



有一种口才 叫幽默

说幽默话，做幽默人

宿文渊 编著

全新升级版

瞬间赢得好感的说话艺术和魅力口才

幽默的口才是一生中的一缕彩虹。幽默的口才能活跃交往气氛、消除逆境态势，化尴尬为笑谈，最大化你的人格魅力，让一生充满欢乐，让我们远离寂寞。



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

·全新升级版·

有一种口才叫 幽默

宿文渊 © 编著



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

有一种口才叫幽默：全新升级版 / 宿文渊编著. —北京：
北京联合出版公司，2015.9

ISBN 978-7-5502-4111-4

I. ①有… II. ①宿… III. ①幽默 (美学) —语言
艺术—通俗读物 IV. ①H019-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 143114 号

有一种口才叫幽默：全新升级版

编 著：宿文渊

责任编辑：王 巍

封面设计：李艾红

责任校对：彭泽心

图文制作：北京东方视点数据技术有限公司

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

三河市万龙印装有限公司印刷 新华书店经销

字数 579 千字 720 毫米×1020 毫米 1/16 28 印张

2015 年 9 月第 1 版 2015 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5502-4111-4

定价：29.80 元

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有，侵权必究

本书若有质量问题，请与本公司图书销售中心联系调换。电话：010-58815821



前言 >>

幽默，是外来词，由英文音译而来。而英文中的这个词则来源于拉丁文，幽默有广义与狭义之分，在西文用法中，常包括一切使人发笑的文字，连鄙俗的笑话在内……在狭义上，幽默是与讥讽、揶揄区别的。幽默一词的广泛运用，要归功于英国人文主义戏剧家琼生，而最初将“幽默”一词移入中国的要首推林语堂了。口才，在《现代汉语》里面的解释为：说话的能力。《孔子家语·七十二弟子解》：“宰予字子我，鲁人，有口才著名。”口才发展到现代，已经不仅仅是“口”上的能力，还包含了身体语言、观察能力和思维能力。幽默对于口才来说，不仅可以锦上添花，而且还能雪中送炭。幽默能打开初识之际的陌生局面，破解无话可说的尴尬气氛，让人们在激烈的论辩当中巧言获胜，在雅量的谐谑中赢得爱人的芳心，在幽默的氛围中换得和睦、幸福的家庭生活，在纷繁复杂的社会关系中左右逢源、事半功倍……

幽默是语言的最高境界。在短短的话语中能否运用幽默、运用多少幽默，则是衡量一个人语言高下的重要标准。幽默是人际交往的润滑剂、缓冲剂，就像一座桥梁拉近了人与人之间的距离，使心灵变得更亲近。正如美国一位心理学家说的：“幽默是一种最有趣、最有感染力、最具有普遍意义的传递艺术。”幽默不仅能体现出一个人深厚的文化素养和丰富的文化内涵，还能折射出一个人的美好心灵。一个具有魅力的人能不赢得别人的喜欢吗？事实证明，幽默具有使人愉悦的神奇功效，在任何场合，拥有幽默的人总会赢得他人的好感，获得众多的支持和理解。

口才，就是说话的才能。一个人说话的才能是他综合素质中的一个重要方面。每个人都生活在社会中，都需要与人交往、与人沟通，这就需要说话，而说话的本领有高低之分。口才好的人，能说会道，能言善辩，这是一种优点；而口才不好，往往是一种遗憾。口才好的人，讲起话来幽默生动，妙趣横生，使人听得津津有味，如同艺术享受；反之，则使人昏昏欲睡，好似身受折磨。对同样的问题，口才好的人去劝说别人，就能说服；去谈判，就能成功；去辩护，就能胜利。相反，则往往失败。所以，不同的口才，会收到不同的效果。

幽默不仅仅是社交的法宝，更是一门生活的艺术。它不等同于滑稽与搞笑的做作，表现的是一种纯粹的生活态度。幽默可以让你戴着快乐的眼镜去看整个世界的发展与变化，在平凡中挖掘笑的艺术价值。幽默就像一根闪着金光的魔杖，授予每一个希望减轻

自己人生重担的人一种快乐的生存智慧。口才是人一生中最难能可贵的本领和技术，是决定一个人生活及事业优劣成败的一个因素。正确地运用口才，对于我们的生活、工作都有很大的益处。一个具有出众的口才、风趣幽默的人，在哪儿都是人们所关注的焦点。无论是谈判交易，或者是茶余饭后的谈吐之间，都会让人们刮目相看。我们每个人都具有与生俱来的表现欲。在人际交往中，我们总希望自己能够和别人和睦相处，成为大家瞩目的焦点，受到许多人的欢迎。因此，我们总是努力让自己表现出最好的形象。要想有效地表现自我，最重要的捷径就是表现出自己的幽默。幽默能够消除内心的紧张，树立健康乐观的个人形象，润滑人际关系。幽默能够化解尴尬，影响别人的思想和态度，从而掌控局面。更重要的是，幽默不仅可以给自己带来好人缘，还可以给自己带来好心情、好运气。

幽默作为我们日常生活中必不可少的工具，它可以使生活中的矛盾和争端得到缓解，也可以使人变得信心无限。幽默是智慧的迸发，是善良的表达，是人生的助推器，更是一种胸怀、一种境界。正如著名作家王蒙所说：“幽默是一种成人的智慧，一种穿透力。一两句就把那畸形的、讳莫如深的东西端了出来。既包含着无可奈何，更包含着健康的希冀。”生活中的幽默会让你茅塞顿开，在轻松的气氛中感受到成功的快乐，在回味中拍案叫绝。幽默的人最有人情味，与幽默的人相处，每个人都会感到快乐，谁都希望同有幽默的人打交道。幽默是一种宝贵的品质。幽默的人具有宽容、自信、豁达、乐观的心态，它使生活充满乐趣、充满生机。同样，具有这种品质的人能够正视现实，笑对人生。幽默是一种文化的积淀，需要达到一定层次的文化水准。一个人知识的存储与个人的涵养是成正比的。知识渊博的人，才能具有审时度势的能力，才能够谈资丰富、妙言成趣，才能作恰如其分的比喻，才能不以眼前的区区小事计较得失，才能多些雅量、少些鲁莽。

《有一种口才叫幽默》汇集了幽默与口才的精华，全方位地向读者阐释了幽默与口才的人生智慧，以及如何掌握幽默与口才的技巧，修炼成一位出色的幽默大师。本书分为幽默的力量、幽默的应用和幽默的提升上、中、下三篇。上篇具体介绍幽默与口才在生活中的重要性和智慧所在，让读者在最短的时间内领会幽默与口才的真谛。中篇分别从处世、社交、做事、谈判、面试、职场、演讲、辩论、生活等方面，结合具体案例生动、具体地讲述了幽默与口才在现实应用中的独特魅力。无论是没有任何准备的即兴幽默，还是准备充分的演讲幽默、说服幽默，其蕴含的睿智与机敏都能在融洽的氛围中说好难说的话，办好难办的事。下篇从实际应用出发，为读者具体传授幽默与口才的技巧和方法。读者通过不断学习这些方法和技巧以及通过现实生活中的灵活运用，一定会成为一个口才俱佳的幽默高手。说幽默话，做幽默人，你将成为一个最受欢迎的人。幽默的口才艺术是一个人走向成功的捷径，幽默能够让你成为一个不怕困难，能把困难“笑”倒的人，让你成为人生旅途中笑到最后的人。



目录 >>

上篇 幽默的力量——嘴上功夫，彰显人生智慧

第一章 幽默的人生，精彩的智慧	3
幽默是一种智慧力量	3
幽默是一种语言艺术	4
幽默是一种机智思维	6
幽默是一种灵性修养	7
幽默是一种生活态度	8
幽默是快乐的催化剂	9
真正幽默的情状表现	11
幽默源于生活，为生活逗趣	12
幽默是一份庄重严肃的笑量	13
幽默是一种生活的态度	14
幽默口才是走向成功的捷径	15
用幽默的力量打造业界形象	16
幽默的本质是以笑的方式娱人	18
第二章 活跃交往气氛，最大化你的人格魅力	20
超逻辑幽默“搞活”交往气氛	20
幽默让人格在惊喜中焕发魅力	21
幽默帮你把握命运的主动权	22
幽默是与人交往的最佳见面礼	24
传递快乐，收获人格的影响力	24
小幽默是弱化陌生感的大智慧	26
用情感凝铸的幽默提升应对能力	27

第三章 幽默是人际关系的润滑剂	29
交往中可能遇到的沟通绝境	29
幽默的沟通让快乐加速	31
用幽默改变他人的沟通观念	32
幽默能带来友善的人际关系	33
以幽默的力量化阻力为助力	34
幽默让你从容应付各种场合	35
幽默缓和与人交往中的僵局	36
用幽默做成批评的糖衣炮弹	38
幽默可孕育安适的交际气氛	39
得体的幽默最能取悦他人	40
幽默是人际交往中的润滑剂	41
第四章 消除逆境态势，幽默牵引你转危为安	44
巧言妙语，幽默让你化险为夷	44
增添笑料，幽默可以化敌为友	45
化解尴尬，幽默让窘迫变无形	47
摆脱困境，幽默让你绝处逢生	48
口吐方圆，幽默话为他人解围	49
请君入瓮，幽默的智慧扭转局势	50
急中生智，幽默语言是杀手锏	52
主动出击，让自己掌控外物	53
第五章 政治家的幽默，缓和处世的交涉氛围	55
小题大做，让坏事变成好事	55
借题发挥，逗笑他人提升自己	56
反唇相讥，轻松实现以威对威	57
活跃气氛，消除意外的尴尬	58
给人“台阶”，为他人留面子	60
言语失误，幽默改口成救星	61
第六章 化阴郁于笑谈，幽默是身心保健医生	62
幽默可有效防治不良的情绪	62
幽默是化解抑郁的心理医生	63
“笑”能够提高身体免疫力	65

幽默是紧急情况中的镇静剂	66
幽默能在微笑中修复身心	67
幽默让悲观远离，让幸福靠近	69
幽默对身体的 10 大保健功用	70
第七章 满足心理诉求，幽默激发创造的力量	72
借由心理机制，发掘幽默心理功能	72
认识心理动机，发扬阳光幽默	73
不是人人都有幽默感，幽默需培养	74
增强心理调控力，驾驭情绪的起伏	76
幽默增加理性内存，化解负性情感	77
幽默沟通实质是实现不良心理超越	79
幽默需要用创造力量扩展心理维度	80
幽默教育启发出真正的创造力思维	81
第八章 调剂平凡生活，幽默让美好无处不在	83
有幽默的地方就有快乐	83
幽默共享，才能放大价值	84
幽默去除生活的平淡	85
更新生活，要有幽默相伴	86
敲碎悲观外壳，懂得幽默生活	87
幽默是爱情甜蜜的守护神	88
幽默是交朋结友的金牌通行证	90
幽默代替握手，提高交谈雅量	91
正式场合有笑声，幽默调节气氛	92
幽默表达，让生活充满无限生机	93
幽默是趣味生活的空气清新剂	95
第九章 善用幽默口才，实现尽善尽美的生存	97
幽默可营造良好的谈判氛围	97
幽默助你在社交场游刃有余	98
幽默可帮助上司赢得下属的心	100
妙用幽默拉近与上司的距离	101
用幽默奠定友好的沟通基调	102
幽默可增强演讲人的感染力	104

幽默是拉近朋友关系的磁石	105
幽默的言辞有助于巧答他人	106
幽默打造生意场的圆融交际	108
幽默的沟通，成功的一大半	109
幽默在口中，成功正在路上	111

中篇 幽默的应用——身临其境，学会幽默待人

第一章 即兴幽默——急中生智，瞬间打动他人	115
一见如故——与初识之人幽默建交	115
操控紧张——即兴讲话不失风范	116
临时发挥——化忌为喜的幽默术	117
就坡打滚——故作不知幽默他人	118
将错就错——顺理成章中显智慧	119
冷场开涮——幽默逗你喜笑颜开	120
兵来将挡——机智幽默应对奚落	122
以静制动——应对别人指责嘲笑	123
以牙还牙——幽默回击他人讽刺	124
即兴聊天——幽默捧场，愉悦情怀	125
随机应变——幽默口才的即兴法宝	126
变通幽默——就比别人会说一点	127
第二章 处世幽默——柔以避祸，笑以挡灾	129
幽默话助你轻松做人	129
用幽默钝化他人攻击	131
顺梯而下，圆融处世	132
顾左右而言他的幽默	134
淡定的幽默调侃自己	135
用模糊语言说尖锐话	137
触及他人痛处的转机	138
遭遇尴尬时故说痴话	139
寓理于事，不言自明	140
艰涩问题，避实就虚	142
谐音巧用，反贬为褒	143

借人之事，幽默解困	144
第三章 社交幽默——进退自如，笑出影响力	146
初次见面：幽默加深第一印象	146
深化记忆：幽默说出自己名字	147
幽默公关，说服助你成功	149
出乎意料：幽默应“话”而生	150
玩笑自嘲：用谦逊赢得影响力	152
以问作答：用幽默来应付对手	153
淡化感情：幽默融化交际之冰	154
尊严幽默：翩翩风度征服人心	155
淡定一笑：多点雅量面对嘲笑	156
第四章 做事幽默——寓庄于谐，办好难办的事	158
用“名片效应”套近乎	158
幽默道歉，谅解不请自来	158
善用微笑为幽默的气场加分	160
活学活用的灵性让谐趣顿生	161
幽默装傻与因势利导的应变	162
顺势而语，幽默口舌巧做事	163
幽默为武器，变意外为常态	164
直意曲说，圆融幽默易成事	165
幽默需要通俗易懂	167
反向求因，乐观为人懂变通	168
让脑子转个弯儿来补救失言	169
摆脱两难问题的幽默法术	170
幽默做事情，保全他人面子	171
丢掉面子时，学会幽默挽回	172
幽默沟通中的间接批评方法	173
第五章 谈判幽默——打破僵局，增加胜算	175
寒暄幽默，激活气氛	175
退让有度，声东击西	176
谈判桌上，幽默装傻	177
幽默在先，友好随后	178

口才较量，幽默助阵	179
幽默言语，软化气氛	180
第六章 应酬幽默——开口是金，赢得人情	182
机巧示弱，酒场能手	182
不说蠢话，诙谐相处	183
妙语劝酒，不喝才怪	185
幽默祝酒，拉拢人情	186
生日致辞，幽默来贺	187
第七章 说服幽默——把幽默的话说到心坎上	189
欲擒故纵，幽默地说服他人	189
创造独特，让幽默推动销售	190
幽默诱导，让对方说“是”	192
旁敲侧击，说服可以不走直线	193
保持缄默，变相的幽默说服	194
以谬制谬，顺言逆意的说辩	195
指桑骂槐，“骂”出幽默的威力	196
巧抓心理，趣味销售要独特	197
间接说服，巧用语言的不同	198
金牌销售，幽默艺术做担保	200
第八章 面试幽默——步入职场的敲门金砖	202
自我介绍请幽默地说	202
推销自己，幽默创意	203
让个性幽默脱口而出	204
让幽默做语言包装纸	205
逗笑考官，轻松取胜	206
幽默的答复淡化缺点	207
创意幽默换来录用书	209
幽默成为职场准入证	210
离职原因，幽默讲述	211
第九章 下属幽默——善用玩笑，左右逢源	213
幽默是晋升的快捷方式	213
尴尬时笑替领导打圆场	214

和上司有分寸地开玩笑	215
对同事有意见要幽默地说	217
幽默秀出你的幕后功劳	218
幽默让错话转化为良言	219
向上司委婉提出意见	220
第十章 职场幽默——愉快工作，轻松生存	222
职场幽默帮助提升业绩	222
办公室里的幽默探幽	223
职场矛盾，幽默化解	224
工作难题，幽默处理	225
方圆幽默，巧妙制胜	226
避免与同事“交火”	227
如何与同事幽默相处	228
职位变动，幽默视之	229
职场幽默应恰到好处	230
幽默打造成功的职场	231
第十一章 领导幽默——有“笑果”方出成果	233
融洽幽默，最大化亲和力	233
空降领导与同事拉近距离	234
懂幽默的上司会说服下属	235
诙谐幽默，最有力的斥责	236
妙侃巧批，让他自惭形秽	237
用幽默将批评转化成激励	238
意外赞许，幽默是生产力	239
借幽默提升上司领导力	240
第十二章 演讲幽默——放大气场，折服听众	242
提前准备幽默素材	242
做一个趣味开场白	243
为演讲找幽默主题	244
学会抓住听众的心	245
不要拿滑稽当幽默	246
幽默演讲中的禁忌	247

用情感彰显感染力	248
摆正心态战胜怯场	249
巧用肢体幽默演讲	251
笑话是演讲的调料	252
第十三章 辩论幽默——唇枪舌剑中的缓冲器	254
巧用俗语，谐趣论辩	254
理智幽默，胜过争论	255
引申归谬，强辩韬略	255
反唇相讥，辩不可挡	257
找出矛盾，幽默智辩	258
两难战术，反客为主	259
法庭论辩，偷换概念	260
妙用谐音，机智论辩	262
软化辩语，增强辩力	263
仿效幽默，让他哑口	264
诡辩幽默，不胜亦胜	265
第十四章 赞美幽默——情感投资有笑道	267
赢得欢心，为赞美添笑果	267
理解赞美，做到真正幽默	268
面对女人，男人这样赞美	269
人际需求，给想要的赞美	270
适度称赞，沟通的催化剂	271
真诚赞美，幽默是必要元素	272
出乎意料，让人喜出望外	273
幽默意境，使人愉快接近	274
赞人独特，让你印象深刻	276
适时赞美，让办事更容易	277
恰当赞美，让你深受其爱	278
第十五章 拒绝幽默——诙谐中保全你我情面	280
下令逐客，幽默的圆融	280
巧言妙语，智慧的拒绝	281
诙谐言语，婉言的拒绝	282

慢点说“是”，笑点说“不”	284
通过暗示，善于说“不”	285
留足情面，让领导舒心	286
逻辑拒绝，巧踢回传球	287
幽默拒绝，化解尴尬	288
绕圈拒绝，优化交际圈	289
巧妙拒绝，让他知难而退	290
第十六章 恋爱幽默——幽默是恋爱的必杀技	292
接近异性，幽默是许可证	292
幽默表白，恋爱“必杀技”	293
自然幽默，滋生爱情火花	294
投石问路，含蓄传达爱意	295
礼貌幽默，距离成就美感	297
恋爱绝技，避免说话无趣	298
控制心理，幽默应心而生	299
应用幽默，增强恋爱美感	300
获取芳心，一句幽默搞定	301
爱有阴晴，幽默是和事老	302
幽默情话，帮助爱情保鲜	303
恋爱幽默，因熟悉度而定	304
特色幽默，尽显人情魅力	305
第十七章 亲子幽默——家长与孩子笑着说话	307
幽默教育，触动活泼的天性	307
友善尊重，幽默是联结的桥梁	308
幽默夸赞，让孩子变“争气”	309
锁定欲望，用幽默激将行动	310
美化言辞，孩子才能够听话	312
幽默说教，切忌说的8种话	313
接受差异，赢得孩子的服气	315
幽默引导，亲子沟通更通畅	316
亲情挚爱，幽默感是传送带	318

第十八章 婚姻幽默——笑到白头，婚姻长青	319
幽默良剂，升华夫妻感情	319
巧设“圈套”，达到目的	320
会说嘲语，拨动伴侣心弦	321
会说笑语，找回爱的热情	322
谐趣甜言，爱你爱到入骨	323
女人之幸，家有幽默老公	324
中和醋意，幽默是秘密武器	325
改善气氛，幽默不是软弱	326
笑出婚姻，幽默赢得幸福	327
婚姻经营，互相幽默对方一默	329
夫妻争吵，需要适度地幽默	330
幽默贤妻，让婚姻长久温馨	331
心怀意见，用幽默委婉表达	332
理性互补，幽默婚姻才和谐	333
琐碎幽默，让夫妻生活幸福	334
面对讥讽，用幽默进行反击	335

下篇 幽默的提升——掌握技巧，成为幽默大师

第一章 幽默形式——多元幽默开胃大杂烩	339
传统幽默与现代幽默	339
健康幽默与不健康幽默	340
有声幽默与无声幽默	342
灰色幽默与黑色幽默	343
红色幽默和暖色幽默	345
冷幽默与热幽默	346
禅式幽默与孩式幽默	347
其他形式的幽默	348
第二章 幽默技巧——三分靠天生，七分靠培养	350
基础准备——知识是幽默前提	350
厚积薄发——欢笑中呈现理智	352
多听后练——用心去体会幽默	353

克服紧张——幽默需要淡定	354
即席演讲——幽默“7要”	356
建立自信——幽默演讲的技巧	357
练智增智——提高沟通的智慧	358
练在当下——不放过任何机会	360
心理共鸣——演讲与听众对味	362
欲此说彼——含蓄迂回的表达	363
装傻充愣——迂回之中显理智	364
第三章 幽默修辞——手法精妙，信“口”拈来	367
生动比喻——借题发挥，妙吐心声	367
反问手法——只问不答，反诘进攻	368
比拟修辞——幽默将讽刺进行到底	369
拟人运用——别具特色，幽默动人	371
双关运用——明里说一，暗里说二	372
夸张技巧——夸大的幽默真给力	374
类比幽默——违法常规，耐人寻味	375
巧用重复——异曲中谱写同工之妙	376
转换幽默——由此转彼，趣味调节	377
巧用反语——将错就错，以讹反讹	378
其他修辞——制造幽默妙招点点通	380
第四章 幽默分寸——把握幽默的“投放量”	382
幽默应学会在适当的地方转角	382
把握幽默分寸，打造活力社交	383
注意幽默尺度，避免踏入雷区	384
玩笑要抓尺度，给他人留有余地	386
幽默要有针对性，长、晚辈区别以待	387
把握地域禁忌，避开别人的忌讳	388
职场幽默应把握分寸，不该说的勿说	389
幽默应该节制，该干脆时不啰唆	391
幽默演讲禁忌，看清禁忌说清话	392
第五章 幽默时机——合适的时间说适合的话	395
适时开口，幽默在智慧中潜伏	395

双向沟通，成功的幽默风度	397
打破冷场，让幽默及时出手	397
适用幽默，不滥用才真有用	398
看准对象，幽默应因人而异	399
适时幽默，说话分量会更足	400
第六章 幽默规则——有规矩方能成幽默之方圆	402
启迪规则：人以笑话为笑，我以笑话醒人	402
乐观规则：没有乐观的心，就无幽默的情	403
适度规则：分寸中可进可退的中庸哲学	404
平等规则：平等态度交流，给力美的人格	404
特色规则：面对不同人的幽默沟通方法	405
阻力规则：认清幽默阻力，促成幽默质变	407
宽容规则：以包容的胸襟体现幽默精华	409
正义规则：真正的幽默绝不嘲笑弱者	409
第七章 幽默逻辑——有逻辑条理方有说服力	411
以正导反，错位逻辑	411
谬误逻辑，绕晕对手	413
归谬逻辑，一非百非	415
矛盾逻辑，解难开围	416
歪解逻辑，笑不可挡	418
逻辑严密，环环相扣	419
第八章 幽默思维——让创新思维提升智慧幽默	421
幽默思维：意料之外，情理之中	421
趣味思维：有效沟通中的思考法	423
孩式思维：童言无忌中造就幽默	424
多向思维：用发散力，造幽默力	425
逆向思维：反其道而“思”之	426
联想思维：举一反三，自由想象	428