

观于细微 察于无形

Guanyu Xiwei
Chayu Wuxing

洞悉他人的内心世界

● 瞬间准确地把握与判断，来自于日常生活中的仔细观察和积累。只有具备一双识人的慧眼，才能透过对方的外在，看清对方的内心世界。

吴学刚／编著

君子之所人不及，在君慧眼善识人。

曾国藩



地震出版社



观于细微 察于无形

GuanyuXiwei
ChayuWuxing



洞悉他人的内心世界

● 瞬间准确地把握与判断，来自于日常生活中的仔细观察和积累，只有具备一双识人的慧眼，才能透过对方的外在，看清对方的内心世界。

吴学刚／编著

君子之所人不及，在君慧眼善识人。

——曾国藩



地震出版社

图书在版编目(CIP)数据

观于细微 察于无形——洞悉他人的内心世界 / 吴学刚 编著. —北京:
地震出版社, 2007.11

ISBN 978-7-5028-3225-4

I. 观… II. 吴… III. 人间交往 - 通俗读物 IV. C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 156534 号

地震版 XT200700302

观于细微 察于无形——洞悉他人的内心世界

吴学刚 编著

责任编辑:吴德慧

责任校对:孙铁磊

出版发行:**地震出版社**

北京民族学院南路9号

邮编:100081

发行部:68423031 68467993

传真:88421706

门市部:68467991

传真:68467991

总编室:68462709 68423029

传真:68467972

E-mail:seis@ht.rol.cn.net

经销:全国各地新华书店

印刷:三河市文阁印刷厂

版(印)次:2007年12月第一版 2007年12月第一次印刷

开本:787×1092 1/16

字数:234千字

印张:15.25

印数:00001~10000

书号:ISBN 978-7-5028-3225-4/Z·589(3927)

定价:28.00元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题,本社负责调换)



前言

“事之至难，莫如知人。”这是宋朝诗人陆九渊所留下的一句名言。这句话揭示了知人在现实生活中的实际难度，说明了普天之下千难万难的事情，没有什么事情比了解和认识别人更难了。应该说，认识一个人的确不容易，人心隔肚皮。当今社会，人际关系极为复杂，带着面具“游戏”于社会的人实在是太多了——有的人刚直开朗，却貌似刻薄，有的人笑里藏刀，却貌似忠厚；有的人能言善辩，看似博学，而实际却是空话连篇，徒有其表；有的人淡泊名利，看似朴拙，而实际却是博学多才……

俗语说：“人心难测。”人心何以难测？人心是指人的思想，思想是无形的，看不见，摸不着，它隐藏在人的脑海里；且思想又非固定的，是随着客观世界的变化而变化的。所以，要看透人的思想是不易的，故说人心是难测的。

人们常说，“知人知面不知心”，也道出了“人心难测”的道理。有人说不要轻易相信他人，这不是没有道理的。有的人特别是在感情至深时，总是轻信他人，于是，就有：“对待我真诚，我又为何对别人掩饰自己、向人家讲假话。”所以，把心里的秘密全掏出来给人家。然而，你可知道，他“真诚”地在你面前说别人的坏话，他在别人面前又会“真诚”地说你的坏话。因为人都有讨好他人的心理，而且，人总是在变化的。今天你是他的朋友，明天你可能又成了他的对手。是对手，他就可能利用你那些秘密，特别是隐秘的话来攻击你。

所以，别人的话最好不要轻易相信。如果失去了这方面的警惕性，轻信了别人的假真诚，则容易上当受骗。尽管如此，我们还是不能不与自己周围的人合作共事，还是必须面对我们所赖以生存的群体中的每一个人。

与其感叹人情冷暖，我们不如练就一双识人的慧眼，只要很好地掌握了这种技巧，就意味着你可以在较短时间内，看透周围的人和事，洞察一



个人内心深处潜藏的玄机，可以让你以不变应万变，从而使你在人生的大舞台上左右逢源，尽情挥洒。有了这种本领，就可以及时认清他人的优势，辨人于弹指之间，察其心而制其人；观人于咫尺之内，识其言而审其本，让你潇洒地辗转于生活的竞技场中，把自己的命运牢牢地控制在自己手中。

本书就是借给你的一双慧眼，通过人的言行举止分析人的内在情感、性格、气质等等“外观”，力图深入地解密人的内心世界与外在特征之间的联系，并归纳这种联系的本质和规律；观人于细微，察人于无形，从衣着容貌、行为举止、兴趣爱好、说话言谈、生活习惯、待人处世等方面洞悉他人的内心世界，让你“把纷扰看得清清楚楚，明明白白，真真切切。”使你具备敏锐的识人能力，独具一双慧眼。

编者

2007年10月



目 录

第一章 由表及里——衣着容貌读人心

一个人的修养往往表现于外表,举止衣着先有三分气象。人的相貌、服饰等第一印象对于感知者来说都是新的信息,它对感官的刺激也比较强烈,有一种新鲜感,这就如同在一张白纸上,第一笔抹上的色彩总是十分清晰、深刻一样。目光敏锐之人能透过对方的衣着洞察其内心世界。

着装——一个人的自我介绍 /2

透过服装颜色看性格 /5

望饰品而感知对方心理 /8

以帽识人有学问 /10

鞋子包藏人的个性 /13

表情是内心活动的写照 /16

气质是人的综合反映 /19

发型定个性 /22

通过眉毛动作看心理 /25

眼睛代表一个人的心灵 /28

鼻子“凸显”真性情 /31

从嘴巴了解人的品性 /34

左右他人印象的下巴 /36



第二章 明察秋毫——行为举止观人心

行为举止被视为人类的一种无声的语言,又称第二语言或副语言。人的行为举止,在日常生活里时刻都在表露着人的思想、情感以及对外界的反映,虽然它可能是自觉的,也可能是不自觉的。在日常生活中人的身体呈现出多种姿势,不同的姿势有其不同的作用、不同的表现,反映着人的不同心态,同时也会给他人以不同的印象。

- 拍案而起更有威慑力 /40
- 翘大拇指多是赞赏之意 /43
- 拳头是力量的体现 /45
- 手势亦能显个性 /48
- 坐姿是心灵的暗示 /51
- 站姿是性格的一面镜子 /54
- 走姿也会折射人的内心世界 /57
- 睡姿也能见人心 /60
- 读懂女性的体态语言 /62
- 细察对方的习惯小动作 /65
- 从打电话的动作观察人 /68
- 识别说谎者的假动作 /71
- 从体形姿态看人性格 /74

第三章 一眼看穿——兴趣爱好察人心

这些年来,人们的精神生活越来越丰富,在学习工作之余,人们会选择适合自己的休闲娱乐方式来放松自己。不过这种休闲娱乐方式的选择,更多的是与个人的兴趣爱好相挂钩的。一个人选择某项活动作为自己的爱好并持之以恒地进行下去,与他(她)的性格特质有着千丝万缕的联系。我们



可以毫不夸张地说:人的兴趣和爱好完全由他们的性格所决定。

- 阅读爱好泄露人格特质 /78
- 字体上的人格写照 /81
- 从喜爱的童话观察人 /84
- 音乐偏好是性格的指标 /86
- 舞蹈能透露人的个性 /89
- 棋局上的性情流露 /91
- 性格也隐含在收藏品中 /94
- 会说话的玩偶与宠物 /96
- 旅游偏好窥探人性 /98
- 益智游戏和性格大有关系 /100
- 癖好是真情的流露 /102
- 由喜爱的汽车看人 /105

第四章 闻声知人——说话言谈辨人心

《礼记·乐记》云:“凡音之起,由人心生也……”这表明人的声音随着内心世界的变化而变化。“心气之征,则声变是也”。所以,闻声知人是看透他人心灵的妙招之一。识人的时候,听人的声音,要去辨识其独具一格之处,不一定完全与五音相符合,但是只要听到声音,就要想到这个人,这样就会闻其声而知其人。

- 闻弦琴而知雅意 /110
- 花言巧语不可信 /113
- 从语言辨析人的品德情操 /115
- 对传闻要有选择 /118
- 哭笑声也会泄露线索 /121
- 小口头禅露出大秘密 /124



- 电话交谈有秘密 /127
- 聊天场合使人的性格暴露无疑 /130
- 语音是人的第二种表情 /132
- 语速体现人性 /135
- 谈话主题暴露个性 /138
- 招呼语传达的信息 /141
- 受到表扬时的态度也能暴露信息 /144
- 无法掩饰的说话方式 /146

第五章 见微知著——生活习惯品人心

其实,人的性格秉性都可以在他们的日常生活习惯中表露出来,即使那些隐蔽得很深或以相反的行为模式误导别人的人,也会在不经意间露出蛛丝马迹。正如一滴水可以折射出太阳的光辉,这些平淡无奇的生活习惯都是性格的缩影,习惯与性格之间不仅有必然的联系,而且有规律可循,如果仔细品读,我们可以在较短的时间里识别各种各样的人。

- 看电视显示的个人秉性 /150
- 吸烟反映出的心理 /152
- 从饮酒姿态中发现个性 /155
- 签名勾画出的性情 /157
- 处理信件方式的性格暗示 /161
- 从刷牙看人性情 /164
- 从烹饪方式解读人心 /166
- 从饮食习惯识别人心 /169
- 卧室风格反映人的特性 /173
- 洗澡方式留下的个性印迹 /175
- 运动方式是性格的外露 /178
- 开车方式探秘人的心理 /181



储蓄习惯泄露人的性格秘密 /184

从付款方式看人内心世界 /187

购物习惯见人生活品味 /190

第六章 期之以事——待人处世显人心

要想从待人处世看透一个人,看似容易,却是不容易,没有深厚的见识与阅历是无法看出别人的高下的,这就是交际场上的所说的“一流之士,识一流之人”的道理所在。通过观察分析对方的待人处世,对于全面认知他人具有重要作用。待人处世的态度,对一个人来说是比较稳定的。他如果对别人不很积极,那对你也就不会怎么积极,如果他对别人忠诚厚道,那就会一如既往对待你。

名片测人心 /194

多角度识人 /197

见面须见心 /200

通过握手判断性格 /203

量情度义识人心 /206

礼物往来看性格 /209

利用“应酬”观察对方 /212

朋友是一个人的“影子” /215

识别朋友中的小人 /218

关键时刻最能考验人 /221

要看友情是否纯洁 /224

察看友情是否长久 /227

看他做人是否守信 /230

看他如何对待上司和前辈 /233

第一章 由表及里

——衣着容貌读人心

一个人的修养往往表现于外表，举止衣着先有三分气象。人的相貌、服饰等第一印象对于感知者来说都是新的信息，它对感官的刺激也比较强烈，有一种新鲜感，这就如同在一张白纸上，第一笔抹上的色彩总是十分清晰、深刻一样。目光敏锐之人能透过对方的衣着洞察其内心世界。



着装——一个人的自我介绍

中国著名文学家郭沫若曾说过：“衣服是文化的表征，衣服是思想的形象。”从心理学上来讲，通过一个人的衣着风格，我们可以判断其身份、地位、情趣乃至性格。

爱美是人的天性。许多人为了使自己看上去更漂亮、更有气质和风度，热衷于装扮自己。走在大街上，我们会发现穿着精美服装的各色人群让人眼花缭乱。绚丽多彩的服装是否会遮挡住他们的内心世界呢？心理学家告诉我们，穿着是一个人思想理念和个性的外化，他们的心态会透过衣着的风格、颜色、质料等袒露无遗。

在日常生活中，有的人喜欢穿显眼的华丽服装，有的人却喜爱朴素的衣服，这都多少表现了其不同的心理。

一般来说，喜欢穿简单朴素衣服的人，性格比较沉着、稳重，为人较真诚和热情。这种人在工作、学习和生活当中，对任何一件事情都比较踏实、肯干，勤奋好学，而且还能够做到客观和理智。但是如果过分地朴素就不太好了，这种情况表明人缺乏主体意识，软弱而易屈服于别人。

喜欢穿单一色调服装的人，多是比较正直、刚强的，理性思维要优于感性思维。

喜欢穿浅色便服的人，大多性格比较开朗，且喜欢结交朋友。

喜欢穿深色衣服的人，性格比较稳重，显得城府很深，不太爱多说话，凡事深谋远虑，常会有一些意外之举，让人捉摸不定。

喜欢穿式样繁杂、五颜六色、花里胡哨衣服的人，多是虚荣心比较强，爱表现自己而又乐于炫耀的人，他（她）们任性甚至有些飞扬跋扈。

喜欢穿过于华丽衣服的人，表示这个人的自我表现欲特别强烈；但是，假使这种华丽程度太过分的话，就成了所谓的奇装异服了。一般而言，穿着这种服装的人，除了自我表现欲强烈之外，获取金钱的欲望也很



强烈。

喜欢穿流行时装的人，最大的特点就是没有自己的主见，不知道自己有什么样的审美观，他们情绪不稳定，且无法安分守己。

喜欢根据自己的嗜好选择服装，而不跟着流行走的人，多是独立性比较强，有果断的决策力的人。

喜爱穿同一款式的人，性格大多比较直率和爽朗，他们有很强的自信心，爱憎分明、是非对错往往都分得很明确。他们的优点是做事不会犹豫不决，而是显得非常干脆和利落。但他们也有缺点，那就是清高自傲，自我意识比较浓，常常自以为是。

法国启蒙思想家伏尔泰，曾经比喻流行这一现象为“善变而烦人的女神”。当然有不少人极容易受这位“女神”的诱惑，但是也有完全不在乎的人。一般说来，女人在意流行，而且容易受流行的影响。此乃起源于女人特有的气质，心理学上称之为“同调性”。不过，现在男人追求流行者，似乎也已显著增加，这些人都属于顺应体制型，同时也是对自己缺乏信心的表现。换句话说，欲转换成对他人表现权威的心态了，亦即有补偿自卑感的作用。

法国的服装设计大师皮尔·卡丹就是一位通晓人类心理的大师。他设计的服装之所以能够风靡全世界，就是因为他把握了人类对弥补内心不足的动向，针对不同种性格，设计出款式不同的服装。他深知人类的个性是共通的，抓住了人类的心理活动特征，看穿了服装对人类的实际意义，终于获得了巨大的成就。

由服装了解他人所应该注意的一项要领，也就是要注意服装的变化。服装当然足以反映出个人的喜好。每个人都有各自喜爱的形式、色调以及质料等等。一般来讲，在一个公司的桌子上如果放着一件上衣，就凭该上衣的类型、颜色等，便能够让人猜出大概是属于什么样的人。

可是，有时候，我们也会碰到随时改变其所好，让人无法了解其真正喜好的服装为何的人。这种人的情绪大都不稳定，或者也可能由于希望脱离单调的工作，过着富于变化的生活，以致有此种逃避现实的表现。

还有一种人，本来一向穿着特定格调的服装，可是，突然之间，穿起



完全不同格调的服装来。这种人大多数是在物质或者精神方面，遇到了重大的刺激，他(她)的思维方式受到新观念的影响，从而表现在服饰上的重大调整。

在中国古代，有位少数民族的国王，为了学习汉族的优秀文化艺术，首先从服装上做起，从意识形态上强化对汉族文化的接纳，最终获得了良好的效果。

服饰是流动的文化，同时也是心灵自我显露的展示台。从一个人的着装的色彩选择上，可以看出他(她)的性格特征和心理动向。

服饰表现个性。通过对一个人的穿着打扮的观察，可以明显地看出一个人的内在气质。“服饰是人的第二种皮肤”，也是人们了解他人的一个途径。



透过服装颜色看性格

很多人说不准自己偏好哪一种颜色，但有些人却只对某些特别的颜色感兴趣。如果有，那么这种色彩绝对可以印证他的某种性格特征。

每个人在选择服装的色彩上，都与他的个性有关系，因为每个人服装的色彩都和他当时的心理活动状态有一定的联系。所以，从一个人对颜色的喜爱上，我们可以观察出他的性格和心理。

(1) 喜欢红色的人

红色是一种刺激性较强烈的色彩，它意味着燃烧的愿望。热烈、喜悦、果敢、奋扬是活力的象征，在生活中用块红色的毛巾、红色的电话机等等，都能使人活跃。食品中也应有一些红色来增加食欲，如红色的番茄、红辣椒、红苹果等。偏爱红色者，活泼、热情、大胆、新潮，对流行资讯感应敏锐，最容易感情用事；有强烈的感情需求，希望获得伴侣慰藉。缺点是浮夸、吹嘘，注重外表修饰，有追求物质欲望的倾向。喜欢红色的人，是冲动的、精神的、很坚强的生活者，也有的是为虚张声势所选择的；喜紫红色的人，有些是在无法冷静、无法客观分析自己的时候选择的；喜欢桃红色的人，是保持漂亮时所选择的，这种人以举止优雅为特征。喜欢穿淡红、紫红或素花色衣服的人，显示他（她）热情、活泼、追求向上的性格。当然，那些喜欢穿粗糙的大红大绿的人，一般都比较忠厚，勤劳，思想单纯。

(2) 喜欢橙色的人

橙色能减少疲劳感，令人振奋。如果使用橙色的唇膏、橙色的围巾，可使你看来神采奕奕。在厨房和餐桌上使用橙色，使人有健康、明朗的感觉。选择橙色的人，有些是在不愿独居时对人生欲望强烈的时候所选择的，这种人雄辩、开朗、口才好、幽默。

(3) 喜欢黄色的人



黄色是一种健康的色彩，意味着光辉、庄重、高贵、忠诚，能够刺激创作灵感。使用在一些家具布或家庭摆设上，使人看来活泼明朗。如果穿着黄色衣服上班，能给人以醒目的感觉。偏爱黄色者，多个性积极、喜爱冒险，乐观、爽朗、喜欢结交朋友，是达观、乐天的社会型人物。喜欢黄色的人，有一种使别人感觉自己有智慧、纯洁的心理。

(4)喜欢绿色的人

绿色是一种令人感到稳重、安适的颜色，代表着健康、活泼、生气、发展。绿色是自然界中最常见的颜色，能使你精神获得安抚。如果用绿色来布置客厅，给人一种舒畅轻松的感觉。近乎黄色的青绿色，给人以活力感；接近蓝调的深绿色，则给人安静平和的感觉。偏爱绿色者，多为人严谨、安分、做事稳重，是值得信任的坚实派人物，感性方面较缺乏，经常不苟言笑，有耐心 and 实践能力，坚韧、认真、凡事按部就班，金钱使用也颇有计划性，能在稳定中发展事业。一般喜欢自由，有宽大的胸怀，绿色是其在抱有希望、没有偏见的心理状态下选择的。喜欢橄榄色的人，心理一般处于被抑制或情绪不稳定的状态。喜欢青绿色的人，有一种喜欢纤细感觉的心理状态。喜欢黄绿色的人，缺乏兴趣、交际狭窄。

(5)喜欢蓝色的人

蓝色给人以平静安详感，所以用深蓝色做工作服，能使工作环境表现出冷静气氛。喜欢蓝色的人，通常是内向性格者，当他们有现实感的时候往往选择蓝色。

(6)喜欢紫色的人

紫色是寒色系的代表，它象征权力，是一种表现贵族意味的颜色。喜欢紫色的人，一般具有保持神秘、自我满足的艺术家的气质，喜欢别出心裁。如果女孩子想使自己更富于吸引力，那么，不妨选择紫色的衣服穿穿看。偏爱紫色者，多言行谨慎，喜怒不形于色，许多内心的想法都深藏着，不愿表露出来；姿态优雅、富神秘气质、不擅长交际，给人冷漠、高傲的感觉；喜欢思索，很会压抑、控制自己的情感。

(7)喜欢白色的人

白色是一种洁净但足以令人产生膨胀感的颜色，它象征单调、朴素、



坦率、纯洁；偏爱白色者，多个性开朗、单纯，泾渭分明，喜欢表露，生活中爱清洁，家居布置宽敞明亮，讲究个性特点。喜欢穿纯白色衣服和鞋袜的人，显示他（她）性格单纯，待人诚恳，有教养，厌恶世俗，讲卫生和傲慢的性格。通常表现缺乏感性、决断力、实行力、不知所措时的心理状态。

（8）喜欢黑色的人

黑色象征着沉默、神秘、恐怖、死亡；偏爱黑色者，与紫色略为相似，性格内向，心态阴郁，喜欢独行独往，希望保持独特的个人活动空间。

（9）喜欢褐色的人

褐色是一种安逸祥和的颜色，喜欢褐色的人，其心理状态是喜欢踏实。喜欢浊紫红色和暗褐、黑色的人，在非社交的时候，不喜欢表露心情的时候选择以上色彩。喜欢穿黑色、灰色、白黑搭配衣服的人，显示他（她）庄重、自信，有文化素养，有一定的社会阅历和顽固的性格。

（10）喜欢灰色的人

灰色象征和谐、深厚、静止、悲哀。偏爱灰色者，缺乏毅力，性格怯懦、胆小，凡事依赖他人，没有自己的主见，容易受别人影响而改变已经决定或承诺的事情。喜欢灰色的人，是在缺乏主动性的时候，自己没有勇气面对困难的心理状态下所选择的颜色。