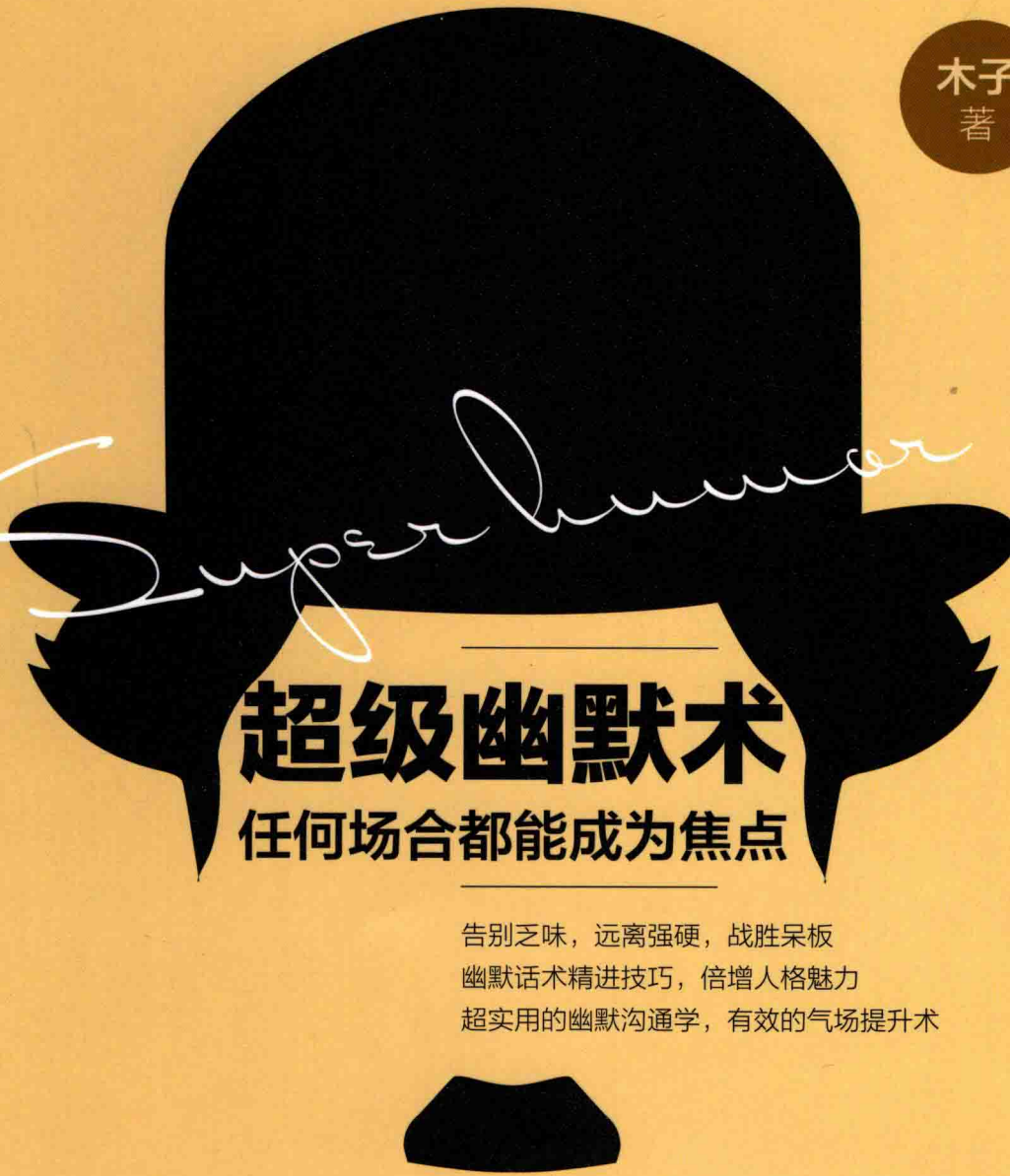


木子
著



Super humor

超级幽默术

任何场合都能成为焦点

告别乏味，远离强硬，战胜呆板
幽默话术精进技巧，倍增人格魅力
超实用的幽默沟通学，有效的气场提升术



中国纺织出版社



超级幽默术

任何场合都能成为焦点

木子 著

 中国纺织出版社

内 容 提 要

现在的社会,人际交往越来越频繁,也越来越重要。口才的优劣已经能够决定一个人在生活和工作中的优胜劣汰,而幽默,作为口才中最重要的一环,也起着至关重要的作用。

本书通过通俗易懂及贴近生活的案例加上系统的理论分析,告知读者在生活、工作以及做人做事中如何利用幽默来决胜千里之外,告诉读者幽默有哪些技巧,如何掌握这些技巧。幽默说起来好像很简单,但真正能恰到好处地幽默却并不容易。本书通过对幽默全方位的探讨,希望给读者提供一个认识幽默、运用幽默、享受幽默的窗口。

图书在版编目(CIP)数据

超级幽默术:任何场合都能成为焦点/木子著. —
北京:中国纺织出版社,2017.5
ISBN 978-7-5180-3305-8

I. ①超… II. ①木… III. ①幽默(美学)—口才学
IV. ①H019

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第029568号

策划编辑:郝珊珊

责任印制:储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址:北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码:100124

销售电话:010-67004422 传真:010-87155801

http://www.c-textilep.com

E-mail:faxing@c-textilep.com

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博http://weibo.com/2119887771

三河市延风印装有限公司印刷 各地新华书店经销

2017年5月第1版第1次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:15

字数:172千字 定价:36.80元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

一位智者说：“智慧是幽默的父亲，乐观是幽默的母亲，幽默是智慧与乐观结合后生的儿子。”在现实生活中，人们承受的生存压力越来越大，虽然生活上富足了，奔上了小康，我们所能感受到的快乐却越来越少。当然，这并不是因为我们减少了对快乐的追求，而是当我们对快乐越来越渴求的时候，它却消失得不见踪影。

这个世界需要幽默，它会让我们活得更开心一些。幽默不仅仅能逗人笑，它所彰显出来的更是一种智慧。在一个人的身上会有许多的品质，比如善良、富有同情心、责任感等，幽默和这些品质一样，都是可贵的。

美国心理学家赫布·特鲁曾经说过：“幽默可以润滑人际关系，消除紧张，减轻人生压力，使生活更有乐趣。它把我们从个人的小天地里拉出来，使我们一见如故，寻得益友。它帮助我们摆脱窘迫和困境，增强信心，在人生的道路上知难而进。”可以说，幽默在人际交往中起着非常重要的作用。

幽默是日常生活中不可缺少的调味品，比如朋友们一块儿结伴去旅行，或者相邀聚会时，在旅途中的疲惫和长时间静坐相对无语时，一定会让人觉得沉闷难受，如果这时有人讲了一个笑话，一定能改变当时的气氛，增加很多乐趣。

无论在何种场合、何种时间，一个幽默的人必定比一个死板严肃的人受欢迎得多。即使是发生了令人尴尬的状况，也可以抹掉困窘，轻松处之。如果一时犯错，试着重新平复你的情绪，说个幽默的故事，气氛就会马上变得轻松起来。

善于幽默的人，必定语言轻松有趣、性情开朗乐观、为人比较温厚，

超级幽默术： 任何场合都能成为焦点

这样的人也必定会拥有很多要好的朋友，拥有更丰富的人际交往圈子，这是那些性情孤僻的人所无法比拟的。

那么，应该怎样培养自己的幽默感以增加在人际交往中的砝码呢？

首先，要做一个乐观自信的人。

幽默的心理基础是乐观、自信、积极向上的心态。一个悲观颓废的人是没有心情幽默的。要培养自己抵抗挫折的能力，做事情不怕失败，即使失败也要看到事情积极的一面，而不是一味地怨天怨地。不要怕受人嘲笑，还要善于自嘲，这种自嘲实际上是建立在自信的基础之上的。

其次，注意锻炼自己的思维和表达能力。

幽默的谈吐具有反应迅速的特点，这就要求说话者思维敏捷、能言善辩。丰富的词汇有助于表达幽默的想法，如果词汇贫乏，语言的表现能力太差，那也无法达到幽默的效果。

最后，就是日常生活中不断地积累。

多读、多看、多听、多学，拥有的幽默资料多了，可以模仿、借鉴、参考的素材就多。试试在自己所处的情境下怎样套用别人的幽默话语，练习的次数多了，幽默就成了你自己所拥有的财富。

总之，幽默是一种优美、健全的品质，恰到好处的幽默更是智慧的体现，当你掌握了幽默这门人际交往的艺术时，你会发现与人沟通不再是一件困难的事情。

本书从生活、工作、情感等多方面讲解幽默的作用，通过对多个生活中出现的案例进行分析，教给读者如何将幽默运用到细微之处，让幽默成为一种习惯，成为你各种场合应对自如的资本。希望本书能够为广大读者带来帮助。

上篇 为你的世界，增添一抹幽默的光彩

第一章 幽默的人，总在欢乐的海洋中遨游

幽默面对生活，生活总是充满快乐	002
用幽默调整自己，为生活带来阳光	005
给自己一份幽默特质，还自己一份幽默心情	008
生活中可以没有哲学，不能没有幽默	011
世界上最好的治病良方，就是幽默疗法	015
生活是面镜子，幽默可让它对你永葆笑脸	018
生活这么无趣，何不用幽默为它添点料	021
望你青春不老，拥有甜美微笑	024

第二章 幽默并不简单，不懂技巧等于胡侃

给幽默设点悬念，勾起人们的好奇心	027
把故事曲解一下，幽默需要不走寻常路	030
学会模仿，让幽默更加具有效果	032
把事情放大，夸张到无法想象	035
巧妙打个比方，为幽默做一个华丽的包装	039
来个措手不及，幽默才可让人眼前一亮	042
有些修辞别具韵味，幽默让它回味无穷	044
为幽默加上逻辑，“笑”果将不可预料	046
用幽默设个圈套，荒诞之中还有笑料	049

超级幽默术：
任何场合都能成为焦点

第三章 初次见面，幽默让气氛变得十分融洽

幽默地自我介绍，让人难以忘记	052
幽默的人，绝不会成为社交场所的孤独天鹅	054
懂幽默，走到哪里都是笑声的中心	056
在沟通中融入幽默的元素，聊天永远是愉快的	058
幽默，是缩短人与人之间距离的最有效方式	061
女人可以不漂亮，但说话一定要“漂亮”	063
初次见面，幽默也得有些分寸	065
谈吐幽默，你的个人形象更加光辉	067
不做作，让幽默与你融为一体	069

中篇 站上班场的舞台，幽默使你成为全场的焦点

第四章 玩转幽默，职场之中你就是达人

幽默助你左右逢源，职场之中春风得意	074
幽默犹如清新剂，最能给办公室带来愉快的气氛	077
如果你是新人，更要懂得如何幽默地把自己介绍出去	080
幽默影响心情，心情影响工作效率	082
时刻不忘幽默，才能真正找到沟通的途径	084
有工作就有压力，幽默是自我调节最好的方式	088
表达自己的意见，幽默的言语更受青睐	089
幽默最具感染力，能搞定同事就能搞定客户	092
做个幽默的员工，你就是上司最赏识的人	095

第五章 管理有技巧，幽默的领导才能赢得员工的真心

做个幽默的领导，员工与你更加亲近	098
想俘获下属的心，先做个有魅力的领导	102
批评最讲技巧，幽默的指正下属最易接受	104

做个智慧的领导,用幽默化解一切问题	107
恰如其分的幽默,让管理更具人性化	110
幽默,是领导不可或缺的一项技能	112
运用幽默的口才,在员工中播撒快乐的种子	115

第六章 拿起幽默的法宝,在谈判桌前让对手臣服

谈判之前,先用幽默缓和一下紧张的气氛	119
旁敲侧击地谈,以幽默巧妙地说服对手	122
用幽默的语言,回击对方的无礼	125
面对刁难,以诙谐的语言反戈一击	127
谈判不是战争,让幽默带来和平的局面	130
谈判之中,问有艺术,答也有技巧	132
高明的谈判家,最明白幽默是何种艺术	134

第七章 登上讲台,在聚光灯下发挥你的幽默口才

不打无准备的仗,有素材演讲才会游刃有余	137
开场几句幽默,现场瞬间炒热	140
没有幽默的语言,演讲只会枯燥乏味	143
在什么地方说什么话,幽默也要有所“预谋”	145
风趣的故事,最能抓住听众的心	147
精彩的演讲,比内容更重要的是情感	150
讲台不止你自己,善用身边的主持人	152
即兴而来的演讲,用即兴的风趣赢得掌声	155
有头有尾才完美,幽默的结尾才是画龙点睛	157

下篇 每个人都有情感,幽默使之浓情蜜意

第八章 生活中不能没有朋友,幽默之人最拢人心

话语充满幽默,朋友自然越来越多	162
-----------------------	-----

超级幽默术：

任何场合都能成为焦点

安慰并不简单，在笑声中忘记痛苦	165
搞笑可以，但隐私绝不可充当笑料	168
关系再好的朋友，开玩笑也得有个底线	170
道歉时加些幽默，微微一笑泯恩仇	172
幽默不是讽刺，别把快乐建立在别人的尴尬上	175
多赞美身边人，没有人不喜欢听好话	177
朋友身处尴尬，运用你的幽默解围	181
幽默的交际，让朋友成为挚友	183

第九章 想要浪漫，就为爱情穿上幽默这件晚礼服

幽默是粒种子，让爱情结出美丽的花朵	186
幽默的表白，对方怎能拒绝如此有爱的你	190
如若幽默有创意，又有几个人能够抵挡	192
如果爱“吃醋”，就多端几盘饺子来	194
幽默的女人，总会让男人难以离开	196
给对方一个表白的权利，给自己一个拒绝的机会	198
幽默是把双刃剑，用不好也会起反效果	201
爱情也会有摩擦，幽默一把让它消失于无形	203
若是爱没了，分手时也不妨幽默以待	207

第十章 幽默是家庭调味剂，有它在家里永远欢声笑语

有幽默感的家庭，幸福会常伴左右	210
幽默能唤醒爱情的活力，使家庭朝高质量方向发展	213
幽默，让家庭永远沐浴在春风细雨中	215
“柴米油盐”不是琐事，它们也是幽默的素材	219
教育孩子，往往笑话比说教更有效	221
长辈不等于威严，该说笑就别端着	223
别把婆婆当冤家，你和她始终是一家人	226
幽默的力量能驱散烦恼，给家庭带来温馨与幸福	230

上篇

为你的世界，增添一抹幽默的光彩

- ★ 第一章 幽默的人，总在欢乐的海洋中遨游
- ★ 第二章 幽默并不简单，不懂技巧等于胡侃
- ★ 第三章 初次见面，幽默让气氛变得十分融洽

第一章

幽默的人，总在欢乐的海洋中遨游



幽默面对生活，生活总是充满快乐

人生在世，遇到纠葛与矛盾是在所难免的，关键是我们如何去面对和处理这些问题。愚者常常是剑拔弩张，让战火蔓延到各个角落；而智者往往坦然处之，展颜之间消宿怨。

现代社会节奏快，工作强度高，生活压力大，再加上各种利益的纠缠，矛盾和冲突日益增多。日常生活中，大小摩擦更是不断。怎样才能松弛紧张情绪，避免争执，让自己摆脱各种人际摩擦，这正是现代人急需考虑的。对那些善于运用幽默的人来说，这并非难事，轻松就可应对。

两辆汽车在狭窄的街道中相遇了，车子都被迫停了下来，可是两个司机谁也没打算给对方让道，形成对峙局面。这时其中一人拿出一本厚厚的小说读了起来，另一个人见此情景，伸出脑袋高声喊道：“喂，兄弟，你

看完后别忘记借我看看啊！”

此话一出，便逗得看书的司机哈哈大笑，竟然主动倒车让路。而另一个司机在车通过后主动和让路的司机交换了名片，以后还真向他借书看。原来两人的家离得也没多远，渐渐地两人就成了不错的朋友。

正是幽默的调侃缓和了矛盾，还让双方增加了亲切感，所以一方主动让步，而另一方也积极配合，消除了矛盾和困窘。

生活中，与陌生人发生冲突常常难免，假如我们自己能做得大度些，再多一点诙谐，敌对就有可能变成友谊。

人们经常会遇到一些难以解决的问题，若强行解决说不定会两败俱伤，若能用幽默的方法来解决，难题常常就会迎刃而解。

公交车上，一个醉汉大喊大叫地纠缠着一个十几岁的小姑娘，人们对此视若无睹。这时，车要到站了，车厢尽头有个中年男子一边向醉汉走过去，一边喊：“你好，好久不见了！你都把我忘了吧？”

醉汉一看，对这个陌生男子的亲切招呼感到诧异。

“真是贵人多忘事，是我！怎么忘了？”

“你，你是谁？”醉汉迟疑着说。

“你现在在哪儿住呢？我下站就下车，你在哪儿下呀？”

“终点站。”

“下站一起下吧，谈谈分手后的情况，咱们见个面也不容易。”

这时车门开了，这位男子向小姑娘挤挤眼，说着就把醉汉拉下了车。

“喂！到站了，走吧！啊，小姐，对不起呀！”

小姑娘长出了一口气。

车刚要开，那个男人叫道：“不好，我的东西掉车上了！”说着又跳

超级幽默术： 任何场合都能成为焦点

上了车。

车门关了，车继续向前驶去，男子向醉汉挥挥手说：“再见，祝你身体健康！”

乘客们这才回过神来，车厢里响起欢快的掌声。

这位中年男子利用醉汉神志不清的时机，以所谓朋友迷惑对方，求得亲近，这样钝化了攻击性，最后达到目的，让醉汉自觉跟自己下车。他的脱身之计更妙，他没有一下车马上严肃起来，直接攻击对方，而是让对方在明白中计的同时，又有一种知错的心理反应。如果他以硬性力量强制醉汉，只是给人一种泄愤的快感，其结果也许很糟，自己下不了台，也许会爆发一场大的冲突。

在人生旅途中，我们随时都有可能与他人发生冲突，如果在社会准则的约束下，按常规方式处理，定会有得有失，甚至失大于得。但如果你能宽容豁达点，机智地运用幽默，即使不改变你的攻击性，也能在幽默中使攻击性得到钝化，避免弄僵人际关系。

马克·吐温在1895年的夏天，与朋友比杰尔夫人就没有灵魂的问题发生了激烈的争辩。他们谁也无法说服对方。于是比杰尔夫人便讥讽地说：“我的朋友，假如过了一百万年之后，我们又在天堂里相遇了，你是不是愿意承认自己的错误呢？”马克·吐温看到比杰尔夫人已经生气了，就没有继续争论下去。

到了第二天，马克·吐温让人给比杰尔夫人送去了三块小石头，这些石头上刻着他新写的诗句，它们是：“假如过了一百万年，事情证明你正确，而我不对，那我就会公开地，并且坦率勇敢地对着你那可爱的、带着嘲笑的小脸，承认我的错误。”“假如竟是我对，那我多么遗憾，因为你

我已不能对证。”“啊！耐性非凡的石头，你既已待了好几百万年了，那就带着这封信再待上一百万年好了。”比杰尔夫人收到这三块石头，被马克·吐温的幽默打动了，之前的不快一扫而光。就这样，关于灵魂的辩论就此打住，而比杰尔夫人和马克·吐温仍是一对好朋友。

即便是好朋友，彼此也难免有观念不一致的时候。马克·吐温的做法非常值得人们借鉴，幽默在化解朋友间的争执时可以称得上是一剂良药。

可见，幽默能给人带来友情。幽默能让自己变得更加乐观与豁达，当面对摩擦和矛盾时，可以用幽默去应对、化解，让自己的人际关系更为和谐、友善。



用幽默调整自己，为生活带来阳光

幽默能给人们带来轻松，所以在遇到困难和挫折时，幽默可以缓解人们内心的紧张和焦虑。在困难的时刻善用幽默的人通常有一种乐观处世的心态，无论遇到什么棘手的问题都会用幽默来调整自己，使自己保持良好的心态。所以，幽默可以造就乐观的心态。

有一次，美国第26任总统西奥多·罗斯福的许多东西被偷了。他的朋友写信安慰他，他在给朋友的回信中说：“谢谢你来信安慰我，我现在很平静。这要感谢上帝，因为，第一，贼偷去的是我的东西，而没有偷去我的生命；第二，贼只是偷去了我一部分东西，而不是全部；第三，最值得

超级幽默术： 任何场合都能成为焦点

庆幸的是，做贼的是他，而不是我。”

常听人这样问自己：“为什么他言语风趣幽默，而我就不行呢？”假如你还在为自己不擅长幽默而烦恼，那就仔细地审视一下自己的内心吧。一个消极悲观的人，是永远无法笑起来的；一个充满狐疑的人，在言谈中也难以透出暖融融的春意；一个整天心情抑郁的人，话里肯定有解不开的心结。幽默不仅反映出个人对待生活的豁达态度，还能展示出他对自身力量的绝对自信。

反观那些积极乐观的人，不管遇到什么事情，他们都会幽默地面对。这类人为人宽容，不会斤斤计较，懂得与人为善，就算被别人伤害了，他们也不会针锋相对，反而能从中发现幽默的元素，让自己的生活更丰富多彩。

林肯是个幽默的人，他从来不遮掩自己，当有人笑话他的父亲是个鞋匠时，林肯笑笑说：“不错，我父亲是个鞋匠，但我希望我治国能像我父亲做鞋那样娴熟、技艺高超。”林肯善于用最通俗的语言来表达最深刻的道理。他最常被人引用的名言是：“你可以在任何时候愚弄某些人，也可以有时愚弄所有的人，但你不可能总是愚弄所有的人。”

幽默的性格造就了林肯乐观的心态。林肯的一生饱经风霜、坎坷异常，但他没有被击倒，仍乐观地等待明天。纵观林肯的一生，快乐的日子要远远少于悲痛、心烦的岁月，但他仍旧没有被击倒，而是顽强地与那些给自己的生活带来麻烦的人、事作斗争，这一点就连他的对手都敬佩不已。道格拉斯这个两次击败过林肯的竞选对手在评价林肯时说：“他是党内强有力的人物，才智超群，阅历丰富，他是西部最优秀的竞选演说家。”

一天夜里，有个小偷进入了巴尔扎克的房间，并在他写字台的抽屉里翻找值钱的东西。这小偷有点儿不太专业，翻弄的声音太大，竟然把睡梦中的巴尔扎克给吵醒了。

“哈哈哈哈……”巴尔扎克躺在床上大笑起来。

小偷惊慌失措地问：“你笑什么？”

又笑了一会儿，巴尔扎克才回答说：“我的好伙计，在我白天都找不出一枚硬币的抽屉里，你居然打算在黑夜从里面找出钱来！”

巴尔扎克的一生多有坎坷，年轻时就已经债台高筑，经常因一点面包、蜡烛和纸张而烦恼。他的一生都在痛苦和贫困中度过，而且几乎得不到任何人的理解。他说：“债主迫害我像迫害兔子一样，我常像兔子一样四处奔跑。”然而，就算在这样艰难的生活条件下，巴尔扎克仍然保持着一颗积极向上的心，让自己笑对生活和人生。在他的作品中，虽然可以看到最辛辣的讽刺，但也能看到他的讽刺都包裹着一层幽默的外衣，使读者在欢笑之余领悟真谛。

幽默，是一个让我们摆脱外界事物，从内心里快乐起来的重要法宝。诚然，这种乐观的心态很难一直维持下去，但只要你愿意尝试，从点点滴滴做起，就能让自己变得越来越乐观。比如，你花了10元钱买了张彩票，结果中了200万元。就在你欣喜若狂、为之激动不已的时候，却发现老妈把那张中奖的彩票当成垃圾给丢了，这时，你不妨自我安慰一番：“不过损失了10元钱而已，有什么好难过的？”

当然，损失200万元对任何人来说都很痛苦，但损失已经不可能挽回，又何苦再赔上自己的情绪呢？还不如让自己积极乐观些，使事情朝着积极健康的方面发展。这样的人，不管一生际遇如何，都必定能与快乐为伍。

而且，一旦你拥有了这种幽默感，幽默就会与你形影不离，会伴随你一生，让你成为一个幽默、开朗、讨人喜欢的人。

有一位智者说过：“生性乐观的人，懂得在逆境中找到光明。生性悲观的人，却常因愚蠢的叹气，而把光明给吹熄了。”当你懂得生活的乐趣，就能享受生命带来的喜悦。烦恼重重的人，芝麻小事都会困住他。想解脱的人，天大的事情都束缚不了他。

学会幽默，保持一种乐观的心态，如果一种方法行不通，就换一种方式、换一个心情，说不定在另一方面你会收获更大的惊喜、更大的成功。



给自己一份幽默特质，还自己一份幽默心情

俗话说：“笑一笑十年少，愁一愁白了头。”烦心的愁事在心头萦绕的时候，人们会无精打采、心事重重、茶不思饭不想，既耽误了工作，又影响了学习。其实，这种为一些事情发愁的做法是没有必要的，因为发愁只能使自己的心情一落千丈，解决不了任何问题。人的一生要做的事情太多，而人的生命又是有限的，如果把宝贵的时光都浪费在犯愁上，那真是可惜。所以在发愁时，不妨用幽默来驱散心头的愁云。

有一群年轻人，他们总感觉自己不快乐，于是到处寻找快乐，但越是寻找，越是寻不到，反而遇到了很多负面情绪，悲伤、忧愁、痛苦接踵而至。无奈之下，他们就跑去向苏格拉底请教。

“老师，我们苦苦追寻快乐许久，却总是追寻不到，快乐到底在哪里