

当头棒喝
惊醒梦中痴人

一针见血
刺中问题要害

乐嘉的 处世之道



乐品善识
占尽先机
嘉言懿行
一生快意

张笑恒

才智人生书系

一张最犀利的嘴，为你道出人性真相
一颗最热忱的心，助你摆脱处世迷茫

乐嘉不唯上不唯书只唯实，未进心理学科班，因生活中有无数创伤与痛苦，立志将高深的心理学繁琐理论简为百姓的简便实用工具，普及大众，惠及世人。作为性格色彩学专家，乐嘉不仅能对《非诚勿扰》的嘉宾进行一针见血的点评，更能针对我们待人接物、为人处世的难题作出睿智的解答。

青岛出版社
QINGDAO
PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

媒体支持：

腾讯读书

sina 新浪读书

当当网

乐嘉的 处世之道

张笑恒 著



青岛出版社
QINGDAO
PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

乐嘉的处世之道/张笑恒著. —青岛:青岛出版社,2012.5
ISBN 978-7-5436-7906-1

I. ①乐... II. ①张... III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 052357 号

书 名 乐嘉的处世之道
著 者 张笑恒
出版发行 青岛出版社
社 址 青岛市海尔路 182 号 (266061)
本社网址 <http://www.qdpub.com>
邮购电话 0532-85814750 (传真) 0532-68068026
责任编辑 石相杰 shixj@qdpub.com
校 对 岳玉庆
封面设计 乔 峰
照 排 青岛双星华信印刷有限公司
印 刷 青岛双星华信印刷有限公司
出版日期 2012 年 5 月第 1 版 2012 年 7 月第 3 次印刷
开 本 大 32 开 (890mm×1240mm)
印 张 8.5
字 数 260 千
书 号 ISBN 978-7-5436-7906-1
定 价 26.00 元

编校质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068670
青岛版图书售出后如发现印装质量问题,请寄回青岛出版社印刷物资处调换。
电话 0532-68068629

建议陈列类别:畅销·成功/励志



序

乐嘉，中国性格色彩研究中心(FPA)创始人，备受各阶层广泛推崇的卓越的演讲者和培训导师。2010年受江苏卫视邀请，担任《非诚勿扰》心理点评专家及《老公看你的》《不见不散》节目主持人。多年来，乐嘉一直致力于推动以“红蓝黄绿”为标识的“FPA性格色彩”，通过理解性格差异帮助人们寻找相处之道，拥抱真正的自我，从而获得事业的成功与生活的幸福。

提到乐嘉，估计有不少人对他在《非诚勿扰》中喜好唱“白脸”的光头形象留有很深的印象。在节目中，他那饱含苛刻与犀利的点评，让不少人在深感“尖锐”的同时，也体会到“乐式口才”的智慧所在。从乐嘉时而戏谑、时而暗讽的点评当中，我们

也看到了他四两拨千斤的说话技巧。尽管刚开始这些严词厉语如同冰雹般砸在头上时，我们会有些“疼痛”，可是恍然大悟之后，就会发现其隐藏的深刻道理。

很多时候，乐嘉就像是一位严肃的感情医疗师，为我们一层层地剖析不同人身上所隐藏的感情病例，同时还为我们“生病”的感情开出了最佳的妙药良方。尽管那些泛着苦味的“浓汤秘药”，让不少人都难以下咽，可是其药效却能直达病源，“药到病除”。

尽管在大家的眼中，乐嘉大多数时候总以一副严肃苛刻的神态示人，但是只要我们细心观察就不难发觉，他偶尔也会利用顺手拈来的幽默笑料，不经意间逗笑全场；也会用“八面玲珑”的弦外之音，给现场的嘉宾们一个可以宣泄内心真情实感的出口。其实这些，都体现了乐嘉身上所蕴藏的深刻智慧。

在《非诚勿扰》这个大舞台上，每一场男女嘉宾的“情感对决”，其实都是一段大众感情的缩影。而乐嘉作为其中举足轻重的角色，不仅能对每段感情都进行迅捷和敏锐的分析，而且还能在不动声色中察人于形，从每个嘉宾所隐藏的独特性格着手，诱导对方跟随自己一起摆脱情感矛盾的纠缠。这种火眼识人的秘诀也让我们明白，原来一个人内心深藏的观念和意识，也是可以凭借外在的表现得到充分论

释的。

另外，在乐嘉自行研究的四色性格心理分析学中，他用“红、蓝、黄、绿”这四种颜色，将隐藏在生活浮世绘中的众人，按照处世原则和处世性格的不同，划分为四个不同的性格板块，并为我们一一解析出不同领域之人所隐藏的性格密码，让我们在了解自己性格特征的同时，还学会了如何与其他性格之人相处的技巧。

或许这就是乐嘉，严厉中不失温柔，诙谐中不失智慧，机智中不失风趣。正是带着别具一格的智慧特性，他在经历过一路艰辛波折后，取得今日的辉煌。《乐嘉的处世之道》从乐嘉作为心理点评师以来所展现出的各种识人、读人、婚恋、处世的智慧着手，辅以其他富有启发性的精彩案例分析，向读者阐释了乐嘉睿智高超的处世之道。同时，这本书也告诉读者朋友，只要善于学习，每一个人都能成为识人高手和社交达人，在交际应酬、职场沟通、恋爱婚姻等实战场所潇洒自如。

本书的写作得到了李少聪、李尚芳子、葛永慧、徐雅静、张乐乐、伦艳茹、王丙午、陈玉新、李杰、张辉、丁修山、李成坤、郭晓伟、徐芳、张恒等老师和朋友的无私建议和事无巨细的帮助，在此，一并致谢！

第一章 乐嘉火眼识人的秘诀 ——一眼就能把你看穿

- 003 1. 千人千面,看人不能只看表面
- 006 2. 察人于形,根据着装判断对方性格
- 008 3. 观察入微,根据外貌识别对方性格
- 012 4. 火眼金睛,一眼看穿其心理成熟度
- 015 5. 兴趣爱好,透视对方性格的窗口
- 018 6. 思量解悟,从话题中观察对方心理
- 021 7. 言为心声,善于倾听话外音
- 025 8. 见微知著,揭开掩饰的谎言
- 027 9. 细致揣摩,真假“糊涂”对对碰

第②章 乐嘉给出的相亲攻略

——让你的爱非诚勿扰

- 033 1. 为什么现在剩女越来越多
- 035 2. 爱笑彰显成熟男人的独特魅力
- 039 3. 孝敬父母——相亲路上绕不开的问题
- 042 4. 最失败的相亲莫过于自视清高,恃才矜己
- 045 5. 好男人不会死皮赖脸缠着你不放
- 047 6. 没有好相貌,也能赢得好男人的心
- 050 7. 积极的心理暗示是相亲的最佳甜品
- 053 8. “一见钟情”有如过眼烟花般易逝

第③章 乐嘉提出的恋爱技巧

——谁说爱情是雾里看花

- 059 1. 连阿甘都明白什么是爱与不爱
- 062 2. 恋人,不找最好的只找最合适的
- 065 3. 在时光荏苒中呵护爱情之花
- 067 4. 练就一眼看透对方是否真心的绝招
- 070 5. 恋爱中的“刺猬法则”:距离温暖我心
- 073 6. 善解人意是女人征服男人的撒手锏
- 075 7. 积极乐观是男人俘获女人的强武器
- 078 8. 别让爱失去美感,爱情不需要卑躬屈膝
- 081 9. 爱情不需要有多完美,做对方心中的点灯人

第四章 乐嘉给你的婚姻支招

——如何把围城变成乐土

- 087 1. 红太狼的平底锅，灰太狼的绕指柔
- 090 2. 婚姻是恋爱的延续，能印证爱久弥新
- 093 3. 比起奢侈华丽的婚姻，你更需要一个温暖的怀抱
- 096 4. 单亲者的幸福婚姻，同样是两人生活的细水长流
- 099 5. 婚姻不是风花雪月梦，而是油盐酱醋茶
- 102 6. 再浪漫的婚前誓言，也抵不过婚后的财权在握
- 105 7. 挑选与你匹配的婚姻对象，百星不如一月
- 108 8. “罗密欧与朱丽叶效应”：理解与支持让爱情走得更远
- 111 9. 婆媳关系，莫成幸福婚姻绊脚石

第五章 乐嘉超级口才的秘密

——会说一口漂亮话才是真本事

- 117 1. 偷梁换柱，轻松缓和现场气氛
- 120 2. 先顺后逆，让反驳倍显委婉巧妙
- 124 3. 钝化锋芒，巧妙规避口才“雷区”
- 127 4. 软中带硬，更添谈吐魄力
- 130 5. 因势利导，向着目标循序渐进
- 132 6. 弦外有音，醉翁之意不在酒
- 135 7. 处事圆熟，练就巧舌如簧的说话功夫
- 138 8. 言之有理，让听者心服口服
- 140 9. 情真意切，瞬间触动人心

第⑥章 乐嘉富有内涵的幽默之道 ——风趣幽默的人总有强气场

- 145 1. 幽默是逗人发笑的利器
- 148 2. 幽默是一门谈谐、隽永的艺术
- 150 3. 幽默的上乘境界是随机应变
- 153 4. 幽默修辞让你一笑解千愁
- 155 5. 小玩笑也能增添愉悦的情趣
- 159 6. 幽默的谈吐让亲和力倍增
- 162 7. 冷幽默暗藏丰富的智慧

第⑦章 与红色性格之人相处的方式 ——以积极的心态对待他人

- 167 1. 以积极乐观的心态与他相处
- 169 2. 对方喜欢交朋友,就主动与其交往
- 171 3. 互助互谅,有福同享有难同当
- 174 4. 对方是开朗的人,我们就不能太闷
- 177 5. 对他的高调要予以包容和理解
- 180 6. 对于口无遮拦的人,该说的少说,少说的不说
- 183 7. 对方可以情绪化,我们要保持淡定
- 186 8. 对他的承诺与计划,要有清醒的认识

第八章 与蓝色性格之人相处的艺术

——粗线条的处世方式不可取

- 191 1. 不要左右他的想法或替他作决定
- 194 2. 与稳重心细的人相处,不能浮躁和粗心
- 196 3. 说到做到,不给对方开空头支票
- 200 4. 对于注重完美的人,我们更要注意细节
- 203 5. 多给对方积极乐观的暗示和影响
- 206 6. 要想不让对方多想,就要注意言行的尺度
- 209 7. 看懂他的肢体语言,听懂他的言外之意
- 211 8. 在一个苛求自己的人面前,你不能随性而为

第九章 与黄色性格之人相处的策略

——低调是最有效的交际艺术

- 217 1. 支持对方的行动,协助其实现目标
- 220 2. 让一步又何妨? 不争一时的输赢
- 223 3. 自己如果懦弱,就会让对方看不起
- 226 4. 与自以为是的人保持一定距离
- 229 5. 正确的批评我们接受,错误的批评就当耳边风
- 232 6. 摆脱对方控制,保持自己的独立性
- 235 7. 别冒犯对方,更别挑衅对方

第⑩章 与绿色性格之人相处的法则

——投桃报李让你更有人缘

- 241 1. 用富有人情味的方式对待对方
- 244 2. 对于与世无争的人,不要去斤斤计较或咄咄逼人
- 247 3. 对于对方的包容,不单要觉悟更要有所回报
- 250 4. 占尽便宜爱吃独食的人永远没有朋友
- 253 5. 没有原则的忍让是软弱的表现
- 256 6. 自己支配自己,做个有主见的人

第 1 章

乐嘉火眼识人的秘诀—— 一眼就能把你看穿

1 千人千面，看人不能只看表面

俗话说：“人不可貌相。”在哲学领域，人性的善与恶就像是先有鸡还是先有蛋一样无法说清。而在现实生活中，人心的差异也远比人的相貌差别更大。为了能准确地识别他人，从而更好地与人相处，我们必须学会透过表象揣摩人心。

在某期《非诚勿扰》中，有一名38岁的男嘉宾介绍自己曾经因为事业的惨败，孤身一人从台湾来到广东发展，并成功创建了自己的咖啡连锁企业。当主持人孟非请他按程序挑选“心动女生”时，他竟拒绝道：“我比较务实一点，一见钟情对我比较遥远，所以我不选择！”男嘉宾的这一做法，令主持人孟非错愕不已，但仍破例尊重了他的选择。然而，出人意料的是，在第一段VCR播放完后，当男嘉宾谈及自己的创业经历时，他竟然失控流泪，更一度走到舞台的尽头，迟迟无法平复情绪。

最初，男嘉宾的落泪让乐嘉无限同情：“我猜你感情上一定遭受过很大的伤害，你愿意向大家倾诉一下吗？”但男嘉宾却坚称自己是个“很乐观的人”。当最后一段VCR播出后，乐嘉在一旁率先提出了质疑：“你这次破例，如果以后还有男嘉宾来效仿你，那我们的节目就完蛋了！”听到这儿，男嘉宾拿起话筒，几欲争辩，但一旁的主持人孟非打断了他，迅速将其送入“男生权利”。

然而，在后面的节目中男嘉宾却再次出人意料地“违规”了，他将剩下的三盏灯全部灭完，一时间，全场都有些愤怒了！尤其是乐嘉，干脆质疑：“你今天上场20分钟，有6个哭点，其中哭了4次。我作



为一个普通的观众，最有可能怀疑你今天的目的是来为你的咖啡企业做广告！”

男嘉宾在节目中的“情绪失控”，明显有些过于做作。因为当主持人三番五次地请求男嘉宾说出自己的伤心事时，男嘉宾并没有搭理，却总以哭泣来博得大家的关注。最后当男嘉宾好几次因为哭泣而拖延了节目的录制时间之后，一旁的乐嘉才终于忍不住揭穿了男嘉宾这种“蓄意”的目的。

人的一举一动，一言一行，无不见其学识修养。我们懂得去伪存真之后，就会了解到对方所要表达的真实情感。因此，看人要学会认清其本质，不要被其虚假的表面所蒙蔽。无论对己还是对人，学会透过现象看本质，我们才会有正确的判断。

如今社会交往中的不少龃龉冲突，其实就是因为有的人缺乏

洞察人心的“心机”，总是被一些表面现象所蒙蔽，对人和事物的观察有误，才陷入了他人所设的陷阱，使自己的利益受损。

成功学大师卡耐基在其关于经商之道的作品中，为我们讲述了加州大学招聘校长和日本住友银行招考干部的两个小故事。

当时，加州大学正向全国招募具有校长才干的人士。而当应聘的校长候选人淘汰至四人时，加州大学特地发出邀请，把四位候选人连同他们的夫人一起接到学校住了几天，再通过实际生活加以观察。原来他们是这样认为的：假如校长的夫人品格不高，校长的工作将会受很大影响。结果真的又淘汰了一名。

而日本住友银行在招考干部时，总裁只出了这样一道试题：“当本行与国家利益发生了冲突，你认为应如何处理？”当时，有很多人回答说“应为住友的利益着想”。听到这样的答案时，总裁认为其“不能录用”；而当另一些人答“应以国家利益为重”，总裁认为“仅仅及格，不足录用”；最后当有一个人回答说“对于国家利益和住友利益不能双方兼顾的事，住友绝不染指”时，总裁才认为：“卓有见识，加以录用。”

是的，通过观察一个人的平常表现，可以明白其品质；而通过观察一个人对外界的反应变化能力，则可以确定其对待平常情况的态度。其实，从卡耐基所讲述的两个故事中，我们可以看出，想要知人，不但要善于观察，还要加以分析，这样才能综合得出结论。

其实，很多具有丰富处世经验的人，往往都懂得“识人于微”的道理，他们从一个细节上就能够洞察出人或事的本质。因为他们明白，一个人如果不能从小处积累更多的识人经验，那么就很容易被他人的表现所迷惑。所以，为人处世留一点“心机”，是保护自己