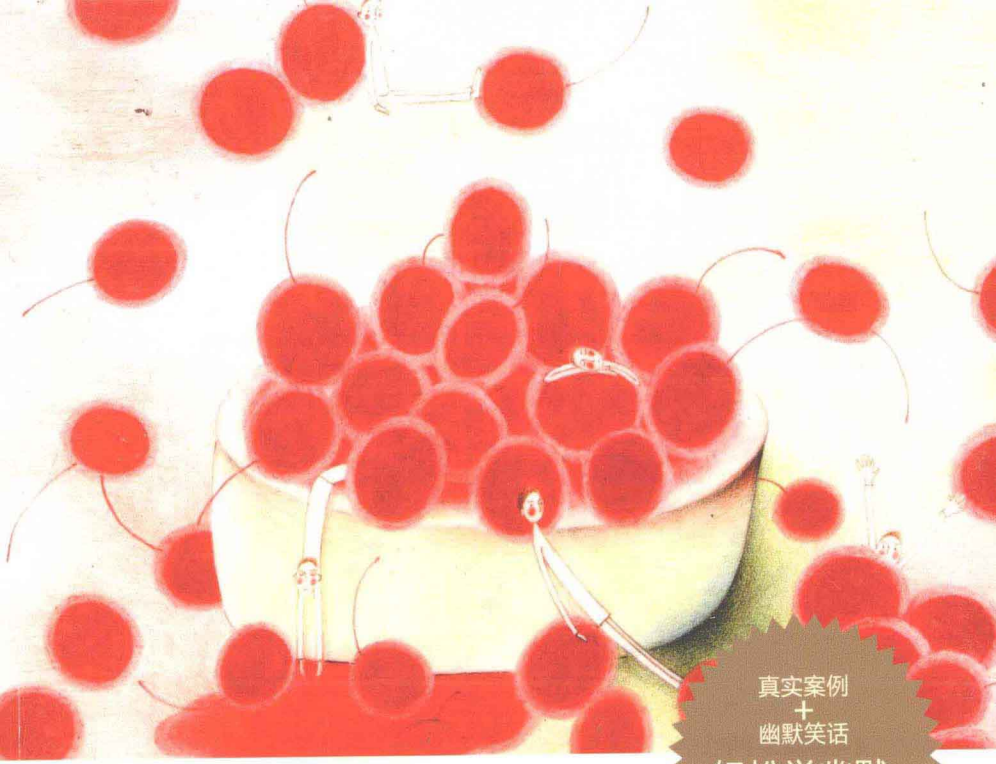


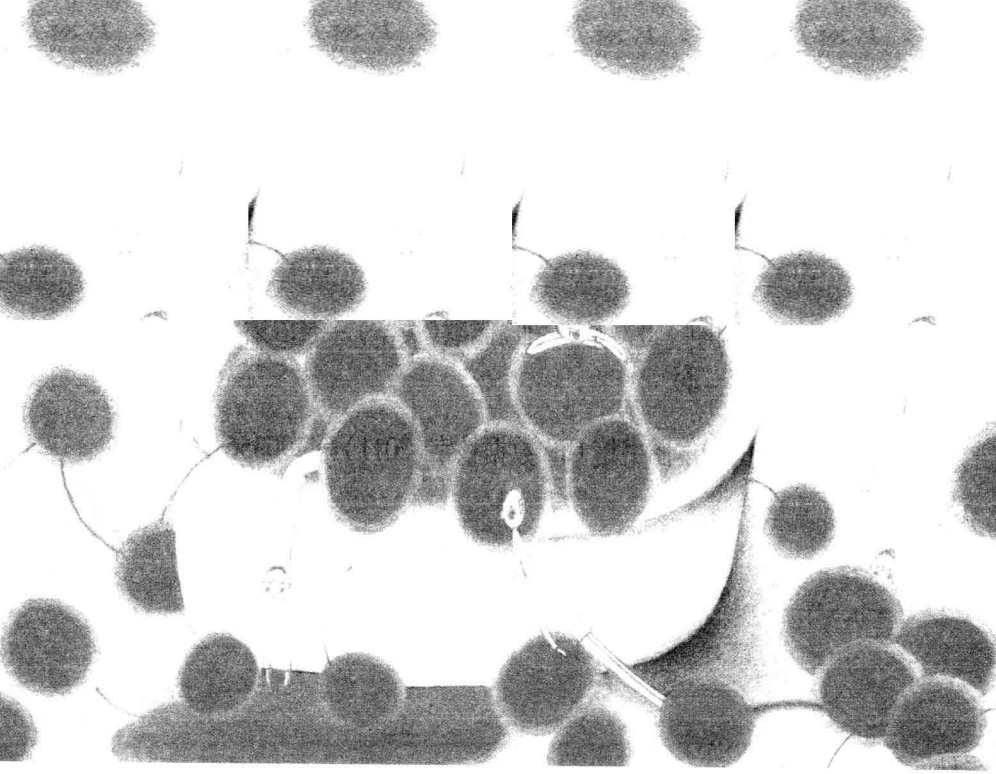
真实案例
+
幽默笑话
轻松学幽默，
魅力无法挡。

幽默魅力学

赖淑惠 著

幽默大师、著名作家林语堂说："幽默是人类心灵舒展的花朵。"台湾著名财智人物、幽默达人赖淑惠告诉你："要活化你体内幽默细胞，幽默风趣、畅通人际，才能顺心如意。"

中华书局



幽默魅力学

赖淑惠 著

中华书局

图书在版编目(CIP)数据

幽默魅力学/赖淑惠著. —北京:中华书局,2011.11
ISBN 978-7-101-08212-8

Ⅰ.幽… Ⅱ.赖… Ⅲ.幽默(美学)-通俗读物
Ⅳ.B83-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第190356号

书　　名	幽默魅力学
著　　者	赖淑惠
责任编辑	焦雅君　张之光
出版发行	中华书局
	(北京市丰台区太平桥西里38号　100073)
	http://www.zhbc.com.cn
	E-mail:zhbc@zhbc.com.cn
印　　刷	北京瑞古冠中印刷厂
版　　次	2011年11月北京第1版
	2011年11月北京第1次印刷
规　　格	开本/880×1230毫米　1/32
	印张5¾　插页10　字数80千字
印　　数	1-10000册
国际书号	ISBN 978-7-101-08212-8
定　　价	20.00元

自 序

幽默致胜

许多学员前来学习“讲台魅力”，不可讳言，讲台魅力既是最困难的，又是最简单的。因为它并非一朝一夕即可学会，然而一旦开窍抓住要领后，可以说是受用一辈子！

过去，在研修心灵成长课程时，我的老师说：“淑惠，你的能量足以带领课程！”

老师的这一席话，激发了我的潜能、提升了我的自信。自此，一站上讲台，我便仿佛与上天连线，智慧开启，用幽默的言语、饶富寓意的小故事，口开莲花，展现魅力，至今开讲两千多场。

“魅力”仿佛人际关系的磁铁，潜藏着深深的吸引力，探究其内在原因，在于“起承转合”的智慧，是按部就班、脚踏实地、扎实密合的，就像盖大楼一样，打地基、立桩、灌浆等，一个步骤也不能少。

在牙牙学语的儿童身上，“纯真”就是他们的魅力；年轻人的魅力在于青春活力；对于年长者，“稳重成熟”则是其专属的魅力。

一歌剧院里，女士们都穿着盛装、戴着华丽的帽子欣赏演出，但后排的观众却因视线不佳，而无法专心欣赏。

于是，中场时，剧院经理上台说：“请各位女士将帽子摘掉，以免影响后排的观众！”

未料，没有任何人理会他。

稍后，经理又再补充：“嗯……年纪大的女士可以不用脱帽……”

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

不到三秒钟，剧院里所有戴帽子的女人都摘下了帽子。

这则有关“沟通”的小故事，一定可以让读者们领悟，无需以严厉的言词、强硬的语气，只消用幽默智慧的语言，足以让大事化小、小事化无，解决不必要的纷争。

每个人都是上天最完美的杰作。看看别人，想想自己。看扬名威尼斯影展的导演李安，以他严谨、考究的编导功力，拍摄出乱世中的情爱纠葛，让人赞赏；看超级马拉松运动员林义杰，徒步横越撒哈拉沙漠的壮举，因毅力与坚持而绽放出的魅力花朵，不得不令人喝彩！

在此鼓励大家，学习以“智慧”与“自信”来涵养魅力，必能在人生舞台上，绽放个人的风采！

赖淑惠

目次

1 **魅力条件一　沟通**

3 魅力排行榜

8 人人都有一块魅力磁铁

13 “十点十分”的人生

16 魅力四神汤

20 存好心，说好话，做好事

25 做个倾听的高手

30 请求与拒绝的艺术

34 大话小说，重话轻说，狠话柔说

39 **魅力条件二　爱与分享**

41 培养好奇心

44 做事要认真，做人要纯真
47 凡事感激
51 做别人的贵人
54 追求全方位的成功
59 满腔和气，大肚包容
63 日日是好日，时时是好时
67 随和不随便

71 **魅力条件三　幽默**

73 魅力养乐多
77 做个情绪管理的高手
82 让EQ与IQ均衡一下
86 幽默与沟通的艺术

90 创造力&想像力
94 命好不如习惯好
99 打扫心灵的垃圾

103 **魅力条件四 自信**

105 魅力潜能，无限宽广
109 甩开忧郁，奔向阳光
114 敞开心房，接受当下
118 放下布袋，何等自在
122 我是一株勇敢的小草
126 命运是用“心”打造出来的
130 接受不完美的自己

135 **魅力条件五　乐观**

137 不要意气用事，要智慧当家

141 以爱互动，激发喜悦光芒

144 心灵喜悦之旅

149 激发喜悦能量

153 释放负面情绪

157 知足心，惜福情

161 快快乐乐地活着

166 一切生命都是美的

169 为心灵上彩妆

魅力条件一　沟通

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

大家都努力寻寻觅觅，找不到满意，
觉得冷冷清清演不下去，
心中浮现凄凄惨惨没有力气，
喝下魅力四神汤，将身心安顿，人生才有头绪，
就不会不知何去何从。

语言是最危险的武器；刀剑刺的伤口比语言刺的伤口容易治愈。

——卡德龙

魅力排行榜

人生只有一趟，主角就是你！

魅力因子，潜藏在每个人的身体中，很多人误以为自己缺乏魅力，其实只是不知如何展现罢了。

“魅力”家庭集合起来，洋洋洒洒一箩筐，有自信魅力、个性魅力、态度魅力、肢体魅力、语言魅力、幽默魅力、工作魅力、群众魅力、特质魅力等。只要抓住其中最贴近自己的一两个窍门，好好发挥，就能放送出无限的个人风采来。

自信是一切魅力之母，一切的魅力都由它而生。自信要从懂得“欣赏自己”培养起。每个人都是世上独一无二的存在，从这个角度来切入，虽然自己不是长得很漂亮，但至少长得很自然；虽然头脑不是绝顶聪明，但是有一手好技艺。天生我才必有用，这就是你的特别之处，就从这个地方开始发挥特长，有了“自信”做基础，“魅力屋”就会愈盖愈美丽呢！

个性魅力，是个人从众人中“脱颖而出”的特色，我们可以从个人的穿着品味、言语举止、顾盼神韵中读出独具的个性。现代年轻的追星族，非常喜欢追逐心中偶像的造型、时装、口语、动作，这代表个性魅力非常容易掳获人心，我们要擅于发挥。

态度魅力，是一种应对、交际的独特吸引力。当我们有事请教别人，若对方耐心地、巨细靡遗地教导时，我们肯定会感觉到心中有一股暖流汩汩流过，那就是一种诚恳与关怀的滋润，涵泳在这种氛围下，心情一定格外地舒坦。所以，如果我们待人处事能够经常抱持这种优雅、体贴、付出的态度，魅力自然油然而生。

有人一举手、一投足都会牵动全身的魅力细胞，让人倾迷，这就是肢体魅力。我们常说“肢体语言”，可见“肢体”是会说话的，至于要如何“说话”才会动人，就要配合个人的肢体专长来发挥了。有的人脸部有丰富的表情，有的人手势独具变化，有的人肢体动作搭配得非常得宜。总之，将个人最具有独特美感的身体语言发挥出来就对了。

语言魅力，要从说话的声调与内涵来加强。“一句话使人笑，一句话使人跳，一句话使人气死掉”，同样说一句话，结果是大相径庭，可见说话的艺术多么重要。说话不但要轻声、委婉地说，还要言之有物、言而有味、

说话得体。通常一个具备语言魅力的人，都是说话艺术的实践者。

先生怒气冲冲地责骂太太，太太却笑着说："看你这么生气大声地吼，让我感到很安心，这代表你身体健康，充满活力。"

一场暴戾之气，就因为幽默的一句话，而化戾气为祥和。

幽默是非常受人欢迎的一种魅力。据调查，大多数的未婚女性朋友们，都希望将来的另一半是具有幽默细胞的人。幽默是人际之间的开心果，它可以带来欢笑，拉近彼此的距离，使生活多彩多姿。如果一个人的外貌"先天不足"，没有关系，幽默将为他的"魅力"频频加分。

领导魅力，是一种经验、学识与领导统合魅力。身为部门主管，对于如何"承上启下"，扮演好"三明治与夹心饼"的角色，这是一大考验。如果位居决策阶层，则领导魅力更是牵动整个机关、企业成败的关键。领导的魅力要以丰富的实战经验、精湛的学养、高明的统御力来开创，它攸关整个团队的士气与战斗力。

有一位主管开会时很认真地学习讲笑话，所有员工都放声大笑。开完会，新来的职员问身旁的一位同事："经理讲得并不好笑，为何你们笑得那么开心？"

他回答："如果我们不大声笑，他就会继续讲，那该怎么办？"

工作魅力，是从工作中自然流露出来的一种美感。俗话说："认真工作的人最美丽。"因为当一个人全神贯注于工作时，那种专注、认真、投入的表情，会让人油然生起敬慕之心。反之，当一个人工作敷衍塞责、草率轻忽时，则会予人无责任感、投机、轻率的负面观感。所以，最好发挥的魅力就是工作魅力了，只要我们全心投入于工作，魅力自然就洋溢其中。

群众魅力，是一种天生"领袖型"的人物所具有的魅力，这种魅力是由言语、肢体，幽默、领导等综合而成。这种人的四周永远簇拥着一大群追随的群众，他也以此为乐，群众就是他的人生舞台。像英国首相丘吉尔，就是正面的示范。

特质魅力，是一种极为特殊的人际魅力，它不是以上述特定的魅力展现方式出现的，而是一种"异乎寻常"、"风格独具"的人格特质。有一位美丽的女星，爱上一位跟她极不搭调的男士。该男士若以我们一般人

的眼光来看，既不帅又不多金，年纪也不小。但是，该女星却心甘情愿地“为爱痴迷”，这就是一种特有的魅力在吸引着她，是无法放在世俗的天平上来衡量的。

魅力，犹如各种颜色的粉彩，人心就是画笔。只要懂得挑选最适合的绘画工具，展现自信的手，就可以在人生的画布上画出独具风格的作品，丰富、充实我们的生命。

魅力四射站

魅力是人际之间特殊的吸引力。每个人身上都有一片魅力沃土，就看你怎么开拓它。尽情享受生命中的每一个过程，让心灵轻松喜悦自在。

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com