

走出不善言辞的孤独，
让我们一起和汪涵学说话



宋秋实◎编著

汪氏主持风格十大招， 招招搞笑！

第一招 😊 闪亮登场

第二招 😊 甜言巧语

第三招 😊 夸人不倦

第四招 😊 自我表扬

第五招 😊 把握主动

第六招 😊 太极对话

第七招 😊 发言急救

第八招 😊 把持原则

第九招 😊 恋爱之道

第十招 😊 说话风趣



详解策神汪涵说话之道
一本好玩实用的说话书



策神是怎样炼成的

跟汪涵学说话之道

- ◎ 黑夜给了我黑色的眼睛，我却要用它去戴博士伦。
- ◎ 神是有责任的，他们每天都要到他们的上司——玉皇大帝那去打卡签到。
- ◎ 都说婚姻是爱情的坟墓，但是要是没有了婚姻，爱情岂不是死无葬身之地了吗？
- ◎ 据我观察，长得帅的男人都说自己长得不帅，所以我也觉得我自己长得不帅。
- ◎ 我跟伍佰不熟，他弟第二百五跟我很熟。
- ◎ 人最怕的不是死亡，而是后悔。
- ◎ 人老的时候要有四老：老伴，老友，老窝，老底。
- ◎ 爱情不像喝啤酒，有一大桌人，爱情应该像喝咖啡，一个人在角落安静地品尝。
- ◎ 不管你是逐渐繁华，还是即将枯萎，此时此刻才是你的人生。
- ◎ 一个人时，善待自己；两个人时，善待对方。
- ◎ 世间有很多东西令我无趣，我便不会在意它们的发生和发展，我懂得人总要有为有所不为。
- ◎ 天气是老天爷给你的，它就是老天爷的表情。生活在老天爷的怀抱里，你就得学会欣赏老天爷的各种表情。
- ◎ 传说中的神也是要上班的，门神要守门，财神要管钱，河神管不发大水，雨神要布雨，所以我不当主持神，当主持人。
- ◎ 现在的女孩都很贤惠，闲在家里什么都不会的闲会。

汪涵
语录



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

跟汪涵学
说话之道
策神是怎样炼成的

宋秋实◎编著



图书在版编目(CIP)数据

跟汪涵学说话之道：策神是怎样炼成的 / 宋秋实编著.

— 北京：新世界出版社，2011.6

ISBN 978-7-5104-1823-5

I. ①跟… II. ①宋… III. ①语言艺术—通俗读物

IV. ①H019-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第084066号

跟汪涵学说话之道：策神是怎样炼成的

作 者：宋秋实

责任编辑：杨艳丽 王艳明

责任印制：李一鸣 黄厚清

出版发行：新世界出版社

社 址：北京市西城区百万庄大街24号(100037)

发行部：(010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总编室：(010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版权部：+86 10 6899 6306

版权部电子信箱：frank@nwp.com.cn

印刷：北京中印联印务有限公司

经销：新华书店

开本：880×1230 1/32

字数：160千字 **印张：**7.25

版次：2011年6月第1版 2011年6月第1次印刷

书号：ISBN 978-7-5104-1823-5

定价：29.80元

版权所有，侵权必究

凡购本社图书，如有缺页、倒页、脱页等印装错误，可随时退换。

客服电话：(010) 6899 8638



前言

90后听到他的名字，两眼放光：那个帅帅的大叔……

80后听到他的名字，手舞足蹈：策神！策神！Day day up！

70后听到他的名字，眉飞色舞：谁说过了30岁就不幽默、不fashion？

60后听到他的名字，故作深沉：这个人还有点味道！

……

他，就是幽默睿智、玉树临风、貌比张卫健、才比苏永康、亲切似倪萍、粉丝遍布全国乃至世界各地的主持人汪涵。

一次，美国某高中一名校花应邀参加汪涵主持的节目，在飞往中国的航班上，坐在校花身旁的中年华人医生听说姑娘要去见汪涵，兴奋地说：“我是涵迷，请一定转达我对他的喜爱！”这位医生还请校花节目中念他写给汪涵和节目组的赠言。美国姑娘还没见到汪涵，便先感受到了他的名气。

看汪涵与搭档主持的节目，男女老少都笑得前仰后合，很多时候会把他的节目找出来看第二遍、第三遍，也不觉得无趣——不得不说，汪涵最厉害的就是会说话。即使有其他主持

人站在台上，或者有大牌明星在身边，汪涵的光芒都无法被掩盖。

作为他的资深粉丝，在看了他的N期节目和N次采访之后，我自问：我们能像他一样能说会道吗？我们可以通过说话让自己的生活更快乐吗？为了回答这些问题，我给自己安排了一个研究课题——“策神是怎样炼成的”。

“策”是一件表面轻浅、实则内涵丰富的事。汪涵说：“我所理解的‘策’，应该是幽默的自嘲和善意的讽刺，而不是胡说乱说，没有根基、没有内容地说。”“策”中有乐，“策”中有智，“策”中更有生活历练出来的一份豁达。汪涵被称为“策神”，可见他说话的功力已经到了非总结不可的地步。

说到这里，很多人忍不住会问：说话还要学？是的，不信请你回答我：我们为什么要说话、交流、沟通？

某万年以前，猴子甲走在地上见到猴子乙，立刻惊叹：“哇，你也直着走呀！”猴子乙同叹：“我们都会直着走哦，好有趣！”它们手舞足蹈地发出唧唧喳喳的叫声，分享那份后腿直立的快乐。慢慢的，表意丰富的语言代替单调的叫声产生了。

需要声明的是，专家不用出来辟谣，这个想法是本人以美好的想象为基础掰出来的。不过，语言产生的真正原因，也不外乎如此吧。

社会越进步，我们越“聪明”，语言就越需要精益求精，但如今我们看到的是语言正在僵化，形成各种各样的套路，我

们用其来作报告、拍马屁、应付客户、忽悠老板、编造上班迟到的借口，等等，却忘记了语言的最初目的。你知道，生活中多少误解是因为沟通不畅产生的，如果你选择另外一种表达方式，结果就会大不相同。

这是一本说话书吗？这是一本笑话书吗？这是汪涵的粉丝搞的一本纪念册吗？都是，也都不是。这本书能给您的是策神在生活中流露出的点点滴滴“策”的精神和自由随意、快乐生活的态度。汪涵曾经说：“想过一种‘仙’的生活，那是我自己的时间，只要不妨碍别人，我怎么开心就怎么过，只要觉得舒服、快乐就可以了。”书里讲的说话之道，都很普通、很浅显，但是确实能使我们与他人交流更顺畅，同他人讲起话来更有趣味。

每个人的资质都不同，同样的灵鹫宫神功，虚竹练了功力大增，梅兰竹菊四剑练了却受伤昏晕。看过这本书后，您可能灵光乱迸，一下子成为策神汪涵那样的讲话高手；也可能只是哈哈大笑，学以致用却还需要时日，这都没有关系。虽然讲话能使生活快乐起来，可快乐本身并不是只有讲话才能带来的，不是吗？

感谢每一位阅读这本书的朋友，您在这本书中找到语言乐趣的同时，也了解了作为作者的我想要表达的心意，这对一个写书的人来说，是非常幸福的事情。最后套用策神常说的一句话对您说：“难恩达那嘎！”这是地道的湖南话——麻烦您了！

另外，特别在此啰唆一句：如果您没看过汪涵的节目，建议不要阅读本书——《跟汪涵学说话之道》，他最精彩的语言



目 录

第一招

闪亮登场

- 002◎光报名字不算自我介绍
- 007◎初次见面，“秒杀”一片
- 011◎公众场合，学会助兴
- 016◎真诚自然地幽一默
- 020◎个性语言让别人记住你
- 024◎为你的语言加点动作

第二招

甜言巧语

- 028◎让你的话变得有趣
- 033◎说话要会打比方
- 037◎夸大其辞，虚张声势
- 041◎利用谐音玩双关
- 044◎引用名言一点也不老土
- 048◎假装口误
- 051◎不失稳重地与美女套近乎

第三招

夸人不倦

056◎奉送一个随机的赞美

060◎说到别人的心坎里

064◎把朋友的名字挂在嘴边

068◎真诚地“拍马屁”

071◎自我贬抑方可全身而退

074◎明贬暗褒，用逆耳的话夸人

第四招

自我表扬

078◎如何赞美自己而不遭人鄙视

082◎夸别人的时候把自己捎上

085◎说话低调招人喜欢

089◎男人说话要大气

093◎甘当他人的绿叶

096◎自我表扬时切忌贬损他人

第五招

把握主动

100◎引起共鸣，沟通必胜

104◎沉重的话题，也可以谐趣地说

108◎把丢过来的话扔回去

111◎过滤没营养的对白

114◎我们喜欢言简意赅

117◎说出去的话还得兜回来

第六招

太极对话

122◎在隐私上要赖也无妨

125◎多种拒绝回答的方法

129◎含糊其辞，避开正面回答

132◎被挑衅时，乾坤大挪移

136◎愉快地结束冗长谈话

140◎学一学指桑骂槐

第七招

发言急救

144◎ 矛盾来袭，调侃之词四两拨千斤

147◎ 冷场了，再炒热就好

151◎ 帮别人解围，量力而为

155◎ 随机应变，把话说圆

158◎ 在“官方场合”加入“私情”

163◎ 他人设梗，不妨顺着话茬往下接

166◎ 避重就轻，躲开尴尬的问题

第八招

把持原则

170◎ 可以搞笑，不能搞伤自尊

174◎ 该发火时还得发火

178◎ 言行并重，树立威信

181◎ “烫嘴”的话题说不得

184◎ 你敢不敢有综艺精神

第九招

恋爱之道

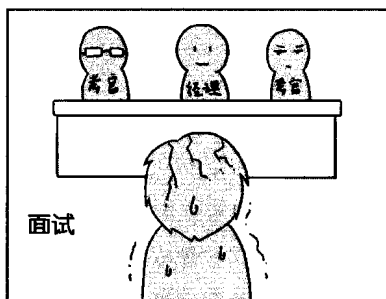
188◎ 找到共同话题，才有的说

192◎ 转个弯表达爱意，能让对方更窝心

195◎ 让你的声音更性感

200◎ 大声说出“我爱你”

2 话筒 光报名字不算自我介绍



甜饼和炒面认识两年了，炒面的不善言辞让甜饼颇为无奈。

当年甜饼与炒面初识是在面试场上。炒面专业知识扎实，以迅雷不及掩耳之势答完了试卷并进入面试。只见笔试时洋洋洒洒填满整张试卷的才子，面对一溜儿西装笔挺的面试官立马石化了。

“各位考官好，我叫炒面……嗯……我今年25岁……我是天津人……我……呃，我毕业于……”

同场面试的甜饼觉得，这个男生真丢脸啊。还好这家公司不是凭口才录取员工，炒面得以过关。

不过面试这件事成了炒面永远的痛，因为甜饼记性实在太好，时不时就拿来说一说。

“人家说成功的自我介绍，就是让别人能记住你，这点炒面你绝对是做到了，咱们那场五个人，只有你支支吾吾、结结巴巴，最后成功地让面试官‘眼前一亮’。”

“好啦，收声吧，这个对我来说真的很难。好在不是天天要跟别人做自我介绍。”

“怎么可能！我们每天都要认识不同的人，做一个出色的自我介绍让别人记住你很重要！”甜饼是个热血女朋友，立刻搜索出偶像汪涵的一段自我介绍的视频给炒面观摩。

话说公元1998年5月的一个周五，一个年轻人又蹦又跳地高唱着《热情的沙漠》蹦上了《真情对对碰》节目的舞台。小伙儿英姿飒爽，歌声嘹亮（那其实是对口形的），名副其实的先声夺人——这位青年，就是第一次以主持人身份站在舞台上的汪涵。

“大家好，我就是英俊潇洒、风流倜傥、无与伦比、天下第一、武功盖世、玉树临风的著名节目主持人吕念祖和仇晓的搭

档——汪涵。”当时台下的观众就觉得：哗——！好闪亮！好闪亮——！

甜饼不断地按重复键给炒面看汪涵出场时的画面（其实主要是为了听汪涵唱歌），一边往嘴里填薯片，一边对炒面谆谆教诲：

“看到没，这才是成功的自我介绍，让别人听过后就忘不掉！”

炒面忒委屈：“汪涵是大名鼎鼎的‘策神’，他那长长的句子要我一口气念下来，还不累到断气？”

甜饼生气地用靠垫丢他：“榆木脑袋！人家是主持人，才会说这么夸张啦，你要在生活里这样自我介绍会被人笑死的。”

确实，汪涵当时是在娱乐节目上向所有观众介绍自己，所以他选择了一种夸张、搞怪的方式，充满娱乐意味，这是一个经过精心设计的成功的自我介绍。我们普通人做自我介绍时，也可以根据自身条件进行设计，别再只是简单地报出自己的姓名“我姓×，叫××”，自以为介绍已经完成，然而这样的介绍肯定算不上成功的自我介绍，也许只过了三五分钟，别人就已经把你的姓名忘得一干二净了。

一个人的姓名往往存有丰富的文化积淀，或反映时代的乐章，或寄寓双亲对子女的殷切期望。因此，自我介绍时在个人名字上做文章能令人对你印象深刻，有时也会令人动情。

1. 利用名人式

在新生见面会上，代玉自我介绍说：“大家都很熟悉《红楼梦》里多愁善感的林黛玉吧，那么就请记住我，我叫代玉。”

再如王琳霞：“我叫王琳霞，和世界冠军王军霞只差一个字，所以，每次王军霞获得世界冠军时，我也十分激动。”

利用和名人的名字相近的方式来介绍自己的名字，关键是要选大家都知道的名人，否则难以收到较好的效果。

2. 自嘲式

如刘美丽介绍自己时说：“不知道父母为何给我取美丽这个名字。我没有标准的身高，也没有苗条的身材，更没有漂亮的脸蛋，这大概是父母希望我就算外表不美丽，也不要放弃对美丽的追求吧。”

3. 自夸式

如李小华：“我叫李小华，木子李，大小的小，中华的华。都是几个简单的字，就如我本人，简简单单、快快乐乐。但简单不等于没有追求，相反，我是一个有理想并很执著的人，在追求的路上我很快乐。”

4. 联想式

如一个同学叫萧信飞，他便这样做自我介绍：“我姓萧，叫萧信飞。萧何的萧，韩信的信，岳飞的飞。”绝大多数人对“萧何月下追韩信”的典故和民族英雄岳飞都很熟悉，这样一来，大家对这位同学的名字当然就印象深刻了。

5. 姓名来源式

如陈子健：“我还未出生，我父亲就早早地想好我的名字了。因为他很喜欢这样一句古语‘天行健，君子以自强不息’，于是毫不犹豫地给我取了这个名字，希望我像君子一样自强不息。”

6. 望文生义式

与其他方法相比，望文生义法有更大的自由发挥余地，例如下面的几例：

夏琼——夏天的海南，风光无限；

杨帆——一帆风顺，扬帆远航；

皓波——银色的月光照在水波上；

秀惠——秀外慧中，并非徒有其表。

7. 释词式

即从姓名本身进行解释。如朱红：“朱是红色的意思，红也是红色的意思，合起来还是红色。红色总给人热情、上进、富有生命力的感觉，这就是我的颜色！”

8. 利用谐音式

如朱伟慧：“我的名字读起来像‘居委会’，正因为如此，大家可以把我当成居委会，有困难的时候来反映反映，本居委会力争为大家解决。”

9. 掉换词序式

如周非：“把‘非洲’倒过来读就是我的名字——周非。”

10. 摘引式

如任丽群：“大家都知道‘鹤立（丽）鸡群’这个成语，我是人（任），更希望出类拔萃，所以，我叫任丽群。”

很多时候，自我介绍中只介绍名字显得有些单一，应该再加入更多的信息，这样会使你的自我介绍更加出彩，给人留下更深的印象。例如你完全可以把自已的经历编成一个小小的故事，告诉听众。总之，自我介绍是有很大的发挥余地的，我们应该想方设法使它丰富起来，不放过这样一个引人注意的好机会。

初次见面，“秒杀”一片

汪涵和同事杨乐乐陷入热恋



第一次去对方家拜访

这些都是给爸爸妈妈哥哥嫂子和外婆的……



进门之后就拿下！



我这人嘴巴特别甜，很会就是叫人呐，然后一进去就是他们的家乡话……



甜饼与炒面认识一年、交往一年，在速食时代基本上属于老夫老妻了。甜饼决定在费洛蒙耗尽（这是《女人不坏》看多了）、七年之痒来临（这属于高瞻远瞩）之前，与炒面由纯洁的男女关系升级成法律发证承认的男女关系。相应的，两家父母也要同步升级成秦晋之好。

这年过年，甜饼带着炒面回家见父母。甜饼家在山西晋城，爹妈都属于文化人。炒面数次表示非常紧张，他不擅长与长辈打交道——他从小就是那种姥姥不疼舅舅不爱、一个人蹲旮旯里玩的那种人。他不知道如何给甜饼父母留下一个特好的第一印象，好到能让他这个素不相识的人把他们辛辛苦苦养育了二十多年的女儿领走。

坐在驶往准老丈人家的火车上，炒面再次表达了自己的紧张。甜饼无奈地扶额。纵使甜饼精心调教，炒面还是保持着不善言辞的优良传统。无奈之下，甜饼只好再次请出汪涵大哥这位神级人物为羞涩的炒面兄做示范。

想当年，汪涵与同事杨乐乐陷入热恋，他为第一次去乐乐家登门拜访做足了功课。首先，汪涵准备了一大堆礼物，给杨乐乐爸爸的、妈妈的、哥哥的、嫂子的、外甥的……人情功夫做得滴水不漏。礼物出手，人心欢畅，用汪涵的话说就是：“进去之后，拿下就！”

不过礼物人人会送，但是送了礼物能不能招人喜欢就是另一回事了。接下来亮点出现了：策神发功，施展出嘴甜舌滑的功夫，把一家人哄得个个开心。汪大神的原话是这样的：“我这人嘴巴特别甜，很会就是叫人呐，然后一进去就是他们的家