

YIYAN KANTOU RENXIN

秦 榆 编著



# 看透人心

一眼看透人心

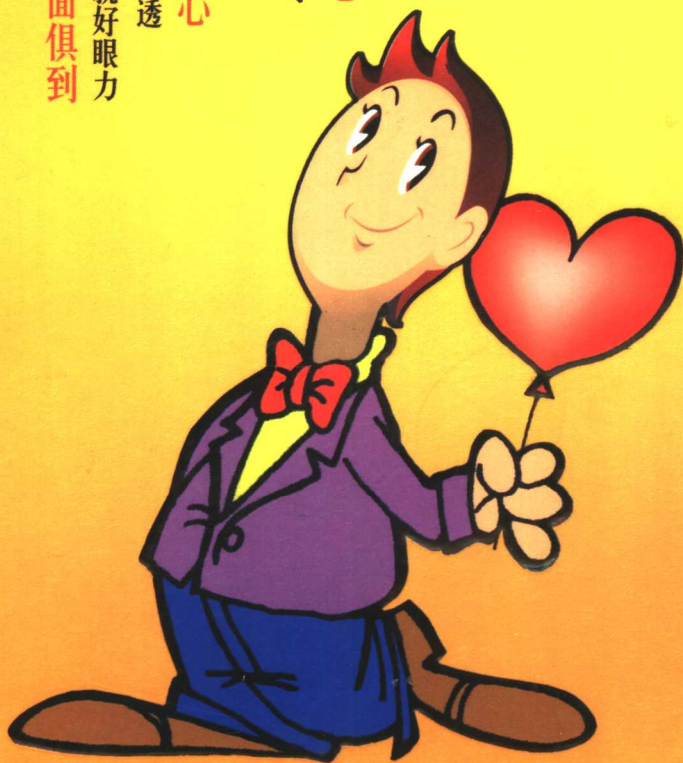
尘世纷扰尽洗净

知人知面又知心

看人一眼就透

练就好眼力

为人处世 面面俱到



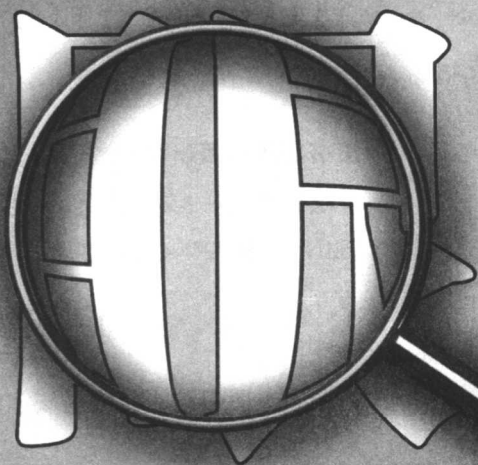
识人难识心 难就难在快和准

生活中观人于细微 察人于无形是一门学问

京 华 出 版 社

YIYAN KANTOU RENXIN

秦 榆 ○ 编著



# 看透人心

一眼看透人心

尘世纷扰尽洗净

知人知面又知心

看人一眼就透

练就好看力

为人处世 面面俱到



识人难识心 难就难在快和准  
生活中观人于细微 察人于无形是一门学问

京 华 出 版 社

---

**图书在版编目(CIP)数据**

一眼看透人心:秦榆编著. —北京:京华出版社,2006

ISBN 7 - 80724 - 249 - 3

I. 一… II. 秦… III. 心理学—通俗读物 IV. B84 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 087430 号

---

**一眼看透人心**

著 者  秦榆 编著

出版发行  京华出版社

(北京市朝阳区安华西里一区 13 楼 2 层 100011)

(010)64258473 64255036 84241642 (发行部)

(010)64259577(邮购、零售)

(010)64251790 64258472 64255606 (编辑部)

E - mail: jinghuafaxing@ sina. com

印 刷  北京明月印务有限责任公司

开 本  787mm × 960mm 1/16

字 数  160 千字

印 张 数  14 印张

印 数  0001—5000

版 次  2006 年 9 月第 1 版

印 次  2006 年 9 月第 1 次印刷

书 号  ISBN 7 - 80724 - 249 - 3

定 价  22.80 元

---

京华版图书,版权所有,侵权必究

# 前言 Preface

有人说，世界上最善良的是人；有人说，世界上最残忍的是人；还有人说，世界上最不可理喻的也是人……总之，对于人的看法，人们众说纷纭。但是，有一点大家是有共识的，那就是：人是一种复杂的动物。

人类社会发展到今天，已经拥有数以亿计的人，作为群居社会中的一分子，一天当中的一多半时间都是在同形形色色的人打交道中度过的。这些人当中，有知心朋友，也有竞争对手。要识别他们，是非常不容易的。要跟人相处也是颇费心思的。

但是生活在这个社会上，不可避免而又别无选择地要同各种各样的人打交道。这就要求我们每个人必须具备一双能看透人心的慧眼，尽量准确地判断人，识别人，亲近可交之人，远离奸佞小人。莎士比亚说过：世界上还没有一个方法，可以从一个人的脸上探查出其居心。的确，要准确、彻底地了解一个人是非常困难的。

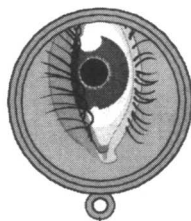
但这并不是说识别人是不可能的。毕竟，世上任何事情都有踪迹可循，有端倪可察，人也是一样，看到别人眉开眼笑，我们知道这是内心高

兴的表现；看到对方义愤填膺、怒发冲冠，我们知道这是对方发脾气的伴奏曲；看到对方说话吞吞吐吐、支支吾吾，可以想见其中必有隐情或不可告人的秘密；看到对方说话像竹筒倒豆子——直来直去，可以知道对方是个爽快之人。一个人喜欢穿奇装异服，打扮另类，可以了解到对方个性很强，喜欢独树一帜；一个人目光呆滞，神情冷漠，必是受了什么打击所致。总而言之，人的外在表现都是内心情感的一种流露，所谓“喜形于色”就是这个道理。只要你留心观察，你就能练就“识人心”，“一眼看穿”的高超识人技巧。

一旦你具备了这样的能力，你就能在周围的环境中，识别出谁是你生命中对你有帮助的人，分辨出谁是生活中阻碍你进步的小人，并读出潜藏在他人内心的秘密，从而使自己在人际交往中做到游刃有余。

本书内容涉及广泛，从人的外在形象，生活习惯，穿着喜好等多个方面进行观察，从而看透人的内心世界。读完此书，读者会从中学到很多看人技巧，这些识人技巧，将如清亮的河水，洗亮你的眼睛，使你具有一双雪亮的、能一眼看透人内心深处的眼睛，为广大的读者朋友在识别别人时，提供一些有益的帮助。

## **P**reface



# 目录

# Contents

## 第一章 看人看五官,一眼能看穿——从容貌看透人心 ..... (1)

容貌给人一种先入为主的印象,先入为主,在心理上又叫“优先效应”,是指一个人给对方留下的最先的印象所产生的强烈影响。因此,一个人的容貌流露出的是自己最富于个性特征的神态。

1. 从头部特征看人性格 ..... (2)

2. 头发长短暴露人的本性 ..... (3)

3. 眉毛粗细察看人性格 ..... (6)

4. 从眼神透析人性 ..... (7)

5. 从鼻子察看人的脾气 ..... (9)

6. 脸部表情与真实情感的差距 ..... (10)

7. 从嘴巴了解人的品性 ..... (12)

8. 从牙齿识别人的性情 ..... (15)

9. 左右他人印象的下巴 ..... (16)

## 第二章 人有高矮胖瘦,性情各自不同——从形体看透人心 ..... (17)

有人说,肢体语言是人类的第二语言。事实确实如此,一个人还没有说话,其身材已经在进行自我介绍了,它毫不保留地告诉别人的不但有他的体力,还有他的智力;不但有他的体格,还有他的性格。从一个人的形体看人,是最容易看出其性格的。



## 目录

1. 从体型胖瘦察其内心知其性格 ..... (18)
2. 从高矮看出人的性格特征 ..... (20)
3. 腹部难于掩饰性格本质 ..... (22)
4. 站姿是识人的识金石 ..... (24)
5. 睡姿泄露人格特质 ..... (26)

### 第三章 手脚连心,看人最真——从手脚动作看透人心 ..... (29)

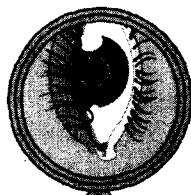
一个人的姿势常常是内心世界的反映。通过一个人的姿势去判断他的内心世界,是观察人的重要手段之一。很多姿势,人们可以很容易看出其中的意义。

1. 从手观人的秘诀 ..... (30)
2. 最直接的性格表露——握手 ..... (33)
3. 坐姿传递着对方性格的信息 ..... (36)
4. 脚的动作是性格的投射 ..... (38)
5. 走路的姿态是性格的再现 ..... (40)

### 第四章 马靠鞍,人靠穿——从穿衣打扮看透人心 ..... (45)

人的穿着打扮,不仅反映了一个人的容貌、气质和风度,更反映了一个人的素质和审美观。服装服饰是人内在美的一种外在表现形式,通过衣着打扮可以洞察一个人的性格。

1. 看发型知个性 ..... (46)
2. 从戴帽子看人个性 ..... (49)
3. 化妆最能暴露人的性格 ..... (51)
4. 从穿衣哲学出发的心理学 ..... (55)
5. 手提包样式与人心理密不可分 ..... (66)
6. 首饰造就仪态也造就个性 ..... (70)



**第五章 调琴听音,说话听心——从谈话看透人心** ..... (75)

心理学家勒温曾说:“我们做出的各种行为实际上是反映了客观情况与我们人的性格间的像函数关系一样的对应变化关系。语言也如此。在日常生活中,一个人所讲的话,都是在表述自己对各种事物情况的看法,而在讲话时所表现出来的语言特征,就能够很好地反映出一个人的性格。

- 1. 说话的速度和语气会透露说话者的真心 ..... (76)
- 2. 无法掩饰的说话方式 ..... (83)
- 3. 口头禅反映一个人的人生观 ..... (88)
- 4. 幽默透露人格特质 ..... (92)
- 5. 从谈话动作看透人心 ..... (94)

**第六章 观其行知其心,一眼看个八九不离十——从行为举止看透人心** ..... (97)

我们要识人,只听对方说的话是不够的,如果可以同时观察他的心理行为及其举止动作,大概能八九不离十地猜中他的心事。经过心理学家长期的观察研究,并将上千个研究对象的行为举止加以归纳分析,发现一个人的言行举止能够反映出他们的内心世界,并显现他们的真实性格。古人曾说:“观其行而知其性”,说的就是这个道理。

- 1. 心理行为是对客观现实的一种反应 ..... (98)
- 2. 举止行为是识别性格的工具 ..... (102)
- 3. 从社交行为看真性情 ..... (106)
- 4. 解读不同方式的笑 ..... (109)
- 5. 笑声使人的性格显露无遗 ..... (110)
- 6. 洗澡方式的微妙心理学 ..... (113)





# 目录

7. 由购物的方式观察对方 .....	(115)
<b>第七章 饮食小细节,看人大学问——从饮食看透人心 .....</b>	<b>(117)</b>
俗话说“民以食为天”。任何人活着总是离不开食物的,食物对于人来说可谓是重中之重。从一个人喜欢吃什么东西可以观察出他的性格特征,同样,从一个人以什么样的方式来吃东西,也可以观察出他的性格特征。	
1. 从喜爱的食物见性情 .....	(118)
2. 了解人的心理从他吃食物的方式着手 .....	(122)
3. 从饮食仪态看人 .....	(126)
4. 从就餐方式看人 .....	(129)
5. 从选择就餐的方式看人性格 .....	(130)
6. 对烹饪喜好的性格分析 .....	(132)
7. 杯中物反射出的性格 .....	(135)
8. 握杯方式的性格差异 .....	(139)
9. 破解瘾君子的性格绝招 .....	(141)
<b>第八章 贤者乐山,智者乐水——从兴趣爱好看透人心 .....</b>	<b>(143)</b>
兴趣爱好是一个人的性格镜子,每个人的兴趣与爱好各有差别。有的人喜欢体育运动,有的人则喜欢野外钓鱼什么的;有的人喜欢下棋,有的人则喜欢搞收藏等等。从一个人的兴趣爱好上可以了解其性格,也可以获知其心理状态。	
1. 从爱好的颜色洞察其性格 .....	(144)
2. 业余活动与性格大有关系 .....	(147)
3. 从爱阅读的书籍看性格的延伸 .....	(150)
4. 有研究价值的益智游戏心理学 .....	(153)
5. 性格也隐含在收藏品中 .....	(156)

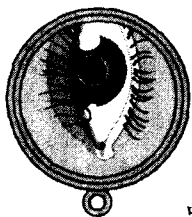


6. 会说话的玩偶与宠物 .....	(159)
7. 音乐偏好是性格的指标 .....	(161)
8. 舞蹈能透露人的个性 .....	(164)
9. 旅游偏好窥探人性 .....	(166)
10. 运动方式是人性格的外露 .....	(169)
11. 从居家生活中体现人的性格 .....	(172)
12. 汽车嗜好是个人品味的浓缩 .....	(174)
<b>第九章 看准生活习惯,谁说人心隔肚皮——从生活习惯看透人心</b> .....	<b>(177)</b>

人类的感情与欲望,无论是有意或无意,都会以各种形式表现出来。这些表现在外的行动,在不知不觉中变成一个人的习惯。可见,习惯是长年累月积聚的结果,习惯是性格的一面镜子,从生活习惯看人,最能看到其真实面目。

1. 从付款态度看人内心世界 .....	(178)
2. 选择床可以反映人的特性 .....	(180)
3. 从刷牙看人性情 .....	(182)
4. 从选择家居看人性格 .....	(184)
5. 送礼物透露人的个性 .....	(185)
6. 出生排行的明显特点 .....	(187)
<b>第十章 走进工作习惯中,识得庐山真面目——从工作习惯看透人心</b> ...	<b>(189)</b>

每个人的生存都离不开工作,工作是人生活中不可缺少的一部分。有的人在工作中豁达干练,有的人在工作时却是懒散拖拉;有的人办公桌整整齐齐,有的人的办公桌则凌乱不堪。一个人的工作是干练还是拖拉,是整齐还是凌乱,我们从他们工作



## 目录

中的细微动作不但能够看出其性格特征,还可以推测出他们的工作能力。

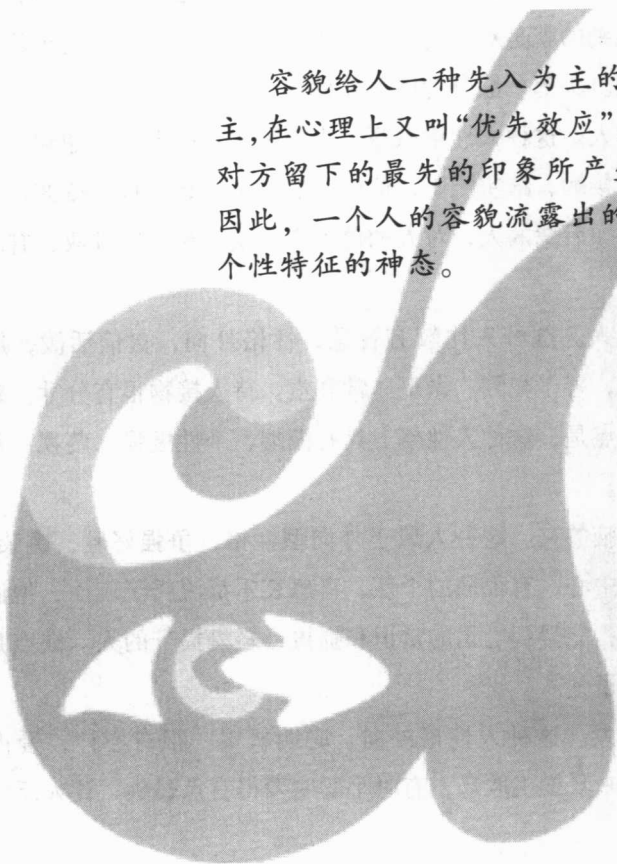
1. 主持会议风格面面观 ..... (190)
2. 从办公环境看出真实性格 ..... (192)
3. 看工作态度分析性格 ..... (199)
4. 笔迹暴露人的本性 ..... (200)
5. 从使用通讯录察看人性风格 ..... (209)
6. 名片是身份地位的象征 ..... (211)
7. 使用香水的性格暗喻 ..... (213)



# 第一章 看人看五官，一眼能看穿

## ——从容貌看透人心

容貌给人一种先入为主的印象，先入为主，在心理上又叫“优先效应”，是指一个人给对方留下的最先的印象所产生的强烈影响。因此，一个人的容貌流露出的是自己最富于个性特征的神态。



## 1. 从头部特征看人性格

头部是一种无声语言,也是最明显的一种性格语言。人们看人,往往第一眼接触到的就是对方的头部。研究表明,从一个人的头部可以看出其性格特征。头部一般分为以下几种:

①头大的人。这种人性格憨厚,为人诚实,待人真诚随和,心慈面软,容易和人接触,踏实能干,他们一般办事认真,具有按部就班的性格,是很能照顾后辈的人,对人和蔼可亲。缺点是不思进取,有时比较消极。

②头小的人。这种人比较有智慧,性格外向,自信活泼,热情大方,机智聪明,善于交际。做事非常利索。待人接物很有分寸。对理想充满希望。缺点是,这种人性格上具有极端、个性极强、蔑视一切、放荡不羁的倾向。

③圆头圆脑的人。这种人属于外向型性格,争强好胜,虚荣心强,喜欢以自我为中心,有很强的个性,喜怒哀乐都流露于表面,他们一般人际关系圆满,能得到上司的赏识和提拔,轻松提升的人。缺点是,有时显得十分孩子气。

④尖头的人。这种人性格外向,聪明机灵,很有心计,爱占小便宜,做起事情来爱投机取巧,有时小聪明耍得有点过头,让人反感。

## 2. 头发长短暴露人的本性

科学研究发现，头发同人体的其他组织或器官一样，也需要营养，并且所需的营养物质种类有几十种之多。因为头发所需营养全部来自头部的血液循环，所以头发过长，所消耗的营养势必就多，大脑的正常生理活动就会受到影响。俗话说：“头发长，见识短。”这句话还是有一定道理的。从另一个方面来讲，根据每个人的发质不同，也能看出其性格来。

①头发像钢丝，又粗又硬，而且还很浓密的人。这样的人性格内向，脾气暴躁，疑心比较重，不会轻而易举地相信别人。他们最相信的就是自己，所以凡事都要自己动手，操纵和掌握一切，才觉得放心。他们做事很有些魄力，而且组织能力也比较强，具有一定的领导才能。这一类型的人，理性的成分要大大地多于感性，所以在涉及感情方面的问题时，往往会显得很笨拙。

②头发很粗，但色泽淡，而且质地坚硬，很稀疏的人。这一类型的人性格外向，有虚荣心，自我意识极强，刚愎自用，听不进别人半句话，他们不甘心被人领导，追求身心自由，但却渴望能够驾驭别人，使唤别人，不给别人自由。极端自私自利，没有容人的度量，目光比较短浅和狭窄，只专注于眼前，看不到长远的利益，如果不改掉这个毛病，

一生将不会有大成就。

③头发柔软,却极稀疏的人。这一类型的人,性格比较外向,头脑聪明,但没有主见,个性刚强,凡事都要争先,总是以自己为中心,他们喜欢出风头,更爱与人争辩,借此来吸引他人的目光,获得他人的关注。在他们的性格中,自负的成分占了很多,他们妄自尊大,不把任何人放在眼里,尽管自己在某些方面表现得不怎么样,仍自我感良好。他们做事的时候,多缺少必要的思考,常会做出错误的判断,而且还容易疏忽和健忘,往往把事情做得很糟糕。

④头发浓密粗硬,却能自然下垂的人。这种人性格内向,心思比较缜密,优柔寡断,喜欢独处,比较敏感,往往能够观察到特别细微的地方。他们的感情比较丰富,虽然容易动感情,但对情感并不专一,属于那种处处留情的人。

⑤头发浓密乌黑,还和胡须连在一起的人。这种类型的男性,往往性格鲁莽粗犷,耿直无私,豪放不羁,具有侠义心肠,嫉恶如仇,喜欢多管闲事,好打抱不平,脾气大大咧咧的,有为朋友两肋插刀的义气。

⑥头发淡疏,粗硬而卷曲的人。这一类型的人,性格沉稳,很有城府,有知识,思维比较敏捷,善于思考,并有很好的口才,能够很容易地说服别人。意志坚强,他们的性格弹性比较大,可以说能屈能伸,能很快适应各种环境。但他们的能屈能伸是在坚守一定的原则和基础之上进行的,所以无论外在的东西怎样多种形式地不断变化,其内在还有一些稳定不变的东西。

⑦头发浓密柔软,自然下垂的人。这一类型的人,大多性格比较内向,话语不多,善于思考。从某种程度上说,他们具有很强的耐性和韧性,这一类型人所从事的事业多是和艺术方面有关的。

⑧头发自然向内卷曲,如烫过一样的人。这一类型的人,脾气大多比较暴躁,粗鲁无礼,敏感多疑,而且疑心比较重,总是患得患失的在犹豫和矛盾中挣扎,除此之外,嫉妒心还很重。



⑨发根弯曲，发梢平直的人。这一类型的人自我意识比较强，处处炫耀自己，爱吹毛求疵，说话不经考虑，放荡不羁，厌恶被人约束和限制，不会轻易地向他人妥协。

⑩秃顶的人。这种人比较聪明，性格憨厚，善于思考，才思敏捷，为人处事随和大气，心地善良，比较务实，有很强的责任感。



### 3. 眉毛粗细察看人性格

眉毛被人们称为“保寿官”。从生理上来说,眉毛对保护眼睛是有功劳的,在美学功能上,眉毛的作用也不可小看,“眉清目秀”向来是貌美的重要标志,从看人方面眉毛与性格也给人一种很重要的信息,应该说,从一个人的眉毛可以看出其性格。

**粗眉毛。**长有粗眉毛的人,属于积极型的性格,为人忠厚老实,坦诚开朗,待人热情大方,人也很乐观。

**细眉毛。**细眉毛的人属于消极型的性格,这种人性格保守,没有自信,喜欢埋怨,爱怨天尤人,遇事过于优柔寡断。

**弯眉毛。**这种人的个性并不武断,优柔寡断,酷爱幻想,是个梦想家,喜欢沉浸在轻柔而超现实的优美色彩中。喜新厌旧,感情善变,不过永远热情洋溢。

**直眉毛。**这样的人自信热情,很有智慧,机智聪明,脾气急躁。胆量过人,具有敏锐的眼光。而且能够一眼看穿任何男人或女人。喜欢证明自己有权威,而且经常这么做,他时常不说一句话,用冰冷的眼神冷对周围的一切,有一颗深思熟虑和逻辑性强的心。

**淡眉毛。**这种人性格稳重,很有城府,喜欢独立思考问题,对任何事都深思熟虑,是个足智多谋、深谋远虑的人,总是静悄悄地退居一隅,并从各种可能的角度去研究事情。在得到任何结论之前,他反复考虑所有可能性。缺点是,对任何事物都不积极。