

恶魔读心术

心理师都在用的秒杀观人术

临床心理分析师 内田直树 ● 著

菜菜子 ● 译



真相只有一个！
跳脱外表的蒙蔽，
了解隐藏版的人性！

江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

你自以为很了解别人吗？结果他根本不是你想象的人！

用视觉将人性的伪装撕成碎片，与其被动防范，不如主动出击，

穿透每个人潜藏的性格，减少浪费的时间与生命成本，把人生中的假面人一个个打回原形！

图书在版编目 (C I P) 数据

恶魔读心术 / (日) 内田直树著; 菜菜子译. — 南京: 江苏文艺出版社, 2012.6
ISBN 978-7-5399-4089-2

I. ①恶… II. ①内… ②菜… III. ①心理交往—通俗读物 IV. ①C912.3-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 136442 号

本书经由华文网股份有限公司·启思正式授权, 同意经由江苏凤凰文艺出版社有限公司出版中文简体字版本。非经书面同意, 不得以任何形式任意重制、转载。

书 名 恶魔读心术

著 者 (日) 内田直树

译 者 菜菜子

责任编辑 赵 阳 姚 丽

出版发行 凤凰出版传媒集团
凤凰出版传媒股份有限公司
江苏文艺出版社

集团地址 南京市湖南路 1 号 A 楼, 邮编: 210009

集团网址 <http://www.ppm.cn>

出版社地址 南京市中央路 165 号, 邮编: 210009

出版社网址 <http://www.jswenyi.com>

经 销 凤凰出版传媒股份有限公司

印 刷 江苏凤凰通达印刷有限公司

开 本 880×1230 毫米 1/32

印 张 7.875

字 数 200 千字

版 次 2012 年 10 月第 1 版 2012 年 10 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5399-4089-2

定 价 24.00 元

(江苏文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)



你在看我吗？你可以再靠近一点

记得曾经有个红极一时的化妆品广告中，为了诉求使用后肌肤的完美无瑕，女主角说了一句经典台词：“你在看我吗？你可以再靠近一点。”后来成为一句朗朗上口的流行语。

但是，无论你多近地观察一个人的外表，也不管他的表面是多么的光鲜亮丽、纯净无瑕，他心中的黑暗角落，始终只像冰山的一角，你似乎可以窥见它的全貌，却无法知道背后隐藏的地势有多险峻，否则泰坦尼克号就不会轻易地撞击冰山而沉船了，人心也是如此。

我们常常会发觉，很多人刚认识的时候，是一种形象，但真正深入交往，当他成为你的挚友、情人，甚至变成亲人时，才看见他一直巧妙隐藏的真面目，这时才有了“知人、知面、不知心”的感受。

如果恶魔的气候还未成熟，心里顶多感到些许失落，就像原本以为深情的男友，有天突然发现他的手机短信中，还藏有许多传给其他异性朋友的暧昧言词，原来他的深情，是滥情不是专情；如果心魔渐渐壮大，逐步走向魔王撒旦的宝座，下一个登上社会新闻头版的，可能就是你和最亲密的枕边人。

但我们也不能因为一些蛛丝马迹就危言耸听地打翻一船人，相对地，了解每种不经意行为背后的出发点，是为了让我们看清彼此的关系，借着了解他人的真实性格后，再决定人我的分界。而不是因为一些华丽外表下的主观感受，影响判断，错过了应该珍惜的人，却只会与错误的人不断鬼打墙地相遇，在时间的泥沼中，继续葬送一去不复返的青春。

本书透过许多“一眼即知”的各种习惯小动作，让你跳脱出自我长期以来既定印象的蒙蔽，一眼看穿对方心中真实的想法，让他的性格在你眼里无所遁形。更提出许多专业的心理学观点，或更加惊爆的“破心术”，简单地将这些观念经过心理学原理的诠释消化后，成为深植脑海中的



一种常识。下次遇见恶魔的时刻，你的灵魂警铃就会被唤醒，再也不会因为无知，而被拖进盲目的地狱。

其实，形形色色的天使与恶魔都存在于我们身边，要选择与谁交手，唯有用一颗领悟的心与一双透亮的眼睛，将他们打回原形，以减少消耗的时间与生命成本。就像昏暗街边的一盏路灯，让它明亮的光线照耀着你，才能踏着轻松的步伐，往正确的目的地前行。



Chapter 1

把握第一眼印象，告别遇人不淑

魔王审判室

从笑容看出你的心理指数

● 恶魔破心术

『购物狂』的病态占有欲

名牌包可以增加安全感？

36

● 恶魔破心术

永远少一件的『狄德罗效应』

外在美等于内在美？

29

● 恶魔破心术

『瓜子脸』是天生的完美主义者

从下巴一眼断定事业与『性能』

23

● 恶魔破心术

秃头衍生的人格障碍

发型与发质，揭露不为人知的特质

16

● 恶魔破心术

笑中带泪的自我防卫机制

面无表情，是无声的反抗

10

● 恶魔破心术

人类是一种视觉的动物

把握第一眼印象，告别遇人不淑

4

【序】你在看我吗？你可以再靠近一点



Chapter2

识别假动作，看穿心口不一

魔王审判室

从等电梯的态度看职场人气



● 恶魔破心术

你习惯走左边还是右边？

从站姿突破陌生人心防

76



● 恶魔破心术

从坐姿看性生活协调？

她是不是你的菜？从坐姿看起

70



● 恶魔破心术

光听笑声，就能改变心情

笑声使性格显露无遗

64



● 恶魔破心术

距离多远才算亲密？

『哈啰！』也能判读真心

59



● 恶魔破心术

电话比 E-mail 更容易骗人

热线追缉，听见潜意识的心声

52



● 恶魔破心术

手势是演说家的催化剂

言语可以修饰，手势不会掩饰

46



Chapter3

挖掘兴趣，透视不为人知的欲望

魔王审判室



从染发颜色看出轨的欲望



● 恶魔破心术

看看他的T-shirt里面放什么歌

从音乐偏好辨识性格标签

120



● 恶魔破心术

恐怖片为什么让人又爱又怕

阅读的喜好就是做人处世的缩影

112



● 恶魔破心术

运用颜色对健康的暗示

善用有色眼光，瞄准『心好男人』

101



● 恶魔破心术

画里的图像就是心中的倒影

透露潜意识的涂鸦心理

96



● 恶魔破心术

人为何喜欢收藏？

从宠物、收藏品观主人

91



● 恶魔破心术

休闲活动对心理的补偿

休闲爱好与性格相呼应

86



Chapter4

瞄准生活习惯，个性死角无所遁形

魔王审判室



从吃相选白马王子



● 恶魔破心术

改变饮食习惯就能调整性格缺陷

从爱吃的食物直击个性

157



● 恶魔破心术

从吃相看他是否在意别人

偷看吃相背后的个性

151



● 恶魔破心术

酒瘾会遗传

从酒品读『酒后的心声』

145



● 恶魔破心术

裸睡的人更忠于自我

从睡前活动窥探男人不能说的秘密

139



● 恶魔破心术

男人为什么爱抽烟

爱抽名牌烟，骨子里想成为有钱人

133



● 恶魔破心术

看电视只会让人更冷漠

看电视爱换台的人是吝啬鬼？

128



Chapter5

穿透名与利，戳破虚荣心

魔王审判室



你在职场上最大的优势是什么？



● 恶魔破心术

为什么富裕的人更容易吝啬

她是不是一颗金鸡母？

194



● 恶魔破心术

促使购物欲膨胀的心理因素

从血拼方式读女人心

190



● 恶魔破心术

幸福用钱就买得到

金钱观就是他的价值观

184



● 恶魔破心术

如何利用『心理名片』

小姐，这是我的名片

178



● 恶魔破心术

工作心理聚焦分析

迎来贵人，避开职场老鼠屎

172



● 恶魔破心术

你在职场上扮演哪一种角色

从主持会议的风格，抓住主管性格

166



Chapter6

深入社交圈，揪出恶魔基因

魔王审判室



拆开礼物背后的秘密



• 恶魔破心术

过分昂贵的礼物会引起反效果

如何送礼送到心坎里？

230



• 恶魔破心术

滥好人也是一种病

观察他的交友倾向

225



• 恶魔破心术

怀孕情绪会遗传给 Baby

基因密码，了解与生俱来的性格原型

220



• 恶魔破心术

性格心理决定你的病

如何发现潜在型精神病患？

216



• 恶魔破心术

男人其实比女人更八卦

从口头禅和聊天主题破解心事

209



• 恶魔破心术

人平均每天说谎 25 次

如何看出一个人正在说谎？

204

恶魔读心术

心理师都在用的秒杀观人术



真相只有一个！
跳脱外表的蒙蔽，
了解隐藏版的人性！

临床心理分析师 内田直树 ● 著

菜菜子 ● 译



Chapter

把握第一眼印象，告别遇人不淑

以貌取人，拆穿“恶魔”的假面具，
第一次见面就马上掌握性格关键！

看起来老实的人，居然是扮猪吃老虎！
别再感叹“早知如此，何必当初”，
只要抓住最关键的表相冷读术，
即使是第一次见面，
你也能像心理师一样铁口直断，
破除“恶魔”的迷魂阵！



把握第一眼印象，告别遇人不淑

当我们第一眼看到对方时，通常最先看到他的脸，由此决定了我们对这个人的第一印象。

脸就像心里的一面镜子，其中的五官映照出内心层面各种复杂的性格。所以，观察一个人脸部的特征和神情，是最快、最简单判别其心理状态的方式，当你能解读五官背后的意义时，就不会被主观的感受而左右，受到自己的心所蒙蔽而轻易上当。

据心理学专家的研究，将脸部特征所代表的性格分析如下，快看看你身边的人是否符合以下的描述吧！

大眼睛暴露真性情

眼睛是灵魂之窗，所以一个人基本的性格，也会从眼睛散发出来，因此观人需先观眼。



大眼睛的人：这种人比较重感情，所以像漫画女主角拥有一双水汪汪大眼的女人，感情的故事也比较丰富。

因为大眼睛的人更容易诠释心中澎湃的情感，所以异性缘颇佳，这也是女明星中多大眼的原因，因为她们丰富的眼部表情，既吸睛又吸金，但也要小心情感泛滥导致的滥情课题。

✧ 眼睛大又突出的人：这是一种健谈的眼相，只要遇到志同道合的人，就会聊到忘我的境界，所以常给人自大狂妄的印象。这类人抒发情绪时，也容易一发不可收拾，性格也比较暴躁，许多因压力造成身心失调的疾病，也会带有此种病征，例如：甲状腺机能亢进。

所以遇见这类型的人，在与其沟通时要特别注意，不要用言语攻击、刺激，否则沟通不成，还会让情况越演越烈，直到难以收拾的地步。

✧ 小眼睛的人：思虑比较周密、理性，也很会察言观色，所以给人一种很精明的印象。这类人做起事来有条不紊，但有时易因过度算计，而给人一种城府深的感觉，他们不适合冒险之举及开拓事业，却对持家守成很有能力。

✧ 眼睛小而深陷的人：通常性情忧郁，遇到问题，就容

易陷在自己设定的悲情戏码中难以走出。与人相处时，多心也多虑，平常不善表达心中的感情，也不容易相信别人，凡事会以功利为考量。所以，在与此类人合作时，也要步步为营，不要过于相信他人，导致最后全盘皆输的局面。

嘴唇丰厚的人，容易感情用事

话从口出，无论是古代的相术还是现代的心理學，嘴部都是需要特别关注的部位，因为这是打开人内心世界的一把钥匙。

❖ 一个人双唇薄而略显干燥，唇角经常下垂的人：这类人平常看起来就是一副苦瓜脸，气质忧郁，不爱出风头，权力欲极小，对重大事情过于慎重，而显得优柔寡断。

在职场中，这类人因忧郁的气质，会受到同事的排挤，导致求职不顺，所以现在常常会有人利用微整型的“肉毒杆菌”注射，看能不能还原成志玲姐姐的招牌笑脸，以博得人缘。

❖ 双唇丰满且富有弹性的人：这类人大多性格暴躁，处事方法简单，经常采取一刀两断的方法，理屈词穷时易