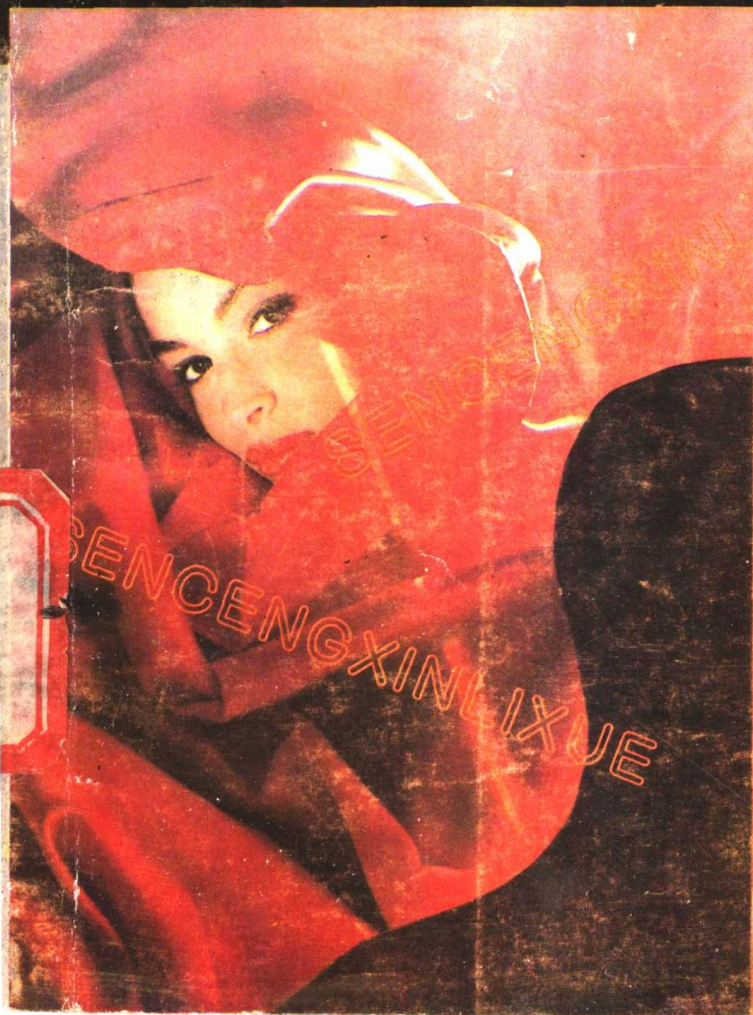


# 深层心理术

——即刻看出他人人品  
和欲望的方法



〔日〕

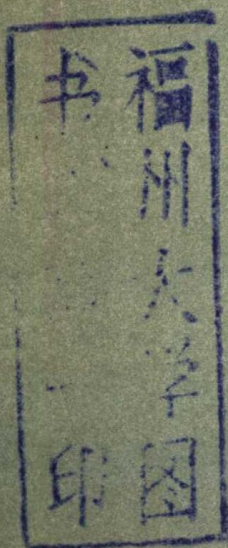
多湖辉 著 万奉明 译

湖北科学技术出版社

# 深层心理术

——即刻看出他人人品和欲望的方法

「日」多湖辉 著 万奉明 译



湖北科学技术出版社



## 深层心理术

(即刻看出他人人品和欲望的方法)

[日]多湖辉著 万奉明译

湖北科学技术出版社出版发行 新华书店湖北发行所经销

湖北省公安专科学校印刷厂印刷

787×930毫米 32开本 5.75印张 1插页 90千字

1989年7月第1版 1989年7月第1次印刷

ISBN7—5352—337—x/B·4

印数：1—11500

定价：2.15元



## 序 言

因没能识透对方的内心而发生的两件令人痛悔的往事

我们要生存下去，就必然会经受各种各样的体验，喜悦的，悲伤的，尽管因人而千差万别，但其中难免会有令人痛悔的体验，我也有两件这种让我痛苦的往事。

一件是我中学时代的事情。我的好友中有一位浑名叫“头巾”的男孩子，也许是体质的缘故，他的头发少得可怜，因此，他总是在头上扎着带子，因为那副装扮酷似印度人，也不知是谁先喊起来的，大家都管他叫头巾。他生来性格开朗，似乎对头发少丝毫不介意。于是，我们也就毫无顾忌地叫他“头巾”。

一天，他突然自杀了。同学们闻讯赶去，当我们看到他留下的遗书和他平时写的记载着他的内心活动的日记，都不禁嚎啕大哭起来。那里面，活生生地描绘了和他素日的爽朗笑颜全然相反的、对头发的极端的自卑感、苦恼和绝望。为什么我们就觉察不到这位多愁善感的年轻人的充满痛苦的内心呢？难道不是我们太迟钝、缺乏理解和过于无顾忌了吗？微小的体

贴和关怀会减轻他的苦恼啊！或许还能打消他去死的念头，我们极痛悔当时没能理解他的心情。

另一件令我痛心的往事是关于一位癌症病人的事。他是我非常亲密的朋友，他不幸得了癌症，并且到了晚期，被医生宣告了“死刑”。

一天，为了也许成为永别的探望，我们来到医院。那是他手术后第一次精神很好地将我们迎进病房。我们聊起天来，等他妻子离开病房后，他突然轻声说：“其实，我得的是癌症，虽然做了手术，但是已经太晚了，根本就没有好转的希望。我想我最多还能活一两个月，真让你们费心了，死后请你们多多关照。”他表现出全然一副淡然超脱的腔调。他妻子一直不让我们告诉他真实的病情，但是，在那种彻悟淡然的语调下，我们终于上了圈套。“唉呀！你已经知道了，你真是了不起，想得这么开，就别担心死后的事了。坚强地疗养，可决不能灰心啊！”我们鼓励他一番，就告辞了。不一会，他妻子打来电话，半似狂乱地问：“你们对他说了真话？我丈夫受了刺激，完全垮了，你们到底说了些什么？”我们全都目瞪口呆，他那淡然的口吻，竟是在做戏？即使是做戏，我们也太不谨慎了。对他的彻悟，我们总该有所怀疑。总之，在发生那件事的三个月后，他就离开了人世，不用说，我们以极悲痛的心情参加了遗体告别仪式。

## 在人的内心里有无意识地被隐藏着的部分

我想大家已经知道，这两件事之所以至今仍然令我痛心疾首，是由于我那时太不敏感，不能看透别人的内心而造成的。人，不论是谁，总是不会轻易让人窥见到自己的内心底层的，总是虚饰外表，不让别人知晓。况且，在底层的又恰似上述那种极端的自卑感，强烈的疑惑时，这种倾向就更甚了。但是，不能因此就只看到表面。从上述两件事可知，在我们日常生活中，时常会发生必须识透对方的内心深处的事情。

而且，这时有一个更难办的问题，那就是，人的内心底层的那部分，不仅仅是有意识地被隐瞒着的，常常有些东西连他本人都没有意识到，就是说，即使不是有意识地做戏，在内心底层仍存在着无意隐藏着的东西。

人的内心有时被比作戏剧的舞台和冰山，如果将聚光灯照射着的那部分假设为意识的焦点的话，那么，其背后还有灯光照射不到的昏暗而广阔的空间（半意识），这个广阔的空间又连接着杂乱无章的舞台背后（无意识的世界）。冰山也是一样，露在水面上被意识到的那部分，只是整个精神的一角，几倍于此的无意识的那部分却深深地潜藏在水下。

总之，人的内心存在着连自己也意识不到的黑

暗的背面，只要不向这个黑暗的背面开刀，就不算真正理解了对方的心理。我在本书中，就深层心理的识别法进行思考，其目的就是要挥动这把手术刀，较深刻彻底地了解对方。

### 被喻为沸锅的“压抑”结构

要理解深层心理，首先必须知道什么是“压抑”结构。比如，当你对从道德上来看绝对不容许爱的人产生了爱慕之情时，在你的心里必然会产生“压抑”，因为这种显然违背社会习惯和道德的欲望和情感威胁着你自身人格的稳定。

这时，“压抑”是一种不需你有意识地努力而会自动发生作用的结构。因此，你会将无法满足的反道德的欲望和情感赶进无意识世界，觉得这种欲望和情感似乎本来就不存在。我在本书中，要写的深层心理的大部分就是因“压抑”而产生的内心的阴影部分，也就是无意识世界。

所以，由压抑而产生的深层心理世界，实际上是卑鄙浑浊的欲望和情感的漩涡，有时，或许是类似近亲相奸的丑恶的乱伦欲，或许是伴有杀人念头的强烈憎恨的感情。

一般常受压抑的情欲可以列举如下几种：（1）性欲（特别是乱伦欲）；（2）攻击的倾向（特别是反社会的）；（3）幼儿般的欲望，情感；（4）痛苦的记

忆（被称作精神创伤的痛苦往事和自卑感等等）。

被压进深层心理世界中的欲望和情感是不会随着时间的流逝而消失的。总而言之，所谓压抑，类似在臭物上盖上盖子，臭物本身并没有消失。深层心理世界是塞满了被压抑着的丑恶的欲望和情感的世界，是一个活生生的世界。

有时，这个世界的强大力量企图冲破压抑之壁，挤进意识世界，就象锅中沸腾之物托起沉重的锅盖，喷到外面来一样。这时，如果压抑大，沸腾之势小，锅盖就不会被托起。不过，这时一定会有一些迹象，如蒸气外泄，锅盖活动等等。要是我们注意这些微小的表征，大概就可以推测出锅中的情形。深层心理术正是如此，它不放过人的任何言语、行为、举止等等外观上的细微表现，从中窥探出对方的内心底层。

### 从对欲望不满足和纠葛的反应方式可以看出深层心理

不过，在学习深层心理分析法之际，还有一点想请大家了解，这就是关于欲望不满足和纠葛的心理。人，不论是谁，假如自己的欲望都能得到满足的话，就不会产生任何烦恼和压抑，得不到满足，才会产生各种各样的问题。

例如，你喜欢的女子总是不接受你的爱；你的上司不承认你的才干，将你认为是无能的后辈提升到比你高的



职位上；入学考试拒绝你想当医生的强烈愿望。因此，你的自尊心显然受到挫伤，使你失去了对人生的热情。这种事情是极其平常的，在我们周围、每天24小时里都有可能发生。

当出现这种欲望不满足的情况时，人会有各种各样的反应，有的人能积极克服引起欲望不满足的障碍，以满足自己的欲望，有的人则暂且回避这一障碍，通过绕道来达到目的。同样，有的人也许用其他欲望代替最初的欲望，寻求替代性满足，也有的人将欲望抑制一段时间，或者完全放弃。

从另一种观点来看，对欲望不满足，有的人认为是由外部原因引起的，表现出一种攻击性倾向，有的人认为一切都是自己的责任，陷入极度的自卑和自我厌恶。比如：同样是经历着失恋，有的人认为是别人妨碍的，要对其人加以攻击，有的人认为是自己缺乏魅力，因而承受着自卑感的侵扰。这种反应方式是由人的性格所决定的，这就成为了解对方内心世界的关键。

同欲望不满一样，人生有各种各样的纠葛场面。是左还是右，不知如何判断的事情不胜枚举，如果这与性命相关，与社会性的悲剧相联，选择哪条路，就成为一个深刻的问题。有时甚至左右难定，呈现出所谓钟摆反应，最后陷入神经病。这样，和欲望不满足

一样，如何对待纠葛也就形成了与人的本质相关的重要部分。我们要深入了解别人，仅仅知道他的天生气质是不够的，必须注意他如何对待欲望不满和纠葛及自然呈现在其中的他的深层心理的部分。

在理解了上述的深层心理的原理和结构的基础上，使用下面我将介绍的具体技巧，你一定能窥探出昨天你还无法推测的对方的内心世界。

1975年9月1日

多湖辉

# 目 录

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 序言.....               | 1   |
| 第一章 一眼窥见的深层心理术.....   | 1   |
| 第一节    寒暄.....        | 1   |
| 第二节    坐式.....        | 8   |
| 第三节    表情.....        | 20  |
| 第四节    视线.....        | 31  |
| 第五节    手脚动作.....      | 41  |
| 第六节    癖习.....        | 49  |
| 第七节    服装.....        | 58  |
| 第二章 从对话窥见到的深层心理术..... | 67  |
| 第一节    话题.....        | 67  |
| 第二节    言辞.....        | 80  |
| 第三节    说话方式.....      | 90  |
| 第四节    兴趣.....        | 100 |
| 第五节    嗜好品.....       | 106 |
| 第六节    宠物、爱用品.....    | 114 |

|     |           |     |
|-----|-----------|-----|
| 第七节 | 异性关系..... | 120 |
| 第八节 | 成长经历..... | 129 |

### 第三章 从行为窥见到的深层心理术..... 136

|     |            |     |
|-----|------------|-----|
| 第一节 | 工作方式.....  | 136 |
| 第二节 | 过失.....    | 144 |
| 第三节 | 花钱方式.....  | 152 |
| 第四节 | 比赛胜负.....  | 159 |
| 第五节 | 书信、电话..... | 166 |

# 第一章 一眼窥见的深层心理术

## 第一节 寒 暄

### “鞠躬”方式中流露出的无意识优劣感

我们同其他人初次见面，通常从寒暄开始。这时，即使是初次会面，相互之间也不会是怀着一种完全无色透明的心情，而总是受某种意图和感情的束缚。假如是事先约好的会面，在见面那天前，无意中听到的社会上对对方的评价和对方的业绩，就会在脑海里勾划出对方粗略的侧面像，当涉及到商业上的交易之类的得失时，对对方的看法就变得复杂了。来到现场看到对方的一瞬间，常常凭直觉判断，“真是令讨厌的家伙，”或“讨人喜欢的人，”等等。

但是，在多数场合，这些感情、看法是不会毫无保留地表现在寒暄中的，特别是当这种感情是憎恨和敌意，而不是令对方高兴的喜爱和好意之类的感情时，许多人都会将这种感情隐藏在面纱之下，尽量不

止对方感知。尽管如此，被抑制着的感情却总是在寻找着出口，一有机会，就会突然流露出来，以鞠躬和握手方式的无意识的变化表现出来。就是说，即使是初次见面，依靠仔细观察对方也可以得到了解对方的感情、看法，甚至对方人品的线索。

具体的例子可以举我昨天看到的情景。昨天，我在咖啡馆等人时，正巧碰到两个40岁左右穿着商人模样的灰色西服的人相互交换名片的场面。其中的一位行鞠躬礼时，只稍稍弯了弯腰，直视着对方的眼睛，而另一个则深深地鞠了一个躬，眼光向下。由此，我已经清楚地看出这两人之间的关系。

因为可以认为盯着别人的眼睛问候的人对对方怀有戒心，同时，无意中想向对方施加威胁，从另一个人深深鞠躬并且回避对方目光的态度中，可以看出表示着对方将自己怎么样都无所谓的意思。虽说深深鞠躬的人是位诚实靠得住的人，但是，在他鞠躬的动作中表现出对对方的一种无法克服的自卑感，是显而易见的。

果然，二、三分钟后，那个盯着对方的眼睛鞠躬的人，盘起腿，悠然地坐在椅子上，给人一种悠然自得的感觉。与此相反，避开对方的目光问候的那人却轻轻地坐在椅子上，一副毕恭毕敬的样子。

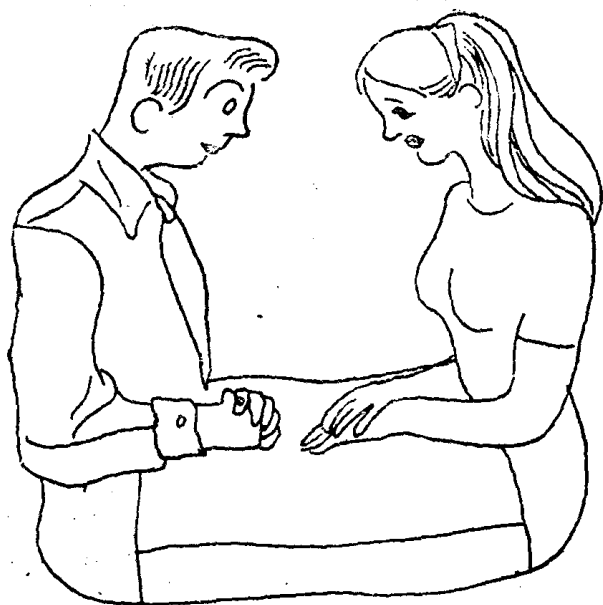
人们相互问候时的距离，正反映出心理上的距离



由此例可见，初次会晤者在见面时，他们所抱的感情和看法，往往无意中发展成上下之争，并且反映在鞠躬的方式和目光的位置上。会见时的优劣之争，不仅存在于人类社会，而且存在于动物世界，不过，它们用不着问候，仅仅以对峙就决出优劣势，占上风的盛气凌人，处下风的垂头丧气。然而，人类有由社会、文化所决定的问候，争执也就自然表现在其中了。

一开始，我就提到寒暄中对日本人来说最常见的是鞠躬。这时，观察对方同自己保持多大的距离，也是了解对方心理状态的重要一环。有许多人，碰见中年妇女鞠躬时，特意退后二三步，这也许是一种谦让的想法，但却给人难以接近和冷淡之感，使人难以敞怀直述而感到困惑。象这样拉开相互间的距离，无疑可以看作是戒心、谦让和客气之类情感的表露。

同欧美人相比，日本人一般都和对方保持一定的距离。从心理学上来看，问候时人们之间的距离正是其心理上的距离。有意保持距离，就证实了对对方无亲切感，也就是说，持有戒备、畏惧之心。反过来，可以利用这一点将当时的气氛引向有利于自己，也就是紧紧靠近对方，几乎擦到对方的肩膀进行问候。这样一来，无声中就表示了对对方丝毫不抱客气、畏惧之类的感情。不客气、不畏惧，只有处在对方的上风时才有可能，但是，这时可以做出这种样子来使对方陷入



问候时的距离正反映出心理上的距离  
处于下风的心理状态。

**握手时感到对方手上有汗，说明对方正处于不安状态**

下面我要讲的，是寒暄中握手的深层心理术。一般常说，握手的力气的大小同性格有关。比如，握手有力者多是富于主动性并充满自信的人，握手无力者则缺乏魄力，性格软弱。另外，在晚会上和不相识的人一个劲握手的人，表明他喜欢显示自己和社交。

但是，要识透对方的内心底层，必须注意到更微妙之处。听说在中世纪的欧洲，互不相识的人相遇时，如果不是敌人，就松开武器展开双手，边表示没有拿任何武器边相互靠近握手。因为大多数人都是右手得力，用右手握对方的右手，就用不着担心自己的刀会被拔掉，握手成了解除武装的标志。现代也是一样，握手是解除心理上的武装。正因为解除了精神上的戒备，心理上的微小变化也就容易表露出来。同时，握手有可以直接接触对方身体的有利之处。据说握手起源于人类尚是赤身裸体生活着的时代，最初，男人之间用手遮住生殖器进行问候，不久，演变成互相握手，所以握手本来就有“用身体了解人”的目的。

那么，通过握手了解对方的微妙心理活动，具体有哪些东西呢？其中具有代表性的就是根据手的湿润程度进行判断。我们知道，在人的身体中，常伴随着恐怖和惊讶之类的感情变化，不受自己的意志控制的自律神经就会活动起来，引起呼吸的紊乱，血压和脉搏的变化或者汗腺的兴奋（精神性的出汗）。我们看棒球比赛，当比赛紧张起来时，手里就会捏着一把汗。如果握对方的手，感觉到对方的手掌渗着汗，就可以认为对方心情紧张，失去了内心平衡。

曾经在警视厅活跃一时的科学搜查老手町田欣一就曾经劝警官们试用一下询问握手法，就是在询问嫌