

所谓高情商， 就是有趣和知趣

EQ

人生最大的敌人就是无趣，
我们可以一无所有，但绝不能无趣。

李林坪 著



贾平凹说：“人可以无知，但不可无趣。”

王小波说：“人生太孤单，我们要找个有趣的人一起过。”

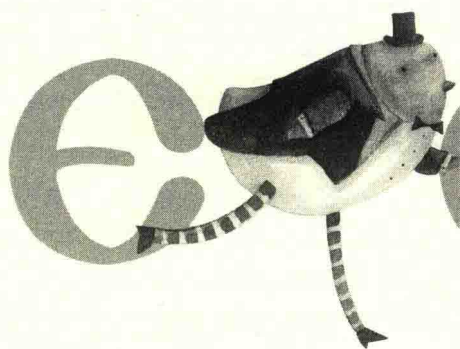
王蒙说：“在各种骂人的词中，无趣是一个很重的词，是一个毁灭的词。可悲的是无趣的人还是很多。”



文化发展出版社
Cultural Development Press

所谓高情商， 就是有趣和知趣

李林坪 著



文化发展出版社
Cultural Development Press

图书在版编目 (CIP) 数据

所谓高情商，就是有趣和知趣 / 李林坪著. -- 北京：文化发展出版社，2017. 6

ISBN 978-7-5142-1730-8

I. ①所… II. ①李… III. ①情商—通俗读物 IV. ①B842.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 080029 号

所谓高情商，就是有趣和知趣

李林坪 / 著

责任编辑：冯小伟

责任设计：侯 铮

责任校对：郭 平

责任印制：邓辉明

出版发行：文化发展出版社（北京市翠微路 2 号 邮编：100036）

网 址：www.wenhufazhan.com

经 销：各地新华书店

印 刷：北京中印联印务有限公司

开 本：889mm × 1194mm 1/16

字 数：230 千字

印 张：15

印 次：2017 年 12 月第 1 版 2017 年 12 月第 1 次印刷

定 价：39.80 元

I S B N : 978-7-5142-1730-8

一个人若是有趣，他就有了高级的魅力。明末散文家张岱有一句名言：“人无癖不可与交，以其无深情也；人无痴不可与交，以其无真气也。”意思是无趣的人，不值得交往。愿你无论际遇如何，永远别放弃做个有趣知趣的人。

前言

P r e f a c e

王小波说，人生太孤单，我们要找个有趣的人一起过；贾平凹说，人可以无知，但不可无趣；闰丘露薇则说，要让自己成为一个有趣的女人。此外，作家咪蒙则认为，对她来说，有趣才是判断万事万物的最高标准。人生最大的敌人就是无趣，我们可以一无所有，但绝不能无趣。

一个人若是有趣，他就有了最高级的魅力。明末散文家张岱有一句颇为自得的名言：“人无癖不可与交，以其无深情也；人无痴不可与交，以其无真气也。”意思是，无趣的人，不值得交往。台湾著名诗人余光中也在他的《朋友四型》里把人分为四种：第一型，高级而有趣；第二型，高级而无趣；第三型，低级而有趣；第四型，低级而无趣。

可见，做人实在不能无趣。王蒙说：“在各种骂人的词中，无趣是一个很重的词，是一个毁灭的词。可悲的是无趣的人还是很多。”端看大家对“无趣”畏之如虎，便知有趣是多么的可人。一个有趣的人，一定是热爱生活，懂生活，会生活的人。

一个人若是有趣，他必定拥有丰富的人生阅历、渊博的学识，同时也一定是一个讲故事的高手。常言道，有故事的男人总是令女人着迷。的确如此，因为很多事情都经历过，所以他们总是能有自己的见解，从不人云亦云。与大众不同，这本就是“有趣”的前提。但要如何做到这份“不同”呢？显然，只靠凭空想象，胡吹大气是不可能的。

高晓松一生走南闯北，博览群书，其人生经历之丰富，超过了绝大多数人的想象，这才造就了他在《晓说》里的全才，几乎有上知天文，下知地理的本领。

一个人若是有趣，他也一定是幽默的。姚明初到 NBA 时，曾有记者就他的英语水平差进行采访，问他有什么感想。姚明眼珠一转，幽默地说道：“火箭队对我这个新秀很贴心，给我配了个贴身翻译。一想到他有一天会失业，我的英语进步得就很慢。”

什么是幽默？很多人以为幽默就是讲几段荤段子，说几篇冷笑话。其实，做一个幽默的人很简单，只要保持我们的童心即可。萧伯纳说过：“幽默是使人发笑的一种主要因素。”王蒙也认为，“幽默的话语能减除痛苦，松弛情绪。”一个幽默的人，总是能以积极乐观的态度迎接生活中的挑战，所以，他们给人的感觉也是轻松有趣的。

一个人若是有趣，他的脑子里必定常常装着稀奇古怪的念头，也不怎么按常理出牌。比如他们经常会想：一个人要多胖才能让子弹打不透，穿黑色裤子或裙子，是不是能让臀部看起来小一点，听说狗狗也会吃草，把照片倒过来看看……有趣的人看待身边的事物，他们的视角总是显得与众不同。不用常规眼光看待事物，是变有趣的前提。

一个人若是有趣，在他眼里，生活里总是充满着各种好玩的事，他们永远望向生活里新鲜的那一面。罗丹说，世界上并不缺少美，而是缺少发现美的眼睛。

同样的道理，生活也是如此。有趣的人会诗意地栖居，浪漫地生活。他们的快乐与金钱无关，而是和内心的那份纯真相连。村上春树说过，要留住生活中“微小而确实的幸福”。可见，有趣就是从白水中喝出滋味，开启想象力，就是把平庸变成有趣。

一个人若是有趣，他必定有着自己独特的标签。有趣的人不会总是伪装自己，他们敢于表达内心真实的感受，敢于发声做自己。也许他们也有着自已的小缺陷，但那缺陷只会让他们更可爱。有趣的人，是有情怀的人，始终保持着初心，不随波逐流。

当然，一个人只是有趣还不够，还必须得知趣。高情商的人，就是有趣知趣的人。所谓知趣，就是懂得分寸，知进退，善于察言观色，不让别

人感到难做。通俗来讲，就是要有一股子眼力见儿。做人若是不知趣，往往容易得罪人，把好事变坏事。

一个人若是知趣，他必定懂得物极必反的道理。所以，他们懂得把握做事的尺度，无论是赞美一个人，还是批评一个人；无论热情好客，还是恭谦温和……他们都懂得凡事适可而止，不会因为过于热情而让人难以招架，也不会批评过度引起别人反感。

一个人若是知趣，他也必定是识时务、善解人意的。他们往往听话听声儿，能明白对方的弦外之音，知道对方真正想表达的是什么。知趣的人也知道，哪些场合下别人说的话不用听，哪些场合下，别人说的话一定不能忘；他们也知道，跟上司领导在一起，要适时地恭维对方几句；他们也懂得与不太熟的人相处，切忌交浅言深吐真心。

时下，人们评价一个人多是用“有趣”“无趣”为标准。如果被人说“没趣”，那将是很失败的。一个失败的人，他的人缘定然不会好到哪里去。人际交往是一门学问，更是一门艺术。一个有趣又知趣的人，必然受人欢迎，而这就是高情商的体现。

目 录

C o n t e n t s

第一章

第一章 人可以无知，但不可无趣

1. 你可以一无所有，但必须足够有趣 _002
2. 人人都愿意交有趣的朋友 _004
3. 有趣，是一个人最高级的魅力 _006
4. 有趣的人总是离幸福更近一点 _009
5. 有趣就是不轻易向寡味的现实妥协 _011
6. 有趣的灵魂源自内心的丰盈和富有 _014

第二章

拥有丰富的阅历，有料才能有趣

1. 有趣的人都是讲故事的高手 _018
2. 丰富的人生阅历是话题富足的根源 _020
3. 选择一些有趣而不是无聊的话题 _023
4. 拓展知识面，有趣的人都博学 _025
5. 与人分享你新奇的观点 _028
6. 不知道聊什么，就聊聊吃过的美食 _030
7. 讲一讲你旅途上的见闻 _032

8. 去做点看似无用的事 _035
9. 每天尝试做一件没做过的事 _037

第三章

幽默的人，一定是有趣的人

1. 跟有趣的人做朋友很重要 _042
2. 幽默源于一颗童心 _044
3. 姚明的幽默和高情商 _047
4. 涮别人之前，先拿自己开涮 _049
5. 黑自己黑得漂亮，也是门手艺 _052
6. 出其不意抖个包袱 _054
7. 无限尴尬时，幽默来救场 _057
8. 惟妙惟肖的模仿，让人捧腹 _059
9. 妙用修辞，出“笑”果 _062
10. 真正有趣的人在逆境中仍能保持幽默 _065

第四章

不按常理出牌，与众不同的魅力

1. 为什么我们长大后变成了无聊的大人 _070
2. 不用常规眼光看待事物，是变有趣的前提 _072

3. 有趣的人脑子里常常装着稀奇古怪的念头 _075
4. 摆脱语言定式 _077
5. 把照片倒过来看看，有点意思，事情倒过来想想，也会有趣 _079
6. 以难以忘怀的方式过一个年 _082
7. 勇敢一点，去挑战让自己恐惧的事 _084
8. 做点和身份不相符的事 _087
9. 要敢和别人不一样 _089

第五章

永远好奇，把平淡的日子过成诗

1. 在有趣的人眼里，生活里充满着各种好玩的事 _094
2. 诗意栖居是一种浪漫的生活态度 _096
3. 保持内心纯真的部分，快乐和金钱无关 _099
4. 留心生活中的“小确幸” _101
5. 有趣就是从白水中喝出滋味，换个角度享受平淡 _103
6. 开启想象力，就是把平庸变成有趣 _106
7. 学会给自己找乐子 _108
8. 认真生活的人最有趣 _111
9. 永远望向生活里新鲜的那一面 _113

第六章

性情中人，有独特的个人标签

1. 不必总是伪装，表达内心真实的感受 _118
2. 要有点小情怀 _120
3. 有点小缺陷的人更可爱 _123
4. 保持初心，做一个有趣味的性情中人 _125
5. 勇敢发声做自己 _128
6. 不要随波逐流 _130

第七章

过犹不及，知趣就是有分寸

1. “言多必失”，说话贵在精不在多 _134
2. 过分热情，反而显得客气与疏离 _136
3. 逢人只说三分话，未可全抛一片心 _139
4. 谦虚过度让人很不舒服 _141
5. 赞美也要适可而止，过度赞美惹人烦 _144
6. 响鼓不用重锤敲，批评点到为止就好 _146
7. 帮助朋友，不要总把你的恩惠挂在嘴边 _149
8. 有些事情不必小题大做 _151
9. 别那么急着否定别人 _154
10. 留点余地，话不说绝 _156

第八章

察言观色，知趣就是善解人意迎合需求

1. 别人正说到兴头上，别轻易打断和插话 _160
2. 有些问题要明知故问，比如“你这个钻戒很贵吧” _162
3. 提要求，选择别人心情好的时候 _165
4. 安慰失恋的朋友，不要说“是他配不上你” _167
5. 对方不一定是在向你求助，他只是需要倾诉 _169
6. 有人喜气洋洋邀请你评价他刚买的衣服，要说积极的话 _172
7. 别人的谎言，看破也别说破 _174

第九章

听懂弦外之音，领会真实用意

1. 虽然对方说“欢迎提意见”，但你别真的去提 _178
2. 对方向你询问第三者的意见，其实是想知道你的意见 _180
3. 找借口拒绝你的人，可能只是需要你再三邀请 _182
4. 酒桌上的承诺别当真 _185
5. 听到这些暗示语，你就该起身告辞了 _187
6. 当领导问你某方面的能力如何，别谦虚过度 _190

第十章

知晓禁忌，别哪壶不开提哪壶

1. 不谈论别人的隐私和是非 _194
2. 职场生存法则：不轻易吐露心声 _196
3. 同事的薪水再好奇也不能打听 _199
4. 绝不在同事面前抱怨老板的种种不是 _201
5. 黑色玩笑不适宜与老板开 _204

第十一章

懂得进退，识时务者才知趣

1. 装认输，把无谓的胜利让给对方 _208
2. 不咄咄逼人，给别人支一个台阶下 _210
3. 适当示弱，人人具有同情弱者的天性 _213
4. 做最佳配角，多给别人一些表现自己的机会 _215
5. 眼光要长远，接受暂时的低头与让步 _218
6. 认清自己的实力，别拿鸡蛋去碰石头 _220
7. 直路不通绕道成功 _223

所谓高情商，就是

第一章

人可以无知，但不可无趣



你可以一无所有，但必须足够有趣

一个有趣的人，不仅能从生活中积攒力量，为身边的人带来快乐，还能在逆境中实现自我突破。生活充满挑战，我们可以一无所有，但必须要足够有趣。

有一天晚上，巴尔扎克醒来时，发觉有个小偷正在翻他的抽屉，他不禁哈哈大笑。小偷问道：“你笑什么？”

巴尔扎克说：“真好笑，我白天的时候也翻了好久，连一毛钱都没找到，你在黑夜里还能找到什么呢？”

小偷自讨没趣，转身就要走。巴尔扎克笑着说：“请你顺手把门关好。”

小偷说：“你家徒四壁，关门干什么啊？”

巴尔扎克幽默地说：“它不是用来防盗，而是用来挡风的。”

正是他的这种苦中作乐的精神，支持着他创作。最后，经过十多年的努力，他的确做到了，一生共完成了九十本长篇小说，在世界文坛中有了极高的地位。

当一个人活得有趣，其实这个人就活得通透了。有趣的人，也许并不一定能成为下一个比尔·盖茨或者王健林，但他一定能快乐地生活。生活有了质感和喜感，其实才是真正的强者。一朵花开便灿烂，一阵清风也憧憬，这样的人生，幸福的指数才会高。

就像颜回，吃一小筐饭，喝一瓢水，住在穷陋的小房中，别人都受不了这种贫苦，颜回却仍然不改变向道的乐趣。无怪乎孔老夫子也称赞他：贤哉，回也。

身患帕金森综合症的霍金，全身陷入瘫痪的状态，一辈子只能固定在轮椅上，可他依然积极乐观，努力做一个有趣的人。2016年4月，他还开通了新浪微博，与广大中国粉丝互动。有一次，一位女记者问他：“病

魔已将您永远固定在轮椅上，你不认为命运让你失去太多吗？”霍金听完笑了，用还能活动的三根手指回答：我的手指还能活动，我的大脑还能思维，我有终生追求的理想，我有爱我与我爱的亲人和朋友。

换句话说，有趣是一种积极进取的心态，既不盲目冒进，也不自大、自满，而是用一种乐观的方式去面对那些生命中不如意的事。无趣的人常常缺乏从头再来的勇气，而有趣的人只怕挑战不够多。有趣的人，不但自己笑对困难，更能帮他人面对困难。

许洁的父亲在她高一的时候就去世了，她永远记得那个晚上，家里穿梭着前来帮忙和参加丧礼的人，她一个人呆呆地坐在后院的长椅上，满是不安和恐惧。她班上的一位男同学偶然经过后院，就那么瞥了眼就已看见许洁呆滞神情中溢出的恐惧。他径直走到许洁身边，什么也不说，只是用陪伴告诉许洁她并不是一个人。

直到第二天清晨，男同学忽然惊喜地大叫。原来，院子里有一颗柿子树，这个时节，正是柿子成熟的季节，红彤彤的煞是可爱。男同学急不可耐地想要爬上树摘柿子，可他试了好几次都没爬上去，反倒摔了个狗吃屎。看见男同学这么狼狈的样子，许洁情不自禁地笑出了声音。

就这样，他们搭上了话，聊了起来。没有聊她的父亲，也没有说什么安慰的话，只是讨论了哪种柿子好吃。许多年后，许洁忘记了红艳的柿子却依然记得那个男同学摔倒的样子。

有人说，当一个女人为一个男人做蛋糕，结果却搞砸了的时候，最暖心的做法就是，男人从后面搂着她的腰身，和她一起重新做一次。因为你永远不知道她有多认真，她只是缺少了一点天赋，又或者恰好那会儿运气擦身而过。有趣的人就是这样，他们往往能给身边的人带来从头再来的魄力，努力克服困难的毅力，以及直面失败的勇气。

生活总是充满意外和不可知，也许上一秒我们还是春风满面，顺风顺水，可能一转眼就会身陷囹圄，坠入严冬。很多人面对突如其来的意外，总是犹豫不决，更甚者则是充满了绝望，提不起面对的勇气，认为自己这辈子就这样了，就此意志消沉。

其实，有趣也可以看作是我们的人生底牌，可以让我们在逆境中崛起。有趣的人，不是贫嘴和恶俗，不是出丑和滑稽，而是一种内在的智慧和理

解生活后的淡定与泰然。是如沐春风的明艳，是素心包容的豁达，是山清水秀的情怀，是清澈如镜的明事理。可以说，一个人活在这个世上，不管缺少了什么，也不能缺少了这份“有趣”。



人人都愿意交有趣的朋友

明末散文家张岱有一句颇为自得的名言：“人无癖不可与交，以其无深情也；人无痴不可与交，以其无真气也。”无趣的人不仅自己活得没意思，也会给人灰暗、苍白的印象，使人不愿意靠近。

有一个笑话，说一个想长寿的人问大夫，怎样才能更加长寿。

大夫说，第一不许生气。

他回答说，我从来就不生气，一辈子就没大声说过话。

大夫又说，第二不许吃酒。

他又回答说，我一辈子从不曾吃酒。

大夫又说，第三不许近女色。

他一脸自豪地说道，我这一辈子连老婆都没有娶过，更何况女色。我希望知道的是，这些我都做到了，还应该注意什么才能长寿？

大夫默默地看着他，意味深长地说道：作为一个男人，你既不喝酒，又没脾气，还不近女色，那你活这么长干吗？

无趣的人就是这样，他们要么总是一本正经，要么总是板着一张脸，再不然，一开口就是各种抱怨，各种负面言论，好像全世界都欠他钱似的。这些人未必没有才，未必没地位，但是，和他们在一起，就是让人觉得不舒服。比如，聊天他只谈国家高层动态，只谈政治八卦，他津津乐道谁是谁的人，最近又有谁可能要出事；或者邻居家的狗半夜乱叫，吵得他不得