

The sense of humor



# 幽默感

如何让沟通变得有趣、有料、有效

考薇 著

实现高情商生长，成为更棒的自己

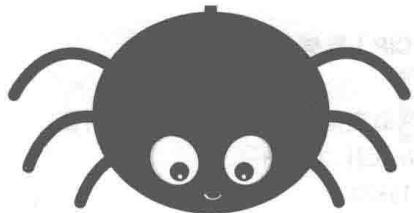
沟通有道 有趣知趣 学会思考 自我精进

天津出版传媒集团

天津人民出版社

课外借





# 幽默感

如何让沟通变得有趣、有料、有效

考薇

著

天津出版传媒集团

天津人民出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

幽默感:如何让沟通变得有趣、有料、有效/考薇  
著. —天津:天津人民出版社, 2018.8  
ISBN 978-7-201-13872-5

I. ①幽… II. ①考… III. ①幽默(美学)—通俗读  
物 IV. ①B83-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第174428号

## 幽默感:如何让沟通变得有趣、有料、有效

---

出 版 天津人民出版社  
出 版 人 黄 沛  
地 址 天津市和平区西康路35号康岳大厦  
邮 政 编 码 300051  
邮 购 电 话 (022) 23332469  
网 址 <http://www.tjrmcbs.com>  
电 子 信 箱 [tjrmcbs@126.com](mailto:tjrmcbs@126.com)  
责 任 编 辑 刘子伯  
印 刷 北京合众伟业印刷有限公司  
经 销 新华书店  
开 本 880×1230 1/32  
印 张 6.5  
插 页 0  
字 数 150千字  
版次印次 2018年8月第1版 2018年8月第1次印刷  
定 价 35.00元

---

版权所有 侵权必究

# 前言



关于幽默这件事，总共分三步。

第一步，我们要知道，幽默是从哪儿来的。

现代意义上的“幽默”，是个地道的外来词儿，其英语叫“Humour”。五四运动时期，关于怎么翻译“Humour”着实有争议，有人提议译成“西牀”，也有人主张译为“幽默”或“语妙”等，不一而足。而林语堂则认为，译成“幽默”二字以后，既是音译，又包含“作品隐谑，令人静中寻味”的意思。林语堂不仅将这个词语的神韵通过翻译成功地传递出来，后来又创办了《语丝》周刊，刊登了许多幽默小品，将幽默这一艺术发扬光大。林语堂本人曾说：“幽默本是人生之一部分，所以一国的文化，到了相当程度，必有幽默的文学出现。”幽默无论是对人生、对文化，还是对一个国家，都是非常重要的。

第二步，我们还要知道，幽默是怎么没的。

有人总觉得自己不幽默，费尽心力说出一句“妙语”，却生涩

无比，得不到赞赏。问题到底出在哪儿呢？

其实，幽默是在不断发展当中的，随着时光流转，当年林氏的幽默和如今的幽默也已经不是百分百“对味儿”了，当年的幽默故事今天看起来可能也会觉得有隔离感，可见幽默不是一成不变的，今天的幽默有今天的内涵，有今天的俏皮，有今天的时效。但无论时光怎么流转，有一点是没有变过的，那就是幽默和胡闹、搞笑、滑稽不同，幽默不仅是“有趣”的，还是“有料”的。

你不幽默，不讨喜，不会说话，可能就是因为：你没有“料”。

所以今天这本书，就是集身边诸位成功幽默者及失败搞笑者的经验，与大家共同探求出一条路：到底怎么才能成为一个既有趣又有料的人。

第三步，我们要让自己，真正地幽默起来！

现在就开始行动吧！

# 目录



## 第一章 有趣——首先做好你自己

好想成为一个有趣的人啊。

在时下注重交往的社会，这是大多数人的心声。然而，关于成为“一个有趣的人”，太多人把关注点放在“有趣”，却忽略了“人”。做好了自已，成为一个基本合格的人，才是“有趣”的最关键前提。

拒绝迎合——切莫让自己故作滑稽 / 002

不要勉强——为了“有趣”而“有趣”其实最“无趣” / 009

把握分寸——不走太近，是一种能力 / 016

丑是有罪的——别为自己的邋遢找借口 / 023

自我认同——你都不在乎你自己，谁会来在乎你 / 031

## 第二章 有趣——舌头是把双刃剑

我很爱说话呀，怎么大家并不喜欢我呢？

许多人误解了有趣的意义，以为话多就是有趣，不冷场就是热闹。实际上语言是一项入门易、精进难的“绝世武功”，高手说话句句是香甜的蜜糖，门外汉说话句句是伤人的砒霜。想要真的“有趣”，先知道语言的厉害吧。

拒绝语言的暴力 / 038

请把说话的机会让给别人 / 045

有时候，倾听会让你变得更有趣 / 053

时机，是一件秘密武器 / 061

“我说这话是为你好” / 068

## 第三章 有趣——幽默是一门不难掌握的技巧

工作、交友、恋爱……生活中处处都需要“有趣”，但我天生不是一个有趣的人，怎么办呢？虽然幽默感是一种与生俱来的能力，但也并非后天不能培养，总有一些巧妙法让我们可以量化幽默感，从而变成一个“与原来的自己相比更有趣”的人。

量化幽默技能 / 076

巧用语言技巧 / 082

怎样运用典故 / 090

背书，是永远不错的法则 / 104

好好说话就是好好思考 / 111

## 第四章 有料——装满自己才能“倒”出精彩

只有趣，没有料，并不是真正的幽默感——这是公认的事实。但想要成为一个有料的人，没有后天的努力是根本不可能实现的。每个人降生之初都像是一只空杯子，如果不装满自己，又怎么能够“倒”出你的精彩？

请用心做好当下的事 / 124

告诉自己很想要有钱 / 130

成功就差“多想一步” / 136

掌握一门“核心技术” / 145

目标不匹配，干什么都累 / 153

## 第五章 有料——好好生活是一种能力

想要有趣，想要有料，说到底我们是想要好好地生活，而好好地生活，又会让我



们更加有趣，更加有料。不要忽略生活的力量，你好好地过日子，日子会回报一个更有趣更有料的你。

工作快起来，生活慢下来 / 162

你有多久没赞美生活了 / 170

别相信“平平淡淡”才是幸福 / 177

别人的生活，你强学不来 / 185

学会在生活中成长 / 193

# 第一章

## 有趣——首先做好你自己

好想成为一个有趣的人啊。

在时下注重交往的社会，这是大多数人的心声。然而，关于成为“一个有趣的人”，太多人把关注点放在“有趣”，却忽略了“人”。做好了自已，成为一个基本合格的人，才是“有趣”的最关键前提。



## 拒绝迎合——一切莫让自己故作滑稽

真心想做一个幽默的人。

一个小姐妹这样跟我说。

说这话的时候，小姐妹还对我扮了一个鬼脸，但是说心里话，我真的觉得不可爱，相反我的身上起了一层细密的鸡皮疙瘩。她丝毫没有体会到我的这种感受，反而进一步追问我：“你说为什么这样呢？其实我真的觉得自己蛮可爱、蛮搞笑的呀，但是……他们好像都觉得我不太幽默，我也不太受欢迎。”

我看着她那张真诚的脸，忍受了她再一次扮出的鬼脸，到嘴边的话还是咽了下去。因为我知道，那句话说出来她可能会很伤心——以前的你，远比现在的你要受欢迎得多。

如果不是你总在故作滑稽的话，可能情况会变得更好一些。

小姐妹，以前是个文静小女子，刚上大学的时候，有同学是这样形容她的：“静静地坐在那里，像等着露水的花。”你看你看，有多美！这样的女生美固然是美，但却很难成为众人的焦点，也很难在聚会中成为最受大家欢迎的人。上学的时候，大家经常约周末“狼人杀”，那些比较健谈的、有趣的、活泼的人会受到格外真诚的邀请：“你一定要来啊！不能‘再说’，现在就定下来，要来要来，你不来都没有意思了！”但像小姐妹这样的人，大家也会约，但就只是通知她时间和地点而已，来了蛮好，不来大家也就“哦”一下，因为她的存在对整体的游戏氛围没有太大的影响。

小姐妹虽然表面上文静，内心却是一个热情的人，每次游戏她虽然像等待露水的花似的坐在人群里，但却非常渴望成为一个像某某、某某某那么受欢迎的人。这种渴望改变的想法潜藏了很久。

但真正的爆发还是由于失恋。没有什么比失恋更能刺激一个女孩了，小姐妹高中时期谈的男友劈腿了，劈腿对象就是经常一起玩的、每次都能在“狼人杀”里成为最厉害的杀手和最活跃的平民的小丫头。男友说了，觉得和那个小丫头在一起，生活有意思。

小姐妹在经历了哭、绝食、抑郁等常规失恋过程之后，突然间觉醒过来了，她要成为一个很幽默的人，也要妙语连珠，谈笑风生，成为所有人的焦点。

然后她就开始练习了。

一是开始增加自己的面部表情，夸张自己的语气。她长得蛮好

看，但是以前从来没有有什么夸张的表情。现在不同了，每次聊天她都要配上一个非常夸张的表情。举例来说，以前喝了一杯水，烫到舌头了，她会皱紧眉头，烫得特别疼了，才顶多说一句“哎呀”。但是现在不同了，如果烫到了舌头，她会非常夸张地扭曲脸上所有的五官，然后极大声地说一句：“好烫哦！”这时候如果有人投来关切的目光，便会吐一下舌头，故作可爱状。那种假惺惺、并非发自真心的卖萌，有时候会让人萌生“干脆烫死你算了”的冲动。

二是过度讨好他人。小姐妹的思想里有一个误区，那就是“要想成为别人喜欢的人，那就要拼命夸赞别人，谁不愿意听好话呢”。然后她就在这条谬赞别人的路上越走越远。举例来说，看到同班女生穿了一件新裙子过来，按照以前她只会说“新裙子哦”，如果是我们这些普通人的话，可能会说“哎呀，新裙子啊，好看呢”。但是现在，她看到人家的裙子，要非常巴结地走上去，拉住人家的裙角，然后用非常夸张的语气说：“哇，好漂亮啊！真的，像仙女一样，真的只有你才穿得出这种效果啊，哇，你眼光真的好棒。”这种过度的夸奖会让对方觉得非常尴尬。

三是频繁宣讲贬低自己的笑话。许多人以为幽默就是搞笑，搞笑就是开玩笑，既然不敢开别人的，那就开自己的玩笑好了。小姐妹就是这样做的，有时候和大家坐在一起，没有什么话好讲了，特别有趣的事情自己也不晓得，便开始讲自己的蠢事。最经典的一次，她想夸一个女生穿衣服很得体，便开始讲自己的丑事，她说：“啊啊啊，我就不行的。有一次月事期，我居然还蠢得像头猪一

样，穿了一条白裙子。哇，然后在公交车上，下车之后感觉好多人都看我，我还想是不是自己今天的裙子蛮美的，走得更加开心了。直到后来，有个小男孩走过来拍拍我，他说大姐姐，你的内裤是不是掉色了，啊哈哈哈哈……”小姐妹当时讲这个笑话的时候，现场是有笑声的，但这笑声非常的不爽利，大家都不太确定是应该笑还是不应该笑。如果笑，就显得非常没有同情心，尤其是男生，如果笑了甚至会显得色情和不怀好意了。可是如果不笑，大家呆呆地看她一个人丢了面子却还在努力大笑，那又会变成一件更加尴尬的事情。

于是，为了避免这么多的尴尬，大家决定不再约她了。

小姐妹发现自从自己“幽默”了之后，追求者远不如从前多，聚会受到邀请的次数也是越来越少。不过她不会气馁的，有时候聚会不请她，她会不请自去，然后带着故作夸张的表情坐在大家中间，笑嘻嘻地说：“哎呀，我来刷存在感，就是怕你们忘记了我，而且还有件好笑的事情给你们讲，真的，你们都不知道我有多傻，那一天啊……”大家的脸上都带着意味深长的笑容，谁都不说什么。

她真的想成为一个幽默的人，可惜走错了路。

那不是幽默，而是一种精神上的自残行为，她不断地贬低自己、改变自己，不断试图降低自己的气质和地位去迎合他人，却不知那真的不会让你变得更有趣，而会变得更滑稽，更粗俗。

在幽默的世界里，这种悲剧比比皆是。

## 二

幽默，就只是幽默，它不是滑稽。

苏格拉底有个著名的悍妻，估计平时家庭暴力也少不了。有一天苏格拉底被老婆一顿高声喝骂，然后又浇了一大盆水，这么尴尬的事儿，苏格拉底只是抹了一把脸上的水，然后笑笑说：“我就知道嘛，打雷之后总要下雨的。”

这就是幽默。

但如果一个大汉向别人转述：“昨天我老婆当街骂了我一顿然后还泼了我一身水，我也没有客气啊，也回泼了过去，那叫一个过瘾，啊哈哈。”

这就是低俗，如果有人跟着笑了，那这大汉顶多算个搞笑。

说到底，幽默之所以能够被称为幽默，是要以“尊重”作为支撑的，失去了最起码的尊重，一切都变得不像那么回事了。

比如我这个小姐妹——其实后来她也已经算不上我的小姐妹了，因为我也和她处不来了。我曾劝过她不要太过分地贬低自己，她只是捧着脸非常认真地点头对我说“嗯嗯，哇，你说得好有道理啊，好想成为像你一样的人啊”，然而事后是一点也不改。她就是缺乏了这种尊重——对自己的尊重。

我们每个人都想受欢迎，都想成为一个有趣的、被大家关注的人，但是这种事情不是强行得来的，是需要后天的学习、思考，甚

至可能通过努力和学习也依旧不行。但无论怎样，我们最先要保证的一点是，不能失去自我，尤其不能失去自我最宝贵的部分。

一是要坚持底线。别人想要听什么，确实是我们需要考虑的事情，但不能因为别人想听我们的秘事，就把自己拆碎了给他听；不能因为他想听我单位的机密，我就毫无保留地全都告诉他，要保留住自己的底线和原则。

二是要保护自己的尊严。朋友之间当然是可以开玩笑的，有时候细想起来，很多谐趣小事都是从彼此开玩笑上诞生的。但是绝不可以失去自己的尊严，为了哗众取宠把自己弄得像个傻瓜，那样即使得到了当场的笑声，也得不到长久的友谊和今后的欢迎。

三是要坚持自己的性格。我们每个人都有自己的个性，有些人外向活泼会说话，有些人内敛平静不乐于表达，这都不妨碍你成为一个有趣的人，没必要强行改变你的性格。如果强取，就好像让一只兔子去学老黄牛耕地一样，累死了也学不像，还要成为别人的笑柄。

坚持了上面三个原则，可能会有人问：“天哪，那还能成为一个有趣的人吗？”当然可以！我在协和医院的一个朋友，皮肤病大夫，标准的科研人员，文静得像露水似的，起初单位午休的时候大家聊天放松心情，她根本插不进话，被人误会为“有点清高呢”，后来她开始学习如何培养幽默感，大家聊天的时候认真听，用心记下人家说得好、说得巧的话，再后来，午休聊天的时候她的话依旧很少，但总能适时地说上一句很巧妙的话。平时安静，一出语就惊



人，而且她从来都很坚持底线，不卑不亢，绝不伤害自己和他人的尊严，所以现在大家都说她是一个“很幽默的人”。

你看，其实真的没有那么难。

幽默，是一种学习之后自然得来的本领，绝不是强撑着去故作滑稽的伎俩。摆正了这种心态，端正了自己的位置，我们才能开始接下来的学习，朝着成为一个有趣又有料的人这个大目标进发。

## —— 链接 · 幽默与尊严

英国著名大文豪萧伯纳，是个名副其实的“瘦子”。有一天他碰到一位大腹便便的富豪商人，商人见萧伯纳那么瘦，便嘲讽道：“啊，看见您，我就知道这个世界的某些角落确实还存在着饥荒呢。”萧伯纳并没有生气，他笑咪咪地回应道：“没错。但是看见您，人们就会明白饥荒存在的原因。”

从常理来说，萧伯纳的幽默其实已经存有“人身攻击”的成分了，是我们所不提倡的，但是由于胖富豪攻击萧伯纳在先，所以这种幽默的反击反而成了一种保护自身尊严的好方法。