

- 练就慧眼，识破他人谎言；
- 掌握技巧，揭穿恶意谎话；
- 精明处世，学说善意谎语。



ShiHuang
FangZha

识谎防诈

识破谎言靠智慧
防骗防诈有技巧



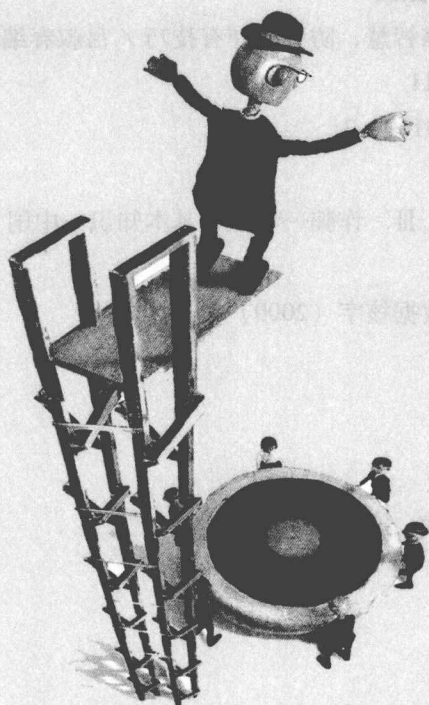
有人说他这辈子没有说过谎，其实这是最大的谎言

善意的谎言是交际的润滑剂，是增加幸福感的美酒，它是美丽的；恶意的谎言是阴险的欺骗，是产生伤害的毒药，一旦与它为伍，那么它所产生的伤害，不仅会让周围的人遭殃，而且最终会让它的制造者万劫不复。

吕叔春◎编著

中国物资出版社

吕叔春◎编著



识谎防诈

识破谎言靠智慧
防骗防诈有技巧

中国物资出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

识谎防诈：识破谎言靠智慧，防骗防诈有技巧 / 吕叔春编著. —北京：
中国物资出版社，2009. 11

ISBN 978 - 7 - 5047 - 3169 - 2

I. 识… II. 吕… III. 诈骗—鉴别—基本知识—中国 IV. D669.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 119634 号

策划编辑 钱 瑛

责任编辑 董 涛

责任印制 何崇杭

责任校对 孙会香 梁 凡

中国物资出版社出版发行

网址: <http://www.clph.cn>

社址: 北京市西城区月坛北街 25 号

电话: (010)68589540 邮政编码: 100834

全国新华书店经销

中国农业出版社印刷厂印刷

开本: 787mm × 1092mm 1/16 印张: 25.5 字数: 444 千字

2009 年 11 月第 1 版 2009 年 11 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978 - 7 - 5047 - 3169 - 2/D · 0065

印数: 00001 — 10000 册

定价: 46.00 元

(图书出现印装质量问题, 本社负责调换)

前言

走进社会，我们每个人都会陷入一个两难境地：一方面我们诅咒谎言，另一方面我们迫不得已也需要说谎。

其实只要冷静地想一下，就会发现：在现实生活中，我们每个人都不敢真实地面对自己的心灵世界，也无力对抗外部世界，于是，谎言就有了存在的理由。

有人曾统计过，每人每天都有可能说谎话，然而我们却认为自己是诚实、正直的人。实际上，当我们赌咒发誓时，我们所保证的恰好是不诚实。当我们所喜爱的亲戚朋友来做客时，我们可能谎称“生病”而不去上班工作，因为我们担心如果照常上班会使亲戚朋友感到受了怠慢。在表情严肃的交通警察面前，大部分人都是斩钉截铁、信誓旦旦地向他保证，自己没有违反交通法规。当婚姻顾问分别会见夫妻双方时，他几乎无法相信他所听到的是对同一个关系的讲述——因为这两种说法竟如此大相径庭，而且都是有着充分的理由，认为自己的讲述是真实可信的。很显然，他们都掩盖了一部分真实，而编造了一部分谎言。因为只有谎言才能让自己说得有理，才能把对方的无理凸显出来。

尽管谎言历来为追求诚实的人类所不齿，但是，我们只要走进社会，我们不由得不得不说谎，因为只有通过说谎，我们才能平衡各种关系，实现自己的某种目的和愿望。所以，谎言在我们的社会里也是一种生存智慧，谁都离不开谎言，因为如果你不说谎的话，就可能无法生存。

美国洛杉矶医学院的金格博士通过对人类谎言的考察，把各式各样的谎言概括为下述四种类型：

（一）操纵的谎言——说谎者是自私的人，他们用假话欺骗他人，以便达到操纵他人意志和行为的目的，使受骗者按照他们的意图行事。

(二) 逃避的谎言——借助花言巧语、利用种种借口制造谎言，以便推卸自己应当承担的责任。

(三) 炫耀的谎言——撒谎者通过夸大自己的成绩和能力以引起他人的注意，以便使他人对自己另眼相看。

(四) 夸张感情的谎言——撒谎的目的在于使别人注意自己，这种人往往可能通过装出一副生病痛苦的可怜相来博得他人的关心和同情。

我们还应该承认，除了上述四种谎言之外，还有一种谎言是善意的，是美丽的，是智慧的。这种谎言是为了使他人幸福和快乐而自己一个人承受痛苦。这种利他的谎言，以别人的利益为目的，是从善良的愿望出发的，虽属谎言，却比实话更可贵。

多少年来，人们一直在制定真善美与假恶丑的价值判断标准，但是，在实际生活中这种标准变得模糊不清了。一个谎言，我们很难说它是假恶丑的或真善美的，只能具体情况具体分析。

本书列举了生活中、情场中、商界中、职场中常见的一些谎言，以及它们的不同目的和效果，通过比较分析，我们可以在自己的生活中引以为鉴。另外，本书还阐述了谎言与为人处世的关系，以及如何识谎、破谎和防止受骗，意在让读者于字里行间学到一些处世的智慧，能够更深刻地理解人生与社会。相信，只要我们练就一双慧眼，认清各种谎言的面目，面对谎言，就能做出正确的应对和选择。

编 者
2009. 8

目 录



第一章

生活中谎言不可避免

在现实生活中，我们每个人都希望真诚相对。然而，扪心自问，难道你一生从未说过一点点小小的谎言吗？不管是为了不伤害别人，还是为了保护自己，谎言在生活中都是不可避免的，爱情的延续需要谎言，友谊的维持需要谎言，自尊的维护需要谎言……但是，说谎要以向善为目的，否则会自食苦果。

1. 交际中少不了“顺耳话” / 3
2. 善意的谎言可以化解误会 / 5
3. 生活里没有绝对的真实 / 7
4. 窘境中用语要灵活 / 9
5. 应酬场合不必过于真实 / 11
6. 社会的平衡需要适度的谎言 / 13
7. 婉言拒绝的谎言 / 15
8. 孩子为什么说谎 / 17
9. 改变“哄孩子”的家庭教育方式 / 20
10. 用“谎言”激励学生是高招 / 22
11. 宽慰人心的谎言 / 24
12. 以利他为目的的四种“谎言” / 26



第二章

情场中的谎言

感情的世界里离不开谎言，善意的谎言是增进感情所必不可少的润滑剂。因为我们需要别人对我们说一些听了心里舒服的话，“我永远爱你”也就成了千古不变的“谎言”。然而，说谎要有度，毕竟真正的感情是建立在真诚的基础上的，如果说谎的次数太多，必然会影响感情，直至葬送婚姻的幸福。

1. 男人为什么对妻子说谎 / 31
2. 谎言是维持婚姻的润滑剂 / 35
3. 给男人适度吹牛的空间 / 38
4. 爱情需要“花言巧语” / 41
5. 将情话“肉麻”到底 / 43
6. 青年男女用谎言建构情感世界 / 45
7. 女人用“谎言”套牢爱情 / 48
8. 谎言征婚，自食苦果 / 51
9. 谎言不能超越道德的底线 / 54
10. “新坏男人”的九大谎言 / 56
11. 谎言，让家庭亮红灯 / 59
12. 大骗子造谎，敢说敢做 / 62
13. 故意戏弄的谎言 / 64
14. 甜言蜜语让女人百听不厌 / 66



第三章

商界中的谎言

商界，是谎言出现最频繁的场所之一。俗话说得好：“无商不奸”，很多人也都意识到商人嘴里无真话的道理。但是，在实际生活中，我们总是不自主地接受商界的谎言。一方面是商界的谎言实在太高明了；另一方面是我们都受利益驱动的影响，无法不上当。这正是商人的“精明”之处。



1. 高息借贷，超级巨骗 / 71
2. 欺骗顾客，获得利润 / 74
3. 慎重对待“美容谎言” / 77
4. 商家真情谎言：买 100 返 60 / 79
5. 不要相信“十全十美的商品楼” / 81
6. 终身维修和无理由退货的谎言 / 83
7. 企业用人才的谎言 / 86
8. 企业投资的谎言 / 89
9. “概念经济”自欺欺人 / 91
10. 用谎言网罗人才 / 93
11. 机动灵活，奇正互变 / 95
12. 欺骗，商业中的一条不归路 / 98



第四章

职场中的谎言

职场里，人与人之间既有共同的利益，也有相冲突的利益，在这种利益关系复杂的场所，每个人都需要谨慎小心，因为你无法知道对方是否说真话。可以这么说，职业场所既是社会人才交流的舞台，也是谎言的集中地。无论是个人，还是企业团体，都需要运用谎言掩饰自己的真实目的。

1. 招聘者的谎言 / 103
2. “一切从辞职开始”是一句谎言 / 105
3. 职业诚信被束之高阁 / 107
4. “找不到理想的工作”实际上是欺骗自己 / 110
5. 办公室里七大谎言 / 112
6. 职场谋生也需要包装 / 117
7. 办公室恋情最甜蜜 / 119
8. “病人只不过是一件道具” / 121
9. 求职中的谎言 / 124
10. 光速般的流言 / 126



第五章

善意的谎言与赞美的技巧

在每个人的心中，都有着爱听顺耳的赞美话的天性。夸奖的话越多，心中越高兴，信心也随着增强。即使明知对方讲的是善意的谎言，心中还是免不了会沾沾自喜，这是人性的弱点。所以说，用善意的谎言去赞美人，是处世的要诀之一，也只有精于此道者，才能在社会上左右逢源，处处吃香。

1. 赞美的话要多说 / 131
2. 巧用谎言夸女人 / 134
3. 赞美要有创意 / 137
4. 赞美他人，要把握好尺度 / 139
5. 说话有技巧，讨人欢心有手段 / 142
6. 赞美要恰如其分，好听更要中听 / 145
7. 用赞赏取代批评 / 148
8. 巧用美言为自己解围 / 150
9. 往对方脸上贴金 / 152
10. 适时赞美的五种秘诀 / 154
11. 称赞对方得意之事，迎合人心就行 / 156



第六章

必要的“谎言”与求人办事的尺度

古语有云“兵不厌诈”，求人办事也一样要有技巧。你要审时度势，投其所好，掌握好说实话假话的火候，只要能把话说到对方的心坎里去，事情也就容易办了。必要时也可巧设“圈套”，让对方往里钻，从而顺利达到自己求人办事的目的。

1. 无中生有的“激将法” / 161
2. 巧设话局，乘“虚”而入 / 163



3. 劝导不如“谎言”诱导 / 165
4. 旁敲侧击，迂回而进 / 167
5. 故布疑阵，以假乱真 / 169
6. 对于误会，有时不妨将错就错 / 173
7. 给“谎言”加点真实的作料 / 175
8. 以小充大，误导他人判断 / 177
9. 巧拉家常，谎言也能说服人 / 179
10. 对付伪君子要诱敌入瓮 / 182
11. 反客为主，求人理由要充分 / 184
12. 先“哄”好，再“求”人 / 186
13. 明知故“昧”，后发制人 / 189



第七章

言谈多变，学会自圆其说

事起仓促，说话应变不当，就可能让自己的言语出漏儿。每个人都有过说话出漏儿或者假戏做得不真的情况，这就说明说话的应变能力还有待提高。千万不要认为这是无关痛痒的小毛病，有时一个小漏洞就能给你捅大篓子。所以，说话一定要在一个“圆”字上下足工夫，这样才能将真话说得更动听，将善意的谎言说得更得体。

1. 编造“真实”，自圆其说 / 193
2. 说话要合乎逻辑 / 196
3. 假戏真做，慎言别露馅 / 199
4. 失言了要及时弥补 / 201
5. 借助情感的力量将“谎”补圆 / 203
6. 话圆能免灾，信口开河多惹祸 / 206
7. 将假戏唱到底 / 208
8. 懂得如何替别人圆谎 / 210
9. 用迂回的策略予以反击 / 212



第八章

以“善”为本，恶意的谎言决不说

恶意的谎言是阴险的，如同产生伤害的毒药，一旦与它为伍，那么所产生的伤害，不仅会让周围的人遭殃，而且最终也会让它的制造者万劫不复。所以，我们说谎言要坚持以“善”为本的原则，以成人之美、避人之嫌、宽人之心、利人之事为目的，这样才能增添人际交往的魅力。

1. 用善意的谎言“哄”女人 / 217
2. 赞扬：挖掘孩子潜能的最好工具 / 219
3. 学会说善意的谎言 / 222
4. 美丽人生的谎言 / 224
5. 心存真实，假话亦可贵 / 227
6. 谎言，并不都是丑恶的 / 230
7. 假话自有假话的道理 / 233
8. 场面话是一种善意的谎言 / 236
9. 化敌为友的谎言 / 238
10. 不要将谎言变成恶意的欺骗 / 240
11. 不要骗取大众的同情心 / 242



第九章

善意的谎言也有忌讳

说善意的谎言也不能无所顾忌，要想通过善意的谎言实现自己的目的，就需要避开一些敏感性话题，不能触犯别人的“雷区”，否则，即便是善意的谎言也可能引火烧身。此外，要想将善意的谎言说得滴水不漏、尽善尽美，也不能忽视一些技巧性的问题，比如恰当的语速、“真挚”的表情、认真的态度、得体的肢体语言，这些都是说话时应该注意的。

1. 忌拖泥带水 / 247
2. 忌过于自夸 / 249



3. 忌用语太明确 / 251
4. 忌打无准备之仗 / 253
5. 忌打肿脸充胖子 / 255
6. 忌眼神飘忽不定 / 258
7. 忌踩上别人的“雷区” / 260
8. 奉承的谎言忌说得太多 / 263
9. 不能忽视语气和语速 / 264
10. 忌说话时态度不端正 / 266



第十章

慧眼识谎

一般的谎言，我们可以通过窥探说话者的目的和动机以及依靠逻辑推理来判断其真伪性。但对那些高明的说谎者，是很难从其言语本身找到说谎的痕迹的，这就需要我们仔细地观察，尤其是说话者的“体语”。因为这种“无声语言”是一种自然的流露，是很难作假的，当一个人开始说谎时，他的身体语言就会悄无声息地出卖他。

1. 从假动作中看透谎言 / 271
2. 解读肢体语言 / 275
3. 手掌行骗术 / 277
4. 表情是识人的秘密武器 / 279
5. 腿足：离大脑最远但最诚实 / 283
6. 通过“无声语言”去测谎 / 288
7. 以眼识人——窥探人心的窗口 / 291
8. “酒后吐真言”，如何识别其真假 / 295
9. 名分是虚假的谎言 / 297



第十一章 破谎要“巧”

要想揭穿一个人的谎言，一定要有一些技巧。你不妨先按兵不动，然后循循善诱，诱使其说出真话；或者步步紧逼，让他的谎言不攻自破……当然，如果你早已揪住了对方的小辫子，就不用耍这些“手段”了，但也不要当众戳穿对方的谎言，只要没有危及你的根本利益，你不妨给他人留点面子，点破即可。

1. 以柔克刚，给人台阶下 / 303
2. 宽以待人，以诚待谎 / 305
3. 循循善诱，步步为赢 / 307
4. 妥善处理孩子的谎话 / 310
5. 以讹对讹，以谬对谬 / 312
6. 环环相扣，让歪理不攻自破 / 315
7. 得饶人处且饶人，对对手“嘴”下留情 / 318
8. 识破男人谎言的技巧 / 321
9. 用你的刺戳穿陷害 / 324
10. 反守为攻，反客为主 / 326



第十二章 说实话，不轻易造谎

做人要以诚为本，不能轻易说谎，但说实话也要讲技巧。不懂变通，直来直去，赤裸裸的大实话最容易伤害他人。会说话的人不会直话直说，他们善于以迂代直，或委婉，或间接，或含蓄，曲径通幽地把实话说出口。尤其是一些难听而又不得不说的实话，更不能直言相告。否则，就会吃力不讨好。

1. 诚实守信，不造谎 / 331
2. 讲诚信，不失信于人 / 333



3. 与上司说实话的技巧 / 336
4. 跟领导说实话要善找机会 / 338
5. 说实话要因人而异 / 341
6. 说实话要灵活应变 / 343
7. 实话巧说，坏话好说 / 345
8. 实话有忌讳，凡事要多留心 / 347
9. 话里藏话，巧“弹”弦外之音 / 351
10. 说实话要委婉 / 354
11. 实话实说不等于口无遮拦 / 356
12. 说顺耳的忠言 / 359



第十三章

如何防止受骗

俗话说：“害人之心不可有，防人之心不可无。”社会是复杂的，到处有谎言和陷阱，要想免受其害，就要学会保护自己。首先，要守好自己的“奶酪”，比如工作机密、个人隐私等要害之处，做到严密无缝。其次，做人切莫贪便宜，天上不会掉馅饼，越是看似占便宜的事越要小心。不劳而获，往往是骗子们迷惑你的谎言。想享福，必受罪，想占便宜，必吃亏！

1. 装上防骗这根弦，让骗子无法得逞 / 365
2. 不给别人当枪使 / 367
3. 不要轻信他人 / 371
4. 谨防商业骗局，不要赔了夫人又折兵 / 373
5. 加强防范，严守商业机密 / 376
6. 生意场上最怕大意 / 379
7. 多留心，不见利益不出手 / 381
8. 害人之心不可有，防人之心不可无 / 383
9. 识破骗子的五大秘诀 / 386
10. 对朋友也要留一手 / 389
11. 给你的隐私加把锁 / 392

第一章

生活中谎言不可避免

在现实生活中，我们每个人都希望真诚相对。然而，扪心自问，难道你一生从未说过一点点小小的谎言吗？不管是为了不伤害别人，还是为了保护自己，谎言在生活中都是不可避免的，爱情的延续需要谎言，友谊的维持需要谎言，自尊的维护需要谎言……但是，说谎要以向善为目的，否则会自食苦果。

1. 交际中少不了“顺耳话”

生活中，真实是重要的，真诚更加重要，然而，每个人都爱听好话，如果我们在社交过程中一点“顺耳话”也不会说，就有可能处处碰壁。

社交礼仪中少不了顺耳话，虽然这些话大都掺有水分，但人类缺少这些套话，社交礼仪就无法成立了。

有这么一个故事，王员外家添了个孙子，在满月酒的那天，来了许多贺喜的宾客，大家都看着孩子在有意无意地闲谈。

李秀才说：“令孙将来一定福祿寿全、飞黄腾达、富贵荣华、光宗耀祖。”

罗秀才说：“人都是一样的，这孩子将来也会长大、变老、死去！”

李秀才受到热烈的欢迎，被待为上宾；而罗秀才则受到客人的鄙视、主人的忌恨与冷遇。

难道罗秀才说的不是实话吗？当然是实话，可是实话是难听的。相反，李秀才说的极有可能是假话，一个人“福祿寿全”是很难的，但就是假话讨得了主人的欢心，因为主人正是这么期望的。

生活本身常常是平淡无奇的，天上掉馅饼的事总是少的，而灾难和厄运倒是常常不知不觉地走过来。人类本身的天性是向往美好的，喜欢富有刺激、带有浪漫色彩的生活。如果我们什么事情都从实道来，世界上有些事也许就成为没有意思的事了。所以，不少人爱听谎言胜过爱听真理。

“顺耳话”给人们的幻想与虚荣心带来极大的满足，使人心情愉悦。它让人觉得自己在别人的生活中是受到尊重与重视的，因此它在生活中也是必不可少的。卢梭在《忏悔录》中说：“我从没有说谎的兴趣，可是，我常常不得不羞愧地说些谎话，以便使自己从不同的困境中解脱出来。有时为了维