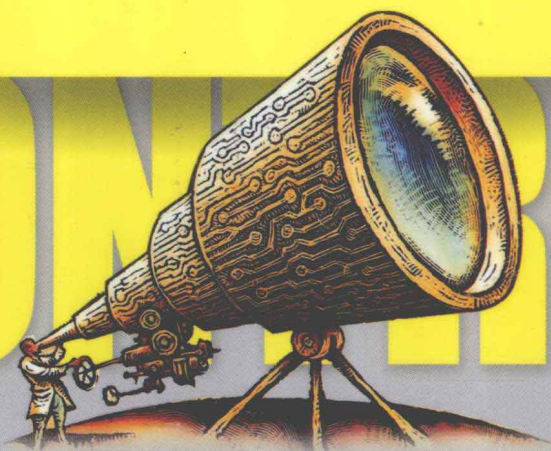


幽默是处理人际关系的一种缓冲剂。在社会交往中，人与人之间难免会发生一些冲撞、误会和矛盾，恰当的幽默不仅可以淡化矛盾、消除误会，还可以表达歉意，或者婉转地加以批评，使人迅速摆脱困境，避免被动尴尬。

幽默 掌控术

掌控好幽默艺术 让你的气场更强大

笑笑◎编著



掌控幽默是一门艺术，是一种运用幽默和幽默感来增进你与他人的关系，并改善你對自己真实评价的艺术。

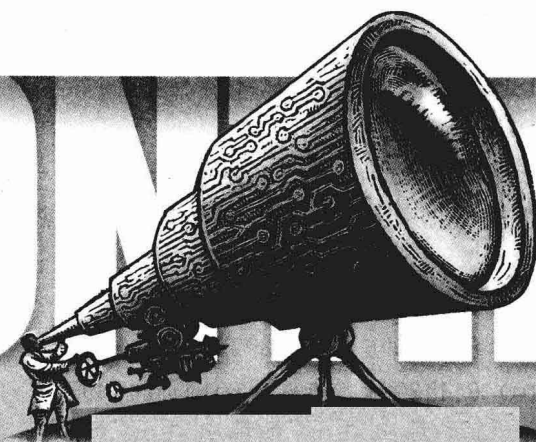
中國華僑出版社

HUMOR

幽默大师 掌控术

掌控好幽默艺术 让你的气场更强大

笑笑◎编著



中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

幽默掌控术/笑笑编著. —北京: 中国华侨出版社, 2011.6

ISBN 978-7-5113-1415-4

I. ①幽… II. ①笑… III. ①幽默 (美学) —通俗读物
IV. ①B83-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 078000 号

●幽默掌控术

编 著 / 笑 笑

责任编辑 / 文 心

责任校对 / 查显春

装帧设计 / 天下书装

经 销 / 新华书店

开 本 / 710×1000 毫米 1/16 印张 / 17 字数 / 218 千字

印 刷 / 北京忠信诚胶印厂

版 次 / 2011 年 6 月第 1 版 2011 年 6 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-1415-4

定 价 / 29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层
邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com



幽默是人生交往的润滑剂，是活跃社交场合气氛的最佳“调料”。人们常有这样的体会，疲劳的旅途上，焦急的等待中，一句幽默话，一个风趣故事，能使人笑逐颜开，疲劳顿消。具有幽默感的人在日常生活中人缘都比较好，因为他们可在短期内缩短人际交往的距离，赢得对方的好感和信赖。

每个人都会有心情郁闷的时候，如果你整天唉声叹气，只会生活在痛苦之中。如果你能够用幽默的态度来对待，笑一笑，就能消除烦闷、紧张、疚歉、沮丧，让心情明朗起来。

在充斥着巨大压力的职场，幽默能够改善组织内部的生产力与士气，可以化解工作中的冲突和困窘，可以使你保持轻松心情，减轻工作压力，也能使你更聪明且更有创造力。而在恋爱中，如果你每一次和另一半约会的时候都能将对方逗得哈哈大笑，你们的感情肯定会迅速升温，发展顺利。即使是在处理尴尬的问题时，也不必板着面孔，只需说一句俏皮话，或自我解嘲一番，就能收到云开日出的效果。

婚姻中，总离不了油盐酱醋、锅碗瓢盆，激情越来越少，日子越过越淡，若再添些“家庭内战”，实在没什么意思，而幽默将帮助你远离倦怠。比如，夫妻间偶尔出现矛盾和冲突，不要急于争辩谁对谁错，不妨开个小玩笑，不仅可以缓和夫妻间剑拔弩张的气氛，更重要的是可以为日复一日

的生活平添情趣。

在演讲的时候，要如行家一样把你的幽默力量运用自如，把幽默力量真实而自然地表现出来，将幽默力量表达为你演讲的重要部分。不论你是专业的演说家，或只是偶尔的演讲，都可以努力去创造、发展并运用你的幽默力量。

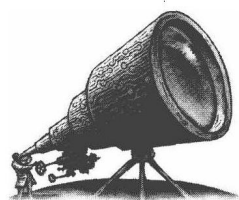
有一家公司的总裁曾说过：“我专门雇佣那些善于制造快乐气氛，并能自我解嘲的人。这样的人能把自己推销给大家，让人们接受他本人，同时也接受他的观点、方法和产品。”在推销产品的时候，让顾客高高兴兴地掏钱买你的东西绝不是一件容易的事情，因为人在接受一件新产品时总是会存在抵触心理的，如果推销员在推销时试着表现出爽朗、幽默的谈吐风度，对方一定会慢慢为你打开心扉。

在谈判过程中，本来轻松、和谐的气氛可能因双方在实质性问题上的争执而突然变得紧张，甚至剑拔弩张，一步就跨到谈判破裂的边缘。在这种情况下，诙谐幽默无疑是最好的润滑剂。

幽默，如浴春风花蕾绽开，自有一种韵味在其中；似行云流水浑然天成，意味深长不留雕琢的痕迹。幽默能增加人与人之间的亲密度，不伤感情地表明观点，使敌对情绪消弭于无形之中。幽默是法力无边的魔法，不需要什么大张旗鼓的举动，有时只是一句话，一个动作，就可以起到四两拨千斤的功力，甚至可以让一触即发的纷争消散于无形。

本书基于幽默的精神和幽默的作用，通过大量生动的故事、透彻的分析、通俗易懂的语言，对各个方面幽默的运用和技巧等作了详细的阐述，让你在轻松愉快的阅读中修炼成一个调制幽默的高手。

目 录



C O N T E N T S

第一章

生活乏味了，找点乐子笑一笑

幽默是人生中不可缺少的喜剧，正因它的存在，使世界充满了欢乐。如果你感到生活乏味、心情低落了，找点幽默的段子乐一乐，看看电影，听听相声，定能消除烦闷、紧张、疚歉、沮丧，让心情明朗起来，为日复一日的生活平添情趣。

1. 《非诚勿扰》——让人捧腹的冯小刚幽默 /2
2. 《让子弹飞》——笑点不断的姜氏幽默 /5
3. 《铁齿铜牙纪晓岚》——嬉笑怒骂皆幽默的纪晓岚 /8
4. 《同桌的你》——人见人爱的赵本山 /11
5. 《我这一辈子》——郭德纲的草根式娱乐 /15
6. 《逗你玩》——长留幽默在人间的马三立 /19
7. 《笑侃三十年》——周立波的海派式幽默 /24
8. 《非常6+1》——敢于拿自己开涮的李咏 /27
9. 《实话实说》——幽默随口就来的崔永元 /31
10. 《别拿自己不当干部》——“想死你了”的冯巩式幽默 /34



11. 《老大的幸福》——自成一家的范式幽默 /39
12. 《大话西游》——无厘头周星驰 /44
13. 《宇宙牌香烟》——相声界的“泰斗”马季 /48

第二章

工作太累了，来点幽默放松一下

在工作中需要保持轻松欢乐的心情，首先就要营造愉快的环境，那些令人发笑的幽默语言，能缓解工作中由于速度效率急剧加快给人造成的一种莫名的心理压力和焦虑，使人在工作中的心情变得轻松愉快。

1. 面试幽默，让你脱颖而出 /54
2. 用幽默化解工作中的尴尬 /56
3. 别和上司开黑色玩笑 /58
4. 用幽默的方式提醒老板：该加薪了 /61
5. 压力大，来点冷幽默调节一下 /62
6. 办公室“恶搞”，千万别过火 /65
7. 把趣事拿出来和同事分享 /68
8. 办公室里开玩笑小心踩雷区 /71
9. 幽默提升你的领导力 /73
10. 办公室必修的幽默招数 /75
11. 用幽默的方式激励下属 /78
12. 不同职业有不同的幽默技巧 /80

第三章

心情郁闷了，用幽默化解一下

世界上最美妙的声音就是笑声，它比任何音乐或娓娓的情话都美妙。当我们因为不满和痛苦导致自己很难过时，不如用幽默来扭转局面。只要善于发挥幽默的力量，你就会远离所有烦恼，开心度过每一天。

1. 用幽默来驱逐生活中的烦恼 /84
2. 表达不满也需要幽默 /87
3. 一笑解千愁 /90
4. 用幽默消除被批评时的紧张气氛 /92
5. 巧用幽默改善同事之间的关系 /95
6. 诙谐调侃让不快烟消云散 /98
7. 适时的幽默最能取悦人心 /100

第四章

谈话冷场了，用幽默缓和一下

幽默是活跃社交场合气氛的最佳“调料”。与人交谈，难免会出现冷场，这个时候幽默就是活跃气氛的最好法宝，一个小小的玩笑，或者是一个不落俗套的笑话，都能够让交谈的气氛活跃起来。

1. 幽默能拉近你和陌生人之间的距离 /104
2. 幽默容易给人留下良好的第一印象 /106
3. 用幽默平息怒火 /108
4. 用幽默轻松化解敌意 /111



5. 拿自己“开涮”，更有意想不到的效果 /113
6. 幽默寒暄更有趣 /116
7. 玩笑让朋友间的友情更坚固 /118
8. 酒桌诙谐不可少 /121
9. 幽默让你成为“万人迷” /124

第五章

恋爱缺少情趣了，讲个笑话给他（她）听一听

徜徉在爱情的大海中，除了机智和诚心，爱情还需要毫无芥蒂的笑声，在适时地时候用幽默来拉近彼此的距离，是恋爱过程中非常重要的手段之一。幽默诙谐的表白、轻松俏皮的逗弄，都能为你的爱情带来迷人的馨香。

1. 约会时，让恋人笑靥如花 /128
2. 用幽默获得好感 /130
3. 爱情中的“谎言”，要幽默地说 /132
4. 创意玩笑是两人间最短的距离 /134
5. 搭讪，让恋爱“一路顺风” /137
6. 打情骂俏让恋爱充满活力 /139
7. 将醋意转化成机智的幽默 /142
8. 幽默拒绝他人的追求 /144

第六章

遭遇尴尬了，调侃一下找个台阶下

面对尴尬的局面，不要心慌意乱，手足无措，这样事情只会往更糟糕的方向发展。如果你想来个漂亮的转身，不妨巧妙地运用幽默，调侃一下，让人们在笑声中忘记你的失态，从而让不快烟消云散。

1. 适时运用自嘲摆脱难堪 /148
2. 含而不露显幽默，避免冲突不露声色 /151
3. 幽默高手，大智若愚应对刁钻问题 /154
4. 应对难堪局面，顺水推舟让对方脸红 /156
5. 幽默地说“不” /158
6. 用讽刺幽默的手法化解窘境 /161
7. 给人台阶，幽默救场最高尚 /164
8. 调侃一下，化解尴尬 /166

第七章

感情倦怠了，别忘了柴米油盐都是幽默素材

生活总是离不了油盐酱醋、锅碗瓢勺的碰撞，日子久了难免单调、乏味。要想让婚姻生活浪漫鲜活，就充分发挥你的创造力，把“柴米油盐”变成幽默的素材，让单调的婚姻生活多姿多彩，轻松愉快。

1. 幽默，夫妻矛盾的缓冲剂 /170
2. 用幽默表达对彼此的关怀 /172
3. 柴米油盐皆幽默 /176
4. 幽默表达歉意 /179



5. “谁做家务”的幽默艺术 /181
6. 假意“惧内”，让妻子笑口常开 /184
7. 不吵架的夫妻不是好夫妻 /187
8. 用善意的幽默反击另一半 /190
9. 有意见，幽默着提 /193
10. 用幽默代替责骂 /196
11. 幸福的婚姻来自创意调剂 /199

第八章

演讲人气不旺了，用笑声营造气氛

幽默的言语能让演讲充满令人愉快的智慧。往往是那些含蓄、风趣材料和语言，使人在会心一笑的同时，体会到高尚的情趣和深刻的道理。你如果娴熟地掌握了幽默技巧，在演讲中插入一些妙趣横生的内容，往往比振振有词的套语更能牵动听众的心弦。

1. 幽默能提升你的亲和力 /204
2. 风趣开场，吸引听众 /206
3. 拉家常式的演讲 /209
4. 即兴演讲也幽默 /211
5. 让幽默故事为你的演讲增光添彩 /213
6. 以幽默应付临场意外 /216
7. 在演讲中发挥幽默，会有神奇效果 /218
8. “一句话演讲”更具幽默的震撼效果 /220
9. 幽默使演讲结尾更富情趣 /223

第九章

东西难卖了，用幽默打消客户的戒备心理

让顾客高高兴兴地掏钱买你的东西绝不是一件容易的事情，因为人在接受一件新产品时总是会存在抵触心理的，如果推销员在推销时试着表现出爽朗、幽默的谈吐风度，对方一定会慢慢为你打开心扉。

1. 幽默是最好的推销方式 /226
2. 随机幽默化解突发事件 /229
3. 幽默说服客户 /231
4. 幽默降低客户敌意 /234
5. 幽默应对顾客的无礼要求 /237
6. 用幽默缓解客户情绪 /240

第十章

谈判陷入僵局了，幽默帮你扭转乾坤

在谈判过程中，本来轻松、和谐的气氛可能因双方在实质性问题上的争执而突然变得紧张，甚至剑拔弩张，一步就跨到谈判破裂的边缘。在这种情况下，诙谐幽默无疑是派上用场的最好武器。

1. 幽默营造谈判的友好氛围 /244
2. 幽默拒绝谈判对手不合理的要求 /246
3. 轻松表达自己的意见 /249
4. 幽默使你占据主动 /251
5. 巧妙运用幽默破解谈判僵局 /253
6. “雄辩”滔滔，幽默助阵 /255
7. 以幽默化干戈为玉帛 /257



第一章 生活乏味了,找点乐子笑一笑



幽默是人生中不可缺少的喜剧,正因它的存在,使世界充满了欢乐。如果你感到生活乏味、心情低落了,找点幽默的段子乐一乐,看看电影,听听相声,定能消除烦闷、紧张、疲倦、沮丧,让心情明朗起来,为日复一日的生活平添情趣。





1. 《非诚勿扰》

——让人捧腹的马小刚幽默

在2009年冯小刚的贺岁大片《非诚勿扰》中，葛优饰演的秦奋（海大富：海归、大龄、新富）登了这样一则征婚启事：

你要想找一帅哥就别来了，你要想找一钱包就别见了。硕士学历以上的免谈，女企业家免谈（小商小贩除外），省得咱们互相都会失望。刘德华和阿汤哥那种才貌双全的郎君是不会来征你的婚的。当然我也没做诺丁山的梦，您要真是一仙女我也接不住，没期待您长得跟画报封面一样看一眼就魂飞魄散。外表时尚，内心保守，身心都健康的一般人就行。要是多少还有点婉约那就更靠谱了。心眼别太多，岁数别太小。会叠衣服，每次洗完烫平叠得都像刚从商店里买回来的一样。

说得够具体了吧！自我介绍一下，我岁数已经不小了，日子小康，抽烟不喝酒。留学生身份出去的，在国外生活了十几年，没正经上过学，蹉跎中练就一身生存技能，现在学无所成海外归来。实话实说，应该定性为一只没有公司、没有股票、没有学位的“三无伪海龟（海归）”。人品五五开，不算老实，但天生胆小。杀人不犯法我也下不去手，总体而言还是属于对人群对社会有益无害的一类。有意者电联，非诚勿扰。

《非诚勿扰》的最初创意来自《征婚启事》，在秦奋相亲过程中，遭遇不同型号的剩女，陆陆续续的征婚情节更是让人捧腹。《非诚勿扰》改变

了此前冯小刚喜剧电影的小品化、拼贴化的特点，最后达成一以贯之的剧情。冯小刚在每一次的见面中都安排了恰到好处的经典幽默，或许很久之后品起来，仍然忍俊不禁。

幽默是冯小刚做电影的本分，《甲方乙方》《不见不散》《没完没了》《大腕》等影片中无一不显示着他的幽默。

《甲方乙方》精彩片段：

姚远（葛优饰）：协议书，甲方：尤万成先生，乙方：好梦一日游，简称梦游。甲乙双方经协商达成协议如下：

一、甲方责成乙方为其实现吃苦受罪之梦想。

二、乙方应不遗余力地，创造性地完成甲方之重托。

三、如甲方未经乙方允许，单方终止之梦想，将被视为违约，括弧，如遇战争，自然灾害，及人力不可抗拒之因素（尤插嘴：“天塌下来都有效！”），甲方应赔偿乙方一切损失。

四、……

尤老板（叶京饰）：“甭四了，我给你签字不完了吗。我要反悔，瞧见没有，这球场，还有这奔，就全归你们了！”

《不见不散》精彩片段：

刘元（葛优饰）：是李清，你还是来了！

李清（徐帆饰）：你怎么了，你看不见了么？看不见李清了吗？

刘元（葛优饰）：不，我看见，黑夜给了我黑色的眼睛；我看见，你望着我，你像玻璃杯里的冰块一样透明。

刘元（葛优饰）：“现在的刘元，是个瞎子，是个废人。难道我还能像一个正常人一样去憧憬什么，去追求什么吗？我的眼前一片漆黑，只有在梦里我才能见到光明，回到阳光灿烂的记忆里，有几次我梦见了你，你如此清晰地站在我的面前，使我激动不已。一旦惊醒，心如刀绞。我拼命想看见哪怕一丝的光亮，可我只能听，用听觉去想象……能替我送一束花给你吗？”



李清（徐帆饰）：“应该我送花给你呀。你喜欢什么花儿？是红色的，还是蓝色的？——对不起，我忘了你看不见了。”

刘元（葛优饰）：“没关系，我可以闻。眼睛看不见了，嗅觉就发达起来。”（偷瞟美女）

李清（徐帆饰）察觉：“咱们走吧。——哟，这是谁的钱包啊？”

刘元（葛优饰）：“哪儿呢，哪儿呢？——我又能看见了，这是爱情的力量！”

《没完没了》精彩片段：

小芸（吴倩莲）：“有一公鸡，有一母鸡，母鸡下了个蛋，公鸡就追着母鸡咬，你说那是为什么？”

阮大伟（傅彪）：“你说公鸡为什么追着母鸡咬呢？”

韩冬（葛优）：“因为它下了个鸭蛋。”

医生告诉你得了急性病：能不能转成慢性的？现在医学这么发达，转成慢性的一定很容易。

《大腕》精彩片段：

神经病患者（李成儒扮）：“一定得选最好的黄金地带，雇法国设计师，建就得建最高档次的公寓，电梯直接入户，户型最少也得四千平米。什么宽带呀，光缆呀，卫星呀，能给他接的全给他接上。楼上有花园，楼里有游泳池，楼里站一英国管家，戴一假发，特绅士的那种。业主一进门甭管有事没事都得跟人家说：May I help you, sir?”一口地道的英国伦敦腔，倍有面子！

社区里再建一所贵族学校，教材用哈佛儿，一年光学费就得几万美金。再建一所美国诊所，二十四小时候诊。就是一个字：贵！看感冒就得花个万八千的。周围邻居不是开宝马就是开奔驰，你要是开一日本车，你都不好意思跟人家打招呼……你说这样的公寓一平米得卖多少钱？（我觉得怎么着也得二千美金吧？）二千美金？那是成本！四千美金起。你别嫌贵，还不打折。你得研究业主的购物心理，愿意掏二千美金买房的业主，

根本不在乎再多掏二千。什么叫成功人士，你知道吗？成功人士就是买什么东西，都买最贵的，不买最好的！所以，我们做地产的口号就是：不求最好，但求最贵！”

冯小刚的幽默扎根于生活的土壤，冯氏喜剧在赢尽票房和舆论口碑的同时，冯小刚也因此被冠以“中国贺岁片之父”的头衔。生活中的冯小刚极富幽默感，特能调侃，他看似不经意的两句冷笑话可以让人捧腹大半天。源于生活，而高于生活的冯氏幽默不乏深沉锤炼的人生箴言，喜感十足，发人深省。



2. 《让子弹飞》

——笑点不断的姜氏幽默

2010年岁末，姜文带着“子弹”飞向了观众的视野。《让子弹飞》整部片子都散发着浓郁的“姜氏”风格——霸气、强悍、带劲、过瘾，外加幽默不断。电影一开篇，姜文就已经牢牢抓住了观众，观众和片中的葛优一样吃着火锅唱着歌就中了姜文的埋伏，“别着急，让子弹飞一会儿”，此后催笑弹一路飞奔。整个片子不仅仅是一种叙事，更像是行云流水的挥洒，挥洒的除了成熟男性的荷尔蒙，除了如大男孩儿般的天真英雄主义，更有着气定神闲的幽默感。因为剧情紧凑，幽默段子满场飞，观众在整部影片的140分钟内一直笑声不断，网友赞该片“两分钟一个笑点”，更有资深网友给出极高评价称其为“发人深省的喜剧”。

《让子弹飞》里，姜文将“断背”进行了戏谑表现：片中他不仅称自己离不开汤师爷，而将已准备投靠发哥的葛优重新拉回身边，还要搂着葛优睡觉，当姜文脱掉衣服时，葛优一句“你是要杀我还是睡我”笑翻