

现在开始 学幽默

——赖淑惠的幽默哲学

幽默是没有刺的玫瑰，
是快乐的泉源。

以风趣对抗怒气，以幽默化解冷漠，
快来学幽默喔！

让人见到你欢喜，离开后分外想念你。
现代人当务之急在于学习消除压力，
使身心健康且自在欢喜。

(台湾)幽默大师 赖淑惠/著

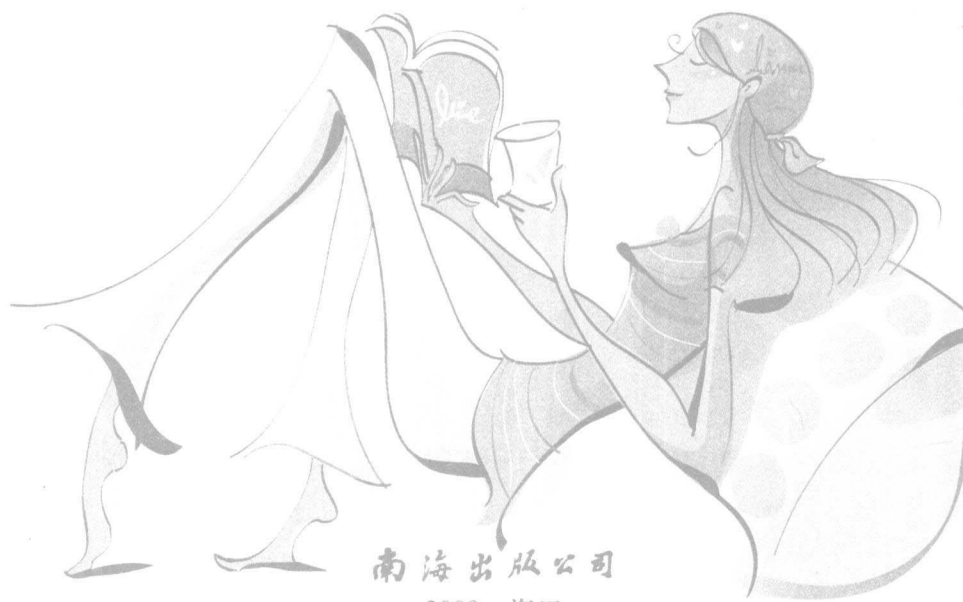


南海出版公司

现在开始 学幽默

——赖淑惠的幽默哲学

(台湾)幽默大师 赖淑惠/著



南海出版公司

2009·海口

图书在版编目 (CIP) 数据

现在开始学幽默——赖淑惠的幽默哲学 / 赖淑惠著. —海口: 南海出版公司, 2009.6

ISBN 978-7-5442-4350-6

I. 现... 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 (2009) 第 035564 号

著作权合同登记号 图字: 30-2009-052

本书经雅书堂文化事业有限公司 (台湾) 授予中文简体字出版权。

XIANZAI KAISHI XUEYOU MO LAISHUHUI DE YOU MO ZHEXUE
现在开始学幽默——赖淑惠的幽默哲学

作 者 (台湾) 赖淑惠

责任编辑 张建军

封面设计 动力图文

出版发行 南海出版公司

电话 (0898) 66568511

社 址 海南省海口市海秀中路 51 号星华大厦五楼 邮编 570206

电子信箱 nanhaicbgs@yahoo.com.cn

经 销 新华书店

印 刷 北京市通州京华印刷制版厂

开 本 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

印 张 7

字 数 100 千字

版 次 2009 年 6 月第 1 版 2009 年 6 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5442-4350-6

定 价 22.00 元



【序文】

有幽默的地方即天堂

我喜欢欣赏人。不管是熟识亲近的朋友、陌生的路人甲乙丙丁，还是坐在演讲台下专心聆听我谈话的朋友们。我总是仔细用心地欣赏每个人脸上的线条，时而刚毅，时而柔和。但更多时候，大半现代人脸上的线条是紧绷、处于随时备战的状态。

奇妙的是，当他们走近我的身边，或是在台下凝神听讲，不知不觉脸上的线条就会慢慢放松，变得柔美、温暖，充满感情。难不成是我身上有什么神奇的力量？是的，我称之为“幽默的力量”。幽默是需要智慧运作才能展现光明正向的教育隐喻，所以幽默不可调侃、讽刺、揶揄，有些人卖弄小聪明，专讲带骨含刺的黑色幽默，让人觉得好寒冷而难以应对，哭笑不得。

好口才也要有好口德，懂得善用幽默的智慧，才能在人际关系中具备核心力量，能够带给他人欢笑，在生活中创造喜悦及鼓励，提升生命存在的价值。

会讲笑话没什么了不起？但如果透过智慧诠释，那幽默力量可无限大，能使拘谨的嘴角上扬，心也跟着打开，视野也随之扩大，原本在眼中看来无比巨大的问题也就渺小无碍了。

我常说：“开怀大笑可以治疗病痛、解决问题，更能转化情绪、消弭争端。笑是人类的本能，不要只为追求成功而忘了笑为何物。”所以，让我们共同来提倡幽默智慧，使家庭、职场、社会充满了笑声，有笑声的地方即是天堂。生命是来享受的，不是吗？





目录

乐在工作 WHEN YOU ARE WORKING

01	人生就是来享受快乐的	2
02	做一行，像一行	5
03	激发潜能，做生命的主人	7
04	奖励是工作中最大的礼物	9
05	幽默机智远比帅气更迷人	11
06	“错不得”与“不得错”	14
07	实力与能力比学历、经历更重要	17
08	为了“钱”你疯了吗？	19
09	笑口常开，财运一定来	21
10	一切都是为了爱	23
11	“身心口意”合一	27
12	接受，需要最大的勇气	29
13	勿闯越人生中的红灯	32
14	认真的人最美	35

15	“好”与“坏”的分别	37
16	关系哲学学问大	39

甜蜜相处 **FOR COUPLES**

01	如花朵般绽放的爱情	42
02	化干戈为玉帛，化争吵为和谐	44
03	有缘相聚在咫尺	47
04	无法比较的爱	50
05	女人的名字是“撒娇”，男人的名字 是“体贴”	52
06	搭讪，是男女交往的第一步	54
07	情人的吻，烙印在心中	57
08	爱，让清粥小菜变烛光晚餐	59
09	爱，是两情相悦	61
10	分手的艺术是——记得对方的好	63
11	幸福婚姻用心而已	65
12	吵架，点到为止	67





13	记取新婚蜜月恩爱期	70
14	怕太太，就是爱太太	73
15	幸福婚姻是外遇终结者	76
16	婚姻有暴力，夫妻有压力	79
17	幽默，夫妻相处中的润滑剂	82
18	争吵，都是为了爱	85
19	爱，建立在信任的基础上	88
20	婚姻是优点放大，缺点缩小	91
21	心灵喜悦之旅	93

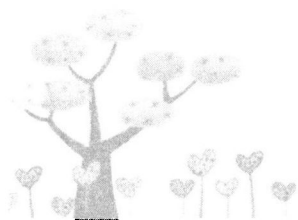
幸福家庭 **HAPPY FAMILY**

01	纯真创意点燃智慧火花	96
02	多祝福孩子，少担忧孩子	98
03	轻松自在，来自最单纯的心	101
04	童言无忌，百无禁忌	103
05	童言童语，真实不假	105
06	孩子是父母的老师	107

07	家，是最温暖的地方	110
08	“学问”不只学习，还要发问	113
09	无所不在的机会教育	115
10	包容孩子的犯错，是父母的功课	119

习惯养成 **YOU HAVE TO LEARN**

01	赞美是最美的言语	122
02	用自在安定的心，去除瘾头	124
03	学习讲义气	126
04	记仇，是人生最好的老师	128
05	沉得住气，是真正的修养	130
06	欲望之大，蛇可吞象	132
07	人生要少睡，死后才长眠	134
08	嫉妒是人生的大忌	137
09	人生是一场有趣的旅程	140
10	自圆其说，圆谎更多！	143
11	“整容”不如“整心”	147





身心安定 **FOR YOUR MIND**

01	虔诚的心，让心安定	150
02	天堂就在每个人心中	152
03	生命的答案谁知道	154
04	“无分别心”是人生最大的考验	157
05	天下本无事，庸人自扰之	160
06	慈悲是世上最珍贵之物	162
07	保持清醒，是处世的良方	165
08	真相，终有水落石出的一天	168
09	人比人，气死人，害死人	171
10	幽默有限度，才不是胡闹	174
11	强词夺理，失去了真理	176
12	捉弄他人，就是捉弄自己	178
13	不为无法挽回的事而生气	181
14	一物克一物，不如一物爱一物	184
15	待人以诚，回之以礼	186

【目录】 VI

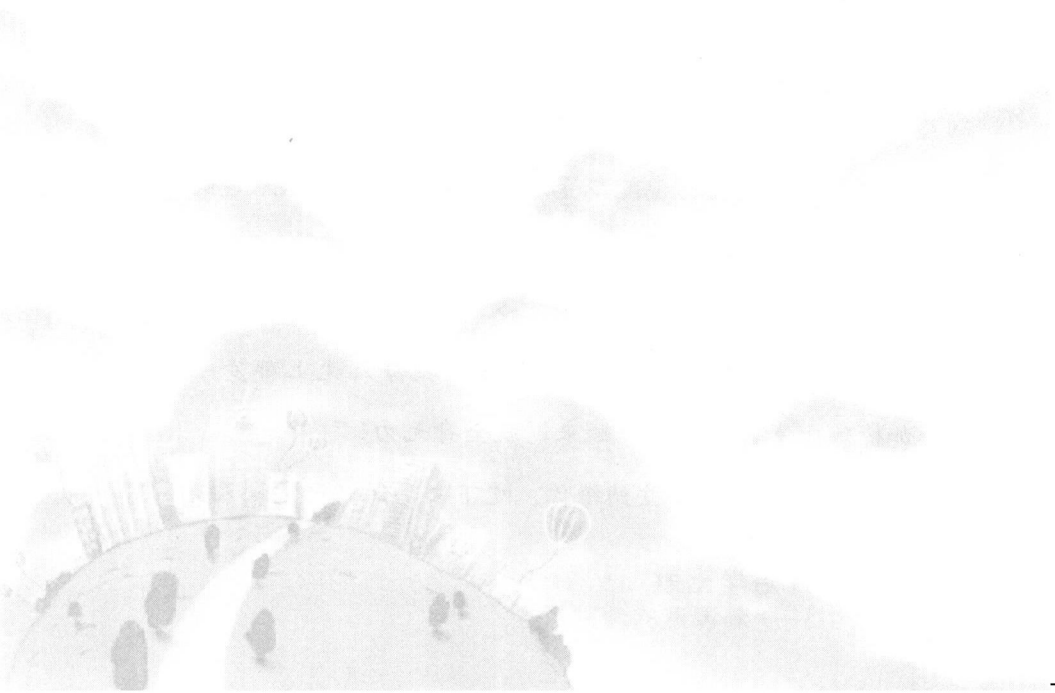
16	学习力量大	188
17	吹嘘夸大，让人难心悦诚服	191
18	借由动物行为检视自己	193
19	掌声响起	195
20	百密一疏，终有遗漏之处	198
21	聆听的艺术	200
22	创造一个热情的人生	203
23	祝福永远不嫌多	206
24	幸福密码，让你幸福	209
25	用智慧掌握人生的方向	212



乐在工作

WHEN YOU ARE WORKING

人生的四神汤有“知足”、“感恩”、“善解”、“包容”四种配方，若用在职场上，更是有着无比大的成效与帮助。



01 人生就是来享受快乐的

愚笨的人向外去寻找快乐，智慧的人在当下创造快乐。

在医院里，有两个病人在对话。

甲说：“喂！我送给你的书好不好看？”

乙说：“嗯……你没看见我正读得津津有味啊！”

这时，护士小姐大喊一声：“喂！你们两个快点把病历表还给我！”

别以为医院里除了生老病死，再无一丝的快乐可言，懂得苦中作乐的病人，也能享受病痛之外所带来的幽默趣味，那是生命的淬炼与挑战。

◇ ◇ ◇

病患问：“医生，请你帮帮我，我每天晚上都梦见自己参加棒球比赛，但只要一醒来，就全身无力！”

医生说：“我开些药给你，吃下去，保证一觉到天亮！”

病患问：“这些药我可不可以留到明天再吃啊！”

医生说：“为什么呢？”

病患说：“因为今天晚上是决赛啊！”

* * *

有一名精神病院医师为了治疗病患，于是拿起一支笔在空中画了一道门，对大家说：“谁能把这道门打开，就可以回家啰！”

于是有的病患用力去开门，有的病患用脚大力踹门，却有一个病患在一旁偷笑。



医师见了，甚感安慰，心想：终于有一个人比较正常了
便问那位病患：“你为什么不去开门啊？”

那个病患却冷笑道：“他们怎么可能打得开门呢？因为钥匙在我这里啊！”

* * *

在神经病院裡，有两个病人可以出院了，但是院长怕他们又发作，所以郑重告诫说：

“你们之中有谁又发病的话，另一个一定要打电话通知院方，否则不准出院！”

两人答应了，便欢喜出院。有一天，院长突然接到了电话。

“喂！喂！喂！我的同伴突然跑到桌上说他是台灯耶！”

院长着急地说：“糟了！那你还不赶快把他送回来！”

病人说：“可是把他送回去，我就没有台灯了啊！”

有人莫不以为被关在疯人院里的病人，是失去自由的，殊不知在另一世界中，那才是他们的快乐天堂，他们以自己的眼睛去观察，以自己的心去感受，以自己的头脑去思考，明白体会人生就是来享受快乐的。

02 做一行，像一行

工作是人生的价值、人生的快乐，也是幸福的所在。

——罗丹

常听人说“做一行，怨一行”，你可不能如此啰！因为抱怨、埋怨会让你的专业能力扣分，让魅力失去光芒！

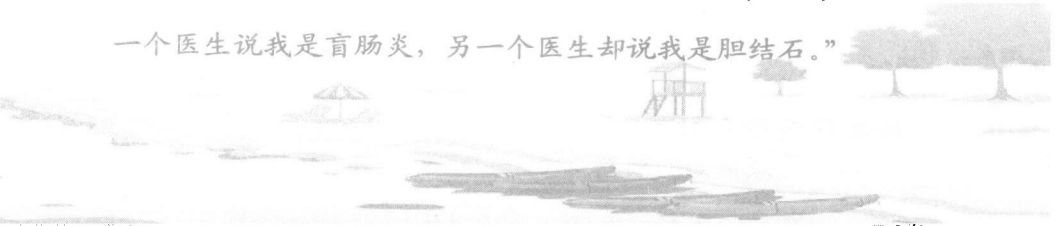
小雄是医学院的学生，为了赚取学费，暑假时，白天到市场帮忙卖猪肉，晚上还到医院兼差。一天晚上，有个老太太挂急诊，躺在病床上，由小雄负责推她到手术室。不料，老太太一见小雄紧张地说：

“你……你是那个杀猪的，快停下来，你要把我推到哪里呀？”

因为误会，总让生命中产生许多火花，才能让人生增添几分趣味与惊奇。



老陈说：“我真不明白这家医院是怎么一回事，我住院后，一个医生说我是盲肠炎，另一个医生却说我是胆结石。”



老王说：“结果是什么呢？”

老陈说：“他们争论不休，互不相让，最后只好掷铜板决定，最后却把我的扁桃腺割了。”

高明的医术不可缺少的是“清楚的观察力”和“正确的判断力”，才能让病人药到病除、起死回生、生龙活虎呀！

◇ ◇ ◇

小陈家中失火了，赶紧打电话给消防队。

小陈在电话中喊着：“救命啊！失火了！”

消防队员问：“在哪里啊？”

小陈说：“在我家啊！”

消防队员再问：“我是问你哪里失火啊？”

小陈说：“在我家的厨房啊！”

消防队员回答：“明白了，但是我们要如何到你家呢？”

小陈说：“奇怪了！你们不是有消防车吗？”

消防队担负的是“救人”的工作，但难免遇到答非所问的报案者，所以消防队员必须更有耐心，才能引导对方说出正确的起火点。此时，冷静、不慌不忙、沉着应对，才能展现救火英雄的机智。

做一行，像一行，从工作中发挥自己的使命、发挥自我价值，才不枉此生啊！