

用幽默 化解沉默

人际沟通中的成功法则

李睿◎编著

让你的幽默深入人心，
让你的交际与众不同！

每一句幽默的语言都是一个可贵的闪光点。
学会欣赏并运用幽默，你的生活将更快乐！

 中国纺织出版社



内 容 提 要

幽默是人类情感的自然流露。一个有智慧的人,当面对尴尬处境时,当面对粗鲁的言行时,通常不会选择沉默,而是用极出色的幽默言语来代替沉默,打破僵滞的气氛。本书以翔实的案例、生动的笔触为读者展示了幽默是如何化解沉默的,读后让人有所顿悟,获益匪浅。

图书在版编目(CIP)数据

用幽默化解沉默:人际沟通中的成功法则 / 李睿编著. —北京:中国纺织出版社, 2011.7

ISBN 978-7-5064-7487-0

I. ①用… II. ①李… III. ①幽默(美学) - 语言艺术

IV. ①H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 081122 号

策划编辑:曲小月 徐丽丽 责任编辑:孙 阳

责任印制:周 强

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街 6 号 邮政编码:100027

邮购电话:010-64168110 传真:010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail:faxing@c-textilep.com

三河市南阳印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2011 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

开本:720×1000 1/16 印张:18.5

字数:213 千字 定价:32.00 元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

前言



幽默是一种智慧，是一种机敏。幽默的人大都具备一种超人的洞察力，可以用一种独特的视角和心境“摆平”自己，从而泰然自若地走向坦途。

生活中不能缺少幽默，而幽默人生则是生活的一种极致。尤其在现代社会中，无人不喜欢幽默、向往和追求幽默。

在南部非洲发展共同体的首脑会议上，南非前总统曼德拉获得了“卡马勋章”。在获奖感言的开场白中，他幽默地说：“这个讲台是为总统们设立的，我这个退休老人今天上台讲话，抢了总统的镜头，我们的总统一定很不高兴。”话音刚落，笑声四起。

笑声过后，曼德拉正式发言。当讲到一半时，他发现讲稿的页码乱了，不得不停下来整理。这本来是件尴尬的事情，但他却一边整理一边脱口而出：“我把讲稿的次序弄乱了，你们要原谅一个老人。不过，我知道在座的一位总统也曾有一次演讲的时候把讲稿的次序弄乱了，但他却不知道，照样往下念。”整个会场哄堂大笑。

面对尴尬和窘迫，曼德拉以如此机智、风趣的方式自我解嘲。这种风趣便是我们常说的幽默。在我们的生活中，幽默能使人放松，放松能让人从容，从容才可能做出正确的选择。

据说，欧美的女子选择爱人，条件可能多种多样，但不变的一条就是具有幽默感。不管怎么说，和一个幽默的人生活在一起，那就意味着无

与伦比的幸福。有人说，幽默是一种才华、一种力量、一种高度文明的象征；还有人说，幽默是一种引发喜悦和快乐的源泉，是人获得精神快感的一种行为方式；又有人说，幽默是人生智慧和技巧的一种最高表现，是自我协调和处理社会关系的灵丹妙药；也有人说，幽默是一种人生的艺术，它能够使你笑口常开、青春永驻。幽默更是一种高级的人生境界，能把自己和他人从尴尬境遇中解救出来。

现实的人生不仅会经历多种艰难、多种坎坷和多种冒险，而且会遇到各种各样的尴尬。尴尬会使你进退两难，会使你失掉机会，会使你优雅不起来，会使你活得不舒服、不自在、不潇洒，而只有幽默才能把你救出来。

幽默不单单是引人发笑，而且能带给人们轻松和快慰。幽默是对他人过失的原谅，是对周围环境的喜剧式调侃，也是对自我困境的自嘲和解脱。幽默绝对是善意的，绝不夹杂半点恶意，相反，它是对恶意的一种消解和抹平。

幽默，对现代社会具有一定文化修养的人们来说，已经不是一种可有可无的性格品质，而是成为一种共同追求的风度与素养。在现代人的社交圈子内，幽默已被公认为是一种潇洒、一种优雅、一种高度。

幽默是滑稽，又不完全是滑稽，它比滑稽有着更多的内涵、更高的层次。幽默像是嘲讽，又不完全是嘲讽。幽默总是含蓄的，具有分寸的，适可而止的。幽默是一种睿智，在生活中，每一句幽默的语言都是一个可贵的闪光点。幽默是一种爱，能使这个充满矛盾的世界变得轻松，使人们变得快活。

本书以趣味横生的案例、鞭辟入里的分析，在给人一定的警醒作用的同时，也能在潜移默化中教你掌握幽默的本领。对每个人来说，不一定要成为幽默家，但至少要学会欣赏幽默。让幽默融入生活，让每个人都更快乐。

编著者：李睿

目录

Contents



第一章 懂得幽默，生活才不寂寞

幽默是一种文明和艺术	002
幽默让生活乐趣多多	005
幽默让个人魅力倍增	009
幽默让智慧展现	013
幽默能帮你避开和他人的冲突	017
幽默能让你和对方都愉快	020
幽默能让你的友善得到回报	022
幽默能让人更显涵养、风度	026
幽默能让你更有影响力	029

第二章 制造幽默，小技巧有大效果

从偷换概念中获得幽默	034
发现自相矛盾中的幽默	038
利用歪解原意制造幽默	041
正话反说也有幽默作用	044
模仿与借鉴中的幽默	047
幽默展现于细微处	049
装糊涂也能幽上一默	052
自吹自擂更有幽默效果	055

以不变应万变的幽默	058
来一次画龙点睛的幽默	061

第三章

沟通幽默，触动心底的交流

用幽默帮助对方反省自己	066
用幽默对他人进行劝导	070
用幽默打开对方的心扉	073
要折服对方，可使用反问式幽默	076
用幽默安慰他人受伤的心	077
用恰到好处的幽默来打圆场	081
拒绝时，不妨幽默一下	085
在赞美中加点幽默，让对方更愉悦	089

第四章

社交幽默，构建完美的人际关系

幽默是梳理人际关系的法宝	094
幽默帮你联络感情	098
用幽默来避免尴尬	102
幽默为你化解矛盾	106
幽默为你缓和气氛	109
幽默为你消除敌意	112
幽默帮你巧妙公关	116

第五章

职场幽默，为工作加点儿料

应聘时可以幽默一把	120
幽默的员工更易被认可	123
用幽默消除同事间的距离	127
用幽默赞美你的老板	130
对同事幽默是种礼貌	132
用幽默的力量来管理	135

用幽默留住一见钟情	140
幽默为你赢得好感	144
跟女性表达幽默要含蓄	148
用幽默打开她的心扉	152
用幽默助燃爱情之火	155
在幽默中升华情感	158
用幽默为你们制造浪漫	162
用幽默巧妙对待拒绝	165
犯错时用幽默掩饰	168
幽默守护你的爱情	171

用幽默开头，效果大不同	176
学会与主持人幽默配合	179
用幽默拉近与听众的感情	182
适时、适当地添加幽默	185
谦逊的幽默，效果不错	188
用幽默与听众制造互动	191
用幽默消除紧张的情绪	194
用视觉幽默吸引听众注意	197
刁钻问题用幽默来回答	200
结尾要幽默，不能太唐突	202

以守为攻的幽默语言	206
幽默善辩，弦外有音	210
用幽默使自己占据主动	213
“移花接木”的幽默技巧	216

用幽默化解对方的疑惑	219
在忍耐中用幽默化解僵局	222
知己知彼，后发制人	225
顾左右而言他的幽默技巧	228
用幽默打破僵局	231
“声东击西”的幽默技巧	232

第九章 处世幽默，把智慧融入幽默

学会用幽默博得同情	238
学会用幽默请君入瓮	241
学会用幽默借题发挥	245
学会用幽默迂回取胜	249
学会用幽默巧妙装傻	252
学会用幽默扭转局面	255

第十章 幽默心态，绝不为一小事较真

幽默让人活得潇洒自如	260
幽默能让你直面挫折与失意	263
幽默的人不为小事较真	266
幽默能缓解压力、改变心境	269
幽默是一种阳光的心态	272
幽默是一种生活的润滑剂	276
幽默是一种豁达的品格	279
幽默是一种对人生的顿悟	283

参考文献 / 286



第一章



懂得幽默，生活才不寂寞



为了应付人生大大小小的挑战，你需要力量——不论你是为人父母还是为人子女，是教师还是学生，是售货员还是消费者，是老板还是职员……幽默都能赋予你战胜困难、化解困境的力量。懂得幽默，生活不会寂寞，日子会更轻松。



幽默是一种文明和艺术

在人们的观念里，幽默总是与一些非正式场合相联系，与严肃、紧张无关。其实，这是对幽默的一种曲解。现实生活中，很多人都能用语言或动作逗人发笑、使人放松，因此幽默并非只是演员、艺术家、滑稽表演者的专利。事实上，幽默在生活中是无处不在、无时不有的。

那么，什么是幽默呢？《现代汉语词典》中的解释为：“幽默——有趣或可笑而意味深长。”有趣或可笑，是因为意味深长，没有意味深长，只能是滑稽。可以看出，幽默是个褒义词。

“幽默”是英文的音译。1932年，林语堂创办《论语》杂志，并以它为阵地开始提倡幽默。林语堂在《论幽默》一文中曾说：“人之智慧已启，除对付各种问题之外，尚有余力，从容出之，遂有幽默。”他论述了创造出幽默的必要条件就是要拥有智慧。

幽默是智慧的闪光，一切幽默可以说都源于人的智慧。有智慧的人思考问题就会与众不同，在生活中就有可能创造出幽默。

高尔基说：“幽默是生活中的一把盐。”这个比喻形象地说明了幽默的美学价值。离开了盐的美味佳肴，其“美”则大打折扣；没有幽默的生活，其“美”则大为逊色。

幽默是一种美，可以点缀生活。幽默可以最大限度地体现语言的审美价值，是语言表达中最积极、最有生命力的一项。难怪有人这样概括幽默的作用：幽默是风姿绰约的智慧之花，令人赏心悦目；幽默是自然纯正的精神味素，让人觉得饶有滋味；幽默是快乐的添加剂，让人笑口常开。

美国的韦地博士曾从9万多名学生的调查中得出结论：学生最喜欢具

有幽默感的老师。学生们也往往有这样的体会，和具有幽默感的老师在一起，聆听老师幽默风趣的教导，真是如坐春风；而对语言单调呆板、让人味同嚼蜡的老师，学生们往往敬而远之。幽默如此受青睐，就在于它具有迷人的魅力。

歌德有一次出门旅行，走进一家饭馆，要了一杯酒。他先尝尝酒，然后往里面掺了点水。旁边一张桌子坐着几个贵族大学生也在喝酒，他们个个兴致勃勃，吵吵嚷嚷，闹得不可开交。当他们看到邻座的歌德喝酒掺水，不禁哄然大笑。

其中一个问道：“亲爱的先生，请问你为什么要把这么好的酒掺水呢？”

歌德回答说：“光喝水使人变哑，池塘里的鱼儿就是明证；光喝酒使人变傻，在座的先生们就是明证。我不愿做这两者，所以把酒掺水喝。”

幽默在生活中无处不在。认识幽默，学习幽默，努力使自己成为一个具有幽默感的人，不仅是做人的需要，也是时代的需要。

幽默是语言的艺术，是个人智慧的表现。有人说：“人们有一颗快乐的心，胜于任何灵丹妙药，可以治疗心理上的百病。”

机智和幽默如果运用适当，不仅可以给人们带来欢乐，还能在危急的时刻化险为夷。幽默是以机智为基础的。凭着机智可以把通常不相关的事情巧妙地联系在一起，从而产生幽默的效果。幽默和机智又是不同的。机智的话语也能妙语连珠，但不一定会使人发笑。

语言的幽默与机智，也可以引起别人的兴趣，从而在交际中显示出聪明才智，并可以缓和紧张的气氛，使大家快乐。机智若运用得当，可以使一个敌对的人哑口无言，也许还可以化解尴尬的局面，赢得别人的鼓掌与喝彩。

下面就是一个大家都很熟悉的语言机智的故事。

一次，晏子出使到楚国，楚国国王知道晏子的个子很矮，就想捉弄他。楚王命人在城墙的大门旁边开了个小门，请晏子从小门进去。晏子知

道楚王戏弄他，就说：“到了狗国，才走狗洞，我现在是出使楚国，不应该走狗门。”接待晏子的官员只好请晏子从大门进入。

晏子进去拜见楚王。楚王故意问：“是因为齐国再没有别人，才派你来的吗？”

晏子回答说：“齐国的人多极了，仅都城就有上百条街道，人们把衣袖举起来，可以遮住太阳；人们甩掉汗水，就像下雨一样。大街上人们肩靠肩，很拥挤，怎么能说齐国没人呢？”

楚王接着问：“既然如此，那么为什么要派你出访呢？”晏子不慌不忙地回答说：“我们齐国派使节出访很讲究，对那些精明能干的人，就派遣他们出使那些道德高尚的国家；对那些愚蠢无能的使臣，就派他们出使那些不成器的国家。我是使臣中最愚蠢、最无能的人，所以就派我出使楚国。”晏子的话使本打算要戏弄他的楚国君臣们面面相觑，半天说不出话来。

晏子凭着自己的智慧，在谈笑之间挫败了楚国企图污辱齐国国格和晏子人格的阴谋。这是个反讽的名人趣闻，以其人之道还治其人之身，巧妙地利用了对方言语的漏洞反击，并表现得彬彬有礼，实在难能可贵，从中不难看出语言机智的重要性。

幽默是有区别的，有些是文雅的，有些则暗藏杀机；有些是高尚的，而有些则是庸俗的。庸俗的幽默如同讥笑，往往一句普通的讥讽话语便会使人当场丢脸，反目不悦。而为了更好地利用幽默，应该明白幽默是一项高尚而且文明的艺术。这样才能既达到目的，又不显得粗俗无礼。

幽默让生活乐趣多多

在不尽如人意的生活中，幽默能帮助你排解愁苦，减轻生活重负。用幽默的态度对待生活，你将不会总是愤世嫉俗，牢骚满腹。

在我们的生活中，善用幽默的好处有很多，美国的一位心理学教授曾经列举了幽默的几大好处：

第一，幽默可以化解尴尬。处在尴尬的场合时，幽默的语言只要轻轻扫过，就会立即使气氛活跃起来，一扫彼此之间的难堪。

第二，幽默有利于活跃家庭生活。幽默走进家庭，能使家人之间更加愉快、融洽。例如，容易发生口角的夫妇，当妻子在盛怒之际，丈夫并不正面与她对抗，而是时不时地给她来点幽默，这种争执也许会顷刻间化为乌有，妻子也会破涕为笑。

第三，幽默能打破人际交往的隔阂。以轻松而活泼的幽默语言与人们接触容易引起话题，并使两者很快建立起友善的关系。

最后，幽默能协助解决问题。以幽默的态度来解决问题，常会得到意想不到的效果，能使对方的不愉快和愤怒情绪一扫而光，甚至能使对方原谅你小小的不足之处。

一个幽默的人必然是一个有知识的人，广博的见闻使得幽默的运用能够得心应手，左右逢源。幽默感不是天生的，它是随着人们的阅历和知识的不断丰富以及对生活的不断认识而形成的。

幽默作为一种能力，它像其他技巧一样，可以通过后天的努力而获得。自信、宽容、豁达、乐观的心理素质能使你的生活永远充满情趣和生机。因为具有这种品质的人能正视现实，笑对人生，勇于战胜困难，从而

取得成功。或者也可以说，幽默永远属于积极向上的人，属于生活的强者。

有人曾问萧伯纳，如何区分乐观主义者和悲观主义者。萧伯纳说：“看到玫瑰，乐观者说‘刺里有花’，悲观者说‘花里有刺’。”我们不难发现，生活中只有乐观主义者才有幽默感。

当富兰克林·罗斯福第四次连任美国总统时，某知名报社的一位记者来采访他，就他连任总统之事问他有何感想。罗斯福笑而不答，请记者吃一片三明治。记者觉得这是殊荣，很快就吃下去了。罗斯福又请他吃第二片，记者受宠若惊。后来罗斯福又接着请他吃第三片，此时，记者虽然肚子已不需要了，但还是硬着头皮吃下去。这时，罗斯福微笑着说：“现在已经不用回答您的提问了，因为您已经有了亲身的感受。”

丰富的知识，广博的见闻是幽默的沃土。换句话说，幽默是知识的产物。若想成为一位幽默家，不仅要古今中外、天南地北、历史典故、风土人情有所了解，还必须对天文地理、声光电化、文史哲经、名人轶事、影星趣闻都有所关注。“世事洞悉皆学问，人情练达即文章。”只有多读书，多积累知识，扩大知识面，懂得并能熟练地按技巧操作，才能登堂入室，修成正果。

苏联诗人马雅可夫斯基在一次演讲结束后，一位不怀好意者对他进行诘难：“马雅可夫斯基，你的诗不能使人沸腾，不能使人燃烧，不能感染人。”诗人回敬道：“我的诗不是大海，不是火炉，不是鼠疫。”众人听罢掌声如雷，而诘难者则瞠目结舌。

在日常生活中，一对总是吵闹不休的夫妻应该暂停下来，彼此以宽厚的幽默态度相处；一个情绪低落的人也应该试着抛开诸多烦恼，努力去想一些令人开心的事情。人们常常会有这样的感觉：当你处在千丝万缕的纠缠中被搞得束手无策时，突然的一笑就可以使你获得解脱。其实，幽默并非只为某些人所独有，幽默可以走入任何一个人的生活。因为它是一种技能，这种技能是可以通过勤学苦练获得的。看看下面故事中的主人公是怎样

么用幽默对待生活的。

丈夫对妻子说：“从明天开始，我决定重新做人，再也不喝酒了。”第二天晚上，他依然喝得醉醺醺。妻子说：“我以为你要重新做人，就再也不喝酒了。”丈夫答道：“唉！没想到我重做的这个人还是这么爱杯中之物。”虽然有点言而无信，但这种幽默的态度还是让妻子不再心有芥蒂。

幽默是智慧的体现，许多聪明人苦于缺少幽默感，归根结底是他们缺少幽默的智慧，缺少智慧的技巧。美国著名心理学家哈维·闵德斯在《笑与解放》一书中指出：“人人都可以成为笑的创造者，都可以把幽默感当做一种主动、有效的才能，应用在生活的各个方面。”

如果你处于一个与你的性格、志趣格格不入的环境中，就很容易用你的感情逻辑来对待环境，而环境的反馈又加深了你心理的重负。如果你这时用本能的、非逻辑的感情去对待环境，那么原先使你压抑的周围环境就会变得松散而生动，看上去也就不再那么格格不入了。也就是说，幽默的力量会使你发现环境的另一面，会发现你的性格、志趣的合理性的一面。而承认双方的合理性，调适便有可能实现，从而使心理上的压抑自然减轻或消失。

当你试图表达对某个人的不满又不愿意激化矛盾时，幽默是最好的武器。

有一家住户的水管漏得厉害，院子里已经积满了水。修理工答应马上就來，结果等了半天才见到他的身影。来了之后，他懒洋洋地问住户：“太太，现在情况怎么样啦？”

女主人说：“还好，在等你的时候，孩子们已经学会游泳了。”这位女主人的说法不失夸张，但幽默的巧妙运用淡化了她对修理工的不满。

如果你想发挥幽默的力量帮助你平息人生风暴，与他人建立和谐的关系，最终实现人生目标，那么就赶紧将这种力量付诸实行吧。

幽默是深渊里的一根绳索。幽默的力量体现在沟通上，就像我们打开

电灯开关，电力便沿着电线输送到机器上一样，只要按下幽默的按钮，也就能促使一股特别的力量源源而来。我们可以把这股幽默的力量导向他人，并与他人直接沟通。有了幽默，我们可以学会以微笑来代替苦恼；借着幽默的力量，我们就能使自己和他人摆脱痛苦。

总之，如果把人生比作一道精美可口的菜肴，幽默就是这道菜的调料。我们在日常生活中，要时刻预备这味调料，让生活有滋有味。

