

寻找到了“黑匣子”，飞机遇难的缘由会真相大白。茫茫人际有没有一个“黑匣子”呢？

我们推出的这套丛书，就是试图从文化的深层结构、心态的瞬息变演，以及人与人、人与模式、人与社会的诸多接触中，给读者诸君提供一些可靠的信息和实践的真知，使你在事业的竞争和生活的角逐中获得一个引导你正常“飞行”的“黑匣子”……

## ■ HEI XIA ZI 黑匣子



慧玲 著

# 幽默的奥秘

· 黑匣子 · 黑匣子 · 黑匣子 · 黑匣子 · 黑匣子 · 黑匣子 · 黑匣子 · 黑匣子 ·



# 幽默的奥秘

耶慧玲 著

责任编辑：曹礼尧

封面设计：邹小工

版面设计：杨 桦

书名 幽默的奥秘

作者 郑慧玲 著

四川文艺出版社出版发行

成都盐道街三号

新华书店经销

内江新华印刷厂印刷

1988年5月第一版 开本787×1092 1/48

1988年5月第一次印刷 印张6.25

印数 1—60000册 字数150千

ISBN7—5411—0237—7/I·224

定价： 1.75 元

## 内 容 介 绍

开动力量的开关，按下幽默的按钮，对你大有裨益。

人们常以为疲劳纯粹是生理的原因所致，其实更多是心理或情绪上的原因。幽默可以减轻压力，润滑磨擦丛生的人际关系，消除紧张，化解冰霜，使我们脱离许多不愉快的窘境，从而消除疲劳，使精神振奋。

在生活中、工作中、在事业上、爱情上，以及在许许多多的场合，幽默的力量能使你活力充沛，获得神奇的效应。

此书将会引领你在幽默之宫遨游，洞开你的心扉，教会你幽默的艺术。

## \*\*\*\*目 录\*\*\*\*

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 幽默的力量 . . . . .         | 1   |
| 何 谓 幽 默 . . . . .       | 18  |
| 如何运用你的幽默力量 . . . . .    | 36  |
| 个人生活中的幽默力量 . . . . .    | 70  |
| 婚姻和家庭生活中的幽默力量 . . . . . | 101 |
| 工作上的幽默力量 . . . . .      | 136 |
| 以幽默力量来传达讯息 . . . . .    | 183 |
| 讲台上的幽默力量 . . . . .      | 216 |
| 开发幽默力量的资源 . . . . .     | 257 |
| 幽默力量——今日看你! . . . . .   | 286 |

# 幽默的力量

小宝宝在哭，菜烧焦了，学童不听老师的话，教友不专心听牧师讲道，消费者抱怨买到过期食品，推销员正愁达不到销售业绩，老板拉长着脸，职员闷了一肚子气，同事不尽职责，好象什么事都不对劲！

也许还有比这更糟的，你的晋升、考绩、加薪等等，全泡汤了。

为了应付人生大大小小的挑战，你需要力量——不论你是为人父母或为人子女，是老师或学生，是台上讲道的或台下听道的，是售货员或消费者，是老板或职员，是上司或属下。问题是：需要何种力量？

就思想上来说：我们的生活中充满各种力量。一天之中也许会有十几次以上，我们提到“力量”这两个字。我们说军事力量，团结就是力量，思考的力量，精神力量，宗教的力

量，人的意志力，增强体力，战胜邪恶的力量等等。

就行动来说，力量使我们振作，促使我们去做。力量的寻求把人类引向善的目标——同时也引向贪得无厌的目标。古今中外的独裁者莫不是抓住力量，运用它来控制别人，进行压制与破坏。这种力量不仅能毁掉他人，也会摧毁掌握力量的人本身。

如果你想要的只是这种控制别人的力量，那么只消一句赞语或一根棒子就行了。一句称赞的话或一顿鞭打都很容易叫人随你的意思去“做”。但是别人是否会随你所希望的去“思想”，那又是另一回事了。每个人都需要别人的赞赏和认可，赞美的话语或金钱的报酬能帮助我们满足这个需要。但是若非出于真诚的关怀和为他人设想的考虑，那么金钱会流于冷淡，赞美会流于空洞。出于真心的赞美方能使人打心底领受，金钱也才能成为成就的象征。

基于以他人为主的观点，我们会发现力量可以随我们居心善恶，变成好的力量或坏的力量，而做出好事或坏事。关键在于：是我们拥有力量，或是让力量拥有我们。

当我们想：“只要我能叫我的家人、朋友、同事、或邻居，照我所希望的去做。”这时力量便张牙舞爪攫住了我们。这种想法表面

上好象能叫别人顺服我们，但是实际上并没有真正满足我们的需要。

要从他人得到我们所需要的，最好的方法是他人需要什么就给他什么！在心理学领域中，尽管各家论点不同，但是这样的看法到处可见。有的心理学家说的是情绪的条件化历程或行为的强化。有的学者则说人有一种“透过他人眼睛来看事情”的需求，或是将自己投入他人的困扰与希望中的需求。不论基于何种论点，都是指向同一个目标：增进我们对他人、对自己的了解。而我深信幽默的力量能够帮助我们达到这个目的。在提供一些指引之前，我们有必要先讨论几个问题。

幽默的力量是什么？和幽默感是同一回事吗？而幽默又是什么？现在我们先就几个词汇明确解释一下。

幽默是指一种特性，能够引发喜悦、带来欢乐，或以愉快的方式娱人。

幽默感是一种能力，是了解并表达幽默的能力。

而幽默的力量则是一种艺术。是运用你的幽默感、应用幽默，来增进你与他人的关系，并改善你对自己真诚的评价的一种艺术。

其次还有一个问题。我要如何得到幽默的力量？我个人是从演说、教书及研究心理学等的专业生涯中，以付出幽默力量而学得。在诺

特丹大学任教的那些年，我从学生中学到幽默的力量，现在又继续从我的听众和同事中学得。事实上，这个和我共事、多方协助我的小组曾为我创一个新词汇——教娱家（教育家兼娱乐家）——以表达我这一信念：幽默的力量强化了学习。

在我个人的生活中，我和内人蓓蒂安及我们的八个孩子，共享幽默的力量。我从孩子们身上所学到的幽默力量，远胜我教给他们的。

基于我个人的经验，深信我们可以去发现：如何按下按钮！

就象我们打开电灯开关，电力便沿着电线输送过来一样，按下我们幽默力量的按钮，也能促使一股特别的力量汨汨而来。我们把这股幽默的力量导向与他人直接沟通。

## 幽默和幽默力量

---

有了幽默，我们可以学会以笑来代替苦恼。借着幽默力量，我们能将自己和他人提升到痛苦之上。

事实上，幽默力量的形成主要在于我们的

情绪，而不在我们的理智。你的幽默力量是你以愉悦的方式表现出来的你。它表达出你个人的真诚，你本性的大方和心灵的善良。

真正的幽默是从内心涌出，更甚于从头脑涌出。它不是轻视，它的精义是爱。

——汤马斯·卡来尔

在人生每日的际遇中，如果你希望自己的目标及你与他人的关系变得更有意义的话，那么幽默是你不可缺少的力量。以幽默力量来帮助别人，你会发现你同时也帮助自己建立了更充实满意的生活。这种力量象一座桥梁，拉近了人我之间的距离，弥补了人我之间的鸿沟。

幽默力量是奋发向上者和希望与人建立良好关系者不可缺少的东西，是行政管理和领导阶层者必备的条件，是父母、老师、牧师、推销员手上的王牌，也是每一个希望减轻自己人生重担的人所获的赏赐。它也是我们对遇见的每一个人可以给予的赏赐。

幽默可以减轻压力，润滑人际关系，消除紧张，祛除人生压力，提高生活的品质。它可以把我们各人的壳中拉出来，使我们和他人相处时不致紧张，化解冰霜，使我们获得益友。它可以使我们振奋，信心大增，使我们脱离许多不愉快的窘境。

## 人与人相处—— 要靠幽默来打气

人与人相处的时候，常常是使用幽默力量的大好机会。我们从下面几个例子可以看出幽默如何在人际关系中发挥它的力量。

我们对日常生活中的摩擦，如果能以轻松代替敌对来处理，那么幽默力量能消除原有的不快，增进人际的和谐。

例如公车乘客和车掌经常处于对立的局面，一点小事都会引发火爆场面。但是如果有一位车掌笑眯眯地对慌慌张张大叫：“小姐下车！”的乘客，这样回答：“小姐不能下车，小姐下车了，谁来剪票？”不仅这位乘客会报以微笑，可能全车都洋溢了笑声和温暖的感觉。

当我们要表达心里的不满，如果能使用幽默力量的话，别人听来会好过一些。例如有一位顾客对侍者说：“我有一套办法，保证叫你多卖出三成的柳橙汁。你只消把杯子倒满。”

这位顾客巧妙地运用幽默力量来表达失望感——却不致带给侍者难堪。也许他还是没有喝到满满一大杯的柳橙汁，但是他一定能得到

友善、愉快的服务，和亲切的欢迎他下次再光临该店。

差不多在任何情况下，以富含幽默的评语来代替抱怨，都可以使你得到比较周到的服务，包括你在餐馆点菜，到抗议破损的商品。

幽默力量能帮助我们避免与他人争吵。下面是一个例子：

“你赞成最近公布的那条新法案吗？”有一位住户这样问他的邻居。

“嗯，我的朋友之中，有的赞成，有的反对。”这位邻居回答：“而我赞成我的朋友们！”

这位邻居是以友善的方式表达了：“让我们赞同各种不同的意见！”如果对某一件事情众说纷纭，或者一个问题很棘手，我们可以照这位邻居的方式来回答。我们自己的幽默力量提供我们换个说法：“我还没拿准呢！”或是：“现在不适合来讨论这个问题。”

幽默力量能帮助我们松弛人与人之间的紧张，扭转颓势。例如：

旅馆职员说：“对不起，我们的房间全部客满了。”

旅客问：“假如总统来了，你可有房间给他？”

“当然有！”职员回答。

“好，现在总统没来。”旅客回答：“那

么你是否可以把他的房间给我？”

结果可能是这位旅客得到了房间，或者是这位职员帮他找别家旅馆去投宿。当我们需要把别人的态度从否定改变到肯定时，幽默力量具有说服的效果。

除了上述人与人之间相处需要借助幽默力量以外，个人面对自己的时候，幽默力量如何帮助他解决灰心失意或其他痛苦的情绪？下面是两个例子：

幽默力量能使人在沮丧中转败为胜。以一位足球教练为例，他的球队刚刚在一次重要比赛中惨败。有人问他觉得何时可以扭转乾坤，教练回答说：“唱完国歌以后。”我们也可以学学这位教练，运用幽默力量来减轻惨痛的现实所带来的打击，来应付灰心失望，把失败或困难视为暂时的“短路”，不是全部力量的丧失。

我们若能笑谈那些看来似乎很严重的事情，那么可以说已经达到幽默力量的颠峰了。

我们来看看这位大学生，一面检视他那辆全新摩托车被撞毁的残骸，一面说：“唉！从前我老是说，有一天我能拥有一辆摩托车就好了。现在我真的已经拥有一辆车了，而且就真的拥有那么‘一天’而已！”

对这位年轻学生来说，车被撞毁是严重得

不得了的事，但是他不愿把它看得太严重。如果，你也能在痛苦、困窘、或失望的时候，不愿把眼前发生的事情看得太严重的话，那么在那一刻，你已经抓住了幽默力量。

幽默力量能使人解脱，它使我们自由自在表现我们自己，表达我们的想法，并表露我们的感受。我们借着它振奋的能源，而得以自由去冒险，愿意并能够表现不平凡的作为，创造有意义的人生。

有人取笑幽默力量的想法，认为是轻浮的，或者认为只有在休闲余暇才适合谈幽默，并登不上人生的大雅之堂的。这种人对幽默力量不屑一顾，把它踩在脚下，其实正好相反，幽默力量是高高在他们之上，抓都抓不到的。这种人可以比喻为混凝土——混杂而硬化在一处了。

幽默作家桃乐西派克，有一次耐心地听一位毫无幽默感的人发表观感。

毫无幽默感的这位仁兄说：“我真受不了（bear）呆子。”

她说：“哦？真有趣。你母亲就能。”（注：英文bear一字，当“忍受”解，亦可当“生产”解，此处为双关语。）

但是大多数人仍然重视幽默力量。这常是你我羡慕朋友的地方——“他真幽默啊！”，也是你我批评敌人的地方——“多没幽默

感！”。

我们希望和幽默的人一起工作，并乐于为这样的人做事，而且也希望选择一位有幽默感的人，做为终身伴侣。商场和工厂里认为经理人材必须具备幽默力量。学生渴望老师富有幽默感，坐在课堂里才能如沐春风。我们也希望政府官员多有一点幽默感。政治家在竞选时不忘多多利用幽默。小孩子会因为父母和玩伴常常表现幽默，而心志活泼健壮。但是可怜有许多小孩从没看过父母的笑容，没听过父母的笑声。

## 属于你自己的幽默力量

---

幽默力量是属于你自己的，是你和你在人生中所扮演的角色所拥有的。你如何发挥这力量来发展你的人格，开创成功的事业，增进你与家人、朋友之间的关系？

以后的几章里我们要陆续举出许多实例。现在我们先来假想在某一天之中可能发生的各种情况，看看幽默力量如何发挥它神奇的效用。

紧急情况：下面这两种情况是当你的幽默

暂时短路了。结果会如何？看吧！

你睡过头了——醒时又闻到早餐烧焦的味儿。这时你面临抉择。嘀咕，大骂，大吼；或者把你的幽默力量凝聚起来，问太太：“好吧，今天早上看你拿什么东西丢进我笼子里来喂我？”

在一个刺骨的寒冬，你正要动身去上班时，邻人面带愠色向你大吼。原来你的车紧停在这位芳邻的车后面，使他的车动弹不得。

现在你再次面临抉择。对你的芳邻说：“地方多的是，混帐！你没长眼睛啊？”或者笑笑抱歉道：“对不起，今早上太冷了，我连我太太都动不了！”（更别说要动你的车了！）

到了公司里，你看见老板或经理正对着堆积如山的文件发脾气。这时你的幽默力量可以平息缓和这暴躁的局面。你可以说：“别忘了如果我们要从去年的档案中，把标‘重要’的文件挑出来，到头来大概手中只拣出几枚回纹针吧！”

吃午餐时，你的同事仍很紧张，甚至有点火药味。你希望松弛紧张、避免争吵，帮助他们忘记公事的烦忧。你就说个笑话吧！

“昨天中午我来吃饭时，问隔壁桌子的一个人说：‘你要买我们公司产的零件吗？’”

‘不要’他回答说：‘凭什么我该买？’我对他说：‘嗯，我想告诉你，我之所以在餐桌上谈公事，是因为这一来这顿饭就可以减税，’”

其中有一位同事，正为下午会议上要发表的演讲而心焦如焚，用几句富含幽默的话来消除他的紧张吧！

“别担心。演讲完了，如果有人这样跟你说，你就对他哈哈笑——如果他说：‘你的演讲还不算完全失败，至少我们可以常常以做为失败的例子，以为借鉴。’”

下了班回到家里，又面临一场家庭战争。你那读大学的儿子以幽默的口吻问你：“爸，你可知道人类学家说，人本来不该是直立而行的？”你回答：“这又怎样？”他说：“所以把汽车钥匙借给我吧！”

可是你今晚要赴个宴会，需要用车，于是……

你到了宴会上，有一个家伙非要你干了那杯酒不可。你可以立刻变了脸色，痛责那人不近情理，晓以“不干杯运动”的大道理，或者你也可以微笑着说：“您放心，我可没有热情如火，也没有心焦如焚！”

在这样的一天之中，你的幽默是否曾一度失灵？

第一次也许是在那位准备演讲的同事焦虑