

读人与做人 的艺术

小小动作 大大玄机

李永利◎编著



你也可以做出无悔的选择

本书精心搜罗许多面对人生抉择时，
可以依据的法则

读人与做人的 艺术

小小动作 大大玄机



你也可以做出
无悔的选择

李永利◎编著

中国纺织出版社

图书在版编目(CIP)数据

读人与做人的艺术/李永利编著. —北京:中国纺织出版社, 2004.2

ISBN 7-5064-2800-8/C·0038

I. 读… II. 李… III. ①人际交往—通俗读物 ②人生哲学—通俗读物 IV. ①C912.1-49 ②B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 103004 号

责任编辑:王学军 特约编辑:吴家祺
责任印制:刘 强

中国纺织出版社出版发行
地址:北京东直门南大街 6 号
邮政编码:100027 电话:010-64160816
<http://www.c-textilep.com>
e-mail: faxing@c-textilep.com
北京宏飞印刷厂印刷 各地新华书店经销
2004 年 2 月第 1 版第 1 次印刷
开本:889×1194 1/32 印张:14.75
字数:310 千字 印数:1—6000 定价:26.00 元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社市场营销部调换

前 言

事之至大，莫如知人。自古就有许多人在经历世事多年后仰天长叹：人心难测啊。

人生在世，最难读懂的是人，最难做的是人。甚至听到有人感叹说：做人难，难做人。

其实，读人做人真有这么难吗？

任何一件事都有难易之分，所谓知者不难、难者不知。所有在人世上春风得意的人都是会读人和做人的高手。他们之所以在做人方面如此成功，完全得益于他们知道了人生的奥秘，学会了读人做人之道。

这，才是为人处世的根本。

没有人能隐于世界之外，无论你走到哪里，都会与人相处，因为人无所不在；你必须了解人，因为你永远无法独自成功。不同的人每天都不得不重复着同一个古老而新鲜的游戏——与人打交道。读懂人要用一辈子的学问，做人更是一辈子都不能懈怠的事。所以，读人做人之道不可不知啊！

读不懂人便不会在交际中获益，读不懂人便读不懂生活。你的人生成败有很大一部分都取决于你对人所做的判断。读懂了各种人，从而了解人、热爱人，并防范和制服那些不怀好意的人。这不仅能使你成为更有影响力的老板，更有进取精神的员

工,更有吸引力的伴侣或家长,更富于同情心和善解人意的朋友,而且会使你变得更加从容,更加机警,更加敏锐,更加精明和成熟。

所以,走上社会之前先读读这本书,它会进一步帮助你认识人。

现在,因为很多人了解到了做人读人的重要性,所以才有各种各样集古圣先贤的思想精髓,成为人行天下的处世之规。因为大家都想从中找到了解他人并与之相处的捷径。

为人处世便是不断地结识人、暗暗地琢磨人、想尽办法了解人。但穷尽一生,你也未必能真正地读懂某个人,哪怕他是与你最亲近的人。所谓“知人知面不知心”。外有所感于物虽同,内有所触于心则异。人之表里未必如一,因人心不同,各如其面;有诸内者,未必形诸外,愿乎者,未必存乎内。所以孔子曾说:“以貌取人,失人之羽;以言取人,失之宰予。”那些或圆融、或洞明世事的人际智慧,在关键时刻不一定能帮你的忙,关键是你可能根本还没来得及读懂他人,就做出盲目的判断并急于采取行动了。也就是说,不把人读透,那些处世规则永远不能真正派上用场。

所以,必须学会读人,它才是处世的基础。

读人其实是有章可循的。但丁在《神曲》中这样说:“一个人在智者面前可要小心呀!他不仅看清了你的外表行为,就是你内在的思想他也能看清楚呢!”一个人的外貌特征、不经意的肢体动作、话语中的弦外之音等,都会泄露他内心的秘密,如情感趋向、思维模式、行为方式等等。人们总是难于掩饰自己,因为这是人性最自然、最畅通的流露。如果你不能精于读人之道,

就会常常毫无知觉地陷入一个又一个人际关系的“围城”之中，成为众矢之的；同时，由于你的不善“设防”，也会成为他人眼中的“透明人”，因缺乏神秘感而无法占到先机。

其实历史上有很多识人的好例子。他们察人于微，从小事上看出一个人的人生取向。古时管宁与华歆，算是不错的一对儿好朋友。后来管宁与华歆割席分坐，断绝来往，不过是因两件小事。一件是在两人锄地的时候，一块金子光灿灿地从地里露出来，管宁视如瓦石，挥锄如故；华歆却乐得心花怒放，拿着金子舍不得放下。另外一件事发生在他们读书时，一位高官的车队威风凛凛地从门外经过，管宁充耳不闻，华歆却撂下书带着几分贪恋的情致跑去看热闹了。待他看后回来，管宁已把席子一分为二了。

无独有偶。美国的一位管理专家曾受聘于一个大老板，在几次用餐时，他发现老板盛饭不是多了吃不下，就是盛少了不够吃。他想，一个连自己吃多少东西都把握不准的人，值得再为他效力吗？于是他便辞了职。果不其然，那个老板的公司后来因决策失误真的倒闭了。

基辛格在外交上的盖世才华是举世公认的。在他初入哈佛大学拜访学界泰斗艾略特的时候，艾略特并不热情，碍于情面，他只是给基辛格开了一张书目，那上面列了25本必读书的篇名，让基辛格通读之后写出一篇读书报告，比较一下德国哲学家康德的两本专著《纯理性批判》和《现实理性批判》。艾略特嘱咐基辛格在完成读书报告前不要再来找他。三个月后，基辛格把读书报告交给了艾略特，当天下午艾略特把电话打到了学生宿舍，要基辛格去见他。

作为一名学者,艾略特的目光是很挑剔的。但读过基辛格的读书报告,他得出的是这样两点比较,在基辛格之前,从来没有一名学生真正认真读完这 25 本书;也没有人写出过条理这样清楚的读书报告。对一名导师来说,要了解一名学生,看过学生的一篇读书报告就足够了。

识人可能只是人生河流中的一尾鱼,但却不能不认真体察。运筹帷幄的职业经理人须读人,他可轻易地从合作者的动作中判断其诚意,也会从下属的办公用品摆放中识别其工作态度;经常要面对陌生面孔的推销员须读人,他可以一进客户的办公室就掌握谈判的主动权;也能让最难缠的顾客买下他的商品;最易卷入“办公室政治”旋涡的白领一族须读人,他可准确无误地判断上司的意图和同事的真实想法,并不费吹灰之力地击败竞争对手。

要成为一个有远见的领导人,他必须懂得人是有个性、有特征的,只有了解人的个性特点,才能够真正做到管理好企业。古人指出:用骏马去捕老鼠,不如用猫;饿汉得到宝物,还不如得到一碗粥。用物、用人的学问,在于得当;使用不当,埋没了宝物、人才,还收不到应有的效果。

急待工作的人或初入职场者须读人,他可冷静地评断未来的老板是否适合自己,也会快速适应全新的工作环境……

为情所困者须读人,可不露痕迹地侦测对方对自己的感情投入是否一如往昔;为人夫为人妻者须读人,从而避免婚姻中与伴侣“相对不相知”的窘境。

为人父母者须读人,以防止“沟通障碍”在家庭中引发轩然大波;

寻找友情者须读人，那个最令你信赖的人可能并不善表达对你的关爱……

从陌生人眼中你或许看到了进入他心灵世界的那扇门；在你不喜欢的人身上，或许拥有你所欠缺的品质；在对你微笑的人一转身时，你或许会发现他的谎言；在与你交谈者的语调中你或许会读出他的隐衷……

其实读人既不是科学，也不算天分。它侧重的是让人们了解该去看些什么，听些什么，具有好奇心及耐心去搜集重要的信息，并从一个人的外貌、肢体语言、声音和行为上归纳出一套模式。将那些零星的经验与知识进行系统的“整合”，并形成了一整套最具实用性的方案，你便学会了评估人们复杂的人格特质，并以此为依据全面透视那些能够真正显露，并预测一个人行为的人格特质的模式，使你能够举一反三，避开那些会导致错误决策的陷阱。

有的人身着不恰当的服饰，留着不适合他脸型的发式，并有过多的肢体动作……你读他时，请先把对他的第一印象在脑子里存档，他或许想引起别人的注意，或许欠缺应有的常识，或许不体谅他人……但你尚需搜集更多的信息，绝不可只凭外貌就对他做出结论。

有的人开着昂贵而整洁的车子，办公室里摆着妻儿的照片，住宅的冰箱门上贴着卡通图片……你读他时，就会从他所处的环境——工作环境、住宅环境，乃至社会环境中隐藏的线索，了解到他的性格、兴趣、健康、婚姻、社交伙伴，等等。

有的人说话的内容没有什么特别的含意，但他说话的音调却流露出内心的秘密。你读他时，就需记住：“怎样说话比说什

么样的话更重要。”要注意对方声音的细微变化,辨认其中的差异,探寻他所要传达的信息。

有的人喜欢喋喋不休地倾诉,你读他时,应善于提出问题并从中听出答案,不妨做个最佳听众,不打断他、不责怪他、与他亲密但保持适度的距离、显得专注一些,并刻意营造轻松的谈话氛围。

有的人从不与同事交往,不注意管教孩子在大人聚会时吵吵闹闹,似乎有些不拘小节……你读他时,首先应注意你看到的是事实吗?一个人的行为往往能比其他信息更真实。

与此同时,你在读人时,还要相信直觉,因为其中蕴含着巨大的力量;你也要时刻准备“被读”,既然你已经能用客观的、公正的态度去研读别人,那么你绝对应在众人面前展现出完美的自己。人在高处,心如瀚海,才能洗尽浮华看清自己;看得清楚自己,才可能看得清楚人情世故。所以,处世识人,无须着急,倘能抚摸心灵,自善其身,看清自己的本相,你就会受用不尽了。

世间什么最难?做人最难,拼上三年两载功夫做成一件两件事不难,做人却是一辈子的事,弄不好一辈子也没有学会做人。不会做人怎么做事?一个人连人都不会做还能做什么?

我国传统文化十分重视做人的教育,但以往我们的教育偏重于告诉人们什么是好人、必须做好人。而不太注重教育学生怎样去做人,以致学生对于为人处事的原则方法技巧并不明确。因而不善应对、不善交际,不能协调好人际关系,不能较好地把内在的美德变成外在的行为,把个人更好地融会在人群集体之中。

做人,就应当严于律己,宽以待人。这是做人的基本原则。

以责人之心责己,以恕己之心恕人。对人须有敬爱之心。相爱无隙,相敬如宾。荣辱毁誉,处之泰然。小不忍而乱大谋,不闹无原则的纷争。与人为善,切忌骄横。众怒难犯,专欲难成。物极必反,器满则倾。肆无忌惮,焚己伤人。切勿恃强凌弱,倚势凌人,势败人凌我。

做人要坦荡。君子重信诺,一字值千金。胸怀坦荡真君子,口蜜腹剑是小人。毋以己长而形人之短,毋因己拙而忌人之能。有言人前说,人后不说人。

说到底,做人之道就是熟谙与人相处的学问。人的事处理好了,世界的一切也都好了。说到这里,读人与做人的学问,就是人生最大的学问了。如果你掌握了这门艺术,便会使人生如鱼得水,游刃有余,你的人生才会更精彩。

编 者

2003年12月

目 录

上篇 读人的艺术

第一章 成事先要读透人.....	3
成大事者先识人.....	3
人际交往先读人	10
努力摘掉有色眼镜	12
见树木更要见森林	18
第二章 由表及里读人心	25
眼睛透心声	25
发型露心迹	28
看个人卫生	32
由化妆读人	34
由饰物看人	36
穿衣显性情	38
提包随个性	44
学会读名片	48
读透办公桌	51

看居住环境	53
-------------	----

第三章 言行举止观人心 65

读说话声音	65
读说话内容	77
读嘴巴本身	87
从笑来读人	89
手也有表情	92
注意小动作	95
看习惯性动作	102
看喜好的运动	106
从琐事读人	109
再读读坐姿	111
从笔下读人	118
由阅读读人	127
从刷牙读人	129
从握手读人	131
从吃饭读人	133
从烹饪读人	139
从睡眠读人	141
从开车读人	143
从旅游读人	146
读人应言行相结合	148

第四章 第六感觉察人心	153
训练你的直觉	153
近观其色,远观其神	160
由癖好读人	167
由喜爱的音乐读人	171
由喜爱的舞蹈读人	173
由阅读偏好读人	175
由喜爱的汽车读人	177
由喜欢的智力游戏读人	179
从偏爱的颜色读人	181
第五章 处世待人显人心	183
看看他的朋友	183
薄情者必寡义	185
期之以事而观其信	187
由送礼物读人	190
由通讯记录方式也可读人	193
第六章 趣味性格测验	195

下篇 做人的艺术

第七章 做更好的自己	255
做个诚信的人	256
做个正直的人	260

做个成熟的人	261
做个有魅力的人	262
养成良好的行为习惯	264
提高工作能力	266
勇于听取忠告	270
惜时如金	275
善于听取忠告	280
时刻不忘自己的目标	284
 第八章 笑容再多一点	 291
每天笑容多一点	291
喜欢自己	294
少一点怨,多一点爱	298
消解压力,追求快乐	302
笑对不幸	305
做人幽默一点	310
办公室开玩笑之度	312
 第九章 处世灵活一点	 315
人以和为贵	315
看上去更美的秘密	319
高人处世的五种智慧	321
说服他人	323
与上司相处之道	324
给老板个好印象	327

与下属相处之道	331
与同事相处之道	333
广交朋友之道	339
赞扬亦有道	345
批评之道更重要	348
识时务方为俊杰	351
 第十章 心境开阔一点	 353
肯定积极,人生更开阔	353
照亮别人,也照亮自己	355
多点爱心,人生更美丽	360
多一分宽容,气度更恢弘	363
仁者无敌,善缘获取人心	365
少些苛求,人生更轻松	367
多开扇窗,人生无绝境	369
宠辱不惊,方为人杰	370
埋葬昨天,忘记私怨	372
享受生活,多一分从容	374
 第十一章 蛹化蝶的个性修炼	 379
认识自己,认识社会	383
扬长补短彰显个性	387
善读好书,陶冶个性	394
交往良友优化个性	414
培养习惯,塑造个性	417

第十二章 点燃活力才好飞翔	423
有健康才有成功	423
健康秘诀	427
天天运动好处多	431
六大最佳运动方法	435
10 项健身新标尺	436
女性健身的三大优势	440
适合您一生的运动方案	442
每天锻炼三分钟	444
散步运动	445
自行车运动	446
水中运动	448
跳绳运动	449
飞镖运动	451
电脑桌前也运动	453
白领健身操	454

上篇 读人的艺术