

人际交往的最佳工具  
风靡职场的识人宝典

# 聪明女人 要懂得的 识人术



破译身体密码，瞬间看透人心

慧眼识人，是每一个聪明女人都应该掌握的生存智慧

梅子 / 著

黑龙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

聪明女人要懂得的识人术/梅子编著. —哈尔滨:  
黑龙江科学技术出版社, 2010. 9  
ISBN 978 - 7 - 5388 - 6448 - 9

I. ①聪… II. ①梅… III. ①女性—人际交往—通俗  
读物 IV. ①C912. 4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 177207 号

聪明女人要懂得的识人术

CONGMING NÜREN YAO DONGDE DE SHIRENSHU

---

作 者 梅 子  
责任编辑 刘 野  
封面设计 白冰设计  
出 版 黑龙江科学技术出版社  
(150001 哈尔滨市南岗区建设街 41 号)  
电 话 (0451)53642106 传真 53642143(发行部)  
印 刷 北京彩虹伟业印刷有限公司  
发 行 全国新华书店  
开 本 710 × 1000 1/16  
印 张 14  
字 数 150 千字  
版 次 2010 年 11 月第 1 版 · 2010 年 11 月第 1 次印刷  
书 号 ISBN 978 - 7 - 5388 - 6448 - 9/Z · 776  
定 价 29.80 元



人际交往是一门大学问,其中有许多我们不知道的东西,每一次与别人的交流都是一个试探和磨合的过程,充满着不可预测性。但事实上,你如果想要快速了解一个人,还是有捷径的。掌握这个捷径,需要你具有敏锐的观察力,一眼看透对方的内心,也就是将识人之术练到顶级。

现代社会,竞争越来越激烈,人心也越来越复杂,现实生活当中许多人往往将其最真实的一面掩藏起来,在为人处世方面总是表现得真真假假,假假真真,让人难以琢磨其内心的真实想法,这不仅给我们在人际交往方面造成了很大的障碍,还给我们的工作、学习、生活带来许多不必要的麻烦,因为看错人,有些女人甚至付出了自己的整个人生做代价,这样的例子在生活中并不少见。可以说,遇人不淑是女人最大的不幸,而识人不明更是女人主动犯下的最大错误。

所以,对于真正聪明的女人来说,在与他人共处时,她们会尽力地了解其本性,看透其内心。

当然,要想真正的认识、看透一个人并不是一件容易的事情,即使是



最聪明的智者也很有可能在识人方面看走眼，诸葛亮错识错用马谡，结果导致街亭之败，就是一个最典型的例子。所以，对于女人来说，不仅要认识到识人的重要性，有意识地去观察他人，还要实实在在地掌握识人的实用学问，也就是识人术。

本书系统地为女性朋友介绍了如何通过面相、服饰、行为、习惯、语言、爱好等方面去了解一个人内心的真实方法，同时，也有针对性地为女人介绍了如何认清小人、看透男人的热门实用识人术。

本书文字通俗易懂，事例详略得当，涉及的识人内容广泛，涵盖了识人术的方方面面，定能在你获取幸福和成功的道路上，助一臂之力。



## 第一章 相由心生,察言观色

——如何透过面貌识人

眼睛——窥探人心的窗口 / 2

脸孔——一个人的名片 / 5

鼻子——不容忽视的身体语言 / 7

嘴巴——折射心灵的媒质 / 10

下巴——性格的细腻反应 / 12

耳朵——阅读对方性格特征的工具 / 14

表情——内心活动的镜子 / 16

眉毛——显示心情的变化 / 19

发型——不同发型表示不同的个性 / 21

## 第二章 识人衣着,窥其个性

——如何透过服饰识人

衣着张显个性 / 24

颜色的选取表现人的性格 / 26



通过首饰能看出一个人的心态 / 28

从化妆观察对方性格 / 30

帽子的选择也能显示个性 / 33

从所穿鞋子观察人 / 37

由所戴的戒指观察对方的性格 / 39

从提包的样式看透主人人心 / 41

### 第三章 观行知性,察其心机

——如何透过举止识人

从坐姿看他人内心 / 46

从走姿看他人内心 / 52

从站姿看他人内心 / 59

从手部姿势看他人内心 / 63

从睡姿看他人内心 / 66

通过双手的动作观察他人 / 69

通过脚的习惯动作识别内心 / 72

握手能探知他人身心 / 74

### 第四章 了解习性,知其心性

——如何透过习惯识人

从生活习惯看人 / 80

从工作习惯看人 / 83

从个人嗜好看人 / 85

从习惯动作看人 / 89



## 第五章 闻其声,辨其人

### ——如何透过言谈识人

- 从口头语看透对方 / 94
- 语速语气皆会透露人心 / 96
- 如何从对话中辨别对方的身份 / 98
- 从幽默中看出对方的心理 / 100
- 从话题的选择上看透他人心理 / 102
- 言谈过于恭敬者,内心必怀戒心 / 104
- 如何从说话的语态上看透对方 / 106
- 在公司里如何通过语言观人 / 108
- 看透九种不同言谈的人 / 111

## 第六章 爱憎有因,癖好知人

### ——如何透过爱好识人

- 通过喜欢的颜色来观察对方 / 116
- 通过喜欢的图书来观察对方 / 118
- 通过喜欢的音乐来观察对方 / 120
- 通过喜欢的运动来观察对方 / 122
- 通过喜欢的食物来观察对方 / 125
- 通过喜欢的收藏来观察对方 / 127
- 通过喜欢的宠物来观察对方 / 129
- 通过喜欢的舞蹈来观察对方 / 130
- 通过喜欢的电视节目来观察对方 / 132
- 通过喜欢的旅游方式来观察对方 / 134



## 第七章 用心观察,细节品人

### ——如何透过生活细节看人

- 从名片看透对方的性格 / 138
- 通过吃东西的方式看透对方 / 140
- 从烦躁不安时的动作观察对方 / 142
- 从洗澡的方式上看准对方 / 144
- 通过笔迹观察对方 / 146
- 通过抽烟观察对方 / 148
- 通过喜欢喝的咖啡来观察对方 / 150
- 通过阅读习惯来观察对方 / 152
- 通过送礼物的方式来观察对方 / 154
- 通过笑的方式观察对方 / 157
- 通过付款的方式来观察对方 / 160
- 从卧室的装饰和摆设上观察对方 / 162

## 第八章 慧眼独具,明辨是非

### ——如何认清小人

- 小人的特征和对付小人的原则 / 166
- 要识破小人需懂得伪与诈 / 168
- 如何识破小人设置的骗局 / 170
- 哪些类型的人可能是小人 / 172
- 如何识破朋友中的小人 / 174
- 如何看清男人中的小人 / 176
- 识破职场上的十种小人 / 178
- 认清爱打小报告的小人 / 181



## 第九章 看透男人,幸福在握

### ——如何看透男人

酒识男人心,通过喜欢喝的酒来观察男人 / 184

根据穿鞋的习惯观察男人 / 186

从男人看女人的第一眼来观察男人 / 189

品车识男人,车是男人的最好代表 / 191

如何在性爱中观察男人 / 193

通过男人高潮后的表现看透男人 / 195

从约会看穿男人的真正动机 / 199

如何通过手机识男人 / 202

从身体语言识破谎言 / 206

FBI 教你九招识破男人的谎言 / 207

如何识破那些装作有钱的男人 / 210



**相由心生，  
察言观色**

——如何透过面貌识人



## 眼睛——窥探他人心的窗口

心理学告诉我们,一个人内心的隐秘和冲突,总是会不自觉地通过眼神的变化流露出来。所以说,聪明女人要善于从他人的眼神变化中发现其内心的秘密。

眼睛是心灵的窗口。从他人的眼睛中,我们可以看出他内心的基本情况。一个人所思所想很多时候会通过他的眼神表现出来,通过观察一个人丰富的眼睛语言,也可以在某种程度上对他有一个大致的了解和认识。

泰戈尔说得好:“任何人一旦学会了眼睛的语言,表情的变化将是无穷无尽的”。

在人的一生中,眼睛所表达出来的“语言”是最丰富多彩的了。很多时候,人们都能从眼睛了解事物的大致面目。眼睛是人类五官中最敏锐的器官,它的感觉领域几乎涵盖了所有感觉的70%以上,其他感觉与之相比显得微不足道。以饮食为例,人们吃食物时绝不仅靠味觉,同时会注意食物的色、香以及装食物的器皿等。如果在阴暗的房间里用餐,即使明知吃的是佳肴,也会产生不安的感觉,无心品尝或胃口大减。相反,如果在一流饭店或餐厅用餐,用精致的器皿装食物,并重视灯光的调配,定会增加饮食者的胃口,吃得津津有味,这就是视觉在影响人们的食欲。

有时,眼睛也会说话,一个人的内心活动,经常会反映到他的眼睛里,心之所想,透过眼睛就能表达出个大概,这是每个人都隐瞒不



了的事实。

在希腊神话中有这样的故事,有三个姐妹,外人只要一接触其中的一位名叫梅德莎的眼光,便立刻化为石头。这个神话故事寓在说明眼神的威力。在日常生活和工作中,假如我们忽略了别人的眼睛,就无法窥探对方内心世界的微妙变化。一般情况下,人们很难彻底隐瞒内心的想法,即使有人摆出一副毫无表情的脸孔,但这种刻意的做作并不能维持长久。老年人常说:“听别人讲话,或对别人讲话,要注意对方的眼睛。”有的人交谈时不看对方的眼睛,多数情况下,是胆小、没有信心、怕难为情、畏缩。情侣初次相会,常常这样。

当然,如果你一直观察对方的眼睛,不但是一种失礼的行为,也会让自己感觉到视觉疲劳。这里所说的“看眼睛”,并非真的就是眼对眼的盯着看,而是观察对方视线的活动。通过了解一个人的视线活动状况,就能大致完成与他人之间的圆满交往和心灵沟通。

一个人视线可以通过不同的角度来了解。

首先,对方是否在看着自己,这是一个关键。

其次,对方的视线如何活动,或者是视线刚接触立刻就挪开,他的心理状态是有所不同。

第三,视线的方向,即对方是正视还是斜视观察自己的。

第四,视线的集中程度,即是否是专心致志地看自己。

第五,视线的位置,通过对方视线的方位移动,来考察他的内心动向。

此外,观察一个人的“眼神”,可以辨别一个人品质的好坏。

孟子在《离娄上篇》中有一段用眼睛判断人心善恶的论述:“存乎人者,莫良于眸子。眸子不能掩其恶:胸中正,则眸子察;胸中不正,则眸子眊焉。”

眼神的状况,对于认识一个人来说是非常重要的。眼神清的人,通常表示此人清纯、澄明、无杂念、端正、开明。眼神浊的人,往往表示此人昏沉、驳杂、粗鲁、庸俗和鄙陋。



三国时期的诸葛亮就是这样一个通过眼神识别人物的高人。

据说,有一次,曹操派刺客伪装去见刘备,这名刺客见到刘备之后,并没有立即下手,并且与刘备讨论削弱魏国的策略,他的分析,极合刘备的意思。

不久之后,诸葛亮进来,刺客很心虚,便托辞上厕所。刘备对诸葛亮说:“刚才得到一位奇士,可以帮助我们攻打曹操的势力。”

诸葛亮却慢慢地叹道:“此人见我一到,神情畏惧,视线低而时时露怵逆之意,奸邪之形完全泄漏出来,他一定是个刺客。”

于是,刘备连忙派人追出去,刺客已经跳墙逃去了。

在瞬息之间,透过眼神的变化,看出一个人的目的和动机,固然需要先天的智慧,但更多的是靠后天的努力,因为这种智慧是在环境中磨炼和培养出来的。诸葛亮能够看透此人,主要是从他的眼神闪烁不定中发现破绽的。而生活中,常有那些仪表不俗,举止轩昂之辈,想一眼识破他的行径,可能就比较困难了,王莽就是这种类型的人。

王莽这个人在历史上的名声并不太好,但就他本人的才能而言,在当时也算得上是一个极其难得的人才。如果他不篡取王位,不显露本性,仍像未夺得朝政大权之前那样勤奋忠心地工作,俭朴地生活,说不定会成为流芳百世的周公式的人物。

新升任司空的彭宣看到王莽之后,悄悄对大儿子说:“王莽神清而朗,气很足,但是眼神中带有邪狭的味道,专权后可能要坏事。我又不肯附庸他,这官不做也罢。”于是上书,称自己“昏乱遗忘,乞骸骨归乡里”。从眼神上来分析,“神清而朗”,指人聪明俊逸,不会是一般的人;眼神有邪狭之色,说明为人不正,心中藏着奸诈意图。王莽可能也感觉到了彭宣看出一些什么,但抓不到把柄,恨恨地同意了他的辞官,却又不肯赏赐养老金,彭宣回乡后数年就死了。

一个人的眼睛往往能真实的反映他的灵魂,所以女人要想通过眼睛掌控他人心理,就一定要会看其人的眼神,从眼神的无意反映中,窥出其本心。



## 脸孔——一个人的名片

看一个人时,你会从哪里看起呢?相信大多数女人的答案都会是脸,人说貌美如花、英俊潇洒大部分都是籍于脸而言的,而脸部反映通常都能看出人们的一些隐藏于内心的东西。

如果让一个天真质朴的儿童来画一个人,无论他画的是火星人还是章鱼人或是其他什么怪诞的人,他一定会先画出脸,尽管他可能会画出没有脖子的人,但是绝对不会画出没有脸的人。

在我们日常会话里,以脸、面代替人的情况往往很多,比如说遇见人,可以使用“拜颜”、“面晤”、“面接”、“对面”等词语来表示。

在聪明的女人看来,每个人的脸上都挂着一张反映自己肉体和精神状况的明细表。人的脸能够反映出每个人的性格,因而通过脸来判断人的性格是其实可行的。有些法官和检察官在法庭上进行长时间的讯问。这并不是因为被讯问者的脸上没有做出应有的反映,而是因为该法官或检察官并非是高明的观察者。

先来看一个故事:古希腊哲学家德谟克利特创立了原子论,被后人誉为唯物论的鼻祖。

有一天,德谟克利特在街上偶然遇见一位熟识的姑娘,于是,德谟克利特便和她打了一招呼:“姑娘,你好!”

第二天,德谟克利特再一次碰到与头一天同样打扮的那位姑娘时,却这样打了个招呼:“这……,这……,太太,你好!”



德谟克利特这样一语道破,便转身离去。

一夜之间成为“太太”的那位姑娘被德谟克利特看穿时,脸上恐怕要涌上羞惭的潮红了,这真是个小故事。

那么,德谟克利特是如何看穿那位姑娘“一夜之间”的事情的呢?这是他仔细观察那位姑娘的脸色、眼睛的活动情况、面部表情及走路的姿态等一系列举止的结果。

据说,德谟克利特有时正吃着鲜美可口的瓜果,会突然从房间里跳出来,跑到地里去搞清楚瓜果为什么这么好吃。他就是具有如此极强烈地探索精神和敏锐的观察力,所以才能有如此的观察力。

十分令人遗憾的是,在这个世界上,富于探索精神的人往往缺乏观察力;而具有敏锐的观察力的人却又恰恰是生来就缺乏探索精神,这真是人类的不幸。然而更不幸的是这些缺乏观察力或探索精神的人中,百分之九十都确信自己的判断是准确无误的,并且还将自己实际上错误的判断强加于人。这些人常常花费很多时间对无聊的琐事津津乐道地进行议论,使得人与人之间的关系变得复杂难处,甚至引起骚乱、导致离婚,人们为此唉声叹气。

现实中,不可能要求我们每个女人都能像德谟克利特那样善于从脸部看人,因为这种本领只有通过学习和长期的实践才能把握,它不是无聊的雕虫小技,而是有着极其重要价值的做人、看人的本领,发现并掌握它,往往能有效的帮助你做人。



## 鼻子——不容忽视的身体语言

鼻子不会有太明显的动作变化,但通过一些媒介,比如气、手等。却同样能表达出出的一些心理。

从鼻子上能不能看出他人的心理?能不能读出他人没有说出的话?鼻子算不算一种身体语言?这些问题并没有统一的答案,有人说有,有人说没有,而我们看人却不能忽视鼻子,因为很多时候从鼻子确实能看出他人的某些信息。

说鼻子不能算身体语言的原因是鼻子并不能做出明显的动作,不能以身体发出“姿势”信息。而用手去摸鼻子则属于手的“语言”。

而事实上,鼻子是可以自己动的。比如,人们都熟悉的“嗤之以鼻”这个词,实际上是有动作的,也就是说,在发出“嗤”的声音时,鼻子是往上提的,只不过动作轻微,不易察觉,但轻微也是有动作的,也是能发出“瞧不起某人”这种信息的。

最近,有位研究身体语言的学者,为了弄清这个“鼻子”的“语言”问题,专门做了一次观察“鼻语”的旅行。他去车站观察,在码头观察,到机场观察。他旅行了一个星期,观察了一个星期。由此得出两点结论:

第一,旅途中是身体语言最丰富的。因为各种地区、各种年龄、各种性别、各种性格的人汇集在一起,而且都是陌生人,语言交流很少,但心理活动又很多,所以,大量的心态都流露于身体语言。他说:“旅



途是身体语言的“实验室”。

第二,人的鼻子是会动的,因此,是有身体语言的器官。他说,根据他的观察,在有异味和香味刺激时,鼻孔有明显的张缩动作,严重时,整个鼻体会微微地颤动,接下来往往就出现“打喷嚏”现象。他认为,这些“动作”,都是在发射信息。此外,据他观察,凡是高鼻梁的人,多少都有某种优越感,表现出“挺着鼻梁”的傲慢态度。关于这一点,有些影视界的女明星表现得最为明显。他说,在旅途中,与这类“挺着鼻梁”的人打交道,比跟低鼻梁的人打交道要难一些。

人的五官中,鼻子和耳朵是最缺乏活动的部位。因此,很难从观察鼻子的动作读出对方的心理。人们对于鼻子高、低、朝上、朝下等形状或种类所象征的性格,有各种的说法,但这些毕竟是指固定不动的鼻子而言,无法掌握鼻子捉摸不定的动作,也就是说,这种由鼻子的“长相”看人的个性,与心理动向毫无关系。而诸位不妨以读心技术的立场,从注意鼻子的动静,试着“看”出对方的内心。

### 鼻子胀起来时

在谈话中对方的鼻子稍微胀大时,多半表示对您有所得意或不满,或情感有所抑制。通常人的鼻子胀大是表现愤怒或者恐惧,因为在兴奋或紧张的状态中,呼吸和心律跳动会加速,所以会产生鼻孔扩大的现象。因此,“呼吸很急促”一语所代表的是一种得意状态或兴奋现象。

至于对方鼻子有扩大的变化,究竟是因为得意而意气昂扬,还是因为抑制不满及愤怒的情绪所致?这就要从谈话对象的其他各种反应来判断了。

### 鼻头冒汗

有时这只是对方个人的毛病,但平日没有这种毛病的人,一旦鼻头冒出汗珠时,应该说就是对方心理焦躁或紧张的表现。如果对方