



## 機智幽默，微笑面對人生



發行人：王天才  
主編：陳淑媛  
編輯：中學輔導室  
協辦單位：導師、國文老師  
發行單位：東莞台商子弟學校  
發行日期：2019/10/21

「幽默感」是現代人必備的一種生活技巧，懂得一點幽默，人生將不再是枯燥無味。健康的幽默不像諷刺挖苦、帶攻擊性的戲弄、自嘲型幽默或其他不健康的幽默型式。這種幽默遵循一項指導原則：幽默不應該讓人不高興，相反地，幽默可使人發笑、令人感到有趣而開心，是一種正面與健康的行為，值得大家用心的去推廣。



### 幽默決定你的幸福人生

1102 劉芷寧／指導老師：王徽桓老師

這個世界上不缺會講話、善於說服的人，但那種一開口便讓眾人哄堂大笑，拍案扶桌的人才是真的稀少，想必這種人所擁有的幽默感，非常人能所及。而我們所擁有的幽默感的多寡，是否會影響到我們的人生呢？

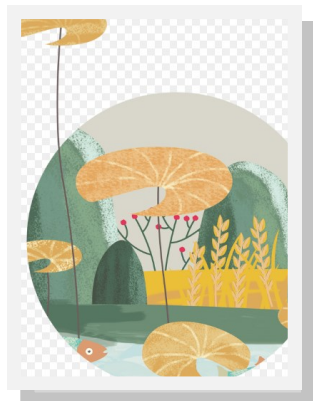
我覺得幽默可以體現在兩個地方：第一，是你看待事物的想法，第二，是表達情緒的方式。

林語堂曾在《論讀書，論幽默》中說過：「最上層的幽默，自然是表示心靈的光輝與智慧的豐富。」一個閱歷豐富，博學多聞的人，只要他有足夠的聯想力和想像力，基本上都是以幽默看待萬物。如此，他們會積極看待事物。我覺得，別把萬事想的太嚴肅很難，這對幽默的人來說，簡直輕而易舉，他們不僅能讓事物變得簡單而更容易去執行，面對幽默，看待事物也能幫助消除內心的煩躁，心靈上的快樂更是提升了一個層次。

還記得紅樓夢中的劉姥姥嗎？她真的是一個既幽默又聰慧的人，她教會了我們在眾人面前，遇到尷尬的事情，可以透過幽默來自嘲，機智地緩解尷尬。由此可見，以幽默的語言來表達，不僅能消除對方對你的敵意，讓人更有親切感，還可以幫助自己得到更多的利益，贏來幸福人生。



或許我不是天生的幽默者，但我相信，幽默是可以鍛煉、培養的，只要我們增加自己的閱歷，並嘗試去學習更多的事物，學會積極看待人生，幽默感便會油然而生。人生的路是靠自己走出來，如果我們擁有幽默這項工具，無疑是往幸福的路上走著。



### 為心靈裹一層糖衣

1202 黃語涵／指導老師：許汶琪老師

幽默感是種奇妙的能力，總在我們聊天時調皮地探頭探腦，好似織女手中為布料織入活力的針線。假如某天生活失去了幽默，那場景大概像太陽偷閒不來上班——世界陷入一片慌亂與黑暗。不過我們一生中會遇見很多感動、看見很多美景，到達終點前身上一定能沾滿幽默，因為這是上天給我們的禮物。



至於幽默的品味每個人都不一樣，同學間認為有趣的見解在長輩眼裡可能不值一提，因此幽默有很大的伸展空間，而我們能借著青春肆意的為其鋪滿驚奇。或許能試著多多參與校外活動，透過與新環境的碰撞更能激發我們天馬行空的創意，打破腦內的禁錮；找些時間出門旅遊也很好，靈感往往是在人心情最放鬆的時候從天而降。總之有很多方法等著我們去走，這就像打開一盒什錦巧克力，不知道哪一顆最合他人的胃口，但都有獨特的甜味與一樣的熱量——都可以讓我們的生活充滿樂趣。

不過世上總有人永遠活在自己的世界里，不鳴則已，一開口便是話題的句點，還自覺是犀利的幽默小王子，令人煩不勝煩。亦或是當嘴巴張開，黃色廢料就同脫韁野馬般奔出的奇人，對他們而言，幽默可以是薄衫中若隱若現的內衣，也可以是昨夜網上瞥見的內涵段子，殊不知太過腥膻與重複的話題早就不受歡迎，別人的雞皮疙瘩都落了滿地。最後，最讓我不適的是戲弄別人缺點或傷口的幽默，這類幽默剛開始不過是善意的輕笑，次數多了簡直像發酵過度的豆漿，苦味直逼心底還壞人明媚的心情。

總而言之，幽默真是人生這趟路程中甜美的零嘴，也是大家熱絡情感時最棒的工具。但最重要的是，幽默感是一種成熟心智的展現，而非在他人傷疤上隨意建立的童話城堡，否則任由其多麼富麗堂皇，終有一天會被疤中滲出的膿給腐蝕。





## 用公式笑對人生

703 陳芯瑜 / 指導老師：黃玲錚老師

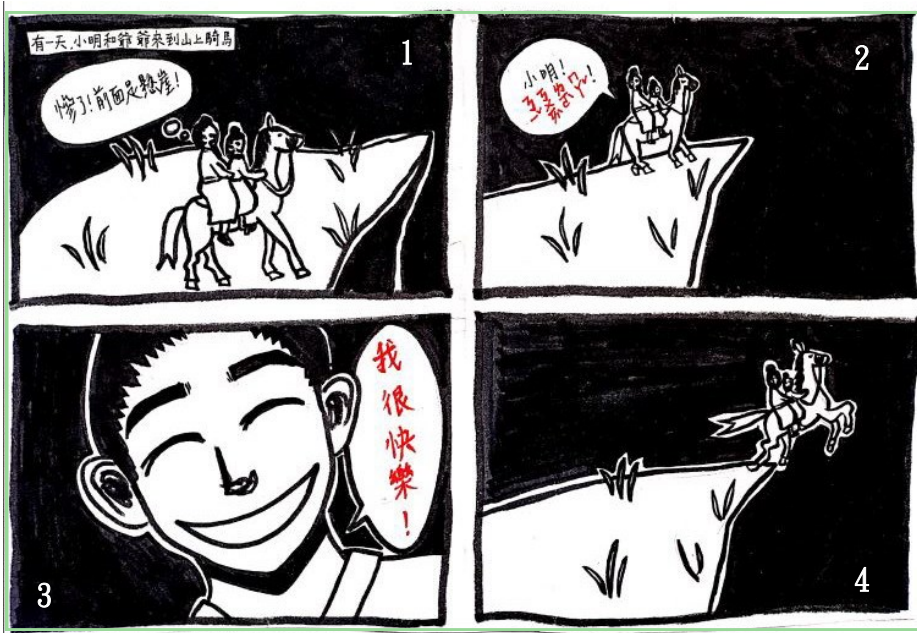
愛默生曾說：「人類幾乎是普遍地愛好諧趣，是自然界裡唯一會開玩笑的生物。」

一個幽默的人，很容易成為別人眼中的焦點。

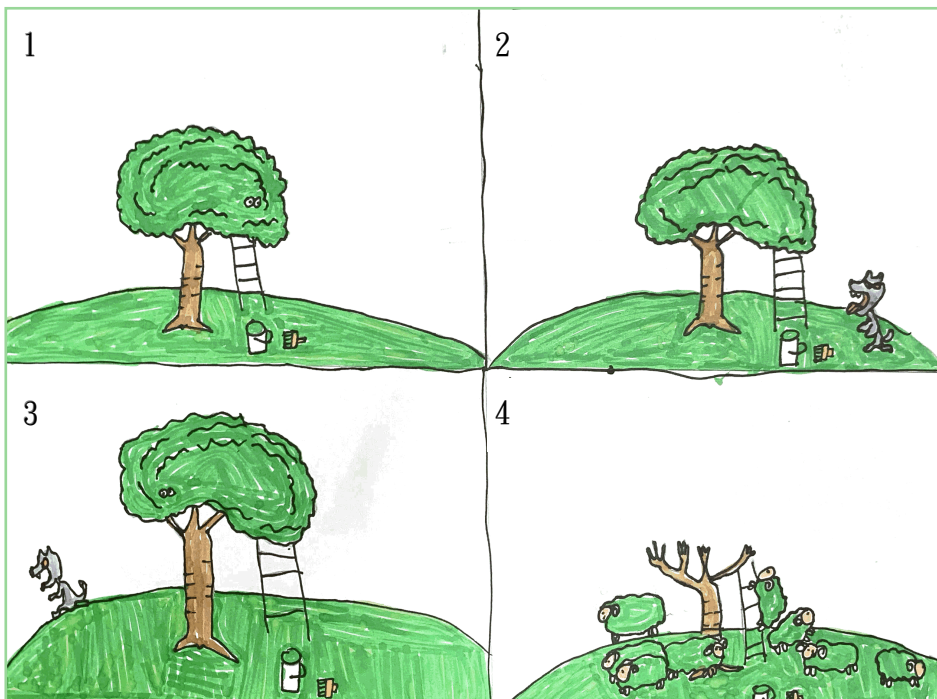
錢鐘書就是一個例子，他倍受矚目的原因除了深厚的文學修養，還有可以隨時令人感到輕鬆愉悅的能力，有一次，他的作品大受成功，有名記者要他出來接受採訪，可他並不想出來拋頭露面，於是他就說：「有些讀者看完我的作品後，一定要我出來見面，可是你吃了雞蛋，何必一定要看生了蛋的母雞呢？」

他的幽默風趣，化解了雙方的僵持，也破解了自己的處境，令我學習到了新的一課，除了他以外還有許多人也利用幽默化解了自己的困境，或許你以為幽默風趣可以從書本上學來，其實不行，因為書本上只會給你一些例子，並不會實際告訴你他的定義。幽默風趣，是千變萬化的，無法利用書籍上的知識來獲取。

幽默有時就像數學公式一樣直白，每天都有新的例子出現。懂得幽默的人即使身處亂世和糟糕的境遇中，也懂得笑對人生。



1202 吳心慈 / 自由創作



703 林奇篆 / 指導老師：黃玲錚老師

## 幽默帶來的影響力

801 鄭楓潔 / 指導老師：陳思瑜老師

幽默的人或事物可以帶給我們無限的快樂，在日常生活中無處不在，面對各種尷尬的情況，往往可以輕巧的化解，在與人相處時，運用幽默感製造愉悅的氣氛，讓大家心情輕鬆，笑意盈盈，淡化一些負面情緒，讓每一天都過的逍遙自在、無拘無束。

在適當的時機散發自身的幽默，引人哄堂大笑，可以讓大家放鬆心情，把緊繃的神經稍稍放下，體會人生的美好，豐富自己的精神世界，享受其中，怡然自得。偶爾一些滑稽的小動作，帶給別人的快樂遠比自己想要創造的效果還多很多，甚至能讓人破涕為笑。

在極度尷尬的場面裡，具有幽默感所帶來的好處多不勝數，我們可以利用幽默的方式來控制情勢、妙語解頤；也可以透過風趣的言談去安慰別人的心靈，建立友好親善的形象，將彼此的距離拉近，與之成為朋友，相談甚歡。

偶爾一些突發的腦洞，神奇的腦迴路，或是說話間流露出的喜感，有時只是漫不經心，卻會莫名觸發到身邊人的笑點，當兩人開始面對面傻笑時，走過路過的人也會被渲染，大型喜劇性情節頓時上演，各個面帶笑容，充滿魔性的笑聲不斷，直至聲嘶力竭，方才消停，若此時又有人來一句：「善哉善哉，老夫終於挺過來了。」那場面就更加一發不可收拾了。

學會幽默又不失自身風範的與眾人談天說地，分享平日一些瑣事，和自己的所見所聞，遇見令人意想不到的事情發生時，內心平靜無波瀾，輕鬆的去解決，釋然帶過，讓雙方都有台階可下。日後再見，相視一笑，往事皆如煙。

這世界幽默風趣的人很多，每個人都有自己的風格，我們接觸到的不過是茫茫人海中的一小部分，在充滿未知和可能性的未來，我們會遇見更多人，經歷更多事情，情緒是最具影響力的要素之一，臉上洋溢著微笑，帶給更多人歡樂，我們都可以成為眾人眼裡幽默風趣的那個人。

## 幽默智慧話人生

1002 林希婷 / 指導老師：徐杏宜老師

生活中不能缺少幽默，尤其是在現代社會中。每個人都喜歡幽默的人，嚮往幽默和追求幽默。

幽默是一種經過有趣的修飾加工的語言形式，更可以稱為一件藝術品。在日常生活中，幽默可以製造輕鬆的氣氛，這樣我們就可以更舒心的交流，並會帶給自己許多樂趣。所以幽默是人與人之間心靈的橋樑，是積極向上的人和希望與他人建立良好關係的人不可缺少的東西，也是每一個人希望減輕自己人生重擔的人所必須支撐的「拐杖」。

記得有一次我經歷幽默化解了窘境的場面。上小學時的時候，我經常把沉重的書包掛在椅子上。有一天下課正在發試卷，我前面的同學不在座位上，我起身拿了試卷，椅子就倒了，我並沒有聽見聲音，直接坐了下去，砰的一聲摔倒在地。全班都安靜了，我又尷尬又疼，眼淚在眼睛里打轉。不過剛好，我摔倒的時候，我的好朋友正走到我面前，看見我就要哭了，他說：「愛卿平身」。我當場就破涕為笑了。

好看的皮囊千篇一律，有趣的靈魂萬里挑一。做一個有幽默感的人，可以通過看視頻或書籍提高，比如綜藝節目的搞笑段子可以用在聊天中。當然我們要學會如何合適運用，否則適得其反。



## 漫談幽默

1002 秦嘉瑛 / 指導老師：徐杏宜老師

生活中不可缺少幽默，特別是在現今社會上，每個人都喜愛幽默，嚮往和追求它。而現今社會也因為競爭激烈，加上生活節奏快速，幽默成為人們緊張、繁忙工作之餘，獲得精神愉悅的一種「興奮劑」，使得日常生活更加歡樂，也有利於身體健康，生命長久。

而幽默除了能解壓外，還能強化人際關係，用幽默的語言，逗人快樂的笑話來消除隔閡，不但能化解矛盾，還能融洽關係。但是當在幽默說理的時候，特別需要考慮對方的感受，以免有意無意的傷害對方，因為用作批評的幽默，會具有一般語言沒有的殺傷力，但只要好好運用，效果會比說理來的更大。

記得有一位朋友找我談心，他告訴我最近老是覺得自己長相不好看，而且常常因為自己的長相苦惱很久，導致自己活得很累。其實當下看到他那麼傷心，讓我有點不知所措，不懂該如何安慰，不過可能在這種急迫情況下，我竟然說出了一段話：「其實沒有那麼多人關注你，所以，放輕鬆點，你沒有那麼多觀眾」，本以為會有反效果，因為自己說的不是大道理，沒想到我朋友被我那段話逗笑了，這讓我又驚又喜。原來不一定大道理可以安撫人心，只要妥當運用幽默，使人笑的那瞬間，那功效可是強好幾倍。

所以說理的幽默技巧很重要，幽默是一種智慧，是學不來的，但卻可以抓住技巧，你可以改變自己的心態，用樂觀的心態，看待事物，玩世不恭。愚人愚己，不若愚己娛人。而知識豐富也能讓你無所不談，任何時間都可以拿任何事情幽默一下，不過學到技巧後，更重要的是活學活用，使生活充滿文學氣息的「幽默」。

## 幽默這種態度

1106 邱雅蓁 / 指導老師：王徽桓老師

我們面對生活大小事，能以適當的幽默處理，是一種不可少的生活態度，也是我們大家都需要培養的一種能力。很多事情的結果，都是我們自己所選擇的，態度往往決定著結果。生活中我們總是遇到一些尷尬的事情，這時如果透過幽默，便會化解許多的尷尬。

歷史上幽默的人很多，以下舉兩個例子說明。曾經有一位美國的訪華大使問過周恩來總理一個問題：「為什麼你們中國人總是低著頭走路，而我們則是抬著頭走路。」周總理回答說：「因為我們中國人一直在走上坡路，而你們一直在走下坡路。」另一個例子，在一個酒會上，有一個貴婦倒了杯咖啡給邱吉爾，說道：「如果你是我的丈夫，我一定在咖啡裡加毒藥。」邱吉爾笑了說：「如果你是我太太，我一定把咖啡一口喝光。」

從上面兩個例子可以看出，這些名人的幽默背後是他們智慧與內涵的體現。有些人經常以拿別人開玩笑為樂趣，自認為自己很幽默，其實這種行為是很卑劣的。笑話可以死背，但幽默卻需要隨機應變，真正的幽默是自己經驗與涵養的體現，幽默不僅是回避尷尬的最好方法，也是自己處事圓融的一種生活哲學。

## 幽默

801 黃曦柔 / 指導老師：陳思瑜老師

我曾以為，自嘲便是所謂幽默。

以自身冒失又迷糊的性格為主軸，配上對自己的嘲笑及諷刺，引發旁人的哄笑，愉悅大眾。也許是當時的我並不在意，也不覺得這對自己有什麼損失，不僅可以掩蓋自己內心的懊惱與失望，還可以為別人帶來歡樂，一舉兩得，為何不可？

直到有天發生了一件事，具體內容我已經記不清了，或許是重要的考卷弄丟了，也或許是被老師誤會、苛責，但我知道那件事讓我非常沮喪。隨後我沉默的回到座位，正想獨自安靜一會兒時，旁邊傳來了熟悉的哄笑聲和語氣戲謔的「關懷」。我愣了愣，最後還是低下頭，沒說話。

當然，他們並沒有惡意，以為我只是在開玩笑，就像平時那樣。

他們覺得我根本不會在意這些，我會毫不留情的和他們一起嘲諷、譏笑，彷彿那個人不是我自己。可其實我是在意的，只是從未表露，這次終於藏不住了而已。四捨五入一下，這些都是我平時為自己塑造的面具所帶來的後遺症。

過了一會兒，他們見我不說話，紛紛收住笑聲，有些擔憂的看著我，直到一句「欸！你沒事吧？」說到一半，我才抬起頭，重新撿起了那副面具，一臉嚴肅的說了幾句「垃圾話」，便跟著旁人重新掀起的笑聲笑了起來。

那天回家，我問了媽媽、問了度娘，甚至到圖書館翻了相關的書籍，才明白真正的幽默究竟是什麼。真正的幽默是活潑靈動的，若是能夠好好運用，便可交際方面領先他人一大步，與幽默的人相處會自然的感到放鬆，要說服別人自然也就容易一些。當然，也不能句句都帶着幽默，就像蛋糕糖加多了太膩，加少了又顯得乏味、乾澀，適當的把握纔不會在該正經時不正經，令人厭煩。

“Live well, laugh often and love much.”

「活得好、笑得常、愛得多」要達到這樣的境界，幽默就是第一步。變得幽默、變得樂觀，或許看到的世界會更美好也說不定呢？



703 劉書瑋 / 指導老師：黃玲錚老師



## 幽默談

1002 姚柏宇／指導老師：徐杏宜老師

「幽默」二字，是從外國引進過來的外來詞：由英文 humor 音譯過來，意義為有趣或可笑但意味深長的。早在民國時期就已經被林語堂先生引進。

幽默感的多少，與人是否受歡迎有著密切的關聯，甚至和智商也有一定的關係：富有幽默感的人通常可以在智力測驗獲得更高的分數，而且比一般人更加了解如何隨機應變。

那麼說了這麼多，到底什麼才是幽默感呢？通常來說，有幽默感的人為持盾防守的那一方：他們並不會主動去攻擊，挖苦別人。而是一般不說話但是一開口便是巧舌如簧，妙語連珠。而那些常常主動去挖苦別人，做人身攻擊的人，被稱為“刻薄”而不是幽默。

幽默要恰到好處，是食物中的調味料，絕對不能過分。一旦過了別人的底線，就可能鬧得大家不歡而散，甚至可能就此分道揚鑣，再也做不成朋友。甚至可能因為一句失言，讓雙方反目成仇，變成互看不順眼的仇家。

所以開玩笑時，一定要把握好分寸，不要自以為「幽默」，卻不知從自己嘴中說出的話對於他人來說，到底有多麼的惡毒，多麼的不堪入耳。總拿他人開玩笑，只會讓你成為一個令人厭惡的人，而不是一個「幽默」的人。

## 以幽默的心態前行

701 楊傑伶／指導老師：李佩純老師

如果你問我：人的生活中最不可或缺的東西是什麼？我會告訴你：人，其實最不可或缺的，就是幽默感了。

生活中，因為有了幽默，世界才會處處是歡聲笑語。

就拿我的英語補習老師來說吧！她為人非常幽默，每一次上課，她都會講幾個關於自己的小笑話。有一次，她跟我們講了一個笑話：她跟她的一個朋友吃飯，結帳時，她的朋友故意說了一句：「錢不是問題——」英語老師馬上補了一句：「關鍵是沒錢！」她話音未落，我們全班都笑得前仰後合。

還有一次，我小學的美術老師想提問題，但全班都不想老師提問，於是美術老師問男生：「提問女生好不好？」男生們都異口同聲地說：「好！」然後美術老師又問女生：「提問男生好不好？」女生們也都異口同聲地說：「好！」結果美術老師說：「你們看，你們都同意了呀！女生男生都說同意了呀！」我們全班都哭笑不得。

幽默，不僅給人們的生活帶來了歡聲笑語，還可以化解許多尷尬呢！

記得那次，我和我的舅舅在通往阿嬤家的高鐵上，就發生了一件以幽默化解尷尬的事情。高鐵無聲無息地行駛著，我望著窗外不斷飛馳過去的風景，覺得非常無聊。這時，一個小夥子正端著一碗泡麵慢慢地走來，走到我舅舅旁邊時，卻剛好不小心手一抖，泡麵全潑到我舅舅的身上了！我緊張極了，生怕舅舅一生氣，就跟那

個小夥子吵起來了。可接下來，舅舅並沒有生氣，只見他迅速擦掉了身上的泡麵後，反倒拍拍小夥子的肩膀說：「小夥子，你把吃的都給我了，那你吃什麼呀？」氣氛馬上融洽起來，小夥子聽後，不禁釋然一笑，不住地給舅舅道歉後就走了。

我望著小夥子漸漸遠去的身影，不禁感歎幽默的好處。因為幽默，人與人才會美好地相處著，世界也因此更加美滿。

朋友，請以幽默的心態前行吧！多一分幽默感，這世界便多一分快樂；多一分幽默感，這世界便多一分諒解；多一分幽默感，這顆地球，便會因我們，而更加美滿幸福。

## 破靜之道

1202 廖若好／指導老師：許汶琪老師

絕對的沉默，空氣中的尷尬猶如實質般飄散在周圍，也許是怕打碎了這份突如其來的靜，竟沒人願意牽起，哪怕是一絲嘴角。終於，像是等了一世紀，不，可能更久，如炎熱酷暑時的及時雨，濕潤了眾人乾涸難耐的心，氣氛，再次活絡起來了，以活躍的思維和幽默的話語驅散開四周令人窒息的靜。

幽默，不僅是人格特質，更是一種生活方式。很多人也會有類似的情形，原本正處在興頭的談話因自己或對方不經意的一句話瞬間降至冰點，這時無言的枷鎖緊緊地纏繞著雙方，兩人都絞盡腦汁地想從“滿腹經綸”中掏出點什麼來掙脫面臨的禁錮，而此時幽默的回應就如同一直苦苦找尋的鑰匙，為焦躁不已的兩人解開束縛重獲自由。有這麼一個人：他在未成名前從不講究自身的衣著，有人就問他為何不為自己稍作梳理再出門，而他回答：“沒關係，反正又沒人認識我”，當多年後他已成為家喻戶曉的名人時他仍不修邊幅，而這時又有人問他相同的話，他回覆道：“沒關係，反正現在大家都認識我”，這就是屬於愛因斯坦的幽默。還有那麼一個人在報紙上批判國會議員有一半是混蛋，議員們則憤怒地要求他撤回他的發言，而他將其修改後重新發表，並回覆他們：“抱歉，議員不是一半的混蛋，他們有一半不是混蛋”，而這是獨屬於馬克吐溫的幽默。真正幽默的人並不是讓氣氛歡愉熱鬧的小丑，而是能在適當的時間裡說出戳破冷場的智者。

“幽默和滑稽、諷刺的境界不分相同：人與人之間，彼此發現了愚蠢，不覺失笑，這是滑稽；受了命運的作弄，而不能反抗，只好冷笑一下，這是俏皮；看穿了人生的悲劇，寄予無限的同情，乃是幽默”。要是無法準確判斷幽默的定義範圍，最後也只能成為施加給他人的痛苦。因此，先三思而後行才會帶來真正的幽默。

我忍不住  
大笑起來

哈哈！  
哈哈！  
哈哈！