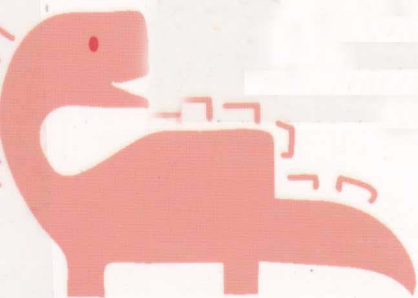


幽默是一种能力

humor power

为什么美国麦克阿瑟将军为他儿子所写的祈祷文中，除了求神赐给儿子「坚强勇敢、心地善良、认清事实、接受磨练」等外，还祈求上苍赐给他「充分的幽默感」？
幽默是一种力量，是运用幽默感来增进你和他人的关系，并且改善自我评价的一种艺术品。
幽默，是一种高超的生活艺术！



电子工业出版社

PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY

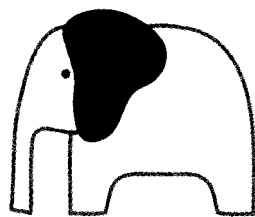
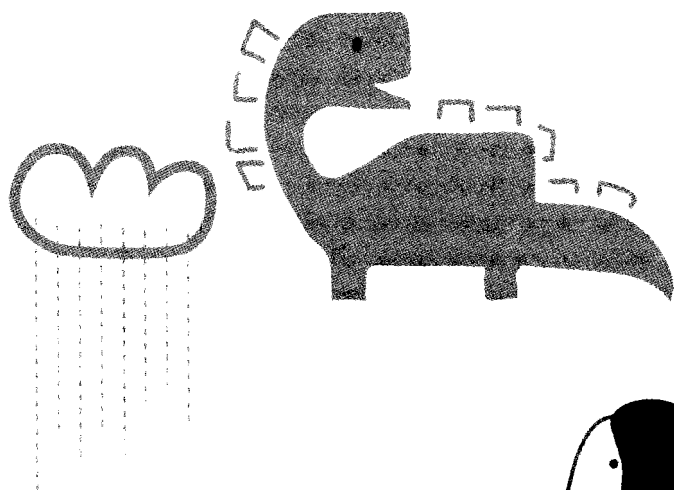
<http://www.phei.com.cn>

幽默 (著)

幽默是一种能力

humor power

尹澍 著



電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京 · BEIJING

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目 (CIP) 数据

幽默是一种能力 / 严澍著. —北京：电子工业出版社，2011.4
ISBN 978-7-121-12753-3

I. ①幽… II. ①严… 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001956号

原书名：《这年头，幽默是一种能力》

原作者名：严澍

雅书堂文化事业有限公司授权出版

版权贸易合同登记号01-2010-8186

责任编辑：周 林

特约编辑：朱 迪

印 刷：北京天宇星印刷厂

装 订：三河市皇庄路通装订厂

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱

邮编：100036

开 本：900×1280 1/32 印张：6.875 字数：110千字

印 次：2011年4月第1次印刷

定 价：25.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：(010) 88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：(010) 88258888。



>>> 前 言

幽默能使人在面对困难时表现得更为乐观、豁达，日常生活因为幽默而更加轻松愉快。

经验证明，沉闷乏味的人和具有幽默感的人，在心理调节功能方面有很大的差异。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，难以解脱。

幽默在工作中同样让我们受益匪浅，它有助于消除同事之间的敌意，缓解摩擦，减轻心理负担。幽默是一种豁达的生活态度，是高超的职场艺术，是一个成功者应具备的素质。

然而在现实生活中，我们每天都重复同样的工作，面对同样的人、同样的环境，一切都是如此平淡无奇，除了抱怨，你似乎没有其他发泄途径。为什么呢？

或许你以为自己天生缺乏幽默细胞，因此无法用幽默的人生态度来改变生活。其实每个人都有幽默的潜质，只要拥有丰富的知识、良好的心态、敏锐的思维和丰富巧妙的表达技巧，木讷沉默的人，也能很快变成人



4 | 幽默是一种能力

见人爱的幽默天使。所以，幽默既是天生的，又是可以在学习积累中逐渐培养的。我们可以透过自我心理修养和锻炼，来培养和提高自己的幽默感。

不要再怀疑自己的幽默细胞是否存在，你绝对可以唤醒体内每一个幽默细胞，让它们尽情地在你体内舞蹈，让你由内而外散发出独特的幽默魅力。

本书准备了四十八个培养幽默感的好方法，这是让你可以用最快速度成为幽默高手的“随身指南”，它将指导你在每一天的工作中发掘幽默的素材，并将这些技巧提炼成便于记忆的习惯准则，好让你启动幽默细胞，让它们随时舞动。

现在就开始行动吧！每天学习一个幽默的好方法，你将领会到幽默的真正含义，培养出自己的幽默感，让你的人生充满快乐！



>>> 目 录

009 Part 1 智慧锦囊

小幽默，大智慧 / 010

处世的“小聪明” / 014

巧用智慧，化短为长 / 017

随时记录 / 021

发散性思维 / 024

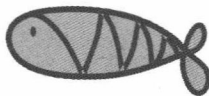
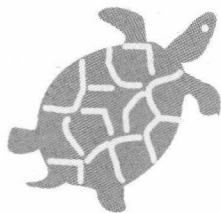
敏锐的洞察力 / 029

借题发挥 / 033

镜子的另一面 / 037

审时度势 / 042

难得糊涂 / 046





6 幽默是一种能力

051 Part 2 阳光心灵

笑对人生 / 052

先自信再幽默 / 056

忠于真实 / 062

对坏情绪说 NO! / 067

体谅他人 / 071

受伤时也别忘了笑 / 076

苦中作乐也不错 / 080

敢和老板开玩笑 / 085

自嘲也不错 / 090

逆境求生存 / 094

压力就是动力 / 099

偷偷幽一默 / 105

谦虚让你更迷人 / 110





115 Part 3 魔法表达

要有自己的幽默风格 / 116

满怀爱意的幽默语言 / 120

没事吹吹牛 / 123

表达得体的幽默 / 127

迂回战术 / 131

做好铺垫 / 135

用自己的话讲别人的笑话 / 139

歪理正用 / 142

用幽默表达不满 / 146

巧设“圈套” / 149

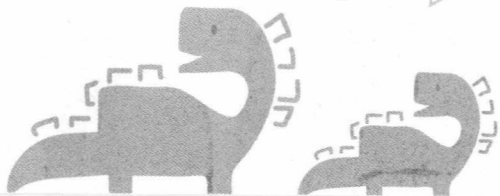
幽默地说“不” / 152

不要以伤害他人为目的 / 157

正话反说 / 160

巧妙反击 / 163

谈判也幽默 / 169





173 Part 4 动出奇迹

上班前笑一笑 / 174

大家一起来变脸 / 178

大胆秀出来 / 182

随时真诚微笑 / 186

生动的面部表情 / 191

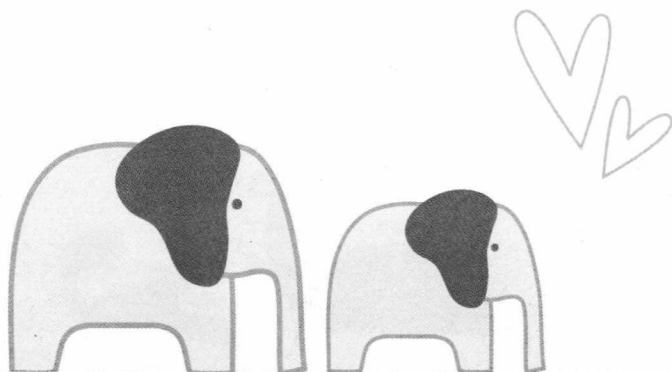
小细节，大幽默 / 195

恶作剧也“疯狂” / 201

快乐地模仿 / 207

机会来了就表现 / 211

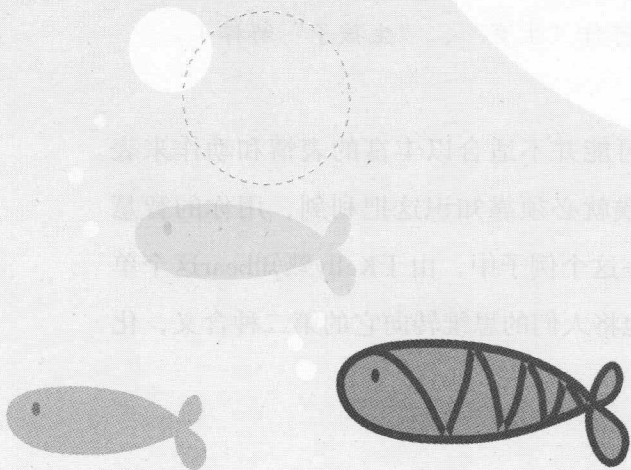
幽默的场合 / 217



智慧锦囊

幽默是一种智慧的表现，它建立在丰富的知识基础上。你得具备审时度势的能力、广博的知识，这样才能做到妙语成趣、谈资丰富，表现出恰当的幽默。

因此，要培养幽默感，必须广泛涉猎、充实自我，不断从各种书籍中搜集素材，从名人趣事的精华中撷取幽默的力量。





小幽默，大智慧

唯有储备丰富的知识，才能在最短的时间内成为机智风趣的幽默大师。

公司开员工大会，听取员工对公司的各种建议，身为基层员工代表的Kelly正在发言。由于需要反映的问题较多，她的发言延长了会议时间，此时，一旁有人用英文说：“我真受不了（bear）呆子！”Kelly不慌不忙地放下发言稿，微笑着朝声音发出的方向大声说：“真的吗？但是你的母亲一定可以！”场内一片笑声。（bear既有“忍受”、“忍耐”之意，亦可作“生育”、“生孩子”解释）。

有些场合可能并不适合以丰富的表情和动作来表达幽默，这时候就必须靠知识这把利剑，用你的智慧来转化气氛！在这个例子中，由于Kelly熟知bear这个单词，进而敏捷地将人们的思维转向它的第二种含义，化解了尴尬场面。



设想一下，一个词汇贫乏的人，面对这种情况一定会不知所措。丰富的知识可以让你以最快的速度获得法宝，从而淡定从容地面对一切突发状况。

德国画家门采尔个子很矮小，因此经常被人嘲笑。

有一天他正坐在咖啡馆里，进来了几个打扮时髦的外国美女。这几个人坐了一会儿就开始低声嘲笑门采尔。门采尔很生气，但他没说什么，只是取出随身的速写本开始画画，一边画还一边往外国人那里看。

于是其中一个外国人走过来说：“没有礼貌的家伙，你怎么可以随意画我们的画像？”

“哎呀，我没有画任何人啊！”门采尔很开心地说，并且把速写本展示给她看，画上是几只高叫的鹅。外国人只好讪讪地向画家道歉走人。

其实，在德语里，“鹅”这个词也含有“蠢女人”的意思。

受人嘲弄时，与对方争吵是很没意义的事。换个思维，换种做法，博自己一笑，未尝不可。在这则故事中，画家门采尔因为外表而受到嘲笑，可是他并没有以



牙还牙，而是用自己擅长的画笔，让羞辱他的人甘拜下风。门采尔这种巧妙做法，便是借助图画和词汇的巧妙转换，以“图”表“意”。

这个故事给我们的启示在于：在处理某些突发状况时，知识的积累可以帮助你迅速转变思维，达到出奇制胜的效果。

有人以为幽默就是模仿可笑的动作、低俗的笑话，这是极可怕的误解。幽默不仅仅是模仿，也不只是玩笑，一旦忽略了知识的储存，幽默就变成了庸俗。幽默应该是由内散发出来的一种机智，当我们认识到这点时，才真正理解了什么是幽默，也就开启了幽默之门！

知识的累积其实很容易，只要用心观察和学习，即使是很细微的事情都试着去了解、认识，便能逐渐扩展我们的知识面，这样所掌握到的知识将比一般人更加丰富。很多时候，掌握愈多知识的人，也就愈能掌握说话的主动权，甚至握有反驳的力量。这些知识在幽默的运用中极为宝贵，并不是可以随意模仿而来的，只有通过用心学习、慢慢累积，才能赢得别人的赞赏。

请记住：知识的累积，是通往幽默的第一步！也是开启智慧锦囊所获得的第一件宝物哦！



累积知识不费劲

1. 多看益智类的综艺节目。
2. 善用谷歌（Google）、百度（Baidu）等搜索引擎。
3. 到世界各地旅游。
4. 和不同类型的人交朋友。
5. 参加自己感兴趣的讲座。
6. 参加各种沙龙和聚会。
7. 无聊时多看书。
8. 每个月都去书店逛一逛。



处世的“小聪明”

本节不是教大家如何运用幽默去获取更多利益。我们每个人都有自己为人处事的原则，但有时这些原则也必须因时、因事而制宜。现实生活中不乏即使碰得头破血流也无法解决的问题，这时如果一味坚持原则，一定要将事情分个清楚明白，往往只会火上浇油。此时就应该发挥你的幽默感，它可以帮助我们顺利避开尖锐问题，安抚对方情绪，化解困境。

其实，多数时候，尤其是当双方地位不平等时，这样的幽默往往能让我们在应对不同情形时游刃有余。

Rory和Norton都是刚进公司的新职员，Rory血气方刚，容易冲动，Norton则比较沉稳，较有幽默感。有一次，两人在工作中发生摩擦，Rory气冲冲地将Norton拉到外面走廊，要跟Norton决斗。

Norton说：“单挑我可不怕你。不过，时间、地点及武器由我决定。”

Rory同意了。

Norton说：“时间就是现在，地点就在走廊，武器用空气。”

Rory一愣，然后哈哈大笑，他要做的只有挠Norton的胳肢窝了。

工作当中难免遇到摩擦事件，如果双方都坚持己见，情况便会发展得更加恶劣。Norton在收到Rory的“挑战书”后，并没有气冲冲地发泄不满，和Rory大打出手，反而巧妙地避开了这场“同事危机”，用他的处世“小聪明”化解了彼此的怒气。

Norton的小聪明在于他清楚Rory的冲动性格，如果一味回避Rory的“挑战”，可能只会更加激起Rory的不满，还不如将计就计，用另一种方式接受挑战。Rory也终于了解Norton的良苦用心，事件因此圆满落幕。

一点点处世小聪明，能让我们在复杂的社会里游刃有余，也可以让我们的幽默感更加有效地发挥。



大有用处的小聪明

1. 给人情，留后路。
2. 给人好处别张扬。
3. 培养与朋友的共同兴趣。
4. 不做无谓的交际。
5. 借人口中言，传我心腹事。
6. 不走直线走曲线。
7. 人情不是消耗品。
8. 不要做任何有损他人颜面的事。