

隋晓明◎主编

识人的智慧

——透过表象读懂对方的心

The Wise Of Knowing Others

在人际交往中，攻心为上。只有掌握了对方的心理和性格，才能在为人处世上做得恰到好处，在人际交往中左右逢源。

慧眼能识人 世事皆洞明



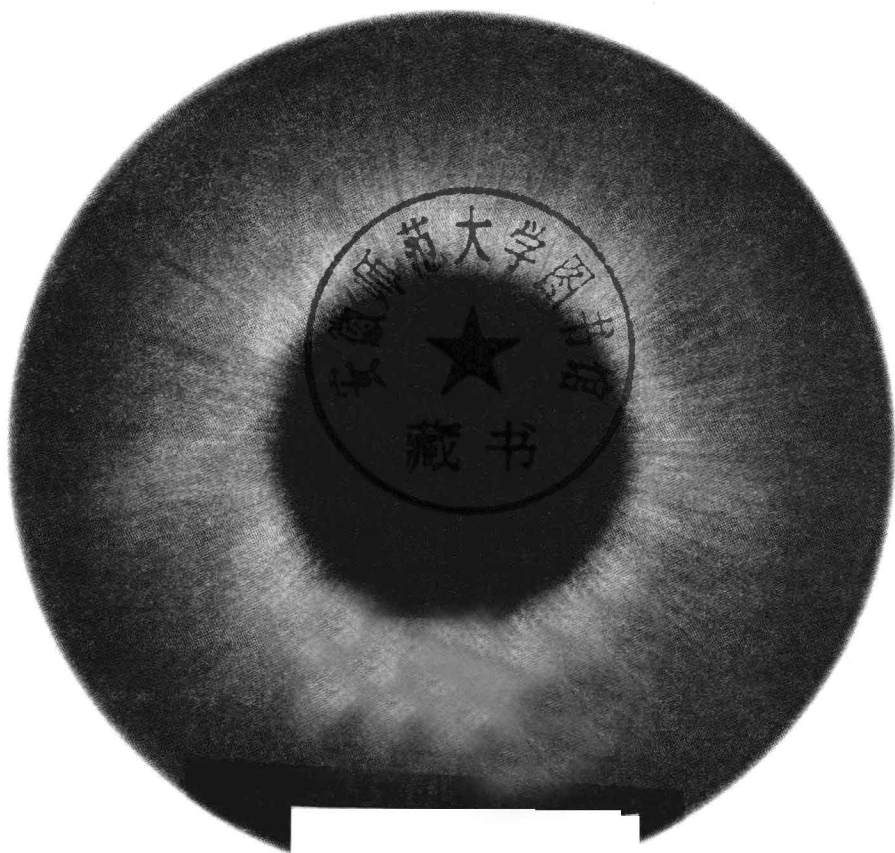
金城出版社
GOLD WALL PRESS

隋晓明◎主编

识人的智慧

——透过表象读懂对方的心

The Wise Of Knowing Others



金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目(CIP)数据

识人的智慧:透过表象读懂对方的心/隋晓明主编. —北京:金城出版社,
2011.9

ISBN 978-7-5155-0101-7

I. ①识… II. ①隋… III. ①心理交往—通俗读物
IV. ①C912.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第170572号

Copyright© 2011 GOLD WALL PRESS, CHINA

本作品一切中文权利归**金城出版社**所有,未经合法许可,严禁任何方式使用。

识人的智慧:透过表象读懂对方的心

作 者 隋晓明
责任编辑 雷燕青
开 本 787 毫米×1092 毫米 1/16
印 张 15.75
字 数 200 千字
版 次 2012 年 1 月第 1 版 2012 年 1 月第 1 次印刷
印 刷 北京雁林吉兆印刷有限公司
书 号 ISBN 978-7-5155-0101-7
定 价 32.00 元

出版发行 **金城出版社**北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 邮编 100013
发 行 部 (010)84254364
编 辑 部 (010)84250838
总 编 室 (010)64228516
网 址 <http://www.jccb.com.cn>
电子邮箱 jinchengchuban@163.com
法律顾问 陈鹰律师事务所 (010)64970501

前言

人生于世，总是要和各种各样的人打交道。而遇到的人又总是千奇百怪，正所谓“林子大了什么鸟”都有。这就免不了要学习如何为人处世。

为人处世是一个非常复杂的课题，但是其关键的一条是“知人”，“知人”是为人处世的前提。诸葛亮在其所著的《将苑》一书中说：“夫知人之性，莫难察焉。”（识别人的品行，是最难不过的。）现代科学证明人心（人脑）本身的复杂性是无穷无尽的，化学家发现人脑每秒钟会发生10万次以上的化学反应，人脑的复杂性完全可以与浩渺无穷的宇宙相比，所以自古以来就有“人心莫测”的慨叹。

其实，人心还是可测的，“知人”的关键是要拥有透视人心的技能。人心（指人的大脑）是人的一切活动的策划者和指挥者，所以要能做到“知人”，即了解对方心中的想法、思维的规律、行动的目的，就必须有透视人心的技能。

随意地观察一下周围的人，就会发现每个人在不同的时候都会有一些不经意之举，但恰恰是这些不经意之举反映了他们真实的内心世界——一个他不会用语言表达也绝对不愿意让外人轻易知道的内心世界。反映了他们或是紧张、或是高兴、或是困惑的心情。如果一个人能够善于仔细观察，读懂他人的身体语言，无论是交友还是用人，都会带来无限裨益。

每个人都有与众不同的地方，这个是他作为一个独立的角色所显现出来的特质。而这些迥异于人的地方，是由于每个人有自己的思维方式、生活习惯、价值观念、脾气秉性，再加上其行为和心态，同时还受到感情和理智的影响，所以表现出不同的状态。正所谓自然面相是死的，乃眼耳鼻舌身之堆积；而社会面相是活的，是面相者社会经历的生动表现。生理是外化的心理，心理是内化的生理。情绪是生理与心理的合奏，思想是心理沉淀的面相。

因此，便有人总结透视人心最有效的方法是“听其言，观其行，思其

意”。言与行都是人心活动的外在表现，是心灵的窗口。人的一切内心想法、打算、企图，终究会通过他的言和行表露出来，即便他说假话，做假动作，即玩弄假象，也是本质的曲折表现，同样可以认识。我们通过这个心灵的窗口，就能辨别他的真实意图。另外，我们还应当明确人的一切言与行，如一言语，一行动，一举手，一投足，无论其规模大小，时间长短，都带有某种目的性，除去目的性，就没有人的活动可言。在人世间，没有无目的的行为，亦没有无行为的目的。所以对一个人进行了“听其言，观其行”之后，还要对其言与行的目的性进行一番分析与思考，多问几个为什么：他为什么要这么说？他为什么要这么做？他的真正意图在哪里？若能如此，对方的“心”便在你的窥视和思考中被透视了。

透过人之表而察其里，通过此而认识彼的一种努力，是一种简捷的识人之道。本书试图使读者更加深入地透视他人，以便能更加深刻地理解他人和自己。只有理解，才能使得同他人的交往变得比较容易些，而无知和缺乏理解，则造成盲目和担心，甚至苛求于他人。正是基于这样一种观念，本书用生动的故事、专业的心理分析以及实用的技巧，表达如何通过观察人们的表象来了解他们在想什么。这样可以帮助读者改变自己的生活状态，从而在生活中和工作中增加自信和力量。

目 录

第一篇 从外貌看透人的心理活动

“以貌取人”，在实际生活中不乏其例。一个慈眉善目之人与一个贼眉鼠眼之人，会给人截然相反的感觉。前者给人一种安全感，后者易让人产生警戒之心。古人云：“人心之不同，各如其面。”其中的玄机和哲理，非一朝一夕可以领悟透彻，尽管其有主观臆断的成分，但潜在的实用价值和明显的经验作用，被人们以不同方式、在不同程度上普遍运用。

1. 眼神传递人的心理活动 /3
2. 视线变化诉说心理变化 /6
3. 眼部动作乍现内心秘密 /10
4. 眉毛动态呈现心境变化 /13
5. 嘴形动作是心迹的波痕 /16
6. 探查鼻子的独特语言 /19
7. 透过牙齿窥探个性秘密 /22
8. 下巴动作和形状代表的含义 /25
9. 不同的面孔有不同的心理 /27
10. 表情是心灵的密码 /31
11. 体型是性格的投影 /35
12. 头发渲染出内心世界 /38
13. 从情态和气色来识别对方 /41

第二篇 从衣装打扮看透人的格调

俗话说：“人要衣装，佛要金装。”一个人穿什么样的衣服，打扮成什么样子，也能反映一个人的真实内心。古人识人法中有“外观着装以内察心灵”的说法，就连法国谚语中也有“干什么就穿什么，该穿什么就穿什么”的说法。由此可见，通过观察一个人的衣装打扮来了解他的心理，也不愧是一种便捷的识人方法。

1. 衣饰颜色炫出个性风采 /47
2. 服饰选择表露人的格调 /54
3. T恤是格调的标语 /57
4. 从帽子解读人的格调 /60
5. 领带是男人的自我宣言 /63
6. 妆容是女人性情的镜子 /66
7. 发型是心情的演绎 /68
8. 饰物佩带是个性的风标 /72
9. 随身包装点个性人生 /75
10. 鞋子暴露人的格调 /80
11. 从戴手表看透人的格调 /84
12. 从所带的戒指识别女人心 /88

第三篇 从说话表达看透人的心机

从一个人的话语也可以看他的内心世界。和初次见面的人说话，刚开始大家都会非常恭敬，但话多以后就会慢慢放松自我，不仅是姿态，连说话也会开始随意，那时候内心世界也就出现了。由此可见，说话的言语确实是透视一个人的宝贵情报，语言作为表达自我的手段，当然会不知不觉地反映出一个人的内心世界。

1. 通过声音看透对方心机 /93

2. 说话时候的小动作透露心机 /95
3. 语速演奏性格 /97
4. 弦外之音断真意 /101
5. 口头禅表现真性情 /104
6. 网聊语言可察隐秘本性 /107
7. 笑声传递人的性情 /110
8. 真笑假笑的心理辨析 /113
9. 称呼表露心机 /115
10. 通过对话看透对方心机 /117

第四篇 从举止行为看透人的个性

西方心理学家弗洛伊德曾经说过：“即使有人可以管得住自己的嘴巴，保持缄默，但是他们的一举一动都会泄露出内心秘密的蛛丝马迹。”处世老到的人也许可以在语言上伪装自己，但他们的举止行为却会不由自主地暴露出他们真实的一面。因此，要想看透一个人，看他的举止行为十分重要。

1. 头部动作藏玄机 /123
2. 注意手部动作的心理细节 /125
3. 脚部动作传达心情 /129
4. 腰部摇曳丰富的内心世界 /132
5. 睡姿呈现深层心理 /133
6. 站姿折射人的性格特征 /137
7. 坐姿窥探心机 /139
8. 走路的样子是个性的速写 /144
9. 吃相展现本性 /148
10. 座位选择显示个性奥秘 /151
11. 小动作中的大秘密 /153

第五篇 从个人爱好看透人的情趣

观人于微往往可以知其著。兴趣爱好这些小细节最能反映一个人的真实面目。《管子·权修》里论述道：“审其好恶，则其长短可知也。”中国古人早就告诫我们，个人爱好是生活的印迹，是识人的法宝。只要我们学会从这些细节入手去观察人，就一定能窥一斑而知全貌。

1. 色彩调出斑斓的性格 /159
2. 阅读是情趣的烙印 /162
3. 选择不同电影的人情趣不同 /164
4. 音乐喜好是性格情趣的反映 /168
5. 旅游方式折射情趣差异 /171
6. 爱运动的人热爱生活 /173
7. 从饮食爱好看性格 /175
8. 通过抽烟察看对方心理 /178
9. 酒是性格和情趣的试金石 /182
10. 宠物不同情趣有别 /185

第六篇 从生活习惯看透人的品性

马基雅维利则说：“人的性格和承诺都靠不住。靠得住的只有习惯。”在这个纷繁芜杂的世界里，形形色色的人聚在一起，不同的人有不同的生活习惯。而这些生活习惯就反映了不同的性格特征。如果我们能在生活中多用一点心，多多观察他人的生活习惯，就能了解他人的品性，进而在人际交往中如鱼得水。

1. 签名是个性的符号 /189
2. 随手涂鸦透析心迹秘语 /191
3. 笔迹是心迹的外现 /193
4. 办公桌状态透露本性 /199

5. 无聊烦躁时做的事看透品性 /201
6. 从刷牙看性格 /203
7. 看电视知性格 /205
8. 房间的摆设看穿性格 /207
9. 手机放置位置展现不同性格 /209
10. 购物看性格 /211

第七篇 从交流过程中看透人的本性

跟别人交谈的时候,你是倾向于诉说还是倾向于倾听?跟别人交流的时候你是频频点头,神情专注,还是心不在焉,东拉西扯?这些都是你性格的一个反映。从交流过程看一个人,可以看透他的本性。

1. 握手探知心情 /217
2. 通过开场白看透对方的本性 /219
3. 谈判中洞悉对手心理 /222
4. 对待工作态度看人的本性 /224
5. 通过打电话看透人的心机 /226
6. 通过名片偏好看透对方 /229
7. 通过电话本看透人的本性 /231
8. 快速识别花心男人 /233
9. 醉态暴露本性 /236
10. 如何识别小人真面目 /238



第一篇

从外貌看透人的心理活动



“以貌取人”，在实际生活中不乏其例。一个慈眉善目之人与一个贼眉鼠眼之人，会给人截然相反的感觉。前者给人一种安全感，后者易让人产生警戒之心。古人云：“人心之不同，各如其面。”其中的玄机和哲理，非一朝一夕可以领悟透彻，尽管其有主观臆断的成分，但潜在的实用价值和明显的经验作用，被人们以不同方式、在不同程度上普遍运用。



1. 眼神传递人的心理活动

眼神是心灵之窗，心灵是眼神之源。眼睛是人体中无法掩盖情感的焦点，细心的人可以通过眼神的变化看透对方的内心世界。人们经常说，观察一个人的善恶，再没有比观察一个人的眼睛更好的办法了。从一个人的眼神就能清楚地分辨一个人的品质高低，心术正邪。

春秋战国时期的孟子认为，观察人的眼睛，可以知道人的善恶。他说：“存乎人者，莫良于眸子，眸子不能掩其恶，胸中正，则眸子瞭焉，胸中不正，则眸子眊焉，听其言也观其眸子，人焉廋哉。”这说明，人的心底是善是恶，都能从无法掩盖的眼神里显示出来。

我们常常用这样一些语言：“她的目光像利剑般凝视着我”，“她有着婴孩般的大眼睛”，“他用恶毒的目光瞪着她”。当我们使用这些语言的时候，我们不知不觉地提到人们的眼神。海斯在其《暴露真情的眼神》一书中说，在人类所有的沟通信号中，眼神是最能说明问题、最准确的信号，因为眼睛是身体的焦点，瞳孔是单独地在发生作用的。

中国古代在相互讨价还价做生意的过程中，就是通过买主眼神的变化情况来决定自己的策略的。几百年以前，妓女们把颠茄汁滴在眼睛里放大瞳孔，以便使自己看起来显得更加的漂亮。已经逝世的阿里斯托尔·奥那西斯以戴墨镜出名，他进行商务谈判的时候，总是戴着墨镜，为的就是避免眼睛暴露了自己的内心世界。

历史书《三国志》中也有过这样一个记载：

曹操派刺客去刺杀刘备，刺客见到刘备，并没有立刻下手，而是选择了和刘备先探讨如何削弱曹操势力的策略。他的分析非常有道理，所以刘备非常开心。

这个时候，恰巧诸葛亮进来了，刺客见了诸葛亮心里有点发虚，于是就

借故去了厕所。

刘备对诸葛亮说：“我刚才得到了一位奇士，可以帮助我们攻打曹操。”

诸葛亮看看刘备，叹口气说：“此人见到我以后，神情畏惧，眼睛里流露出忤逆之意，奸邪之形完全显露了出来，他一定是一个刺客。”

于是，刘备就派人去查看，发现刺客早已经跳墙逃跑了。

诸葛亮在瞬息之间，通过刺客眼神的变化发现了刺客的内心活动，从而避免了一场灾祸。这眼神虽然只是在一瞬间，但却包含着大量的信息，表达着丰富的情感和意向，能够泄露心底深处的秘密。

古希腊神话中，有姐妹三怪人，其中一名叫梅德莎。梅德莎的眼神非常独特，只要别人的目光一接触她的目光，立刻就会变为一尊石像。尽管只是人们创造的一个神话，但却说明了人们对眼神威力的敬畏，因为它可以传递丰富的情感。

事实上，通过眼神来传情达意，是一种普遍的心理现象，喜怒哀乐，悲欢离合，都会从微妙变化的眼神里真实地流露。

当一个人对另外一个人有好感的时候，他多半会用一种带着幸福、欣慰、欣赏等感情交织在一起的眼神不停地打量对方。

当一个人对另外一个人表示拒绝时，他会用一种非常不情愿，甚至是愤怒的眼神，轻蔑地进行嘲讽。

当一个人用非常友好而且坦诚的眼神看另外一个人时，间或地还会眨巴眨巴眼睛，这说明他对对方的印象非常好，他很喜欢这个人，即使犯了一些小错误，也是可以给予宽容和原谅的。

当一个人用非常锐利、冷峻的眼神审视对方的时候，就有了警告的意味在里面。

在两人的交谈中，当一个人的眼神忽然由明亮变为暗淡，就说明他对对方所说的内容有点倦怠，多多少少已经失去了兴趣。

眼睛闪闪发光、神采奕奕，表明此人现在心情好、状态佳，精力充沛，信心十足。

眼睛清凉如水、明眸善睐，表示此人清纯端庄，豁达开朗。



眼神安详沉稳，表示是一个有主见的人，目光犀利，则表示是一个敏锐的人，经常能发现别人都不注意的问题。

目光呆滞而黯淡无光，要么是对现状不满或对未来失去信心，或者干脆就没有目标，丧失了斗志。

眼神混浊无精打采的，表示这个人不是很聪明，甚至会有些粗鲁或者庸俗。

两只眼睛总是似睡非睡，似醒非醒，八成是个老谋深算、长于心计的人。

向来温和内向的人，如果说话的时候眼神游移不定，就表示他多半是要拒绝自己的要求。

眼神是人心理活动的表现，它不仅传递着人的情感，它还包含着千言万语的信息传递。罗马的诗人奥维特就曾经说过：“沉默的眼光中，常常有声音和话语的存在。”

眼神传递的心理包含着丰富的信息，在两性关系上尤为突出。

古时候，当两性相爱时，曾有“心许目成”、“暗送秋波”之词，来表达他们的情花爱果。当今，两性较前复杂，使用的词语更丰富，比如“眉来眼去”、“含情脉脉”、“眉目传情”、“一见钟情”等。因此，眼神虽不是有声语言，但恰似有千言万语万语千言的随心传播。任何青年恋人，必然闪烁着双双美秀而深邃的目光，从中相互窥探会意对方内心深处的奥秘。

男女用眼神来传情达意的方式也是丰富多彩的。

对异性只看一眼，就故意将视线移开的人，恰恰表明其渴望与异性交往，这是心理的反向作用。

如果女性目不转睛注视着男方，而不将视线移开，表明她内心藏着某种秘密。而男子的长时间的目光注视，仔细地观察女子的体形和外表，那是寻找着心理上接近的融点。

男女双方不时地对视，是将对方引导到自己心上，会情达意地交流。双方深深地注视，瞳孔会迅速扩大，各自为对方的魅力所吸引而激动不已。

在使用眼神上，女性常优于男性，她流波转盼，含情脉脉，用近似调情的眼神，捕捉着男方眼睛里隐藏着的喜讯，是在传达“我们可以一起走了”。这一切尽在不言中，真可谓“此时无声胜有声”。浪漫的约会，往往是在较暗的地

方，以便双方瞳孔尽力扩张，使两颗爱心得以抚摸、渗透、交织、融合。

夫妻之间心照不宣的眼神交流，多是关心、劝告和原谅。如在招待客人的时候，丈夫与客人兴致勃勃地频频干杯，妻子用眼神扫射一下丈夫，就是在说：“不能这么贪杯。”丈夫以乞怜的目光看一下妻子，则是在说：“就这一次，下不为例。”

眼神虽然不是语言，但这个时候却包含着丰富的信息传递。

有句老话说：“当你跟人交谈的时候，一定要先看他的眼睛。”总之，眼神的变化有着丰富的内容，如果你用心感悟的话，总能在对方的眼神中不经意地发现他内心的所思所想。

2. 视线变化诉说心理变化

眼睛被誉为“心灵的窗户”。人们在社会生活中，如果内心有什么欲望或情感，首先会表露于视线上。

一直盯着对方的女性，心中可能有隐情；在言谈中，注视对方，表示让对方对自己所谈内容的注意；初次见面时，先移开视线者，表示希望处于优势地位；被对方注视时，便立刻移开视线者，大都有自卑感或缺陷；看异性一眼后，随即故意移开视线者，表示有着强烈的兴趣；斜眼看对方者，表示对对方非常有兴趣，但又不想让对方识破；翻眼看人者，表示对对方存有尊敬与信赖；俯视对方者，想显示对对方的一种威严；视线不集中在对方，很快移开视线者，大都为性格内向……

另外，眼睛的清浊如何，也折射出人的心理活动特征。经常表现为睡眼惺忪的人，看起来就是一副傻相；而表现为眼睛雪亮、目光炯炯的人，自然显得聪明伶俐。

因此，如何透过视线的活动了解他人的心态，对人与人之间在交往中的心理沟通具有重要意义。



(1) 透过视线的方向看心理变化

在交往活动中，通过观察人的视线方向，能透视人的心理变化。

对方是否在看着自己，亦即有无视线接触，说明对方是否对自己有好感或兴趣等。如果对方完全不看自己，便是对自己不感兴趣或无亲近感。相反，当我们在路上行走时，发现陌生人一直盯着我们，必定会感到不安，甚至会觉得害怕。

不相识的人，从彼此视线偶然相交的时候，便会立刻移开。这是由于人们觉得，一个人被别人看久了，会觉得被看穿内心或被侵犯隐私权。

当我们在等公共汽车或站在影剧院卖票口排队买票时，多为背向后面的人，这种表现为人们所司空见惯，这样做，不仅是为了往前进，也是为了避免同不相识的人视线相交。但也有面对面者，这些人多为朋友、夫妻、亲人、恋人等。这些人会彼此默许自己的隐私权受到某种程度的侵犯，因此，他们偶尔会视线交错，便于相互言谈，心理沟通。

因此，我们可以判断：相识者彼此视线相交之际，即表示为有意进行心理沟通。

但若是这种情况发生在女人之间时，则具有不同的意义。因为，当女人不愿意把自己的内心体验传递给对方时，多半会产生凝视对方的行为。

心理学家艾克斯莱恩等人曾做过人们对视的实验，实验结果表明，如果事先指示受测者“隐瞒真意”，在测试中，注视对方的比率，男人会降低，女人则反而会提高。男人在未接到指示的情况下，其谈话时间内有 66.8% 的时间在注视对方，但得到指示后，却只有 60.8% 的时间在注视对方。至于女人方面，在接受指示之后，居然能提高到 69% 的时间在注视对方。因此，当在公开场所遇见女人注视自己过久的时候，不妨认为她可能心中隐藏着什么，要注意她言不由衷的真相。

(2) 透过视线移动看心理变化

在交往活动中，视线移动情况的不同，其心理也会有相应的变化。譬如，当上级与下级讨论工作时，上级的视线肯定会由高处发出，而且会很自然地