

怎样在不为人知的情况下了解和影响他人

读心术

瞬间读懂你周围的人

汪国锋◎编著



任何人都无法保守他的秘密

保持沉默，他的指尖却在喋喋不休，甚至他的每一个毛孔都在背叛他。

全盾出版社

怎样在不为人知的情况下了解和影响他人

读心术

瞬间读懂你周围的人

汪国锋◎编著

MIND



任何人都无法保守他的秘密

即使他的嘴巴保持沉默，他的指尖却在喋喋不休，甚至他的每一个毛孔都在背叛他。

金盾出版社

内容提要

人们常常是嘴里说着一件事，但脑子里想的却是另一件事。社会纷繁复杂，各色人等都有，但我们又不得不跟各种各样的人打交道。所以，要识别一个人，不能只是听，还要用眼睛仔细去看、去观察；不能只看其表面，还要透过表面现象透视其内心世界。本书正是以精辟的语言、独特的视角，深刻阐述了掌握读心术的真正意义，从而为人们更好地穿梭于职场与情场提供了一定的指导。

图书在版编目 (CIP) 数据

读心术/汪国锋编著. —北京: 金盾出版社,

2019. 1

ISBN 978 - 7 - 5186 - 1439 - 4

I. ①读… II. ①汪… 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 (2018) 第 301514 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号 (地铁万寿路站往南)

邮政编码: 100036 电话: 66886184

传真: 68276683 网址: www.jdcbs.cn

印刷装订: 三河市宏顺兴印刷有限公司

各地新华书店经销

开本: 880 × 1230 1/32 印张: 7 字数: 110 千字

2019 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 1 ~ 5000 册 定价: 39.80 元

(凡购买金盾出版社的图书, 如有缺页)

倒页、脱页者, 本社发行部负责调换

序

你可曾知道，在面试的过程中，你就是白纸和空杯？

你可曾知道，在推销的过程中，爱假笑的人不懂得拒绝？

你可曾知道，在洽谈的过程中，坐姿开放的人心中早有定数？

你可曾知道，对于情人双方来说，生活离开了谁都能照常运转？

……

俗话说得好：“画龙画虎难画骨，知人知面难知心。”的确如此，知人难，知人心更难。古人也曾这样说道：“事之至大，莫如知心。”也就是说，再也没有任何事情比读懂人心更重要的了。从某种程度而言，它道出了掌握读心术的必要性与重要性。

读心之妙，在于更好地交往，更好地合作。正如老子所说的那样：“知心者智。”真正读懂一个人的内心，对其知根知底，既是一种大智慧，又是一种大策略，而若要读懂人心，就得运用一定的大智慧，拥有“慧眼识珠”的真功夫。

现如今，社会纷繁复杂，各色人等均有，人心犹如一潭深渊，扑朔迷离，倘若你没有一套“读心”的过硬本领，将会被淹没在人海之中，四处碰壁乃至祸从天降。而本书全方位、多层次地囊括了读心的技巧与方法，能够在无形中帮助你轻而易举地做出判断。

本书分为上下两篇，上篇侧重于从聘之有道、推销有策、管理有方、洽谈有招等方面阐述阅读他人内心的技巧，下篇结合现实生活，

具体介绍洞悉情场的相处智慧，从而使其言谈更为得体、举止更为大方、处事更为机警，能够如鱼得水般地驰骋于人生的广阔天地，获得事业方面与生活方面的双丰收。

千里之行，“始于此书”。在本书的指导下，相信你定能把握自己生命的主动权，左右逢源地绕过各种险滩，避过到处碰壁的社交危境，让自己更加坦然地应对一切，更加从容地应对各种挑战。

拥有本书，他人内心变化尽在其中！

前 言

当今社会纷繁复杂，瞬息万变，我们每时每刻都在和他人进行沟通与交往。社会是一所没有围墙的大学，每个人都须在这所学校里接受人生的考验与灵魂的洗礼。而若要在这种异常复杂的人际关系中永立不败之地，人心则不可不察。

曾有这样一句话：“百智之首在于识人。”每个人的内心世界都极为复杂，甚至是矛盾的统一体。有些人外貌温厚善良，行为却蛮横傲慢；有些人貌似长者，实则却是小人；有些人表面圆滑，内心刚正；有些人看似坚贞，实则散漫；有些人看上去泰然自若，可其内心深处却是焦躁不安。

人们时常说：“人心比山川还要险恶，知人比知天还要艰难。”尽管这句话有些偏颇，但它却从侧面说明人心的隐蔽性。细微之处见端倪，危难之中结真交，关键时刻示胆识。如何才能在最短的时间内真正了解一个人，洞察其深藏不露的内心玄机，并采取与之相应的交往方法，已成为现今社会建立人脉、成就事业的必备技能。只有读心术，才能使你摆脱无所适从的困惑，才能使你具备识别他人的能力，才能使你的心灵从容地栖息于生命港湾；只有在读心辨心的弹指间，才能识其言而审其本，进而潇洒地辗转于人生的竞技场，把生命的主动权牢牢掌握在自己的手中。

或许有些人会说，我们之前本不认识，或者说即使认识，对彼此

的了解也是甚微，怎么可能在较短的时间内对对方拥有准确而清醒的认识呢？这种观点并不正确，正如西方心理学家弗洛伊德所强调的那样：“任何人都无法保守他内心的秘密。即使他的嘴巴保持沉默，他的指尖却在喋喋不休，甚至他的每一个毛孔都在背叛他！”每个人都会在衣、食、住、行等方面自觉或不自觉地展示自己的个性。比如，在推销的过程中，对方不露齿的微笑，说明你已经被拒绝；在洽谈的时候，假如对方紧握拳头，说明其打心眼儿里讨厌你等。

总而言之，只有掌握读心术，才能使自己手持王牌，使自己倍加从容地融入社会，游刃有余地洞悉情场。而《读心术》一书正是以精辟的语言、独特的视角，深刻阐述了掌握读心术的真正意义，从而为人们更好地穿梭于职场与情场提供了一定的指导。

目 录

上篇 掌握职场人际奥秘

第一章 读懂职场——应聘自如	3
1. 你就是白纸和空杯	4
2. 打造出你的砖石简历	7
3. 品德就是竞争力	11
4. 正确处理面试时的紧张情绪	15
5. 不做“面霸”	19
6. 不要将面试弄巧成拙	23
第二章 读懂客户——推销有策	27
1. 沟通无极限，协调无止境	28
2. 观察对方表情，读懂隐藏信息	32
3. “眉”态百出，心理各异	36
4. 面部小变化，泄露内心秘密	40
5. 注意细节，增强沟通的效果	44
6. 从走路姿势透视一个人的内心	48
7. 从佩戴的首饰看人	52
8. 推销有术，从穿衣了解人	56

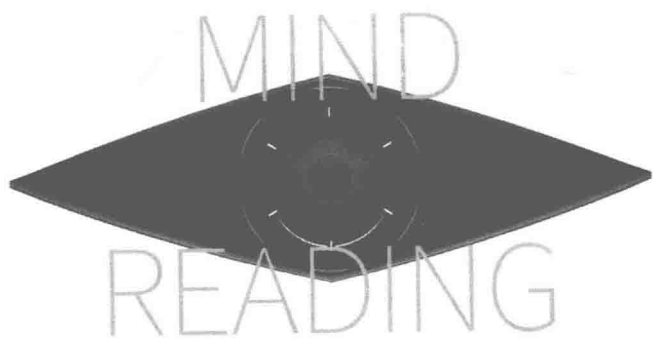
9. 进餐习惯、香烟、眼镜的神秘信号	61
10. 依据性格，推销有道	65
第三章 读懂员工——管理有方	69
1. 对待员工要感激并尊重	70
2. 管理者要学会做个“倾听”高手	74
3. 工作之余让员工感到“愉悦”	78
4. 做一个有权威的管理者	82
5. 放下权力，做个性化管理者	86
6. 让员工参与公司的决策	90
7. 设立荣誉制度，激发员工热情	94
第四章 读懂对手——洽谈有招	99
1. 谈话时眼睛向上看的人，问题最犀利	100
2. 总是清喉咙的人，会因压力而逃离	104
3. 喜欢用硬壳公文包的人，脾气也很硬	108
4. 谈话慢半拍的人通常心不在焉	111
5. 紧握拳头的人，打心里讨厌你	115
6. 让不停抓耳挠腮的人先说话	119
7. 不要小看双手叉腰的人	123
8. 坐姿开放的人心中早有定数	127
9. 对方不停看时间表明想结束对话	131

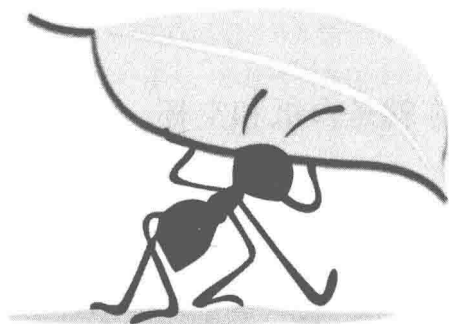
下篇 洞悉情场相处智慧

第五章 读懂女人——避免争吵	137
1. 女人把爱情当作一生的事业	138
2. 女人从不吝惜自己的眼泪	141

3. 大方的女人也会吃醋	145
4. 女人是很容易满足的	148
5. 女人一辈子听不烦的话是“我爱你”	151
6. 女人渴望得到男人的呵护	154
第六章 读懂男人——获得幸福	157
1. 万句承诺不如实际行动	158
2. 男人的嘴就是会撒谎的蜜罐	162
3. 爱江山更爱美人	167
4. 爱“微笑”的男人爱情不稳定	171
5. 天涯何处无芳草	175
6. 生命诚可贵，爱情价更高	180
7. 分手后就不要再联络	184
第七章 读懂夫妻——家庭和谐	189
1. 女人靠哄，男人靠捧	190
2. 适当的距离也是一种美	193
3. 善意的谎言更能维持感情	197
4. 婚姻就是一种习惯	200
5. 包容乃是夫妻之纲	203
6. 爱情需要时时保鲜	207
7. 有吵有闹才叫生活	210

上 篇
掌握职场人际奥秘





第一章

读懂职场——应聘自如

人是世上最复杂的动物，对于不同的事物有着不一样的看法和做法。在当今竞争日益激烈的现实社会里，面试者怎样才能够脱颖而出？只有掌握一定的应聘中的道理，了解更多的招聘信息，对自身的价值做最准确的估测，才能对不同的应聘试场应对自如。

无论你是应届毕业生应聘还是职场老手的再一次出击，读懂了面试官的心理，面试成功几率就有了一半。

1. 你就是白纸和空杯

桌上放着两个杯子，一个是空杯，一个是装着白开水的杯子，一小杯泡好的茶，茶叶。如果往那杯有白开水的杯子里倒茶，并不断地添加，直到改变白开水的颜色，那会需要大量的茶叶，才能让白开水与茶的颜色差不多。而那个空杯子里，只需要加入茶水即可。在此，那杯装着白开水的杯子指的是一个人固有的观念。在进入一个企业工作时，需要放空你的杯子，去吸取企业的文化，顺应它的文化。

空杯归零的故事

一个初涉职场的人应该让自己拥有“白纸和空杯”心态，学会接纳全新的观念。但要真正地做到空杯和白纸，的确挺难，这就需要有些技巧了。一张永远的白纸是一种心态，并不是跟所有人沟通都是“我什么也不知道”。在工作中要做到眼明手快，以最快的速度接受企业的文化，并不时告诉企业你是一张白纸，让他们在上面画上属于他们的痕迹。

在一个大学课堂里，一个教授拿起一个杯子，往里面装了半杯水，又往里面添加一些沙子。然后，教授又拿出一些大的石子问：可以放下吗？学生摇头，的确，刚放了几块石子水就溢出来了。这时，教授又拿出同样大小的一个杯子，不同的是，这次教授先往里面装石子，然后教授问学生：杯子满了吗？学生回答满了。可是教授又往杯

子里面装沙子，沙子就这样被填充到石子缝隙中。教授又问：杯子满了吗？学生不语，教授又将水倒入杯子。直到最后，教授笑着说：“只是放的顺序不同，杯子里装的东西多少就有这么多区别。所以你们在走出学校之后，要将自己看作一个空杯子，不断学习和接纳社会上的文化来填充自己，切不可因为骄傲自满而过分夸耀自己。”

在以前，人们以为上个大学就很伟大，于是他们向往知识，向往学校，以为只要大学毕业就可以成为上流社会的人。而如今，大学生在社会上已不占据任何优势了，没有哪个企业因为你的大学生身份就对你刮目相看，相反，如果你要进入这家企业，也许要从最基本的打扫卫生做起。

现在的大学生在走出社会后，通常会感觉到不知所措与迷茫慌乱，因为现实社会与自己想象中的差距太大，自己真正懂得的东西很少，尽管学历比别人高一些，但那又怎样呢？所以，刚走出校门的大学生最好是将自己当作一个空杯，多跟着别人学习，只有这样才能进步。

多学习空杯心态

“空杯心态”已经不是一个新兴词汇了，它是个人修身、员工教育与企业发展的精神导向，是好心态的象征。关于这一点，有一个让很多企业经营者和管理高层都熟知的禅宗故事：

有一位非常出名的禅师，这天，他接待了一位当地的名人。名人在见到禅师之后喋喋不休，而禅师则默默无语，只是以茶相待。他将茶水注入这位来宾的杯子，满了也不停下来，而是继续往里面倒。眼睁睁看着茶水不停地溢出杯外，名人着急地说：“已经溢出来了，不要再倒了！”禅师则微笑着说：“可是刚才的你就像这只杯子一样，里面装满了自己的看法和想法。如果你不先把杯子空掉，叫我如何对你说禅呢？”名人这才恍然大悟。

其实，凭心而论，除了呱呱坠地的婴儿儿之外，任何人都不可能

是白纸一张或纯粹彻底的“空杯”。每个人都有过去的积累和所谓的经验，而“空杯心态”是一种心态意识，并不是一味否定过去，而是要怀着否定或者说放空过去的态度去融入新的环境，对待新的工作，新的职场，新的事物。

海尔集团董事局主席兼首席执行官张瑞敏告诫其员工：我们的产品应该零库存，成功也应该“零库存”。这句话虽然不像其他领导者那样长篇大论，却掷地有声，这句话不仅道出了张瑞敏这个在中国企业界已经堪称是“成功满杯”的优秀企业家所具有的个人“清空归零”心态，也道出了他所领导的企业的“空杯精神”和“空杯理念”。

在这个世界上，有太多的人抱怨世界太小，无处施展自己的才华，其实并不是世界太小，而是我们将自己看得太大。一个已经成功的人，一个已经辉煌的企业如果不敢和不能“空杯归零”，都极有可能陷入失败的境地。如果将自己放小，那么世界就会变大，当心中装满了自己，就不会有别人的地方，世界当然就会很小。如果每个人都能坦然地放下心中的欲望，世界自然就会变大，要做到这一点，就需要“倒空”自我，只有这样，才能更好地实现自我。

“空杯心态”是一个重新塑形的机会，是一种对工作、学习、生活、生命的放空、低头和吐故纳新。放得越空，拥有越多。如果你不愿意放弃，就无法重塑，倒掉心中盛满的，才能让心灵甚至整个生命重生。“放下”是人们常提到的心态，放弃是为了更好地拥有，就如同空杯心态，倒掉原来的水，才能为身体注入新鲜的水。

什么才是真正的空杯心态呢？人的一生中——幼时自己什么都不懂，大学时以为什么都懂，毕业后才知道什么都不懂，中年又以为什么都懂，到晚年才觉悟一切都不懂。这就是“空杯心态”的最完美体现。所以，作为一名求职者，一定要多学习空杯心态，它不仅是一种企业精神，更是一种人生境界，一种职业态度，一种修身哲学。

2. 打造出你的砖石简历

制作出一份优秀的简历不是一件简单的事情，因为你要引起用人单位的注意，从一大堆的简历中很快发现你，阅读你的简历。简历体现的是两种能力，一类是专业能力、专业素质和知识、专业实践能力；另一类是综合能力、组织能力、团队能力、沟通能力、表达能力、学习能力、道德品质力。如何在一张再简单不过的表格里填写出引人瞩目的效果，这就需要求职者有别出心裁的创意了。

简历是面试的敲门砖

现代社会求职的第一任务就是制作简历，一份优秀的简历就好比自己的“形象大使”，同样也是获得面试机会的敲门砖。未见其人，先看简历的道理人人都明白，对于即将步入求职期的应届大学毕业生而言，怎样制作一份完美的简历才是最重要的。

简历可以帮我们打造出完美的第一印象，恰到好处地包装自己、向用人单位充分展示精美简历显得极其重要，不过，太重视了反而拿捏不准分寸。

小敏是一名即将毕业的大四学生，看着同学们都忙着设计自己的求职路线，小敏和宿舍的几个女孩也讨论起了简历的重要性。对于求