

YOU MO  
GAIBIANREN SHENG

# 幽默



## 改变人生

让烦恼离你而去，让幽默给你带来快乐

黑 马◎编著

- 幽默是一切智慧的光芒，照耀在古今哲人的灵性中间。
- 凡有幽默的素养者，都是聪敏颖悟的，  
他们会用幽默手腕解决一切困难问题。
- 让烦恼离你而去，让幽默给自己带来快乐，使精神超脱。
- 用幽默来增加你的思维活力，使生活多一点儿品位。

海 潮 出 版 社

YOU MO  
GAIBIANRENSHENG

# 幽默



## 改变人生

让烦恼离你而去，让幽默给你带来快乐

黑 马◎编著

- 幽默是一切智慧的光芒，照耀在古今哲人的灵性中间。
- 凡有幽默的素养者，都是聪敏颖悟的，  
他们会用幽默手腕解决一切困难问题。
- 让烦恼离你而去，让幽默给自己带来快乐，使精神超脱。
- 用幽默来增加你的思维活力，使生活多一点儿品位。

海潮出版社

**图书在版编目 (CIP) 数据**

幽默改变人生 / 黑马编著. —北京: 海潮出版社, 2005

ISBN 7-80213-015-8

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 101822 号

**幽默改变人生**

黑 马 编 著

☆

海潮出版社出版发行 电话: (010) 66969738

(北京市西三环中路 19 号 邮政编码: 100841)

北京秋豪印刷有限责任公司印刷

---

开本: 787 × 1094 毫米 1/16 印张: 13.875 字数: 108 千字

2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷

印数: 1-8000 册

ISBN 7-80213-015-8

定价: 21.80 元

让烦恼离你而去  
让幽默给你带来快乐





责任编辑 陆羽白  
封面设计 李志伟

# 前言

人人都明白，幽默是人类面对生存环境而创造出来的一种智慧，是人格力量的另一种体现方式。它以快乐的方式表现人善良的心灵和伟大的智慧。它是一条纽带，拉近人与人之间的距离，弥补人与人之间的隔阂；它是欲成大业者与他人建立良好关系的不可缺少的东西，也是每一个希望减轻自己人生重担的人所必须依靠的一种生存智慧。

应该指出，那些具有幽默感的人，都有一种非凡的人格力量，他们能感受到自己的力量，能独自应付任何困境。

无疑，这些人都是最受欢迎的人。

历史上具有幽默感的名家很多，文学大师歌德就是一位闪耀着幽默智慧的大师。还是让我们一起来看看他的幽默故事吧：

有一天，歌德走进公园散步，当他走上一条很窄的过道时，迎面走来一位曾经对他的作品提出过严厉批评的人。

这位批评家傲气十足，根本不把别人放在眼里。他望着歌德，大声叫喊：“我从来不给笨蛋让道！”

歌德似乎很平静，他微笑着说：“而我却恰恰相反呀！”

这句话听上去平淡，但很有讽刺意味，批评家只能自讨没趣了。

当然啦，现实生活中的许多人都是普通人，并没有文学家





那么机智、博学，也不可能都像歌德那样超凡脱俗，但我们确实可以学会使用幽默这把钥匙。

让烦恼离你而去，让幽默给自己带来快乐，使精神超脱，这是每个热爱生活、珍惜生命的人都能办到的事。用幽默来增加你的思维活力，使生活多一点儿品味。用幽默来使自己开心，同时给人以友爱与宽容，这是人类最理想、最美好的愿望。

生活离不开幽默，工作离不开幽默，爱情生活更离不开幽默。人的一生不可能事事顺心，更不可能没有什么苦难，即便是出身名门贵族的人，也并不是没有烦恼。“命好”是福，学会幽默也是福。一个无法正确面对人生的人，“命好”有什么用？“命好”不如心态好呀！

幽默左右心态，心态决定成功，这是一条生存真理。用幽默来使自身乐观、豁达，用幽默来超越用其他方法无法超越的许多困惑。

幽默的力量是无穷的，它可以让你心情快乐，它可以让你获得幸福，它可以帮你战胜生存困境，从而走向成功之路。

# 目 录 CONTENTS

## 第一章 幽默是一种生存智慧

- (2) 1.幽默让生活充满阳光
- (4) 2.让别人体验快乐
- (8) 3.幽默是一种力量
- (10) 4.幽默是一门艺术
- (12) 5.用轻松的心情面对自己
- (14) 6.幽默就在你身边
- (17) 7.跳出原有的思维模式
- (21) 8.学会巧用机智
- (24) 8.学会偷换概念
- (27) 10.超然于一切的思想

1

目  
录

M  
U  
L  
T







## 第二章 学会幽默并不难

- |      |              |
|------|--------------|
| (32) | 1.人人都有自尊心    |
| (34) | 2.用幽默化解敌意    |
| (36) | 3.化解矛盾的良药    |
| (38) | 4.学会嘲笑自己     |
| (42) | 5.用幽默治疗创伤    |
| (47) | 6.让笑口常开      |
| (49) | 7.化解尴尬的困境    |
| (53) | 8.独特的思维方式    |
| (55) | 9.开心是福       |
| (57) | 10.驱散生活的愁云   |
| (60) | 11.幽默要讲究分寸   |
| (63) | 12.让矛盾更加突出   |
| (66) | 13.含蓄地表达你的本意 |
| (68) | 14.学会消除紧张心理  |
| (73) | 15.用心智扭转困境   |

## 第三章 生活中的幽默智慧

- |      |            |
|------|------------|
| (80) | 1.家庭生活的润滑剂 |
| (86) | 2.让你的爱人欢笑  |
| (90) | 3.分担彼此的角色  |
| (94) | 4.永恒的浪漫情怀  |
| (98) | 5.呵护你的幸福   |

- (101) 6.两性相处艺术
- (107) 7.幽默是不屈精神的化身
- (110) 8.妙语自有惊人处
- (114) 9.童真最可爱
- (118) 10.夫妻沟通的学问
- (121) 11.幽默是情感的催化剂
- (125) 12.迷人的诱惑

#### 第四章 工作中的幽默智慧

- (132) 1.在工作中寻求幽默
- (134) 2.幽默是你晋升的动力
- (139) 3.做一名最受欢迎的人
- (143) 4.推销自己并不难
- (146) 5.在想象力上下功夫
- (150) 6.领导要有幽默感
- (153) 7.获得赏识的法则
- (155) 8.学会实现自我价值

#### 第五章 社交中的幽默智慧

- (162) 1.幽默是人际交往的法宝
- (165) 2.攻击性幽默的妙用
- (168) 3.用幽默拉近距离
- (171) 4.成熟人格的品质
- (174) 5.用幽默打动芳心





(177)

(180)

(184)

(186)

6.正确掌握小丑原则

7.语言的魅力

8.学会夸耀自己

9.让智慧之光闪烁

## 第六章 商战中的幽默智慧

(192)

(194)

(198)

(202)

(205)

(208)

(211)

1.交易的成功是口才的产物

2.幽默是张平衡表

3.赞美别人更有益

4.用幽默拴住人心

5.表现独特的人格特质

6.做一个幽默的生意人

7.达到超凡脱俗的境界

## 第一章

# 幽默是一种生存智慧



## 1.幽默让生活充满阳光

如何解释幽默呢？它是欢笑，还是荒诞？是诙谐，还是嘲弄？

可以说这些解释都有道理，都能在特定条件下产生幽默感，但是它们又都不能等同于幽默。那么幽默是什么呢？这个问题，难倒了古今中外许多思想大师。

有人说，幽默就像太平洋百慕大三角区那样，是如此神秘。有人说，幽默就像达·芬奇笔下的蒙娜丽莎那样，笑容是如此微妙。也有人说，幽默像数学领域中的哥德巴赫猜想那样，是多么深奥呀！

当然，如果要定义什么是幽默，最好的方法还是引用例证来说明。

美国的林肯总统是一个才华出众的风云人物，但他的形象却很一般。当年他的竞选对手攻击他是个两面派人物。林肯反驳说：“假如我还有另外一张脸面，我能带着这副面容来见大家吗？”

在这里，林肯用自嘲式的幽默获得了选民的拥护，最终赢得了竞选的胜利。

我们再来看另一个幽默的例子。

有一次，著名作家马克·吐温去法国旅行，他上了火车后感到很累，就想睡觉。所以，他请求列车员当火车到站时把他叫醒。他强调自己是一个非常嗜睡的人。

“当你叫醒我时，我可能会生气。”他对列车员说，“但无论如何只要把我弄下车去就行了。”

当马克·吐温醒来的时候，已经是深夜了，他已坐过了站。他明白是列车员在他要下的车站忘记叫醒他，他感到十分生气，马上向列车员发火。

他对列车员大声叫嚷：“我一生从来没生过这样的气，也没有发过这么大的火。”

列车员平静地说：“你的火气还没有我在你要下的那站推下去的那个美国人的一半大呢！”

列车员的幽默，让人们在快乐中原谅了他的过失。

因此，有人认为男人情愿承认自己犯了叛国罪、谋杀罪、纵火罪，或者装了假牙戴了假发，也不愿意承认自己没有幽默感。有人认为，对于一个有幽默感和两条腿的人来说，如果不能两全，最好是失去一条腿。

应该指出，幽默在文明社会已成为人们精神生活的一个重要方面。越来越多的人在谈论幽默，探讨幽默，使用幽默，感受幽默。

幽默会产生一种力量。当你运用得越多，它就越会成为你人格特质的一部分，而且也会给你带来丰厚的回报。

幽默能够带来欢乐，能以愉快的方式使别人获得精神上的快感。

幽默感是指一种能力，一种理解别人幽默和表现出自己幽默的能力。幽默的力量则是一种艺术，这种艺术能使你运用你的幽默，应用你的幽默感，来增进你与他人的关系，并改善你自己的人格特质。

幽默是快乐的催化剂。如果你想发掘幽默力量的潜力来帮助你平息人生的风暴，与他人建立和谐的关系，并达成你的人生目标，就请赶紧将这力量付诸行动吧。

幽默的力量不会自己产生，而是需要有计划地练习来创造它、发展它，并且还需要勇气。

幽默容易辨认，但不容易分析。分析能帮助你运用幽默来创造幽默的力量。当你把幽默付诸实施时，你能判断他人有何反应，必要时你要改变一下运用的方法。你用得越多，它就越强大，这一点







有赖你自己去证明。

用幽默的力量来引导你的个人事业、家庭生活，然后看看结果如何。以新的人生观来面对穷困、失意或烦恼的处境，你就能有自信心。



经典幽默回放

女：看什么？

男：你的眼睛。

女：好像不止一次了。

男：你知道这是为什么？

女：……

男：因为你眼睛里有我！

## 2. 让别人体验快乐

以幽默来坦诚对待人生，你会让人看到一个真实的你。这一点相当重要，当我们坦诚地对别人表露自己时，就足以影响别人，就可以了解他人的动机、梦想和目标。于是，你与他人之间所共有的心理距离会马上缩短。

用幽默力量来帮助自己，用轻松的心情对待自己，那么你就能让别人发现你是个敢于冒险、敢于尝试、敢于面对错误、敢于真诚表露自己的人，你就能打开人类沟通的途径，同时也让他感受到快

乐的情绪。还是看看下面的例子吧：

第一种说法显示出幽默力量如何帮助人们胜而不骄。

有位年轻人进入某大公司后，同事向他介绍老板。

“这位是马杰，我们的董事长。”这位同事说完后，又说，“他生来就是个领导人物——公司老板的儿子。”他们三人都大笑起来。

幽默力量使得这位老板人性化，又未损伤他的自尊。他以笑来证明自己也能以轻松的态度来看待自己的地位。

再换第二种说法，我们能够学到幽默力量如何帮助我们维护赢得的价值，而不至于过分谦卑。

另一个新职员在类似的情况下去见他的老板——公司的董事长。这位职员说：“好哇，马杰，我想你生来就是个领导人，是老板的儿子。”

“不对，”马杰以轻松而又严肃的口气说，“我是这个公司创始人的孙子。”

这位老板虽然没有夸耀，但他委婉地表示了他的成功是靠自己努力得来的，并以承袭家族企业为荣。

当人们能以轻松的态度来看待自己，并以严肃的态度来面对人生时，就肯定了自己的生存价值。有趣味的思想可以从你的感觉、举止、语言中产生。你以感觉来打开别人情绪表达的通道。比如，你以一句很有人性的妙语来解释你所犯的错误：

“我一直怀疑我是否可能被眼药水洗脑。”

你可以运用幽默的力量来化解人际关系的冲突。你以一些幽默，即一则小故事、一段小品文、一个句子或一条妙语，就可以逗得他人去做某件原来不想做的事，或者接受他原来不愿接受的事。

当你想要考查你的幽默力量的效果如何时，就以你如何使用、为何使用来衡量。许多幽默力量都得视你运用时所根据的理由、你





运用时所掌握的情绪，以及你运用何种方式来使他人愿意接受你和你的想法来决定。

如果能让幽默有效，就必须使别人在反应时也能体验到快乐。幽默力量使得我们把他人摆在好玩的心情中。著名幽默家马克·吐温的例子会让你受益的。

有一次马克·吐温在邻居的图书室看书时，有一本书深深地吸引了他，于是，他问邻居能不能借阅。

“欢迎你随时来看，”邻居说，“你知道，我有个规矩，我的书不能离开这个屋子。”

后来，这位邻居向马克·吐温借锄草机。“可以呀，”马克·吐温说，“但依我的规矩，你得在这房子里用它。”

就像马克·吐温一样，当我们想要改变他人的态度时，常常要用趣味的方式。要用敌意的幽默来影响他人，就很难了。

幽默并不是讲一则笑话。它比笑话更有深度，产生的效果更大，比咧嘴一笑更能得到回报。

在现实生活中每个人都会有苦闷的时候，幽默就能治愈你的坏心情。因为幽默是一剂精神良方，能超越一切障碍。

从这个意义上讲，当你在处理自己的失误时，如果你能笑谈自己的失误，并与他人同笑，那你不仅给别人带来了愉快和轻松，同时也治愈了痛苦。以自己为对象的笑可以消除误会，抹去苦恼。

学会去看自己认为可笑的一面，你就会获得自尊。另外，你还给他人树立了一个榜样，使他人也感到能同你一样取笑自己。即使以后你与他一同取笑他的失误时，你既不会伤他自尊，也不会令他悲愤，因为你已经证明你是个能与他人同乐的人，而不是只在一旁取笑、批评他的人。

使人欢笑、快乐的途径，只能是做使人愉快的事，说使人愉快