

为官、立业、经商之秘诀
职场、家庭、醒世之宝鉴

幽默可以让陷入僵局的气氛变得轻松缓和；幽默可以让你成为众人关注的焦点；幽默可以让初次见面的异性一见钟情；幽默可以让你博得他人的同情和爱心。



生活中的幽默学



开心的人总会把小小的快乐放到无限大。

学会幽默，你便赢得大家拥戴的人生第一大资本



聪明人的人生智慧

魏清月 编著

地震出版社

为官、立业、经商之秘诀
职场、家庭、醒世之宝鉴



生活中的 幽默学

聪明人的人生智慧

魏清月 编著



地震出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

生活中的幽默学：聪明人的人生智慧/魏清月编著. —北京：
地震出版社，2006. 4

ISBN 7 - 5028 - 2838 - 9

I. 生… II. 魏… III. 幽默 (美学) —通俗读物 IV. B83 - 49
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 017222 号

地震版 XT200600002

生活中的幽默学——聪明人的人生智慧

魏清月 编著

责任编辑：宋炳忠

责任校对：樊钰

出版发行：地震出版社

北京民族学院南路 9 号

邮编：100081

发行部：68423031 68467993

传真：88421706

门市部：68467991

传真：68467991

总编室：68462709 68423029

传真：68467972

E-mail: seis@ht.rol.cn.net

经 销：全国各地新华书店

印 刷：三河市航远印刷有限公司

版 (印) 次：2006 年 4 月第一版 2006 年 4 月第一次印刷

开 本：787 × 1092 1/16

字 数：272 千字

印 张：17.75

书 号：ISBN 7 - 5028 - 2838 - 9/Z · 420 (3490)

定 价：29.80 元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题 本社负责调换)

前言



前

言

幽默的力量是巨大的。幽默能够使你变得智慧、乐观地面对生活；幽默能让你的生活多姿多彩，充满自信。你的幽默感还能“传染”给周围的人，使他们的生活充满欢声笑语。

幽默无处不在，它像鲜花一样开在生活的每一个角落，为我们的生活增添美丽和芬芳。

一句幽默的话就可以让陷入僵局的谈判起死回生；一句幽默的话也可以让剑拔弩张的气氛变得轻松缓和；一句幽默的话可以让你成为众人关注的焦点；一句幽默的话也可以让初次见面的异性对你一见钟情；一句幽默的话还能让你博得他人的同情和爱心。

有这样一个故事：

孩子问售票员：“阿姨，电影票多少钱一张？”

售票员答：“10元钱，孩子。”

孩子说：“阿姨，我只带了5元钱。放我进去吧，我用一只眼睛看可以吗？”

孩子天真幽默的话语很可能让售票员会心一笑，对他网开一面。

这就是幽默的力量所产生的效果。

在生活中，每个人都希望和别人打交道时能展现高超的幽默

智慧。但实际上很多人却缺乏这种幽默的能力。

有一位性格有些内向的女导游，她平时带旅行团出外旅游时，总为不能给别人讲讲笑话活跃气氛而发愁。有一次，一位客人和她开玩笑，显然人家并无恶意，可是这个女孩偏偏就是不懂幽默，心情紧张，表情不自然，让对方尴尬不已，把原本快乐的气氛也破坏了。

有一位男士向来不苟言笑，可他偏偏又是一位天天要和人打交道的企业人事主管。有一次部门内部开会，他的下属讲了一句笑话，本意是想把气氛搞得活跃一些，可因为他一本正经，缺乏幽默感，弄得大家想笑也不敢笑。渐渐地，大家都认为他孤傲清高，缺乏亲和力。这一切给他带来无尽的烦恼，让他感受到了沉重的压力。

像上面的导游和人事主管一样，许多人都渴望把自己塑造成一个懂得如何幽默生活的人。然而并不是每一个人都可以轻轻松松就幽默起来，幽默的才能是靠后天培养产生的，世界上没有人天生就具有幽默感，幽默需要一定的技巧，生活中的幽默技巧需由学习中得来。

《生活中的幽默学》一书旨在引导你更加善于发现生活中的幽默，帮助你学习和掌握生活中实用的幽默技巧。相信读完这本书，会有助于你变成一个幽默风趣、广受欢迎的人。



目 录



目

录

第一篇 生活幽默技巧：把幽默融入生活

第一章 揭开“幽默”的面纱 / 2 /

- ▶ 幽默是我们最亲爱的伙伴 / 2 /
- ▶ 幽默美在何处 / 3 /
- ▶ 幽默的三种内涵 / 5 /
- ▶ 幽默是一种乐观的心态 / 8 /
- ▶ 幽默是一种坚强的意志 / 9 /
- ▶ 幽默是一种豁达的品格 / 10 /

第二章 幽默：心灵的下午茶 / 12 /

- ▶ 学会苦中作乐 / 12 /
- ▶ 控制自己的情绪 / 14 /
- ▶ 减轻你的痛苦 / 15 /
- ▶ 潇洒摆脱烦恼 / 18 /
- ▶ “家丑”也可外扬 / 21 /
- ▶ 乐观应对灰心失意 / 22 /

- ▶ 轻松化解尴尬困境 / 23 /
- ▶ 表达仁爱，调解争端 / 25 /
- ▶ 获得他人的同情和谅解 / 27 /

第三章 生活大餐的调味剂 / 29 /

- ▶ 随机应变巧幽默 / 29 /
- ▶ 偷换概念制造幽默 / 32 /
- ▶ 大事化小，小事化了 / 33 /
- ▶ 善于运用敌意幽默 / 34 /
- ▶ 自相矛盾，彰显智慧 / 35 /



第二篇 处世的幽默技巧：做生活中的主角

第一章 百善“笑”为先 / 38 /

- ▶ 朋友多了路好走 / 38 /
- ▶ 赞美他人和应对赞美 / 40 /
- ▶ 劝慰他人的艺术 / 41 /
- ▶ 回眸一笑百“善”生 / 45 /
- ▶ 正话反说，使他人自悟 / 46 /

第二章 人生处处有鲜花 / 48 /

- ▶ 在社交场中游刃有余 / 48 /
- ▶ 曲意表达，出乎意料 / 50 /
- ▶ 歪解原意，多向思维 / 51 /
- ▶ 把握细微，创新思考 / 53 /
- ▶ 巧妙应对，隐蔽反击 / 54 /
- ▶ 含而不露，掩藏锋芒 / 56 /
- ▶ 糊里糊涂，幽默默默 / 57 /
- ▶ 偷换角色，大智若愚 / 59 /

第三章 借别人的梯子，登自己的楼 / 61 /

- ▶ 巧借人力，顺势而为 / 61 /
- ▶ 自吹自擂，夸大其辞 / 64 /
- ▶ 以不变应万变 / 66 /
- ▶ 巧设连环，请君入瓮 / 68 /

第四章 “幽默”莫被“幽默”误 / 71 /

- ▶ 幽默莫过火 / 72 /
- ▶ 幽默讲究时机、场合和对象 / 74 /
- ▶ 幽默地说“不” / 77 /



第三篇 情场幽默：助你成为大众情人

第一章 一见钟情 / 80 /

- ▶ 用幽默让他（她）笑 / 80 /
- ▶ 幽默地接近异性 / 82 /
- ▶ 择偶中的幽默 / 84 /
- ▶ 幽默求爱，打开对方心扉 / 87 /

第二章 情场情怀 / 89 /

- ▶ 幽默动听的谎言 / 90 /
- ▶ 若即若离的态度 / 91 /
- ▶ 用幽默心态赢得爱情 / 93 /
- ▶ 幽默风趣，让恋人陶醉情中 / 96 /
- ▶ 恋爱中的返还幽默 / 98 /
- ▶ 幽默拒绝他人求爱 / 104 /

第三章 直挂云帆济沧海 / 106 /

- ▶ 巧妙表达你的“亲近”需要 / 106 /

- ▶ 亲昵时的幽默 / 108 /
- ▶ 讨好时的幽默 / 110 /
- ▶ 犯错误时的幽默 / 111 /
- ▶ 时光流逝，爱情也在变 / 113 /

第四篇 家庭幽默技巧：让家成为快乐的天堂

第一章 家庭生活中的必备品 / 116 /

- ▶ 缓和家庭气氛的金玉良言 / 116 /
- ▶ 多讲幽默，少讲大道理 / 120 /
- ▶ 用幽默诠释亲情，用幽默表达关怀 / 122 /
- ▶ 借助幽默表达对亲人的看法 / 124 /

第二章 扮演家庭里的“丑角” / 128 /

- ▶ 做一对幽默夫妻 / 128 /
- ▶ 培养他（她）的幽默感 / 130 /
- ▶ 让孩子成为家庭幽默的主角 / 133 /

第三章 争争吵吵，相伴到老 / 135 /

- ▶ 缓和夫妻之间的矛盾 / 135 /
- ▶ 幽默反击伴侣的讽刺 / 137 /
- ▶ 幽默掩饰自己的过失 / 139 /
- ▶ 让幽默增强爱的活力 / 141 /

第四章 家庭无处不幽默 / 144 /

- ▶ 柴米油盐皆可幽默 / 144 /
- ▶ 求同存异，幽默表达 / 147 /
- ▶ 长辈对晚辈的幽默 / 148 /
- ▶ 晚辈对长辈的幽默 / 150 /
- ▶ “怕老婆”的幽默 / 152 /



第五篇 谈判中的幽默技巧：做一个公关大师

第一章 巧用幽默，迂回入题 / 156 /

- ▶ 营造良好的谈判气氛 / 156 /
- ▶ 在外交谈判中成为赢家 / 158 /
- ▶ 制人而不制于人 / 159 /
- ▶ 生死之间，移花接木 / 161 /
- ▶ 幽默化解对方疑虑 / 162 /

第二章 幽默妥协：退一步是为了进两步 / 164 /

- ▶ 大智若愚，巧避锋芒 / 164 /
- ▶ 以静制动，后发制人 / 166 /

第三章 破解谈判中的僵局：友善比狂暴更有效 / 168 /

- ▶ 顾左右而言他 / 168 /
- ▶ 转移话题，破解僵局 / 170 /
- ▶ 善于倾听，巧于反驳 / 171 /

第四章 战局在微妙地转移 / 174 /

- ▶ 答非所问，将错就错 / 174 /
- ▶ 把烫手山芋抛给对方 / 176 /
- ▶ 声东击西，出奇制胜 / 177 /
- ▶ 旁敲侧击，扭转局面 / 179 /

第六篇 演讲中的幽默技巧：不鸣则已，一鸣惊人

第一章 “即兴”的背后是“准备” / 182 /

- ▶ 用幽默使你的演讲升格 / 182 /



- ▶ 根据演讲的类别适当添加幽默 / 185 /
- ▶ 提前准备幽默素材 / 187 /
- ▶ 让幽默故事为你的演讲增光添彩 / 189 /

第二章 开场“白”不是“白开水” / 191 /

- ▶ 做一个趣味开场白 / 191 /
- ▶ 与主持人巧妙配合 / 194 /
- ▶ 展示谦逊的幽默术 / 196 /
- ▶ 制造悬念激发好奇 / 197 /

第三章 幽默正在进行中 / 199 /

- ▶ 用幽默的语言驾驭听众情绪 / 202 /
- ▶ 用视觉幽默吸引听众注意 / 204 /
- ▶ 巧用触媒，借题发挥 / 205 /
- ▶ 故作呆板，制造幽默 / 207 /
- ▶ 幽默掩饰，巧解窘境 / 209 /

第四章 让幽默的结尾“余音绕梁” / 210 /

- ▶ 幽默回答刁钻问题 / 211 /
- ▶ 在微笑中说再见 / 213 /

第七篇 日常交流中的幽默学：说出你的魅力

第一章 言谈幽默，演绎风雅 / 216 /

- ▶ 幽默地寒暄 / 216 /
- ▶ 逸乐交谈，促进交流 / 218 /
- ▶ 你也能“一语惊人” / 220 /
- ▶ 言语幽默要情调高雅 / 223 /
- ▶ 做一个语言模仿大师 / 225 /
- ▶ 言语型模仿 / 227 /



第二章 幽默论辩，突显智慧 / 227 /

- ▶ 幽默以对，雄辩有力 / 228 /

第三章 非语言幽默 / 233 /

- ▶ 幽默的声音 / 233 /

- ▶ 幽默的表情 / 235 /

- ▶ 幽默的动作姿势 / 237 /

第八篇 工作中的幽默学：让你在工作中如鱼得水



第一章 精神上的深呼吸 / 240 /

- ▶ 应聘过程中的幽默运用 / 240 /

- ▶ 幽默地自我宣传，大胆地自我推销 / 242 /

- ▶ 利用幽默缓解工作压力 / 243 /

- ▶ 幽默面对工作中的困难 / 245 /

第二章 让上司笑口常开 / 248 /

- ▶ 获得领导赏识的幽默术 / 250 /

- ▶ 拉近与上司的距离 / 252 /

第三章 用幽默改善同事关系 / 253 /

- ▶ 树立办公室里好人缘 / 254 /

- ▶ 看到同事的优点 / 255 /

- ▶ 委婉表达对同事的意见 / 257 /

第四章 争取下属的尊敬和认同 / 259 /

- ▶ 做平易近人的上级 / 259 /

- ▶ 避免招来下属敌意 / 261 /

- ▶ 对下属进行人性化管理 / 262 /

目

录

第五章 360 行，行行皆幽默

/ 264 /

- ▶ 不同职业有不同的幽默
- ▶ 争取客户的合作
- ▶ 幽默推销术

/ 264 /

/ 267 /

/ 269 /



聪明人的
人生智慧

第一篇 生活幽默技巧 把幽默融入生活



幽默能使人在困难面前表现得更为乐观、豁达。实践证明,沉闷乏味的人和具有幽默感的人在心理调节功能方面存在着很大差异。

拥有幽默感的人即使面对困难也会轻松自如;而缺乏幽默感的人,只能默默承受痛苦,甚至难以解脱。

幽默会给人带来欢乐,通过自嘲、调侃、风趣等,展示一个人的睿智和风度。确实,幽默有助于消除敌意,缓解摩擦,防止矛盾升级。

显而易见,幽默可以减轻自己的心理负担,从而有助于身心健康。我们可以通过自我心理修养和锻炼来培养 and 提高自己的幽默感。

第一章 揭开“幽默”的面纱

幽默给自己戴上了神秘的面纱，很多时候我们只能看见她面部朦胧的轮廓。她为什么不把自己毫无保留地展现？幽默令人难以琢磨，幽默让人难以理解。她吊起我们的胃口，而面纱之后到底是什么？

如果你想知道，那么，请你翻过这一页。面纱便会被揭开，你会看到幽默的脸是美的，幽默的笑是友爱的，幽默的心态是乐观的，幽默的意志是坚强的，幽默的品格是豁达的。幽默包含着一个人的非同一般的涵养。

► 幽默是我们最亲爱的伙伴

一位哲人说过：幽默是我们最亲爱的伙伴。我们的生活需要幽默，我们的人生需要幽默，一个健全的社会更不能没有幽默。没有了幽默，生活将会变得单调而缺乏色彩，岁月将会变得枯寂、干涸。幽默给予我们的是源源不断的甘泉，它滋养着我们的心灵，润饰着我们的生活。它使我们在黑暗中看到光明，在绝境中看到希望，它是寒冬里的一盆炉火，它是窘迫时的一个笑容……幽默美妙而又神奇。

幽默感是一种能力，一种与人沟通的能力。

幽默是一种艺术，一种运用幽默感来增进你与他人关系的艺术。

幽默以善意的微笑代替抱怨，使你的生活变得更有意义。

幽默可以帮助你减轻人生的各种压力，摆脱困境。

幽默也能帮助你战胜烦恼，振奋精神，转败为胜。

当你把你的幽默作为礼物赠与他人时，你会得到相应的甚至更多的回报。

希腊哲人亚里士多德关于幽默的见解很值得我们品味。他说：



“幽默绝不轻易消灭自己的对象，而是力图消灭它的缺点，使其日臻完善。幽默的对象是指那些本质美好，却又并不完美的事物。当一种社会现象的总趋势是积极的、进步的，但又存有某些缺点或陈腐的东西时，我们便采用这种略带嘲讽的口吻，幽默地肯定事物的本质，肯定其基本与主要的方面，清除那些陈腐的东西以及偶尔沾染的恶习，使其有益于社会价值的东西充分地显示出来。”

► 幽默美在何处

幽默是智慧的产物，如果把幽默比拟成一个美人，她应该是内涵丰富、艳若桃花、气质如兰的，她应当能给人带来愉悦的享受。她比滑稽更有气质，也更加耐人寻味。幽默之美表现在三个方面。

幽默之美，首先在于一种喜剧精神。我们说幽默具有喜剧精神，并不是说要将幽默看成一种喜剧。幽默本身是独立的，它自成体系。幽默中的喜剧精神是就它和喜剧一样能使人愉快这一点而言。喜剧的未必是幽默的，如：

卓别林的第一个喜剧的场景是这样的：他走进了休息室绊倒在一位老太太的脚上。他转身向她抬了抬他的帽子，表示道歉；接着，刚扭过身，又绊倒在一个痰盂上，于是又转过身去向痰盂抬了抬他的帽子。

从喜剧精神方面来说，与上述略带闹剧色彩和滑稽习气的喜剧相比，幽默应该用感官触角引起人们的想像，从而使人产生生理和心理上合二为一的美感。

幽默之美，其次在一种意境。表达者通过自己的精心安排，诱导欣赏者经过前因后果的推理、联想，最终产生一种心理愉悦。下面这则幽默很能表现意境之美：

有人问前世界轻量级拳击冠军琼·瓦特：“你愿意写什么样的墓



志铭？”琼·瓦特笑着回答：“你爱数多少下就数多少下吧！反正我这次是起不来了。”

体育竞技是人类挑战生理极限的运动，利用它为素材来制造幽默，能给人以美的联想。

幽默之美又是含蓄之美。林雨堂说：“幽默愈幽愈默而愈妙。”

拿喝茶来说。在最好的茶的品类里，无论是西湖龙井，还是铁观音、碧螺春，都是刚喝的时候好像不觉得有什么特别的好味道，静默几分钟后才品味出茶中“只可意会，不可言传”的妙处。若有人因为铁观音的味道不太强烈，先加牛奶再加白糖，那只能说他不会喝铁观音。幽默也是雅俗不同，愈幽而愈雅，愈默而愈俗。幽默虽然不必都是幽隽典雅，然而从艺术的角度来说，自然是幽隽的比显露的更好。幽默固然可以使人隽然而笑，失声哈哈大笑，甚至于“喷饭”“捧腹”而笑，而最值得欣赏的幽默，却是能够使人嘴角轻轻上扬的微笑。

在前苏联流传着一则《三个囚犯的对话》的小幽默：

甲问乙：“你究竟干了什么事，被抓到集中营来了？”

乙回答说：“因为我在1953年骂了伊万诺维奇。”

乙又问甲：“你为什么也被关到集中营来了？”

甲恨声答道：“和你一样，也是因为骂了伊万诺维奇；不过，我是在1963年。”

他们两人同时问丙：“你是因为什么被关在这里的呢？”

丙凄惨地笑了笑：“你们虽然不认识我，但你们早就听说过我，我就是伊万诺维奇，我是1973年被关进来的。”

这个幽默直接将人们带到可怕而丑恶的现实面前。看完之后，不禁会在心里骂一句“活该，害人者终害自己”。紧绷的神经随之松快下来，不禁因意会而微笑。

