吃一惊：“这是怎么回事？”

伊索回答说：“您吩咐我为这些尊贵的客人办最好的菜，舌头是引领各种学问的关键，对于这些哲学家来说，舌头不是最好的菜吗？”

客人都被伊索说得频频点头，哈哈大笑起来。主人又吩咐：“那明天我要办一次宴席，菜要最坏的。”

到第二天开席上菜的时候，依然全是舌头。主人责问伊索。伊索镇定地回答说：“难道一切坏事不是从口出的吗？舌头既是最好的，也是最坏的东西啊！”

主人默然。

这就是著名的《舌头宴》的故事。好话可以利己利人，坏话则害己害人。那么，什么是好话，什么是坏话呢？去问问“小心”二字就行了。

我们所说的“说话小心”并不是要你像播音员那样字正腔圆地去说，甚至都不要求你说的全都是真理，而是要求你在说话中需要避免忌讳，需要掌握技巧。

《说话，你不能不小心》集前人经验之大成，从你平常生活中与别人交往的各个细节、说话的多个方面介绍说话需要注意的地方。其实用性和有效性是足以意会和言传的。

说话，你不能不小心，好的话语是你生活的调味剂，是你事业的推进器，是你家庭的和谐曲，也是你实现自我的凯奏歌。

会说话、说好话之人，一定能结友如云，舌绽春蕾，化险为夷，赢遍天下。

第一章 言为心声，不要口不择言

常言道：“直言贾祸。”又道：“三寸舌害六尺身。”其意就是劝导人们说话要“慎言”，不要“出口”太快，否则的话，什么时候被自己“不慎”的言语所害，没准儿自己还在云里雾里呢！

也许你以为言者无惧则世上无人可惧；也许你以为心直口快可显血气方刚；也许你以为掖不住话无伤大雅……也许到己没有也许时，你就该为你的“不慎”之语还债了！

1. 口不择言害处多 / 3
2. 话要经过大脑再出口 / 6
3. 闲谈不搬弄是非 / 8
4. 莫让他人感到相形见绌 / 11
5. “忌口”的话题不可多谈 / 13
6. 提问的艺术最考人，三思而后说 / 16
7. 直率不等于“痛”言无忌 / 18
8. 谈话前预设“安全警戒线” / 21
9. 玩笑开过火就没“笑”果 / 23
10. “道人之短”易伤人 / 26
11. 说话长“心眼”，不要哪壶不开提哪壶 / 30
12. 和上级开玩笑，要有七窍玲珑心 / 32
13. 保持语言弹性，不该说的不乱说 / 35
14. 直言“闯祸”后要会圆场 / 38

第二章 善意的语言最中听，说话要有亲和力

词典上对“亲和力”一词的解释是：“两种以上的物质结合成化合物时互相作用的力。”从人际关系上来讲，亲和力是一种爱的情感，只有发自肺腑地爱别人，才能真正地亲近对方，才能获得对方的认同、信任和喜欢。拥有较高的亲和力，才能拥有宽广的胸怀。

在与人交往中，一定要恰当地运用你的“亲和力”，它既可以让我们更大程度地获得友情，感受到人与人之间的关爱与温暖，又能为我们带来更多的人脉资源，让我们获得意想不到的良好机会与前途。

1. “亲和力”是赢取他人好感的重要手段 / 43
2. 恰当而得体的称呼，能为你的“亲和力”加分 / 46
3. 适当地暴露隐私，换取亲和力 / 49
4. 真诚，让不可能变为可能 / 51
5. 让他人在你的语言中感受到尊重 / 53
6. 说话态度要端正，赢取好感很简单 / 55
7. 真诚地安慰他人 / 58
8. 真情实意充盈话语中 / 60
9. 别让“客气”成“可气” / 62
10. 嫉妒乃说话大忌 / 64
11. 夫妻之间话真，情更真 / 66
12. 善用他人“同情心” / 69



第三章 说话要为对方留余地

无论做什么事都要留有余地，不能把事情做绝了。这是人们在长期实践中总结出来的经验。同样，说话也是如此，为了避免因说错的话或是所下的结论在日后让自己后悔，我们说话时都应该留有回旋的空间。说话的另一种智慧是给自己留余地。

1. “弦外之音”要巧弹 / 75
2. 学会使用模糊语言 / 78
3. 以退为进好成事 / 80
4. 君子之辩不要过激 / 82
5. 逢人只说三分话 / 84
6. 回答问话要为自己留后路 / 86
7. 在适宜时机转移话题 / 88
8. 给你台阶一定要下 / 90
9. 模棱两可解决两难问题 / 92
10. 巧言妙语请老板加薪 / 94

第四章 说话滴水不漏，别让人钻空子

世间万象，人心万种，如果一个人在说话前欠缺周密的考虑，只顾自己把话说出来的痛快，而忽略了“听者”的感受，冷不丁哪句话得罪了谁，弄不好自己还蒙在鼓里呢。

说话，不能不小心，注意语言的严密性，把话说圆满，让别人没有空子可钻，那你就是成功的。

1. 说者无心，听者有意 / 99
2. 遣词用句要准确，避免产生歧义 / 101
3. 提高自己的“语商” / 104
4. 锤炼语言功夫，提高表达能力 / 108
5. 合乎逻辑是好口才的关键 / 111
6. 语言表达，把握好语气和语速 / 114
7. 提问有讲究，措词要准确清晰 / 117
8. 既要注重进攻，又要注重防御 / 120
9. 以子之矛，攻子之盾 / 123
10. 说话滴水不漏，论辩一针见血 / 125



第五章 话要精辟，言简意赅

在实际工作与生活中，我们讲的话是与思维同步的，说话之前没有经过加工总结，轻易地就将心里想的说出来，往往会让听众一头雾水。

因此，我们应将自己要讲的话，在脑海里提前进行总结，条分缕析，分清要点，根据不同的谈话对象进行针对性的再加工与基本的包装，力争做到言简意赅。

1. 沟通的语言要求——简单、明确 / 133
2. 言简是意赅的前提 / 135
3. 语言的真谛是朴实无华 / 137
4. 通俗的话能拉近距离 / 139
5. 说有价值的话 / 141
6. 话不多但要说到点子上 / 143
7. 能带来意外效果的黄金短句 / 146
8. 不要急于推销自己 / 149

第六章 实话有时伤人，委婉暗示很重要

做老实人、说老实话是我们做人应该遵循的原则。说实话的人往往给人一种心胸坦荡、胸无城府的感觉，他们比那些深藏不露、遮遮掩掩的人更令人有安全感，更容易博得对方的信任 and 好感。但过于强调说“实话”却会起到适得其反的作用。不分场合、不分时机说实话的人，最易得罪人，使自己陷入孤立状态。

1. 话语委婉，使人“如浴春风” / 153
2. 真话有时伤人心 / 155
3. 世界需要美丽的谎言 / 158
4. 善意的谎言胜过单纯的鼓励 / 160
5. 顾全面子，用“谎言”给人巧铺台阶 / 162
6. 委婉含蓄，不能把话说得太实太直 / 164
7. 多绕个弯子，就会少碰钉子 / 166
8. 含蓄表达更易成事 / 168
9. 说好“实话”的有效方式 / 170

第七章 多听少说，三缄其口

古希腊有一句民谚说：“聪明的人，借助经验说话；而更聪明的人，根据经验不说话。”而中国则流传着“言多必失”和“讷于言而敏于行”这样的俗语。

这些都是在提醒我们：说话的时候，要尽可能少说多听。少言是思想者的道德，少言才能多思。舌头超出思想，那超出的部分只能是废话。如果你珍惜自己的思想，那么在表达的时候也必定会慎用语言，力求说出的语言准确有力。在倾听中可以学到更多的经验。

1. 交流中一种重要的方式叫沉默 / 175
2. 爱叫的麻雀不长肉 / 177
3. 三缄其口好处多 / 179
4. 倾听是交谈中的重要组成部分 / 182
5. 懂得说话的人也能让别人痛快地说 / 184
6. 没有比倾听更好的恭维方法 / 187
7. 洗耳恭听 / 190
8. 沉默是金 / 192
9. 先弄清他在想什么 / 194
10. 此时无声胜有声 / 197
11. 在恰当的时机插话 / 199



第八章 学会赞美他人，而且要说得恰到好处

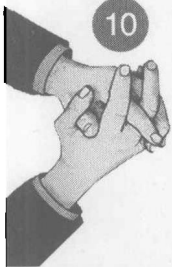
我们要学会时常赞美别人，因为赞美是一件很有益的事情。你可以在赞美别人的同时也得到心灵的愉悦。这就是“送人玫瑰，手有余香”。但是，并不是什么样的赞美都是合适的，好话也要讲究分寸。人们说赞美就像煲汤，火候是关键。既要把别人说得很高兴又要使帽子戴得很合适，这就要学会掌握赞美的尺度。

1. 赞美的分寸 / 203
2. 赞美别人必须准确定位 / 205
3. 赞美要赞到点子上，让人如饮甘霖 / 208
4. 赞美人要准，避免陈词滥调 / 210
5. 赞美不能忽视小细节 / 212
6. 寒里送暖耐人听，恶言相向惹人烦 / 214
7. 赞美要适当 / 216
8. 赞美异性要借他人之口 / 218
9. 赞美之词也需要“亮点” / 220
10. 根据形势赞美别人 / 222

第九章 批评也要注意分寸

语言不仅要用来夸奖人，很多时候还会用来批评人。批评人的时候同样是要讲究方式的，一个懂得语言艺术的人批评人时既要把批评的话说出来，又要被对方接受，这样才不失为一位懂得语言艺术的智者。

1. 把握批评的尺度 / 227
2. 巧妙批评，避开别人的弱点 / 229
3. 换位思考——从被批评者的角度出发去选择批评方式 / 231
4. 批评也要因人而异 / 233
5. 批评也要讲艺术 / 236
6. 批评不妨下场“及时雨” / 239
7. 转换方式，使批评更易于接受 / 241
8. 变直接批评为暗示 / 243
9. 保持适度宽容 / 244
10. 这样的批评要不得 / 246



第十章 拒绝要讲策略，切莫伤人心

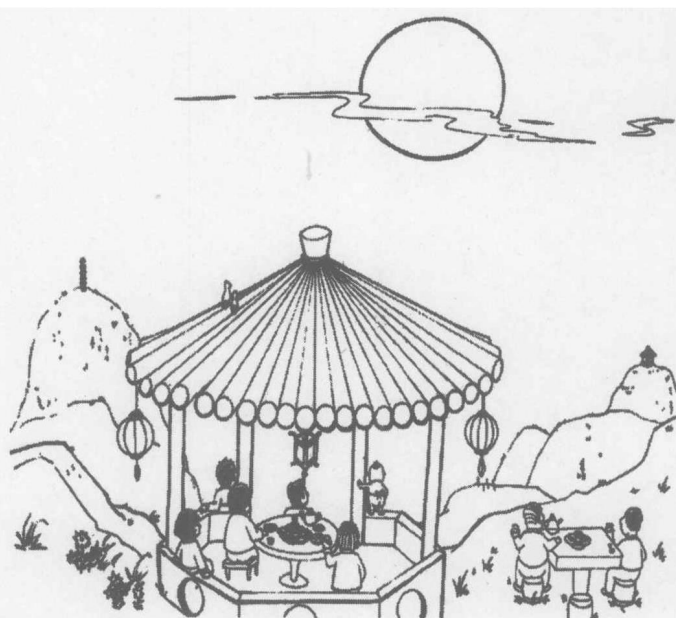
人生就是不断被说服，以寻求合作；反过来也可以说，人生也是不断地遭到拒绝和拒绝他人的过程。拒绝人也是要小心谨慎的，拒绝得法，对方便心甘情愿；拒绝不得法，一定会使人对你不满，甚至记恨你、仇视你。

拒绝时不要伤害对方的自尊心。拒绝对方，要给对方留一个退路，也就是给对方留面子，要能让他自己下梯子。有的拒绝，不能把话完全说死，要让对方明白，此次遭拒绝，下次尚有机会。

1. 拒绝他人：人生的必修课 / 253
2. 拒绝要原则坚定，方式灵活 / 256
3. “不”要怎么出口？绕！ / 259
4. 把“不”说成“脱口秀” / 261
5. 先肯定再拒绝 / 265
6. 不得不使的强硬手段 / 267
7. 逐客也要讲点“人情味” / 268
8. 不让领导伤心，也不让自己难过 / 270
9. 拒绝求爱要恰到好处 / 272

第一章

言为心声，不要口不择言



常言道：“直言贾祸。”又道：“三寸舌害六尺身。”其意就是劝导人们说话要“慎言”，不要“出口”太快，否则的话，什么时候被自己“不慎”的言语所害，没准儿自己还在云里雾里呢！

也许你以为言者无惧则世上无人可惧；也许你以为心直口快可显血气方刚；也许你以为掖不住话无伤大雅……也许到已没有也许时，你就该为你的“不慎”之语还债了！

