

# 神秘的人體語言



編士示



# 神秘的人體語言



編士示



ISBN-80521-140-X/G·47

定价：2.80 元

# 神秘的人体语言

示土 编

广东旅游出版社

1989·广州

特约编辑: 冬天

装帧设计: 国伟

## 神秘的人体语言

示土编

广东旅游出版社出版发行

(广州市环市东路淘金坑42—43号)

广东佛山报社电脑印务中心印刷  
佛山致美印刷有限公司

787×1092毫米 6.5印张 130千字

1989年9月第1版 1989年9月第1次印刷

印数1—20000册

ISBN 7-80521-140-X G·47

定价2.80元

## 序

语言就人类而言，是一种表达意识的方式。可是，一般而言，语言是属于“理性”的表现，不能率直地传达人的内在的真实感情与欲望，尤其是在现代社会结构日益变迁，人际关系日趋复杂的环境中，如何通过神奇的人体语言来判断和了解人与人之间的一切？这是颇值得研讨的问题。所谓“知己知彼，百战百胜”。这虽是古兵家的术语，但置诸今日社会，也是成功法则。

根据“人类学”与“心理学”各项调查显示，人类的态度、动作与行为所表示的意义，有时较诸语言更为重要，也更能表达其心意。这便是本书所探讨的“人体言语术”。

本书内容，极尽可能汇集有关“人体言语”各方面的研究成果，并作有系统的整理，由头至尾，人体各部位所表露各种语言以外的态度、行为及动作，其中究竟有何含义，都一一作具体的介绍。

希望读者诸君能在日常生活和工作之中，不断体验和实践，更好掌握他人的心意，建立良好的人际关系，做一个成功的人。

## 目 录

第一章 何谓人体语言	1
三项基本理论	2
感情变化所产生的人体变化	3
防御意识的势力范围	6
四种意识的范围	9
自我亲密性的自我接触	11
重新体认“人体言语”	14
第二章 脸部的感情丰富	17
各种笑容的心态	20
“东方式微笑”与中止微笑	21
中止微笑的威力大	22
无表情并非无感情	23
第三章 会说话的眼睛	29
各种眼神的讯号	29
视线的“交流”分析	32
看眉毛的妙言	36

---

<b>第四章</b>	<b>嘴何止用来说话那么简单</b>	<b>39</b>
	嘴部动作的各种意义	39
	表露于嘴唇的形态	42
	嘴唇表现唤起的联想	45
	抽烟形态的心理意识	47
<b>第五章</b>	<b>耳和鼻子能反映出的心态</b>	<b>49</b>
	鼻子的象征及表露的态度	50
	耳、鼻的自我接触	53
	教你不宜开口的动作	57
<b>第六章</b>	<b>头部所表达的讯息</b>	<b>59</b>
	四种头部的自我接触	59
	人与人之间的头部接触	65
	头部动作的各种意念	67
<b>第七章</b>	<b>头发与人体语言</b>	<b>71</b>
	发型所表现的个性	72
	发型转变表明意识与决心	73
	头发有“爱的象征”的意义	77
<b>第八章</b>	<b>自我的表现在于下颚</b>	<b>81</b>
	下颚“突出”“收缩”的动作	82
	胡子使下颚更加突出	83
	缩下巴乃顺从表现	85

---

下颚的“自我亲密”接触	86
<b>第九章 人体语言也有地域之分</b>	<b>89</b>
“应和”的不同表示	91
否定的“甩动脖子”	95
“垂头”意味屈辱的态度	98
<b>第十章 肩部于男性意义重大</b>	<b>99</b>
象征男性尊严的肩部	101
“缩肩”和“斜姿势”	102
肩部接触说出彼此关系	104
男女搭肩属于亲密信号	106
<b>第十一章 胸部的人体语言</b>	<b>109</b>
手置胸前乃防卫本能	111
挺胸表示自信	112
胸部的势力范围	116
<b>第十二章 具有魅力的背部</b>	<b>117</b>
刺激想像力的背部	117
背部的三种看法	119
背部的各种形态	121
背部的接触	123
<b>第十三章 腰部有支持精神的作用</b>	<b>127</b>

---

腰部低姿势的态度	127
各种腰部动作	130
坐姿与蹲姿	132
有挑逗作用的臀部	135
<b>第十四章 腹部也具丰富的表情</b>	<b>137</b>
腹部精神上的意义	138
挺腹具备优越感	139
腹部与服装的关系	143
关于下腹肌	144
<b>第十五章 手比嘴巴更会说话</b>	<b>147</b>
手与手互握	149
各种手势的讯息	150
玩弄物件的不同表示	155
<b>第十六章 腕部是力量的象征</b>	<b>159</b>
两腕交叉的意义	159
两腕交叉的各种变化	161
在胸前交叉双手的女性	163
手挽手的不同表现	166
<b>第十七章 腿能将本身意志暗传对方</b>	<b>171</b>
由脚部动作察知家族情况	173
腿部表达的无声语言	173
男女不同的腿部表现	176

---

第十八章 足部的反映趋向多样性	179
各种动作与其心态	180
观足部姿态知其心意	183
凭足部表现推测人际关系	186
第十九章 从整体角度观人	189
“模仿”及“好打扮”行为	189
不协调的姿势及态度	193
步姿反映出人的心态	197

## 第 1 章

# 何谓人体语言

“人体言语术”是什么呢？

如果你联想到，这是相爱的男女，不需用言语，而藉着“人体接触”去进行有关性爱的事情，那便谬之千里了。

本书所说的“人体言语术”，开章明义，乃是观察人体各部分非言语所传达的各种情感表现，探讨更深一层的阅人方法。换句话说，这是藉着观察人体各肢体器官所表现出来的动作，去测知其内涵的感情的一种技巧。

譬如：任何人与他人见面时，如果对方伸出手来，要求握手，你必然可感觉他在表达“欢迎”之意；或是，以点头方式将“是”之同意、赞成的情感传达给对方。本书目的即是帮助你如何看透人们平常下意识所流露的举止，并探讨其各种表现方式。

一个人无论有意识与否，必然表现出种种行为。但遗憾的是，除了握手之类，人们对于已形成为某种表达方式的社会习惯，往往只能表示漠然或“说不上来……反正就是那种感觉”

很多人都有此种经验，与他人洽谈工作时，难以做进一步交谈。究竟原因何在呢？与那人道别之后，一路上自

付才猛然顿悟“对！那种态度已表示拒绝我的意思。”也许那人顾虑你的面子，而不愿意一口回绝“不”。基于这一层顾虑，不论他是否有意，总之，他已经采取某种姿态了。

如果，当时你察觉他的行为，迅速了解其中含意，不单可以避免让他产生不愉快的想法，也不必浪费时间和口舌哩！

### 三项基本理论

“人体语言”比一般口说出的语言更具传情达意的功效。我们说的话，真实性一般会减少一些。然而，人是感情的动物。所谓有诸于内，形诸于外，“人体语言”正是我们心底的反映的反映，是100%真实的，没有虚假的。

基于这一意义，“人体言语术”可解释为，针对任何人均可在无意中略微体会到的各种行为中所含意思，加以更细密的分析、研究，作为非言语的情感传达手段，而建立之学问体系。

然而，“人体言语”的研究，属于学术史上的新理论，他与其文渊源学，文化人类学、精神医学、动物行动学等，其演变至为复杂；为便于读者们建立初步概念，将以最浅明易懂的文字叙述，将学理上的问题加以整理，并归纳出三项理论。

该三项理论，第一为“身体行动学”（Kinesics）。由此一分析所道出一理论，一言以蔽之，即是所谓“人类的感情或欲求，在无意识之中，形成人体变化而表现出

来”。第二，属于“Proxemics”理论的一部分，此与动物行动学亦具备密切的关连性。由此道出的理论，主要在说明“人人具有各种不能眼见的势力范围”。第三即是心理学或动物行动学上所称“自我亲密性”的问题。简言之，就是“无论何人均具有与他人接触的欲求，如果此一欲求遭受抑制，取而代之，则形成自身与自身接触的现象。”

本书所叙述身体各部位的人体言语，完全依据上述三项理论，或三理论的组合，以浅显的文字说明，使你在学理上能获得充分的认识。

### 感情变化所产生的人体变化

俗语有谓：“麻将台上拣女婿”。理由很简单，麻将耍乐时，正是表露人体语言的好场所。例如当我们摸得一副好牌，自然尽量隐藏喜悦之色，以防牌友察觉，以免被封了牌路。虽然喜悦之色可收藏，但紧张之色却难掩盖，常会不自觉地手发抖。

此一现象不仅限于输赢方面。譬如：在众人面前发言、唱歌时，由于过份紧张以致手脚发抖、手掌出汗之类，想必每一个人都有过此种经验。

所以，人类随着感情变化，而在人体上发生微妙的变化之理论，经过美国爱德华博士的实验，获得确切证明。爱德华博士在全美医疗催眠学会上，曾将其实验结果如“当眼睛受到犹如给予舒适刺激似的吸引时，在无意识之中，瞳孔会扩大。譬如：通常男性的眼睛看见女性裸体照

片时，瞳孔即扩大至二倍……”等公开发表。

的确，人类的瞳孔，由于光线明暗而造成收缩、扩大的现象，小学生教科书中早有记载，任何人均有所了解；但是，由瞳孔而能察知人类的感情，诚然是令人深感兴趣的。只要懂得这一点，我们立即可以当作人体言语术的一种，而加以应用。

譬如：我们假设自己是百货公司的店员，有一名女性顾客正在东挑西选地审视各式围巾，但是，她却难以明确地表白本身的意思。假使不知察言观色，胡乱地建议，而不能投其所好，则这一笔交易终必泡汤，那时候，您应该将各式围巾取在手中供顾客挑选，一面暗中观察她的眼神，必然可以感觉出她比较喜爱那一条围巾，大致均如您所料，不会产生差错。接着，还得仰赖您的伶俐口舌设法引发她的购买欲。

不少成功的售货员，就是凭着静心留意顾客的“人体语言”，而做成买卖的。

类似的人体感情，在没有意识下所产生的变化，而表现出来的行为，经专家的深入研究、经已得到合理的解释。以下我们把专家研究的心得，综合给大家做参考。我们人类的大脑，如同生理反应一样，只要输入某种感情要素，其立即形成人体各部位的神经电讯，而进行传达，并产生肉体反应而表现出来。

值得注意的是职司该类反应的神经，即属自律神经，犹如众所周知者，自律神经的作用，并不能单凭自我意思加以左右；人的感情即使不愿意，也会率直地表现在人体变化上。所以，反过来说在人体言语术里，所谓密切注意

人体上的微妙变化，即是了解人在无意识中所表达的感情或欲望的一个要点。

警察用于调查嫌疑犯的测谎器，即是利用人类的此种生理反应。人的皮肤经常有微弱的生理电流通过，测定其变化，即可了解犯人的精神平衡状态，进而判断其供述内容的可靠性。

当然，该一场合，或许藉着电波的调换，致无从了解一个人的心理状态；可是，只要属于人体的变化，可为肉眼所见者，则可据此而了解人心。探究何种人体微动作所具备的心理意识，并助益于非言语的情感传达之研究，即是人体言语的第一理论“身体行动学”。根据人类学者李氏所下定义：“身体行动学即是针对人与人之间，非言语情感传达的视觉层面，而进行研究的学问。该项研究可区分为三部分：前身体行动学偏重身体行动上及有关生理学的情感传达的层面；微身体行动系抽出动力（身体言行上可分离的最小单位部分），研究可操作之形态学上的部门；至于，社会身体行动学则系研究关联情感传达时，所产生形态学上的构造。”

上述稍许偏重专门理论，惟主要在于“动力”（Kine）一词，其意义系指人类身体行动的最小单位部份。譬如：以嘴角示意、使眼神等，皆为人体最微妙、最小的动作。重复言之，解释该类动作所包含的情感传达意义。或心理意义的研究，即是“身体行动学”。

身体行动学的具体成果，本文暂不说明，主要在于应用这些学问成果，才能看透在无意识之中，形成举止或动作，而表现出来的一个人“内心”。

因此，要是你经过深入研究，仔细参阅本书向你提供的资料，再经你苦心钻研，不久的将来，你甚至可以做到，留意在餐厅内吃东西的顾客，就是他们不发一言，你也可以凭他们的姿势及动作，得知他们的感情及欲望。

别说没可能，只要你认真读完此书便成。

### 防御意识的势力范围

其次，就补充该“身体行动学”的第二理论[Proxemics]作一探讨。

本节系针对怎样形成一项社会不当行为展开研究，其中在调查所谓飞车党实态时，发现颇为有趣的现象。那就是飞车党的一伙人，乍看之下，皆是非常普通、温顺的年轻人。譬如：不单是飞车党徒，平常连蚂蚁都不敢踩死者都改变了，个性变得十分暴躁。如果他人有超车意图的话，便会使其忍不住想加速甩脱对方。

车本身似乎潜藏某种可以暂时改变一个人性格的因素。这某种因素其实与[Proxemics]有关。我们不妨先就结论谈起，人各自带有其肉眼难见的“势力范围”，此由于骑车之行为，而扩及于车本身，遂导致一种感觉，平常对于存在于某距离内的他人并不在乎，这时却认为他人仿佛已侵入自己的“势力范围”内。

“势力范围”一词，也许会使你获流氓所称的“地盘”联想一起。但是，此处所采用的意义系源自动物行动学的概念。

动物的“势力圈”感觉十分发达，这一点相信每一个人都已经知道。动物在本能上，为了保护以自己生殖活动为中心的生活，而且有势力范围的规律，一旦他物侵入自己的势力范围，便视同仇敌，不计一切想将他驱赶出去。在动物奇观的电影中，经常出现此一场面。

严格地区分，“人类”也是动物的一种，因此，动物行为学上的“势力范围”的意识形态，也可以代入人类的生活中。动物的身体语言，是公认的能手（如狗摇尾以示欢迎人类），而人则只是被“文明”禁制了行动吧！

模仿动物“势力圈”行动的人类，其“势力圈”的感觉，大多数均与动物的该一本能相同，包含有“防卫”、“防御”的意义。自我占有，或在自己支配下的身体四周领域，称作“势力范围”。

譬如：有一次尝试故意侵入他人的势力范围。此非耸人听闻之事件。当我隔着桌子与友人聊天时，便逐渐将身子趋近桌面，同时配合此一动作，将桌上的烟灰缸推向对方。

这么一来产生何种结果呢？对方随着我的前趋动作，而逐渐将身子后仰，不久，便开始小幅度地摇幌身体、移动椅子之类。接着，对方利用抽烟之际，拿起烟灰缸，重新推回我这一边。其实，此不过是将“人体言语”的理论加以应用的实例之一，此一现象完全符合法斯特教授所言，令人折服。

该实例中，首先，对方针对我的侵入而将身子后仰，即是表示“你正侵入我的势力范围”的警戒信号，其后继续做出摇晃上身的动作，也许本人并未意识到，此举即是