

用心说话是一种真诚的人生态度

——知名台湾主持人蔡康永访谈



三江访谈

人物名片

蔡康永，1962年3月1日出生在中国台北，祖籍浙江宁波。台湾著名节目主持人、作家、设计师、演员、编剧。主持过众多知性节目，与小S(徐熙娣)搭档主持的综艺访谈节目《康熙来了》多次获得台湾金钟奖。曾5次主持台湾金马奖颁奖典礼。出版过多本散文著作，包括《痛快日记》、《LA流浪记》、《那些男孩教我的事》、《蔡康永的说话之道》和《有一天啊，宝宝》等作品。近日出版新书《蔡康永的说话之道2》。

日前，他应邀来到宁波参加在奉化举行的“两岸经济文化高峰论坛”活动。

□记者 陈晓旻

记者：您这次应邀来宁波参加活动，作为宁波人，先给我们谈谈对于宁波的印象和感受。

蔡康永：我是小时候从爸爸口中了解到宁波和溪口，包括宁波方言、食物等故乡印记。所以这次亲身到访，更有一种文化寻根的意味。故乡，是很多人的一种情结，这种特殊的文化纽带，连接了两岸多少人的情感与血脉。宁波非常美丽，家父如果在世，看到故乡越变越好，一定会很开心。

记者：您的父亲蔡天铎就出生在宁波，后来去台湾成为一位有名的大律师，给我们讲讲您的父亲。

蔡康永：爸爸在年纪很大时，才有了我这个儿子，所以几乎对我没有任何要求。我爸非常喜欢买书，但除了法律书，我爸却不怎么爱看其他的书，哈哈。也许这使我养成了随手翻各种书的习惯。另外，我爸爸大概因为在昔日的大上海求学和工作的缘故，养成了非常会招呼客人的能力，我从小被他训练，注意客人的感受。我后来当主持人，也许这样的训练也帮了我不少忙。

记者：2010年，《蔡康永的说话之道》创下了图书市场的销售200万本的纪录，这本书也被评为“最有价值的职场书”，这次的新作《蔡康永的说话之道2》和第一本有什么不同吗？

蔡康永：《蔡康永的说话之道》是我自身修炼的手册，公诸于同好而已。它没有解释“诚实”和“白目”（多见于台湾娱乐节目，用来形容那些说话不留心眼，经常说出事实而伤害朋友的人）之间的差别，所以我在第2集加以解释。

记者：新书中您说领悟到的说话之道，就是“对你好”：因为我说得让你开心，你也会把我放在你心上。演练说话就是演练“如何和别人相处”，这是否可以看作是你的一种人生态度？

蔡康永：我确实体会到：说话是做人的前哨战，说话不用心，就谈不上好好和别人相处了。所以，用心说话，就是一种真诚的人生态度。

记者：两本书都是在教人说话，可见您是非常看重说话的人，您也说学会说话会让更多人喜欢。那您有没有因为说话不小心而感觉很尴尬的事情，最严重的一次说错话是在什么时候？

蔡康永：有一次我在餐厅偶遇当年同班的女同学，见她与一个白发男子一起吃饭，我脱口而出：“陪爸爸吃饭啊？”然后才发现弄错了。于是一片沉寂，好尴尬！

听自己演讲的录音，以及去听之前其他获胜选手的演讲。进中学以后，我又被学校指派参加辩论比赛，于是开始研究如何在说话时布下陷阱让对手中计，以及如何防范对手布下的陷阱。

演讲比赛和辩论比赛都有严格的时间限制，于是我又开始练习在较短的时间内把一件事讲清楚。我一点也不喜欢这些训练过程，离开中学以后，也极力避免使用那些我学到的僵硬的技术。但我也知道，除了我们这些参加比赛的选手之外，其他同学在求学的过程中很少接受说话方面的训练。

我后来做了节目主持人，不可避免地会常常看见自己讲话的样子，听自己讲话的声音。我甚至有一个习惯，录影后回想一下刚刚哪一段讲得不妥、得罪了人，或者没有达到该有的效果。当然，就算我不愿回想，不高兴的观众也会提醒我又犯了哪些错……也许就是这些经历，让我有资格说：说话可以练习，可以“擦保养品”，可以“修剪发型”。也许练习的过程有点勉强、有点辛苦，但绝对不会比减肥整形来得更辛苦，而且效果会一直持续，既不像整形那样，要定期花钱受苦，也不像节食减肥那样，动不动就担心会胖回来。

记者：为什么《蔡康永的说话之道》那么受欢迎呢？

蔡康永：我当初完全没想到这本书会成为我所有书中最多人买的书。我猜很多人想好好学说话之道，可惜学校没有教。我每次写书，都想写本“我自己也想看”的书。《蔡康永的说话之道》就是这样的书，是写给对生活保持着好奇和期待的人。身边的人开心，自己才会开心。

记者：在您看来，普通人应该怎样来修正自己的说话方式呢？

蔡康永：想起了前几年有两部得到奥斯卡金像奖的电影，都是在描述英国政坛大人物的故事。一部是《国王的演讲》，讲的是说话严重结巴的英国国王乔治六世如何克服口吃，对全国发表演讲；另一部是《铁娘子》，讲的是英国前首相撒切尔夫人的从政生涯，片中描述了她为了增加自己的权威感，被要求受训把声音变低沉。即使连英国的国王和首相这样的人物，都要等到政治生涯的最关键时刻，才迫不得已开始调整自己说话的腔调和音质。可以想见，普通人对说话这件事有多随心所欲了。但是说话确实太重要了！

练习说话方面，请从“照镜子”开始吧！现在手机录音很方便，把跟人讲话或者重要的讲话录下来听听，其实就跟把自己的歌声录下来听是一回事。还有一种更好的“镜子”，就是让那些听过你讲话、跟你聊过天的熟人，坦率地告诉你他们平常听你说话，有什么样的感受。这会比你自己听录音更有用，毕竟话本来就是说给别人听的。

时刻记住：“听”比“说”重要；“心到”比“口到”重要。

记者：您接下来想写什么书？

蔡康永：长篇奇幻小说。想好了我的故事结构之后，我就大量阅读奇幻小说。我很害怕最后出来一个别人写过的东西，所以在出书前常常会在书店里面，无意识地在书架中间游走两三个钟头，看人家取的书名，封面长什么样子。我就是不想跟人家一样。我念完文学史，又念电影史，完全知道大部分的人以为自己很原创，其实都是出于无知，古人早就做过这个事情几百遍了。做和别人一样的事情对我来说，不是很有乐趣的事。

记者：您有多重身份，主持人、作家、设计师、演员、编剧，更喜欢哪个？

蔡康永：最喜欢写作，靠自己努力就会有成果。我倒觉得，“跨界”未必是好事，我很推崇专注的人。我自己就是因为意志不坚，不舍得拒绝很多邀约，所以尚未成为了不起的作家。

记者：您写过《蔡康永爱情短信》，里面有许多对于爱情的忠告，您是怎么看待爱情的？

蔡康永：保持一定程度的神秘，保持对方对你的想像空间，令对方渴望更了解你，这样的状态是最好的。令我们觉得人生是值得的，那就是好的爱情，也是给你幸福和正能量的那种。

记者：说话是主持人的基本功，您自己是如何练习说话之道的？

蔡康永：我练习说话的经历，是从小学开始就被学校押着参加演讲比赛，要长时间对着镜子演讲，检查自己的表情、手势。另外，也要