

【成就人生的第一步修炼】

抓住细节

看人心

全集

ZhuaZhuXiJie
KanRenXinQuanJi

林昊 / 编著



一眼看透人心的技巧
做事抢占先机的法门

老子说：“知人者智，自知者明。”

那么如何才能识人呢？

在古代曾国藩有一个识人口诀：“邪正看

眼鼻，真假看嘴唇；

功名看气概，富贵看精神；

主意看指爪，风波看脚筋；若要看条理，

全在语言中。”



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

抓住细节 看人心

全集

林昊 / 编著

ZhuaZhuXiJie
KanRenXinQuanJi

一眼看透人心的技巧
做事抢占先机的法门



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

图书在版编目(CIP)数据

抓住细节看人心全集/林昊编著. -北京: 中央编译出版社,

2007.7

ISBN 978-7-80211-454-8

I. 抓... II. 林... III. 个性心理学 IV. B848

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 086046 号

抓住细节看人心全集

出版发行: 中央编译出版社

地 址: 北京西单西斜街 36 号 (100032)

电 话: 66509360 66509367 (编辑部) 66509364 (发行部)
66509618 (读者服务部)

h t t p : www.cctpbook.com

E - m a i l : edit@cctpbook.com

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京通达诚信印刷有限公司

开 本: 787 × 1092 毫米 1/16

字 数: 258 千字

印 张: 20

版 次: 2007 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

定 价: 35.00 元

前言

现代社会可以说千变万化，越来越复杂；现实也越来越残酷；竞争也越来越激烈；人心也越来越深不可测。为此，看人识人就显得越发重要。俗话说“成在识人败也在识人”，只有慧眼识人才能使一个人获得真正的成功与幸福。

人们常用“人心隔肚皮”来形容人心难测，而我们通常在与人交往时，总会有意无意地揣摩对方的心思，了解对方的为人。这样做既可以更好地处理人与人之间微妙的关系，同时也是为了更好地保护自己以便在工作、生活上不受到伤害。同样，只有充分地了解一个人的优点是什么，缺点是什么，我们才能择其善而从之，其不善者而改之，而你的气质修养也会不断得到提高，你的人生也将从此进入一个崭新的境界。

雨果曾经说过：“人性不是别的东西，只是一颗赤子之心。”人间每一个人身上都有一切人性的胚胎。人们在各自的生存环境与人际交往中，只要认真看人、识人，就会很容易掌握识别、发现幽兰、芳草的技巧。同时，在与幽兰、芳草的接触中，你也会悄然让自己的灵魂染上香味，得到深层净化。所以说，善于识人是一种美德，是一



种和谐，是一种思想修养，你能看重别人，别人才能看重你，这是生活的辩证法，也是人生的真谛！

老子说：“知人者智，自知者明。”那么如何才能识人呢？曾国藩有一个识人口诀：“邪正看眼鼻，真假看嘴唇；功名看气概，富贵看精神；主意看指爪，风波看脚筋；若要看条理，全在语言中。”这与现代识人术的某些成果有异曲同工之妙。当然现代识人术也在此基础上完善了识人术的各种方法与技巧。正是由于有了这样实用的洞察力，才能使我们在各种场合做到游刃有余，永远立于不败之地。

本书在这些先哲识人术的基础上，结合心理学和社会学理论，并结合大量实践例证归纳、总结而成。不仅内容翔实，而且结构严谨，既不是封建迷信，也不是妖言之术，而是具有科学依据的观人、识人宝典。本书切入角度好，以人的相貌、言行、衣着、习惯、血型与星座、交际、职场等为主线，由表及里解读人的性格特点、气质修养与为人处事等方方面面，使你在把握现实基础上，对未来的人与事有一种先知感，同时对自己的成功也起到至关重要的作用。相信通过对本书的阅读和领悟，你一定会成为一个识人的高手。



第一章 貌显人性，以貌看人

人与人之间的交往，给人留下印象最深的便是外貌长相。“相随心改”和“相由心生”在古代就已经指出了一个人的面貌代表着此人的心念。为此，一个人的外貌长相不仅能够传递出人内心的某种感情，而且还可以反映出一个人的气质内涵与性格特点。

- 1、脸型不同性格各异 / 003
- 2、解读心灵之窗 / 005
- 3、鼻为面之山 / 010
- 4、从眉毛看人心 / 011
- 5、从头发看人的性情 / 013
- 6、从体型姿态品评人 / 017
- 7、解读头部语言 / 020
- 8、观口唇知人术 / 023
- 9、不同下巴彰显不同个性 / 027
- 10、精神状态——人的阴晴表 / 030



第二章 言为心声，闻声识人

言为心声，语言是一个人品性和才智最直接的表现。谈话的内容，不仅可以反映出一个人对某种问题的看法，而且还可以反映这个人的态度、情感等。而语速、语调等同样可以看出一个人的性情修养等诸多方面的内容。所以，通过言谈话语，可以进一步了解一个人的内心世界。

- 1、语速的快慢看性格 / 035
- 2、从交流的话题判断本性 / 039
- 3、谈吐方式是另一种表情 / 043
- 4、见人三分“笑” / 049
- 5、说谎也能观察人 / 053
- 6、从声调来识人 / 055
- 7、从语气、语态识人 / 058
- 8、听“脚步声”看透人 / 061
- 9、口头语能听出性格 / 063



第三章 举手投足，流露本性

在每个人的行为举止背后，都隐藏了大量的真实信息。因为一个人的感情与欲望，无论是有意还是无意，都会以各种形式反映在行为当中。为此，我们可以从一个人的行为举止中去观察与了解一个人。

- 1、从坐姿区分人 / 069
- 2、从站姿看人 / 073
- 3、走的姿态不同个性有异 / 076
- 4、睡姿也能见人性 / 079
- 5、关注手势识人心 / 082
- 6、习惯小动作 / 085
- 7、从视线的变化来了解人的心理 / 088

第四章 三分装扮，七分心情

不同的人可以有不同的穿着打扮，穿着打扮从侧面也可以看出一个人的性格特点与气质修养。学会通过穿着打扮来识别人，能够迅速地把握对方的个性与心理。

- 1、从衣着看性格 / 095
- 2、T恤的性格标语 / 099
- 3、饰物是个性的风向标 / 101
- 4、从帽子解读人心 / 107
- 5、背包装点个性人生 / 109
- 6、穿鞋子看人 / 113
- 7、妆容描画人心 / 117



第五章 志趣爱好，乃真性情

一个人的兴趣往往可以透露一个人的性格，展现这个人的个性。因此，通过观察一个人的兴趣和爱好所在，可以识别他们究竟是什么样的人。生活当中，有的人喜欢音乐，有的人喜欢舞蹈，也有的人喜欢看电视，还有的人喜欢运动等等。为此，假如我们要了解一个人的内心世界，最好的办法就是从这些看似不着边际的爱好、兴趣入手。

- 1、色彩调出斑斓的性格 / 123
- 2、旅游方式反映个性癖好 / 127
- 3、从饲养宠物看人 / 130
- 4、从喜好的电视节目看人 / 133
- 5、阅读是品味的试金石 / 136
- 6、音乐之声即心灵之声 / 141
- 7、喜好舞蹈折射个性 / 145
- 8、喜好艺术还是运动 / 147
- 9、刷牙——刷出不同的个性 / 152



第六章 三餐饮食，品味其人

日常生活中，吃饭占据了我们相当一部分时间。人际交往中，与朋友一起进餐也变得必不可少。不同的人，因个性的差异，在吃饭过程中会有不同的表现，只要我们仔细观察，就会发现，原来，吃饭也是很有学问的。能够抓住吃饭的细节，就可以通过这些小细节来了解人的性格，从而更准确地判断其为人，有利于我们的人际关系进展。那么，就让我们在三餐饮食当中，仔细地品味其人吧。

- 1、从吃相看性格 / 159
- 2、从饮食仪态解读心理 / 164
- 3、从喜欢的口味观察人 / 169
- 4、饭店选位子及点餐的学问 / 173
- 5、选酒吐露个性 / 176
- 6、喝酒动作暴露本性 / 179
- 7、喝酒的习惯体现个性 / 182



第七章 率性而为，真我本色

一个人的个性特征，能够呈现在他人面前的，除了静态的五官之外，还有一个动态的气色，也能够在一定程度上反映这个人的状况。人的气质也是一个心理素质的外在表现，各行各业的人，在他人眼中的气质都会带有某行业的气质，例如，我们看到某个人戴着眼镜，就会联想到“哦，这人可能是位老师。”等等。同时，气质也能反映一个人的性格特点。

- 1、分析人的气质 / 189
- 2、血型知性情 / 193
- 3、从“出生排行”观察人 / 199
- 4、无聊烦躁时做的事 / 201
- 5、房间装饰展现心态特征 / 205
- 6、签名折射个性 / 209
- 7、出游的选择 / 213

第八章 小习惯透露大机密

尽管人的一个动作可能是伪装的，但是习惯却不是伪装出来的，因此，通过每个人日常生活中的小习惯来了解他的个性，是极准确，又随手可得。人的一举一动，于小习惯中都透露着大机密。

- 1、打电话时的姿态 / 219
- 2、选杯及握杯方式看人 / 222
- 3、阅读习惯品人 / 225
- 4、拿烟姿势与吸烟动作流露个性 / 227
- 5、笔迹与性格 / 232
- 6、由开车技巧分析性格 / 235
- 7、坐车位置透露个性 / 239
- 8、随手涂鸦诠释心迹 / 242



第九章 交际圈中易看人

在交际圈里也很容易通过人们相互交往的习惯看出人们的个性。所以有句话说“日久见人心”，随着交往的频繁，接触的深入，时间的不断延长，了解就加深了。了解就是了解他人的个性。性格的体现无处不在，总是刻意隐藏个性的人是很少的，同时也是很累的。

- 1、打招呼传递心声 / 249
- 2、从握手看情谊 / 252
- 3、交际中的“笑”透心机 / 257
- 4、言辞恭敬透露真想法 / 261
- 5、从空间距离看心理距离 / 263
- 6、对书的喜好了解其人 / 266
- 7、从礼物看人的品味 / 269

第一章

貌显人性，以貌看人

人与人之间的交往，给人留下印象最深的便是外貌长相。“相随心改”和“相由心生”在古代就已经指出了一个人的面貌代表着此人的心念。为此，一个人的外貌长相不仅能够传递出内心的某种感情，而且还可以反映出一个人的气质内涵与性格特点。



1、脸型不同性格各异

我们在观察别人时，首先映入眼帘的，一般是对方的面部，脸形是反映人的内外和谐统一的工具，观察人的脸形，有助于了解和判断一个人的品行和特长。为此，观察人面部的形状也可粗略地知道人们心里那些鲜为人知的信息。

下面我们就把脸面作一下分类：

(1) 长方脸型

这种脸型的特征是长，有点像长方形。如果是女性，性格豪爽，不安分守己，好与男人争强。这种人喜欢交际，态度温和有礼，机警，智慧聪明，但是缺乏力量、魄力和执行力，且不善理财，总想站在众人之前做引导性活动。这种人很适合作外交或是推销方面的工作。

(2) 三角脸型

这种脸型的特征是前额高而宽，下巴尖，脸型如一个倒三角，这种人想像力丰富但欠缺实行力，往往是想得多、做得少。但这种人属智慧型，头脑好，好深思，爱钻书本，富有创造力，生性聪明，多智谋，有理想，易冲动。这种脸形的人可把未来目标置于运用智力的工作上，不