

随机应变的情趣
化解尴尬的绝招

幽默

临危至安的手段
转败为胜的智囊

e 嘴秀

上

叶学益 编著



幽默

幽默是生活的智慧
幽默是心灵的修养

幽默是人际交往的法宝
幽默是化解尴尬的良方

e 嘴秀

幽默是生活的智慧



e 嘴 秀

叶学益 编著

上

大众文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

e 嘴秀/叶学益编著.

—北京:大众文艺出版社,2004.5

ISBN 7-80171-441-5

I. e...

II. 叶...

III. 散文—作品集—中国—当代

IV. I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 032628 号

e 嘴秀

大众文艺出版社出版发行

(北京市东城区交道口菊儿胡同 7 号 邮编:100009)

北京一鑫印务有限责任公司印刷 新华书店经销

开本 850 × 1168 毫米 1/32 印张 15.5 字数 190 千字

2007 年 1 月北京第 2 版 2007 年 1 月北京第 1 次印刷

ISBN 7-80171-441-5/I·305

定 价:59.80 元(上下册)

版权所有,翻版必究。

大众文艺出版社发行部 电话:84040746

北京市东城区交道口菊儿胡同 7 号 邮编:100009

关于这本书

《e 嘴秀》这本书和一般的书不太一样，因为它可以依据读者不同的需要，自行设定进度，同时，透过书中各项练习，读者也能很快地激发出一些新的想法来。

阅读这本书，不但可以让你生活愉快，还有助于工作的进行。本书可以下列几种方式做有效的应用：

个人自修

本书是一本以自我学习方式编写的书。做完书中所有的练习之后，你等于拥有一项最宝贵的资产——幽默感，让你的生活与工作，注入新气流。

训练营与研讨会

最理想的状况是，让要参加训练营与研讨会的成员，先阅读这本书，因为这样可以增加成员的参与感。本书也可以在会议开始前发给与会者，让他们依照本书的进度，进行训练营与研讨会的课程。

外地员工使用

本书也可分送至无法到总公司参加训练课程的分公司使用。



本书还可按照使用者不同的目的与想法，做种种可能的应用。不过，可以确定的是，即使在你看完本书之后，它还是值得你一想再想，一读再读。

目 录

关于这本书	(1)
第一章 努力工作不忘开怀大笑	(1)
1. 幽默为你添色彩	(1)
2. 幽默可缓解工作压力	(2)
3. 幽默讲究氛围	(4)
4. 分清幽默的界线	(6)
5. 打造幽默风格	(7)
6. 幽默自测	(8)
7. 幽默感要培养	(10)
8. 培养幽默感	(11)
9. 幽默不论老幼	(12)
10. 抛除顾虑 发掘幽默	(13)
11. 第一章要点总结	(14)
12. 感受名人幽默	(14)
13. 模拟幽默秀	(22)
第二章 创意幽默.....	(39)
1. 以幽默激发潜力	(39)



2. 花点时间胡思乱想	(40)
3. 漫画练习	(41)
4. 趣味练习	(41)
5. 第二章要点总结	(43)
6. 感受名人幽默	(43)
7. 模拟幽默秀	(57)
第三章 增强自信自我解嘲	(81)
1. 要勇于自我解嘲	(81)
2. 打破完美的神话	(82)
3. 第三章要点总结	(87)
4. 感受名人幽默	(87)
5. 模拟幽默秀	(101)
第四章 幽默——沟通的利器	(125)
1. 幽默的讯息更易接受	(125)
2. 运用幽默提高沟通效率	(126)
3. 怎样才能把大家逗笑	(128)
4. 寻找“切中要害”的笑话	(130)
5. 幽默笔记	(132)
6. 第四章要点总结	(133)
7. 感受名人幽默	(134)
8. 模拟幽默秀	(146)
第五章 搭建沟通桥梁	(167)
1. 人际关系的润滑剂	(167)

2. 另类赞美更亲切	(168)
3. 幽默不留遗憾	(168)
4. 以乐观方式培养团队精神	(170)
5. 开办幽默墙报	(171)
6. 第五章要点总结	(172)
7. 感受名人幽默	(173)
第六章 以幽默稳定大局	(214)
1. 幽默——以不变应万变	(214)
2. 以幽默稳定人心	(215)
3. 墨菲定律	(217)
4. 用幽默感想像未来	(218)
5. 第六章要点总结	(219)
6. 感受名人幽默	(219)
7. 模拟幽默秀	(231)
第七章 运用幽默提高业绩	(258)
1. 推销时不妨幽默一把	(258)
2. 幽默广告——可以学习的范例	(259)
3. 以幽默打动秘书	(260)
4. 借幽默与顾客建立关系	(261)
5. 幽默有助于成交	(262)
6. 第七章要点总结	(263)
7. 感受名人幽默	(263)
8. 模拟幽默秀	(267)



第八章 以幽默化解怨忿	(279)
1. 以幽默化解困窘	(279)
2. 以“合气道”化解暴戾之气	(280)
3. 幽默反击法	(281)
4. 出其不意化解紧张态势	(282)
5. 第八章要点总结	(283)
6. 感受名人幽默	(284)
7. 模拟幽默感	(293)
 第九章 以幽默态度看待一切	 (329)
1. 欢笑是万灵丹	(329)
2. 塞翁失马，焉知非福	(330)
3. 以幽默之笔描绘周遭事物	(330)
4. 第九章要点总结	(332)
5. 感受名人幽默	(333)
6. 模拟幽默与秀	(339)

第一章 努力工作不忘 开怀大笑

1. 幽默为你添色彩

我深信幽默，幽默与玩笑不同，幽默是值得欣赏的！

——汤姆·彼得斯

在当今社会，大多数人的日子都过得太严肃了。根据一项调查显示，美国的劳动阶级，每天所消耗的阿斯芬灵超过15公吨。当然，生活压力不一定完全来自于工作，新闻媒体24小时不断地疲劳轰炸，也有令人吃不消之感。

在信息爆炸的今天，新闻媒体的任务似乎就是把各式各样的危机以最快的速度传送到你面前。如果说，今天你在报纸上没有看到什么大型的天灾人祸，请先别高兴，因为电视新闻联播网还是会热忱地为你播放层出不穷的悲剧，让你坐立不安、心惊胆颤。

工作岗位上的情形也好不到哪儿去：比方像公司人事重组、企业被购并和全球经济危机，一切的一切，逼得员工只有加倍努力地工作，调整自己以适应环境，否则很可能就会被淘汰，无怪乎，与压力有关的疾病会愈来愈多。



正是由于生活压力大，以至于很多人已经忘记在工作环境中制造欢笑的重要性，每天只是面无表情地工作、工作。

现在请你花一分钟想想看，在你的同事当中，有哪些人是终日愁眉不展、面带忧容，并把这些人的名字写下来。记着，当你在写的时候，不要笑得太厉害，因为你的名字可能也出现在别人的名单中。

很多人常错误地把专业能力和表情严肃、一丝不苟联想在一起，事实上，每个人都可以严谨地面对工作，同时轻松地享受生活。

生命原本就是在愉悦的状态下，自然而然的一种产物。可是当人的年龄愈大，似乎愈不懂得如何恰如其分地表达内心的喜悦，我们只知道该以专业的态度、投注全副心力在工作上，至于制造欢乐的工作，就全交给喜剧演员担任了。

2. 幽默可缓解工作压力

现实生活中，出乎意料的幽默，胜过所有一切。

——史提夫·艾伦

我们可以再回头仔细想想看，幽默的确有其矛盾的地方——大多数人在接受训练的过程中，所接收到的指令是，不可玩弄幽默，但是我们却很尊敬有幽默感的人。成功的政治家常能有效地运用幽默，以获得选民的支持，同时也让自己成为受欢迎的人。

一般人都喜欢和有幽默感的人一起工作，从一份以企业老板为对象的问卷调查中发现，老板也比较喜欢雇用有幽默

感的员工。处于这个变化大、挑战性强的时代里，幽默有助于让欢笑重返工作岗位，同时也能让你的步履更加轻盈。

严谨的训练

未来，办公室里不容许散布轻松、欢腾的气氛……作为一个专业人员是不应该在工作场合内大声说笑和随意走动的。

——一家大企业部门主管的备忘录

看了以上的备忘录，你便不难理解，为什么当人一长大步入社会，欢笑就随之远去的原因了。回想一下，你是否也像这位主管一样，接受过如此严谨的训练呢？如果你不事先扫除这些长久存在潜意识里的心理障碍，你是很难展现出幽默潜能的。

练习：你曾接受过哪些严谨的训练？

“不准你这样笑！”

“你以为这样很好玩，是不是？”

在你家里常出现哪些可能抑制幽默感的话？

1. _____

2. _____

3. _____

“别再打混了，快回去工作！”



“我们花钱雇你，可不是要你来这儿交朋友的！”

在你办公室里，常听到哪些可能抑制幽默和笑声的警告？

1. _____

2. _____

3. _____

你想，或许这类严谨的训练并不是件好事，没错，的确如此。虽然，你必须认真地面对生活，但这不表示你得每天绷着脸。当然，如果你过于放纵，整天正事不做，只晓得开玩笑、逗乐子，那也不合乎本书的主旨。

本书的中心思想是——努力工作，开怀大笑；换句话说，工作不忘欢笑，欢笑不忘工作。

3. 幽默讲究氛围

幽默感比喜剧演员所提供的笑料、一般人开的玩笑，其意义要来得深沉一些。有幽默感的人随处可见趣味，这种攫取趣味的能力远比趣味本身更重要。

——劳伦斯·彼得与比尔·搭纳

幽默可以让我们快乐，引我们发笑，但是它并不是万灵

丹，也不是每个场合都能派上用场。比方说，在一个讨论会中，每个人都在全神贯注、针对主题热烈讨论时，你却突然讲了个笑话，这时候，讨论的气氛可能因此涣散，甚至影响到讨论的结果。

幽默可以化解愤怒，但惟有在人们想出解决困扰的方法之后，真正的欢笑才会随之而来。

讽刺性的幽默

有些幽默虽然能带来欢笑，但却建立在某些人尴尬痛苦之上。因此，这类的幽默与其说是联络大家的感情，还不如说是拉大彼此的距离。有些人拿深具讽刺的笑话当利器，往别人身上猛刺，并在别人还来不及做出反应之前，把话又抽回来，让人不知所措。

讽刺性的笑话的确容易伤人，所以即便是在相识多年的好友面前，也不可轻易脱口而出。至于在工作场合，则应严禁讽刺性笑话，因为纵使说者无心，但终难避免听者有意，反而导致不必要的误会。

省籍及种族幽默

省籍及种族幽默比讽刺性幽默更具危险性，因为这类话题敏感度高，要点燃成见很容易，但要浇熄则难上加难。所以，如果要开这种玩笑的话，不妨是以自己的省籍或种族为题材。

笑己不笑人

嘲笑他人不如嘲笑自己，或拿彼此共同的经验开玩笑。

“和老板一起讨论我们所犯的错误时，大家一团和气，可是当我一边笑一边谈起他所犯的一个错误时，原本欢乐的气



氛顿时变得凝重起来。”如果，你真的觉得有话要说、非笑不可，建议你“笑点”转移到自己身上，“对不起，我实在忍不住想笑，因为这让我想起上一次我……”

请注意，惟有让自己成为“笑点”的一部分，才不至于把场面弄得一“笑”不可收拾。

4. 分清幽默的界线

能让人们开怀大笑就是幽默。

——P. G. 伍德豪斯（英国幽默作家）

订出幽默的界线和开发幽默的潜能同样重要。你可以花一点时间仔细想想，在你的办公环境里，应该遵守什么样的幽默分际。

练习：什么样的幽默不适合出现在工作场合？

列出你所见过，不当运用幽默的状况：

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5.

5. 打造幽默风格

培养幽默感有三条定律，只可惜没有人知道是哪三条。

——劳伦斯·彼得

幽默是人类心灵得到解放的一种表现方式。心灵得到解放的人，才有能力以豁达、超越的心关照整个大环境。不过，既然是一种表现方式，那最佳的选择应该是，培养出属于自己的独特风格，阅读本书，正可帮助你达到此一目的。

同时，不同的人阅读本书，自会有不同的反应和收获。对某些人来说，本书的某些内容可能太传统，某些内容可能太不可思议，但是某一部分却极具启发性。总之，你绝对可以从书中找到对你有帮助的讯息。不过，在迈向目标之前，首先要确立自己的起点。

练习：幽默对你确实有帮助吗？

绝大多数的人都自认为很有幽默感，或许这是事实，但你是否清楚，你的幽默感对你的工作有助益吗？如果有，试列举出五项：