



Z1  
33-1

# 魅力人生爽快学

(日) 榎本胜起 著

“轻松系列”小品  
魅力人生爽快学

〔日〕榎本胜起 著

马小兵 译

责任编辑 刘玉军

河南人民出版社出版发行

河南郑州新郑印刷厂印刷

河南省新华书店经销

787×1092毫米 32开本 4.375印张 80千字

1991年6月第1版 1991年6月第1次印刷

印数 1—30,810册

ISBN7-215-01430-4/Z·85

---

定价2.15元

## 序——所谓教养乃知耻之心

作为一个电视节目主持人，我和我的观众的交流是这样的富于戏剧性，乃至我讲的任何一句话，甚至是随口而出的很平淡无奇的一句话——当天早上的广播中——都可能激起我的观众的强烈的共鸣：

“所谓教养乃知耻之心。”雪片般飞来的明信片称：“说到点子上了！”无聊的上司、庸俗的女人不会给人任何爽意之感，观众打来电话说：“说到我们心里去了。”话语可以挑起战火，又能逢凶化吉，一位校长说：“可得让那些三流的教师好好领会领会。”上司可信口开河，部下则需谨小慎微，一位普通职员说：“您可真是我们的知音。”职业棒球手就是靠打棒球混饭吃，一位棒球选手说：“所以可是输不得。”丈夫的成功，有一半是妻子的努力，一位札幌主妇说：“真是的，我们彼此心心相印。”如把自己的头衔写在名片上的话，可要学一下庆长年间的历史。一位股票公司的经理说：“我如梦初醒。”夏目漱石说过丈夫回到家就成了狗熊，一位壹歧岛的人说：“妙不可言，请告诉我这句话的

出典。”

以上便是我在每天早上广播中讲的一些话以及观众的反应。还有一个更为生动的例子。我曾说过：“不通翰墨莫为人父，更何况是为人师呢？”一位观众深为感触地说：“我真惭愧，我简直都不好意思上讲台了。”这是在“我之铭戒”节目播出后的事情，一句话竟会有如此效果，真是始料不及，我都有点受宠若惊了。

向全国播放的“阿榎的早上好节目”已经播出了两千次，它牵动了三百万观众的心。

在东京赤坂的播音室里面对着麦克风，这是我一天生活中的中心内容，而现在却面对着稿纸，连无名指都起了茧皮，这样急剧的变化往往先产生恐惧的心理。播音是由口到耳的话语传递，铅字则是眼睛对文字的质询。广播是以播音人的心灵和声音及讲话的艺术叩敲听众感情的世界，铅字要读者自己来理解，这里不能运用声音的强弱、高低、缓急、间隔。然而当我觉察到这一点时，已是无法推辞了。

我做梦都想当一名播音员。二战时，日本遭到美军的毁灭性轰炸，然而，当B-29轰炸机银光闪闪的机翼出现在眼前时，我还在异想天开地考虑用怎样的语言向逃进防空洞的伙伴描绘当时的情景呢。

我当上了播音员，不久便进入了电视时代。1963年11月23日那一天是个大转机。那天，我第一次在没有任何稿子的情况下插播了肯尼迪总统遇刺的消息。没有讲稿进行播音对播音员的要求就更高了，特别是讲话时的表情和讲话的方

法。从那以后，我便开始总结此方面的经验，这本书上的内容便是我的肤浅体会。

我们生活在彩色电视普及的时代，百分之八十的信息来自电视，这样，词汇量就显得有点不足。应使什么“请看”、“……可是”、“其实……”等格式化的词汇泛滥成灾的银屏世界和如果讲稿上没有“……吗？”便不会提问的生硬的电视报道更富于色彩和立体感。电视报道应该采用更丰富多彩的词汇、话题，给观众留下生动、明快的感觉。我想，作为本书的读者，你们更能明白我的意思。

《圣经》上说，自古便有Logos（语言）。语言是交谈，有春风般醉人的交谈，溪流般明澈的交谈，金钟般醒人的交谈，也有嚼蜡般乏味的交谈以及生硬艰涩的交谈。

不懂谈话的艺术而在那里高谈阔论，实在是无地自容，在此，将自己的一些教训作为“大耻”披露给诸位。

### 所谓教养就是知耻

当我沉思、迷茫、烦恼时，这本书可以分担我心灵的重负。在我兴奋地请别人听某段播音时，我总是思索着将此收录在书的哪一页上。

适值出版之际，谨向多次不辞辛劳来到TBS播音室的大和出版社的岩下先生、青木先生表示衷心感谢。

1986年4月15日

于东京郊外蜗居

# 目 录

## 第一章 爽快而又有魅力的“谈话方式”

### ——能使对方动心的30种谈话方式

- 1 物以类聚，三流女人和三流男人天生是一  
对。……………（ 1 ）
- 2 要用最后一句话，特别是语尾的余韵打动  
对方。……………（ 3 ）
- 3 “吃了啊”、“去了啊”的“啊”话是隐  
藏可怜和丑陋的幼儿语。……………（ 5 ）
- 4 如果苦于没有话题时，应从“日常琐事”  
说起。……………（ 6 ）
- 5 仅以“太好了、太棒了、太绝了”表达的  
“三太之人”。……………（ 8 ）
- 6 三句戒语：“扫兴”、“消沉”、“丧  
气”。……………（ 10 ）
- 7 评定男人的“五戒”。……………（ 12 ）
- 8 寿海老人由于“憔悴得面目皆非”这句慰  
问话而再次躺倒。……………（ 14 ）
- 9 普通职员能说时才说，而上司想说时

- 就说。…………… ( 16 )
- 10 “用手送茶失礼。”…………… ( 17 )
- 11 要使别人能理解自己的话，应在话语间留有足够的停顿。…………… ( 19 )
- 12 适应“春季朦胧、夏季清凉、秋季爽快、冬季温暖”的季节状况而交谈。…………… ( 21 )
- 13 貌美的女性，只有表里如一，才能让人怜爱。…………… ( 23 )
- 14 绕口令的妙用。…………… ( 25 )
- (15) “多耻辱，舌头比命长”——议论他人时要格外注意。…………… ( 26 )
- 16 以广阔的视野，细致的分析辨认事物。…………… ( 28 )
- 17 不要把人生活成伪善，纯净的心灵、坦率的语言是美化人生的关键。…………… ( 30 )
- 18 使语尾“は” (wa) “か” (ka) “た” (ta) 音破裂，这是语言粗俗的表现。…………… ( 32 )
- 19 不知“止石”不要访古刹，不知“言语止石”不要说话。…………… ( 34 )
- 20 认真倾听别人的意见——麻婆豆腐就从这里诞生。…………… ( 36 )
- 21 声音在讲话，表情也在讲话。…………… ( 38 )
- 22 面部表情僵硬——对任何事情都毫不动心，漠不关心的人，其生活将变得毫无趣味。…………… ( 40 )
- 23 希望能像南朝鲜人那样坦率地表达感激之



- 情。…………… ( 42 )
- 24 从别人面前走过时，说一句“对不起”，  
这是起码的教养。…………… ( 43 )
- 25 笑脸使人安详，那么对笑脸的理解…… ( 45 )
- 26 “美术”一词始于何人？…………… ( 46 )
- 27 “星星自语”、“树雨”、“树汁”——  
字典上找不到，但却是活生生地存在着的  
词汇。…………… ( 48 )
- 28 敬语的原点包含在“I love you”之中。…… ( 50 )
- 29 从“请把您脚的尺寸给我”这句话里可以  
窥见鞋店主人的语言技巧和良苦用心。…… ( 52 )
- 30 “画是只可意会，不可言传的东西”，讲  
话方法也是如此。…………… ( 54 )

## 第二章 “工作、人生”之魅力爽快学

### ——温柔而巧妙的关怀

- 31 有灵感的男人才会工作。…………… ( 56 )
- 32 捐躯宇宙的奥尼斯卡博士——“挑战比危  
险更重要”。…………… ( 57 )
- 33 完成像攀登富士山那样的巨大的工作时，  
在途中要大喘一口气。…………… ( 59 )
- 34 多施而枯，少施不育——“语言”——人  
际关系的养料。…………… ( 61 )
- 35 会议上不发言的理由是“顾及到上司和同事”  
——这是对懒惰的辩解。…………… ( 62 )

- 36 没有激烈的争论，风平浪静的会议等于没开。……………（64）
- 37 为了提高士气，首领要率先干一般人认为是愚蠢的事。……………（66）
- 38 如何安慰负伤之人，可窥见其性格、度量之一斑。……………（68）
- 39 应懂得“40岁人意见”的可怕。……………（69）
- 40 陶醉于别人的称赞，并用金钱购买这种称赞的人——暴发户。……………（71）
- 41 虐待——从神代时代延续到现在。……………（73）
- 42 要默默地努力。如果硬要做出努力的样子给别人看，那只能是三流以下的男人。……（75）
- 43 晋升的“任命书”意为加倍努力工作。……（77）
- 44 “皮包”、“皮鞋”、“钱包”、“皮带”、“名片夹”——这五个小用具可激励男人工作。……………（78）
- 45 为什么鸽子“咕咕”乱叫。不能理解别人内心世界的人，最后只能成为不幸的鸽子式人物。……………（80）
- 46 武士为了掩饰苍白脸色，稍施淡妆，目的是不露“私人”之面……………（82）
- 47 击竹之悟——专心工作达“悟境”。……………（84）
- 48 “恕”之心使男人、女人成熟。……………（85）
- 49 专销店的店主说：“我迷上了这件商品。”

- 而我却迷上了他这句话。…………… ( 87 )
- 50 从收发小姐一句“我在等候您”可窥知其公司的将来。…………… ( 88 )
- 51 男人正因为有浪漫，才能埋头工作。…………… ( 90 )
- 52 以温言抚慰“觉得即使回到家也感到没有意思”的丈夫们。…………… ( 92 )
- 53 以播音员的失败烙印为动力…………… ( 94 )

### 第三章 富有魅力的人的生活方式

#### ——爽快学

- 54 非正当男女关系。要充分享受人生，是否应当摆脱道德的束缚？…………… ( 96 )
- 55 道真寄惜别之情于梅花清香中。…………… ( 98 )
- 56 信长的眼力——用某种诀窍看透别人的内心。…………… ( 100 )
- 57 不听妻子的谏言，明智光秀留污名。…………… ( 101 )
- 58 什么是筒井顺庆那样的人？  
——日和见主义的创始人。…………… ( 103 )
- 59 度量——秀吉宽恕为报杀父之仇而要伤害自己的青年。…………… ( 105 )
- 60 内心的敬佩带来真诚的敬语。…………… ( 107 )
- 61 只见树木不见森林——加藤清政的大局观。…………… ( 108 )
- 62 对方是否接受是批评的基点。…………… ( 110 )
- 63 豪放——困难当头向天笑。…………… ( 112 )

- 64 上年纪的人只顾忌名声、功绩、地位、财产。……………（113）
- 65 世上最美味的食物是盐。那么最难吃的食物是……（115）
- 66 精通世故——善听情报的人不忘“乞食袋”。……………（116）
- 67 出色的人才就像“明石湾的牡蛎”，貌似粗俗，不乏真人。……………（117）
- 68 你是否接受部下的谏言，这是检验人格修养的标准。……………（119）
- 69 “干别人不愿干的事情”、“物质刺激”——纪国屋文左卫门的经商之道。……………（120）
- 70 “没钱的男人就如同无帆的船。”文左卫门出远门前妻子交给他……………（122）
- 71 不懂得即兴的人就不懂得人生的幽默。……（124）
- 72 从抽象论到具体论——有了目标就可以排除万难。……………（125）
- 73 虎头蛇尾，不算真正的工作。……………（126）

## 第一章

# 爽快而又有魅力的“谈话方式” ——能使对方动心的30种谈话方式

### 1 物以类聚，三流女人和三流男人 天生是一对。

“挨拶”（日语单词，意为寒暄）——仅看字面，任何人都能察觉“挨”和“拶”两个字都有提手在旁，这就是说，大家见面寒暄不仅要动嘴，手也不能闲着。

寒暄这个词本身就是说要相互交流，并且借助手势，相互沟通达到推心置腹之意。

在日本，每年春天都有许多学生毕业离开学校，参加毕业典礼，你会很留意那些身着和服的女学生们，因为她们毕竟年轻，很招人喜爱，但是自助餐一开始，这种心情就将变得无影无踪。当你注意到这些女学生右手端着葡萄酒杯，左手托着菜盘时的吃相，心情无论如何也不会舒畅，这简直就是饿极了的乞丐模样，此时从她们身上哪里去寻什么女性的温柔端庄之态呢？

在宴会这种场合，两只手满满的，这是很失礼的，文雅

的作法是一定要空出一只手来，这样才便于与别人进行寒暄。空着一只手来做手势，才能与人真正寒暄，不仅便于自己表白，而且给人的印象也很高雅。

如果此时一位教授出现在那些双手拿着葡萄酒杯和菜盘的女学生中间，下面的情形会更糟糕。

“啊，祝贺你们，真是太好了！”

面对眼前这些活泼的女学子，教授发自内心的祝福油然而生，然而女学子仅说了一句“谢谢”作为答辞，而且第二个“谢”字说得几乎听不见。

一瞬间，教授的表情变得很复杂，似乎在暗暗地叹息：我所教给她们的就只有这么一句可怜的话吗？

诚然，在年轻时，问题还并不严重，青春年华会遮盖这些女学生们的贫乏，但是，照此发展下去，随着青春的流逝，这种只会说一句“谢谢”的女学生，如果变成只会说句“谢谢”，而连“请”都不会说的半老徐娘的话……实在不忍再设想下去，那么，到那时她们还能有什么可让人动心的法宝呢？

三流的男人接近三流的女人，三流的女人接近三流的男人。

其实稍具教养的女子，对待别人的祝贺，尤其是自己的恩师的祝贺，起码也应该这样说一下才是：“老师，真是太感谢您了。托您的福，今年4月份我就要走向社会了，今后还要请您多多关照。”

在日语中表达感谢之意时，句子前面要加上“お”这个

假名（有礼貌之意）：

一、拜托了。

二、托您的福。

三、不敢当。

如果这些话能脱口而出，那么要成为受众人尊重的女性的第一步已成功了。

## 2 要用最后一句话，特别是语尾的余韵打动对方。

在日本曾发生过废止语尾词的运动。

那是二十几年前的事情，当时由于儿童们过多使用语尾词，致使孩子们所用语言过于混乱，因而，横顺贺一所小学的校长提倡此项运动。

在日本，许多人在讲话时，常常频繁地使用语尾词，如：

“我啊，昨晚呢，电视看到很晚啊，妈妈呢，发了火，让我睡了，早上没能起来哪……”

这实在不是一种可效仿的谈话方式，不仅不能感染对方，反而常因此使人厌烦。

今天废止语尾词运动已成为历史，二十年前的小学生们许多已成为社会的有用之才，令人遗憾的是，在他们的言谈话语当中仍有许多多余的语尾词，而且与年轻时相比是有增无减。

语尾词的泛滥，真可称之为“谈话艺术的灾难”。

杂乱无序的讲话方式，特别是混乱的语尾，只能给听话的人枯燥无味的感觉。

我认为这种现象可形容为“语尾之沙漠”。它熬干了微妙人际关系中的润滑剂，使其变得生硬，这是人际关系中“切忌生硬，尽量圆通”的一大忌讳。至于那些连尊敬的语言都不会说的人，实在只能视为语尾之沙漠中的迷路者，除了无药可救，还是不可救药。

某个星期日，一位年轻女性走进一家饮食店，向店内扫视了一会儿，然后向一个座位走过去，不待坐下，立刻就喊道：

“哎呀，你在等我啊！”

一个“啊”字所包含的意思常常是偷情男女之间的默契，无须表达“让您久等了，真对不起”的歉意之情，可谓直截了当，根本谈不上什么魅力了。

也许这样说稍稍苛刻了些，但是，作为听了“你在等我啊！”的人不能不这么想。

如果“啊”拖得太长，那只能是品格低下了。还是把“啊”压得短些为好……如果前面谈到的那位女性小跑着进来，双肩起伏着，她一面调整着自己的呼吸，一面寻找着自己要找的人：

“您在等我啊！”

毫不做作，“啊”字极短，那么她已是一个成熟知理之女性了。



“秋山君，科长的任命书。你一直在期待着这一天吧。”  
上司的语尾将使部下精神振奋。

讲话者的情绪对听话一方也一定是相通的。对自己的语尾加以注意的上司、妻子、女性，许多部下和男性都会对他（她）们投以热烈的目光。

人应该用最后一句话，最后一个词，特别是语尾的余韵来打动对方。

### 3 “吃了啊”、“去了啊”的“啊” 话是隐藏可怜和丑陋的幼儿语。

大阪人以乡土观念强而著称。

而且在大阪人中，有许多人以自己的乡音为骄傲，其故乡语言的烙印已经渗透到他们的骨髓之中。

常有这样的事：五个人中如果有两个人讲大阪话的话，那么不知不觉地这五个人就都讲起大阪话来了。

有些没有越过箱根山，连东京都没有去过的人却喜欢讲东京话，这种人使用的“啊”话，在大阪称为：

“没有去过东京的东京话。”

其突出特征是“啊”话充斥谈话当中。

“昨天，在新宿玩了一个通宵啊。”“去六本木喝了一通啊。”“主任考试没有通过啊。”诸如此类的还很多。

使用这种说话方式就会像抽鸦片一样，一旦说起来，便形成习惯，而且积习难改，难道大城市的讲话方式真的就是