

# БОЛЬШАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

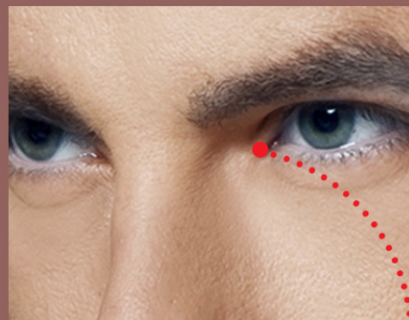
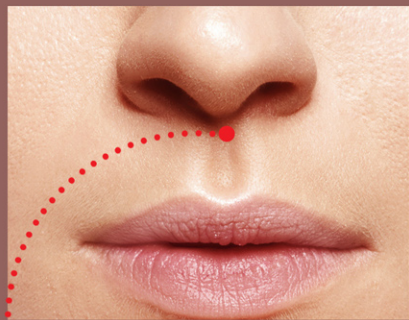


• Знаки судьбы • Секреты привлекательности •

# ЧТЕНИЕ ПО ЖЕСТАМ И ЛИЦАМ



• Скрытые мотивы поведения • Тайны общения •



• Способности • Характер • Управление людьми •

Свыше 400 цветных иллюстраций

Елена Атай

БОЛЬШАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

ЧТЕНИЕ  
ПО ЖЕСТАМ  
И ЛИЦАМ



Свыше 400 цветных иллюстраций

По лицензии от Shutterstock.com использованы фото следующих авторов:

Aaron Amat, Accord, ADA\_photo, Adam Gregor, Africa Studio, Ahturner, Alan Poulson Photography, Alberto Zometta, Aleksandra Kovac, Aleksey Klintsil, Aleshyn\_Andrei, Alexander Paths, AlexandreNunes, AlexAnnaButs, Aleksander, Amir Kaljkovic, Ana de Sousa, Anchy, Andresr, Andrew Lever, Andrey\_Popov, Andrii Muzyka, Anetlanda, ANRIR, Anton Oparin, Antonio Guillem, Artem Furman, ArtFamily, Asier Romero, aslysun, Aspen Photo, auremar, Avesun, Axel Bueckert, AXL, Bad Man Production, baranq, Belinka, BestPhotoStudio, Bevan Goldswain, bikeriderlondon, Blaj Gabriel, BlueSkyImage, Bo Valentino, bullet74, CameronWhitman, Catalin Petolea, catwalker, chaos, Charlesimage, courtyardpix, Creativa, cristovao, CURAphotography, Dan Kosmayer, Darko Ilic, Dasha Petrenko, DenisNata, Denys Prykhodov, De-V, Dhoxax, Discovod, Dmitri Mihailov, Dmitry Naumov, Dmitry\_Tsvetkov, docent, dotshock, dreamerve, Dundanim, EDHAR, Eduard Derule, Edyta Pawlowska, ehtesham, Elena Kharichkina, Erik Kalibayev, Eugenio Marongiu, everst, EvgenyDubinchuk, exopixel, Featureflash, Firma V, freya-photographer, funkyfrogstock, FuzzBones, FXQuadro, gamble19, Gang Liu, George Dolgikh, Giuseppe\_R, GlebStock, Goodluz, gorbelabda, gpointstudio, grafvision, Graphic design, Gromovataya, hacojob, happy end, harper kt, Hasloo Group Production Studio, Hugo Felix, lablonskyi Mykola, iatlo, Igor Kireev, Igor Kolos, Ihar Palitanski, iko, Ikonoklast Fotografie, ILYA AKINSHIN, Inara Prusakova, Inga Ivanova, Inga Marchuk, InnervationArt, Ioannis Pantzi, Iryna1, Ivan Lonan, Jason Salmon, Jeanette Dietl, Jessmine, Jinga, Jo Ann Snover, Jochen Schoenfeld, Jorg Hackemann, JStone, Juan Carlos Tinjaca, Juergen Faelchle, Julia Gurevich, Julia Zakharova, Julie DeGua, Kaponia Aliaksei, karelnoppe, kazoka, kishelgof.com, kitty, kiuikson, KN, Konstantin Chagin, Kues, kurhan, Kuttelvaserova Stuchelova, Lightpointe, Laurin Rinder, Lebedinski Vladislav, lenetstan, Leonid and Anna Dedukh, lightwavemedia, Liya Espinosa, Lipowski Milan, Lisa F. Young, Lisa S., lithian, Ljupco Smokovski, Loskutnikov, LuckyImages, Luis Santos, luminainages, macfuton, Maksim Toome, Malyugin, MANDY GODBEHEAR, mangostock, Marco Prati, marcogarrincha, MarcusVDT, Maridav, Maridav, Marina\_Po, Markus Gann, mast3r, Maxim Safronov, maximino, Mayer George, mcseem, Menno Schaefer, MichaelJayBerlin, michaeljung, Mike Laptsev, milka, mikute, MillaF, mimagephotography, Minerva Studio, mishabender, MNSKumar, Monkey Business Images, NagyDodo, Neuron Photo, Netfalls – Remy Musser, Nomad\_Soul, ntstudio, Olga Drabovich, Olga Ekaterincheva, Olga Popova, Olyy, OPOLJA, ostill, Ozerov Alexander, Ozgur Coskun, Patrycja Mic, Paul Matthew Photography, Pavel L Photo and Video, Pavel Lysenko, PawelSierakowski, Peshkova, Peter Lang, photomak, pio3, Piotr Krzeslak, Piotr Marcinski, Pressmaster, pzRomashka, racom, Radu Razvan, Rafal Olechowski, Raisa Kanareva, rebirth3d, Refat, Rido, Rob Marmion, Robert Kneschke, RobinE, rubchikova, rujithai, nsoft, s\_bukley, S\_L, Sandy Schulze, Sarah Cheriton-Jones, S-BELOV, Sebastian Gauert, Serg Zastavkin, Sergey Furtaev, Sergei Starus, Serov, Sheftsoff, Shell114, Shots Studio, Simon Greig, skyfish, slon1971, Stéphane Bidouze, Steve Heap, stocklight, StockLite, stockyimages, Stokkete, Stuart Monk, Subbotina Anna, suravid, SvetlanaFedoseyeva, Syda Productions, Sylvie Bouchard, Taiga, T-Design, Timof, Timurpix, titov dmitry, tobkatrina, tommaso lizzul, Toranico, Tyler Olson, upthebanner, Urszula LysioneK, Valeriy Lebedev, Valua Vitaly, vector-RGB, vgstudio, Vibrant Image Studio, victorass, Vikas Garg, VILevi, Viorel Sima, visivastudio, vita khorzhevskia, Vitalinka, Warren Goldswain, wavebreakmedia, Winai Tepsuttinun, wtamas, YanLev, Yeko Photo Studio, Yuganov Konstantin, Zdenka Darula, Zoom Team, Zurijeta.

## **Атай, Елена Георгиевна.**

Чтение по жестам и лицам. Большая энциклопедия / Елена Атай, Ольга Дайняк.

Человек всегда стремился понять себя и свой внутренний мир, разобраться в том, какие люди его окружают. А ведь для этого не нужно ходить далеко, стоит только внимательно взглянуть на себя в зеркало или на своего собеседника. Связывая индивидуальные внешние особенности с особенностями поведения, вы можете быстрее понять человека, даже если видите его впервые, а значит, получаете уникальную возможность контролировать любые жизненные ситуации и влиять на их развитие. Данная книга поможет вам самостоятельно освоить азы этого увлекательного искусства, научит использовать полученные знания применительно к себе и своим знакомым и, может быть, послужит толчком к углубленному проникновению в мир собственного Я. Издание предназначено для широкого круга читателей, но будет особенно интересно тем, чьи профессии связаны с общением и требуют определенного воздействия на людей: менеджерам, бизнесменам, педагогам и т. д. Создатель книги – Елена Георгиевна Атай, журналист, писатель, культуролог, магистр социологии, автор более 3000 публикаций и 50 книг.

Издание для досуга

ПОДАРОЧНЫЕ ИЗДАНИЯ. ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ТАЙН

**Атай Елена Георгиевна  
Дайняк Ольга Александровна  
ЧТЕНИЕ ПО ЖЕСТАМ И ЛИЦАМ  
БОЛЬШАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ**

# Оглавление

<b>Введение</b> .....	5	<b>Мимика</b> .....	109
<b>Что такое физиогномика</b> .....	8	Базовые эмоции .....	109
История физиогномики .....	9	Выражение лица .....	118
Физиогномика сегодня .....	13	<b>Язык тела</b> .....	123
<b>Искусство чтения лица</b> .....	14	Формы тела .....	125
Правила изучения .....	16	Физиогномические	
Лицо .....	18	особенности типов .....	130
Лоб .....	28	О чем говорит наше тело .....	138
Брови .....	33	<b>Тайны руки</b> .....	141
Глаза .....	34	Форма ладони .....	141
Нос .....	56	Пальцы .....	144
Щеки и скулы .....	63	Жесты .....	148
Рот .....	65	<b>Ноги и характер</b> .....	160
Нижняя челюсть .....	75	Длина ног .....	161
Родинки на лице и их значение .....	84	Стопы .....	164
Прикосновения к лицу .....	87	Пальцы .....	165
<b>Что расскажут голова, уши и волосы</b> ....	91	Положение ног .....	168
Голова .....	91	Походка .....	171
Уши .....	97	<b>Личное пространство</b> .....	173
Волосы .....	102	Жесты вторжения .....	177



Жесты защиты .....	180	Оценка другого .....	197
Барьерные жесты .....	182	Принятие решений .....	197
<b>Жесты</b> .....	187	Несогласие .....	198
Коммуникативные жесты .....	187	Агрессия.....	199
Ситуативные жесты .....	188	Сексуальное привлечение .....	202
Жесты и возраст .....	190	<b>Практическое</b>	
Жесты и социальный статус.....	191	<b>применение физиогномики</b> .....	215
Как подделать язык жестов.....	192	Способности.....	215
<b>Характеристика личности</b>		Лидер ли я? .....	219
<b>по мимике и жестам</b> .....	195	Профессия .....	223
Самооценка.....	195	Здоровье.....	233
		<b>Алфавитный указатель</b> .....	237



# Введение

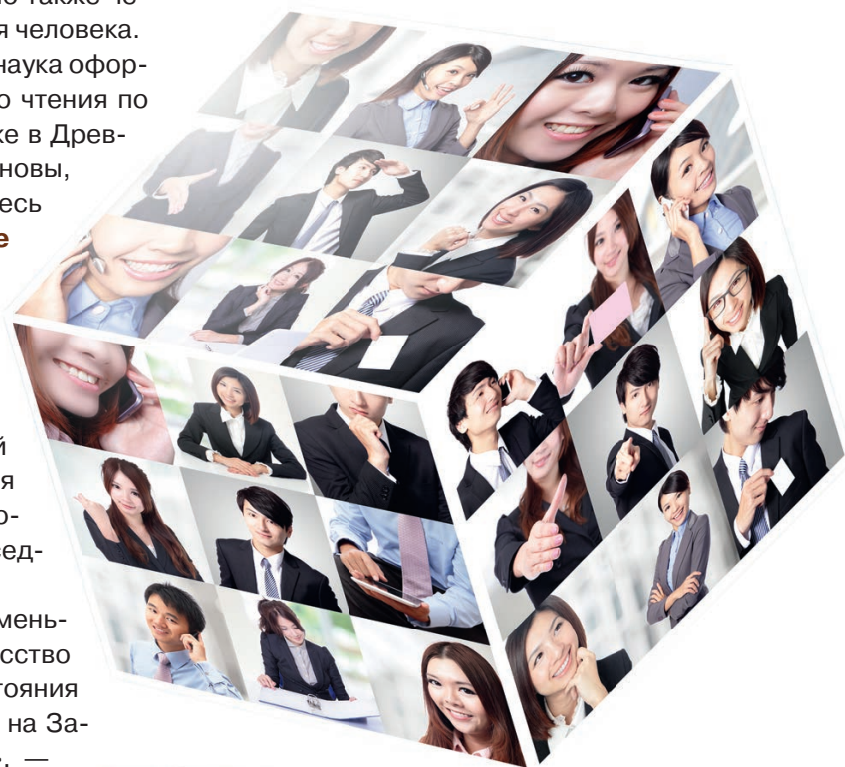
В каком возрасте вы осознали, что люди не всегда говорят то, что думают? Наверняка, это случилось еще в детстве и поразило вас чрезвычайно. Но вы так и не научились отличать правду от лжи, распознавать хитрость, избегать подвохов и до сих пор говорите о себе «Я наивен»? Это неверно. Правильнее будет сказать «Я невнимателен». **Если воспринимать только речь собеседника, обращенную к нам, вы никогда не узнаете, что на самом деле он имел в виду.** Истинный смысл слов считывается не только по губам, но также через мимику, жесты и телодвижения человека.

Физиогномика как популярная наука оформилась не так давно, но искусство чтения по лицу Сианг Мин было известно уже в Древнем Китае. Чтобы заложить его основы, китайские мудрецы объехали весь мир и **передали полученные в данной области сведения не кому-нибудь, а своим императорам.** Те овладели тайным знанием и научились проникать в душу посредством толкования черт и распознавания выражений лица. Многие китайцы и сегодня знакомы с этим учением и в некоторой степени пользуются им в повседневной жизни.

Пусть и с опозданием, но с не меньшим успехом постигали искусство определения внутреннего состояния человека по движениям и мимике на Западе. «Лицо — это ваша судьба», — поговаривали здесь. **Гиппократ** и **Авиценна** приемами чтения лица пользовались при диагностировании заболеваний. **Леонардо да Винчи** нашел новый подход к созданию живописного портрета и изображению внутреннего мира человека в его внешних чертах. **Чарльз Дарвин** сравнивал эмоции и способы их выражения у людей и животных. **Иван Михайлович Сеченов**

соотносил с внешними признаками психическую деятельность индивидуума.

Особое внимание лицу как зеркалу души и отражению судьбы человека уделяется и сегодня. Наверное, потому, что в человеке изначально заложено желание познавать себя и окружающий мир. Кто я? Кто мой собеседник? Чего ожидать от других и от себя самого в процессе коммуникации? Как правильно отреагировать и выбрать нужную линию поведения? Во все времена эти вопросы занимали



▲ Умение читать по лицу позволяет узнать прошлое, настоящее и будущее человека



▲ Знаменитая «Мона Лиза» Леонардо да Винчи кажется необычайно реалистичной благодаря сложному моделированию лица

умы философов, поэтов, мечтателей и тех, кто просто пытался сделать общение более эффективным. Сегодня ответы на эти вопросы помогает найти физиогномика.

Удивительно, но, **вглядываясь в лица других людей, вы приоткрываете завесу, скрывающую их внутренний мир, а изучая собственное лицо, начинаете понимать свою истинную суть.** Дополняя смысл вербальных высказываний наблюдениями за сопутствующими жестами и мимикой собеседника, вы глубже постигаете сказанное им или начинаете понимать то, что он пытался от вас скрыть. И наоборот, контролируя язык собственного тела, дозируете личную информацию, которая поступает во внешний мир.

В практическом применении понимание принципов физиогномики и языка жестов делают вас сильнее во всех жизненных сферах. Они **дают неоспоримые преимущества при выборе профессии и построении карьеры.** Принимая во внимание свои особенности

и реально оценивая собственные возможности, вы можете более точно определить для себя сферу деятельности, а не карабкаться изо всех сил по ступеням неверно выбранной служебной лестницы. Умение читать по лицу и жестам собеседника помогает выработать нужную линию поведения и в деловых переговорах. Ведь если вы можете просчитать ходы партнеров и конкурентов — вы окажетесь на шаг впереди, а в бизнесе успеха добывается, как известно, первый. Еще один не менее значимый фактор процветания любой компании — грамотный подбор персонала. Если вы являетесь руководителем, оценить одаренность, трудоспособность и установить степень соответствия кандидата требованиям определенной должности можно за несколько минут — достаточно внимательно оценить его внешность и проанализировать телодвижения во время собеседования.

Обладая знаниями физиогномики, намного проще **наладить личную жизнь и отношения в семье.** Иногда союз двух даже идеальных партнеров распадается из-за непониманий и неумения слушать друг друга. Разумеется, без конфликтов мир был бы странным, а отношения стерильными, но щадящее и быстрое разрешение недоразумений — вот признак человека разумного. Люди, понимающие язык тела, способны заглянуть в душу партнера, догадаться, почему он поступает именно так и что действительно скрывается за его словами, а зная сильные и слабые стороны друг друга, проще найти баланс и легче гармонизировать отношения.

Умение читать по лицам **поможет справиться и с воспитанием детей.** Часто огромный потенциал, который несет в себе маленький человечек, остается нераскрытым или же, напротив, ребенка заставляют предпринимать титанические усилия, чтобы достичь успеха тех в областях, где у него на это практически нет шансов. Физиогномика основывается на том, что определенная одаренность и черты характера закладываются в каждом еще с колыбели

и распознать их можно, анализируя особенности лица. Таким образом, детально изучив внешние особенности своего чада, вы сможете ему найти себя и добиться в жизни успеха.

**Открыть тайны современной физиогномики, понять ее основные принципы и научиться использовать полученные знания поможет эта энциклопедия.** Она станет вашим путеводителем на пути к себе и лучшему пониманию окружающих. Вы познакомитесь с несложными правилами, которые следует соблюдать, проводя физиогномический анализ, узнаете, какой бывает форма лица и что она обозначает, как по преобладанию той или иной лицевой зоны определить действия и поступки, свойственные вашему собеседнику, научитесь анализировать черты лица по отдельности и в совокупности. Возможно, откровением для вас станет и то, что ваше тело умеет «говорить» гораздо красноречивее, чем вы себе представляете. Вы научитесь определять эмоциональность человека по его ладоням, а стиль работы по походке. Узнаете, что

уровень самооценки можно без труда понять по мимике, а жесты выдают любое движение души. Вы также сумеете оценить лидерские способности, выделить индивидуальные особенности свои и своих близких и наверняка удивитесь точности сделанных выводов.

Надеемся, что прочитав данную книгу, вы измените представление о людях и мире, откроете для себя нечто совершенно новое. Это можно сравнить с тем, как будто вы долгое время пребывали в темной комнате, обставленной уникальной мебелью, предметами искусства, украшенной коврами ручной работы, фантастическими картинами и прекрасными цветами. Но вы никогда этого не видели. И вдруг включился свет!

Физиогномика, без сомнения, наука будущего. И даже те, кто не считает ее пока серьезной дисциплиной, все же признают важность ее изучения. Ведь умение читать по лицам и жестам — еще один маленький шаг к изучению необъятной Вселенной по имени Человек.

Знания по физиогномике дают их обладателю неоспоримое преимущество в профессиональной сфере ►





# Что такое физиогномика

Лицо человека с древних времен интересовало и привлекало исследователей, мыслителей, философов. Каждый стремился его постичь — выявить какие-либо закономерности, создать свое учение... И хотя попыток было множество, но все возникшие теории были достаточно узконаправленны.

Термин «физиогномика» образован от слов *physis* (греч. — «природа») и *gnomikos* (греч. — «знание»). Он означает искусство распознавать природные задатки, характер и судьбу человека по чертам его лица и физическим свойствам.

С точки зрения физиономистов, каждый человек наследует от родителей определенные склонности, признаки которых отражаются на его лице. Физиономический анализ позволяет людям лучше постичь самих себя и окружающих, чтобы взаимодействовать с ними более сознательно: лучше понимать, внимательнее слушать, правильнее говорить, адекватнее реагировать и не делать поспешных выводов.



◀ С самого детства мы читаем чьи-то лица

С самого детства мы так или иначе читаем чьи-то лица и делаем различные выводы на основе увиденного. Лицо передает огромное количество информации. Другое дело, что «не вооруженным зрением» взглядом можно считать лишь малую ее часть. Знание человеческого лица — это сила, которая поможет вам осознанно изменять собственное поведение, действия и мироощущение.

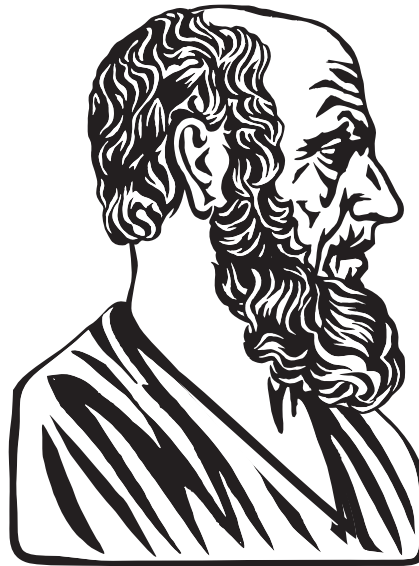
## История физиогномики

Физиогномикой занимались различные ученые и исследователи:

- **Пифагор** — древнегреческий математик;
- **Гиппократ** — древнегреческий врач и философ;
- **Цицерон** — древнеримский политик и оратор;
- **Плиний Младший** — древнеримский писатель и адвокат;
- **Аристотель** — древнегреческий ученый и философ;
- **Авиценна** — средневековый персидский врач и ученый;
- **Леонардо да Винчи** — художник и великий изобретатель эпохи Ренессанса;
- **Иоганн Каспар Лафатер** — швейцарский теолог и писатель;
- **Чезаре Ломброзо** — итальянский криминалист и врач-психиатр;
- **Чарльз Роберт Дарвин** — создатель теории эволюции;
- **Иван Михайлович Сеченов** — создатель российской физиологии.

Все они живо интересовались лицом человека, пытаясь прочесть в нем что-то важное. И попытки эти увенчались успехом.

**Гиппократ** (460–370 годы до н. э.). Изучал лица и руки людей, считая, что так можно получить важные сведения не только о состоянии здоровья человека, но и о его темпераменте. Пользовался физиогномикой для диагностики заболеваний.



Медики до сих пор используют физиогномические открытия Гиппократа. Например, «маска Гиппократа» отражает характерные признаки перитонита на лице больного: запавшие глаза, заострившийся нос, синевато-бледный цвет кожи, покрытое каплями холодного пота лицо. По этому описанию врачи всего мира начиная с V века до н. э. безошибочно диагностируют такое опасное заболевание, как перитонит.

**Аристотель** (384–322 годы до н. э).

Считается родоначальником физиогномики. Во всяком случае, он одним из первых стал применять эту науку для распознавания душевных состояний человека и черт его характера по внешности. Разработанные Аристотелем положения послужили основой для дальнейших теоретических исследований. Начиная с XV века физиогномика на Западе стала предметом всеобщего изучения. Ею заинтересовались врачи, философы, политики, писатели и духовные лица.

**Леонардо да Винчи** (1452–1519).

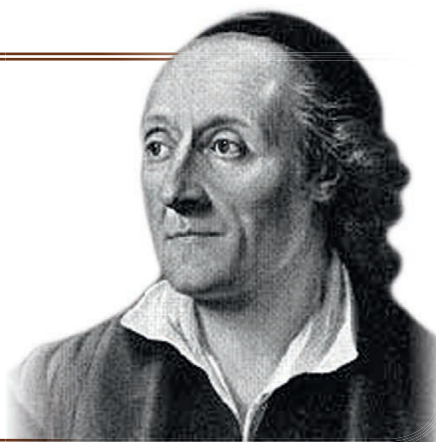
Внес бесценный вклад в изучение лица и тела человека. Он исследовал мимику, жесты и движения, отмечая, каким образом они передают радость, ненависть, горе, страх, печаль и другие эмоции. Да Винчи открыл внутренний мир человека, прочел его душу по выражению лица, нашел новый подход в живописи к созданию портрета через понимание внутреннего мира изображаемого.

**Джованни Баттиста делла Порта** (1538–1615).

Педагог, драматург и изобретатель камеры-обскуры. Написал первую книгу об учении «Физиогномика человека», основываясь на трудах своих предшественников, одним из которых был непосредственно Леонардо да Винчи. В целом работа делла Порта оказалась несколько бессистемной и довольно противоречивой, но тем не менее не осталась без внимания и легла в основу трудов швейцарца Иоганна Лафатера.



**Иоганн Каспар Лафатер** (1741–1801). Богослов, автор десятитомного трактата «Искусство познания людей по физиономиям». Лафатер собирал материал для своего исследования, выслушивая исповеди прихожан и сопоставляя истории их жизни с чертами лиц. Труд оказался недостаточно систематизирован. К тому же, увлекшись нижней частью лица, Лафатер забыл понаблюдать за верхней. Тем не менее его работой пользовались более ста лет.



**Чезаре Ломброзо** (1835–1909). Психиатр и криминалист. Работал тюремным врачом и изучал преступников. Ему удалось в совершенстве изучить и описать лицо прирожденного нарушителя. Среди признаков, указывающих на вероятного преступника, Ломброзо выделял:

- асимметрию лица;
- неправильное строение черепа;
- отсутствие способности краснеть;
- любовь к татуировкам.

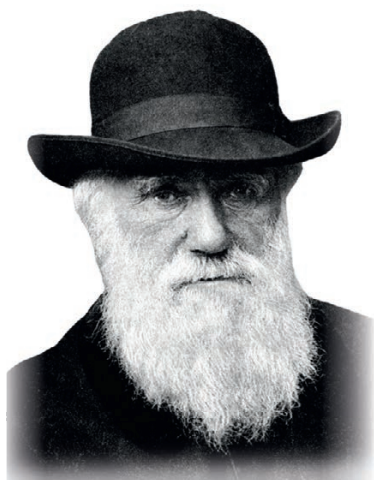
Однако разработанная теория была осмеяна.



▲ Человек с асимметричными чертами лица, по теории Ломброзо, вполне может быть преступником

**Чарльз Роберт Дарвин (1809–1882).**

Наблюдал эмоции не только у людей, но и у братьев наших меньших. Посвятил этому научную работу «О выражении эмоций у человека и животных», которая легла в основу создания новой отрасли науки — сравнительной биологии.

**Иван Михайлович Сеченов (1829–1905).**

Создатель русской физиологической школы, автор книги «Рефлексы головного мозга». Доказал, что психическая деятельность индивидуума выражается внешними признаками, по которым можно судить об особенностях душевного состояния.



Совершенно автономно от Запада развивалось и крепло китайское искусство физиогномики. Китайцы свои знания старались широко не афишировать и использовали в сугубо практических целях. Более того, до недавнего времени большинство представителей западной культуры, также занимающихся физиогномикой, просто не знали о достигнутых восточными соседями результатах. Китайцы научились при взгляде на лицо человека виртуозно определять его характер и считывать судьбу.



В постижении искусства физиогномики сегодня соревнуются не только Восток и Запад. Так, на Африканском континенте, в Конго, вожди племени с древних времен полностью закрывали свое лицо при встрече с чужаками. Исследователи предположили, что так они отгоняли злых духов. Все оказалось интереснее: на самом деле аборигены пытались не выдать противнику информации, написанной на лице.

Человек невероятно зол, но по натуре он таков или просто рассержен — на этот вопрос поможет ответить физиогномика ▼

## Физиогномика сегодня

Сами того не замечая, в повседневной жизни мы иногда проявляем задатки физиономиста: «У этого малого честное лицо», «Какой злобный взгляд у того мужчины!», «Что-то он хитрит, глаза у него так и бегают». Эти и другие замечания мы произносим постоянно, не задумываясь о том, откуда к нам пришли эти знания.

А какое оно, «честное лицо»? И действительно ли человек с таким лицом честен? Физиогномика позволяет решить бесконечное число задач и ответить на множество вопросов. Эта наука действительно способна творить чудеса, особенно в наше время, где не обойтись без притворства, где нет и следа былой наивности наших предков, где каждый сам за себя и приходится обманывать, чтобы не быть обманутым.



# Искусство чтения лица

Физиогномика — целостная система. Ее суть заключается в том, чтобы заметить и проанализировать все черты лица в целом, а затем оценить, какие из них являются доминирующими для данного человека. Точность результата зависит не только от умения различать мимические особенности и измерять пропорции, но и от способности оценивать все факторы в со-

ответствии с собственными и относительными значениями. Сначала это покажется сложным, но, слегка попрактиковавшись, вы с изумлением обнаружите, как точны иногда бывают попадания и насколько порой толкования соответствуют действительности. По мере накопления опыта вполне возможно развить глубокое и почти мгновенное понимание лица.

Отныне окружающие вас люди — объекты для постоянной практики чтения по лицу ▼



Удивительно, но основную часть информации, около 80 %, человек передает с помощью жестов, поз, мимики, взглядов, то есть невербальных сигналов. И только 20 % приходится на слова, произносимые вслух. Вот почему так важно, а порой просто необходимо научиться считывать и интерпретировать поведение вашего собеседника.

Лицо помогает узнать о собеседнике гораздо больше, чем его рассказ о себе. Вы в состоянии определить его настроение, расшифровать истинные намерения, узнать мотивы поведения и даже предугадать поступки.

Физиогномика позволит не просто слышать и смотреть, а видеть и понимать ▼



▲ Если собеседник уверяет, что все хорошо, это верно лишь на 20 %





## Правила изучения

Как и в любой науке, в физиогномике существуют свои правила.

**Правило 1.** Исследуя чье-либо лицо, не смотрите на человека пристально. Если он заметит, что вы его изучаете, он заподозрит что-то неладное и начнет нервничать. В результате ваш анализ будет необъективным.

**Правило 2.** Не становитесь к человеку слишком близко. Вы нарушите его личное пространство, это вызовет беспокойство и изменение в выражении лица. Сведения, полученные вами, окажутся недостоверны-

«Лицом к лицу — лица не разглядишь» — это правило действительно при физиогномическом анализе ▼

ми. Оптимальное расстояние должно составлять не меньше 50 сантиметров. Но и дальше чем на метр от интересующего вас человека находиться не рекомендуется: находясь далеко, вы можете не уловить многих нюансов мимики.

**Правило 3.** Лучше всего изучать лицо человека при мягком рассеянном свете. В этом случае все морщины и складки кожи выглядят естественно. Если на изучаемого падают прямые солнечные лучи, анализ теряет точность.

**Правило 4.** Не анализируйте лицо человека, находящегося в нетрезвом состоянии. Алкогольное опьянение изменяет черты лица. К тому же само лицо при этом сильно краснеет и скрывает некоторые нюансы.





▲ Утром, после пробуждения, лицо человека — самое правдивое и чистое зеркало его души

Лучшее время для анализа лица — утро после пробуждения. Человек уже не под действием сна и связанных с ним эмоций, но на него еще не успели повлиять внешние факторы.

**Правило 5.** Не изучайте лицо спящего человека. В объятиях Морфея все люди меняются. Позы и мимика спящего человека — это отдельная область физиогномических исследований.

**Правило 6.** Не пытайтесь что-либо прочесть на загорелом лице. Общий темный цвет кожи даже больше, чем красный, скрывает эмоции. За точность информации, считанной с загорелого лица, нельзя ручаться.

Оптимальное расстояние для чтения лица собеседника — от 50 сантиметров до одного метра ▶



## Лицо

Казалось бы, сколько людей — столько и лиц; невозможно классифицировать все и подвести под одну систему. Действительно, каждый из нас уникален и неповторим. Однако, даже несмотря на это, определенные характерные признаки выделить все-таки возможно.

## Форма

Как правило, лицо человека редко соответствует единственной определенной форме. Чаще всего она является комбинацией двух или более типов, при этом один из них является доминирующим. Однако, немного потренировавшись, вы, практически не задумываясь, определите, к какой из шести категорий ее отнести.

**Продолговатая (овальная) форма.** В основе своей имеет прямоугольник со скругленными углами. Ширина лба примерно равна размеру челюсти. Такую форму лица принято считать аристократичной. Обладатели продолговатого лица — интеллигенты и интеллектуалы. Они предусмотрительны, отличаются спокойным характером и дальновидностью. Наделены организаторскими способностями и повышенным чувством справедливости. Весьма легко находят контакт с окружающими. Обычно достигают успеха и высокого положения в обществе.



Все люди разные, но есть что-то, что их объединяет ▼



**Треугольная форма.** Лоб заметно шире нижней части лица. Скулы выдаются вперед. Нос тонкий. Подбородок довольно сильно заострен. Лицо смотрится худым. В треугольнике практически отсутствуют плавные линии, особенно в нижней части. Такой формой лица отмечены люди сверхчувствительные. Они интересуются только собой. Тем не менее они умны и мечтательны. Им нелегко ужиться с другими представителями человечества. Да они и не жаждут этого. Могут быть ревнивыми и хитрыми.



**Ромбовидная форма.** Производная от двух треугольников, соединенных в основании. Как и треугольник, ромб демонстрирует автономность существования, но мягкости и чувствительности противопоставляется жесткость, порой жестокость, догматичность и упрямство. Такие люди сильны и могущественны. Они жаждут персонализации власти, обладают несметными запасами внутренней энергии и за счет их способны постоянно пополнять свои ресурсы. Среди людей с лицами-ромбами часто встречаются военные. Они могут выдержать любой «осадный бой» и способны как к решительным ударам, так и к обороне.



**Трапецевидная форма.** Лоб шире подбородка, но подбородок не заострен, а, наоборот, выглядит массивным. Человек с такой формой лица восприимчив, умен и крайне артистичен, однако бойцовский дух в нем выражен слабо. Чаще всего трапецевидная форма встречается у женщин. Они ориентированы на создание семьи и, как правило, семейная жизнь у них счастливая.

Бить может, люди с лицом-трапецией и не отличаются боевым характером, зато умеют создавать счастливые семьи ▶



**Квадратная форма.** Подбородок чуть шире лба. Лицо широкое. Такие люди заботливы, мужественны, но несколько грубоваты, вспыльчивы и упрямы. Их отличают решительность и настойчивость. Они долго думают перед принятием важного решения, но, сделав выбор, становятся упорными и последовательными. Обычно такая форма лица говорит об успехе. Женщина с квадратным лицом будет стараться доминировать везде (в семье, на работе, в дружеской компании), но станет достойной и целеустремленной спутницей тому, кто находится рядом с ней.



**Круглая форма.** Ассоциируется с беззаботностью и беспечностью. Такие люди, как правило, милые. Они часто имеют лишний вес, любят вкусно покушать и вообще умеют наслаждаться жизнью.

Маленький нос на таком лице говорит о том, что человек любит комфорт и не стремится к подвигам. Если у обладателя круглого лица выдаются скулы, а переносица расположена высоко, это характеризует его как человека мыслящего, коммуникативного и активного.



Следуя по пути известных физиономистов, при классификации типов не забывайте, что форма лица — категория непостоянная. Черты лица с возрастом меняются, а вместе с ними меняется и форма.

Возраст изменяет не только черты лица, но и его форму ►



По форме лица можно немало узнать об отношениях человека к деньгам. Например, насколько он жаден. Встречаете вы, скажем, мужчину своей мечты, вглядываетесь в его прекрасное лицо и видите, что ото рта к ушам его лицо заметно расширяется. А это индикатор жадности. Да, такой человек, скорее всего, щедростью не отличается, зато обладает выдающимися организаторскими способностями. Он расчетлив и предусмотрителен, всегда найдет свою выгоду. Любит трудиться, не беден, но богатство свое, заработанное тяжким трудом, растрачивать не собирается. Свое тело такой человек тоже рассматривает как дорогую собственность. Это заставляет его следить за здоровьем и заботиться о себе. Как следствие, такие люди живут дольше.

Если самая широкая часть лица проходит по линии ушей, такой человек, скорее всего, не отличается щедростью ▼



Человек с лицом, расширяющимся по линии ушей, несмотря на все рассказы об отпусствии и нехватке денег, имеет довольно внушительные сбережения, но не любит распространяться об этом. Поэтому не стоит просить его помочь материально. Но вот дать дельный совет, касающийся долгосрочных финансовых вложений, проконсультировать по вопросам приобретения недвижимости или назвать магазины, в которых можно получить скидки и неплохо сэкономить, такой человек вполне способен.

У людей, чей овал лица сужается по направлению вверх, а по линии ушей проходит наиболее узкий участок, не заботятся о деньгах и потому их не имеют. Они живут сегодняшним днем, не тревожась о хлебе насущном. Их считают рыцарями удачи. Иногда удача, и правда, плывет к ним в руки. Но из-за низкой работоспособности и безразличию к материальным благам они свою выгоду упускают. Зато, если у такого человека появляются деньги, он готов поделиться ими со всеми.

Общаться с человеком нежадным гораздо легче. Он не зациклен на деньгах и имеет множество других интересов. Но все же не стоит иметь с такими людьми никаких финансовых дел. Очень часто они строят фантастические планы разбогатеть, не имеющие никакой материальной подоплеки.

## Основные зоны

Любое лицо условно можно разделить на три горизонтальные части.

Для измерения лица воспользуйтесь следующим правилом: в норме каждая зона соответствует ширине человеческой ладони.

**Верхняя зона** — интеллектуальная, отвечает за мыслительные способности человека и реальное понимание жизни. Сюда входит лоб от линии роста волос и до линии бровей.

**Средняя зона** — эмоциональная. Это участок лица от роста бровей и до кончика носа. Даная зона отражает степень чувствительности, передает внутреннее содержание человека и показывает его душевную глубину.

**Нижняя зона** — витальная. Она представляет собой участок от ноздрей до подбородка. Данная зона несет информацию об энергии человека, обнажает его инстинктивные склонности, в том числе и не самые лучшие: жажду наживы, стремление к выгоде, желание самоутверждения, любовь к наслаждениям, агрессивность и т. д.

В идеале все три зоны на лице человека должны быть пропорциональными, а черты не слишком малы и не чрезмерно велики, без резких сдвигов и переходов в другую зону, а также ярко выраженных дефектов. В действительности такие люди встречаются крайне редко.

**Доминирует верхняя зона.** Это человек чувств и одновременно мысли. Он обладает интуицией, верен идеалам, нежен, жертвенен и склонен к самоотречению, скромнен. На первом плане у такого человека не жажда наслаждений или наживы, а честность, порядочность и душевная глубина.



**Доминирует средняя зона.** Подобное лицо говорит о наличии многочисленных талантов. Такому человеку свойственны чуткость, благородство, способность притягивать окружающих и большая выдержка.



**Доминирует нижняя зона.** Это свидетельствует о тяге к наслаждениям. Человек с таким лицом не сильно эмоционален, скорее, практичен. Он консервативен во взглядах, не любит смены мест и находится в ожидании удовольствий. Его трудно расшевелить и чем-либо удивить. Принцип такого человека — «Живи здесь и сейчас».



**Маленькая средняя зона.** Такой человек высоко интеллеktуален, мягкосердечен, впечатлителен. В то же время это вечный искатель удовольствий, вполне добродушный и неагрессивный. Ему не чужды проявления чуткости и глубокого эмоционального сопереживания.



**Маленькая верхняя зона.** Доминирующие эмоциональная и витальная зоны делают человека грубым и чрезмерно импульсивным. Его воля прева-лирует над разумом, а смелость — над интеллектom. Он агрессивен, в меру пы-тлив и способен на безрассудства, весьма требователен к себе и окружающим.



**Маленькая нижняя зона.** Такие люди обладают на удивление стойким духом и умеют контролировать свои инстинкты. Они преданы высоким жизненным иде-алам, стремятся к гармонии и являются неисправимыми оптимистами.





**Идеальный тип (все зоны примерно одинаковые).** Человек с идеальными пропорциями лица гармоничен, его физиологическая форма и интеллектуальная составляющая находятся в равновесии, да и с эмоциями у него все в порядке. Стремление к наслаждениям у таких людей не инстинктивно, а связано с мыслительной деятельностью. Они жизнерадостны, всегда отстаивают правду, отличаются трудолюбием, ведут себя непринужденно и легки в общении.



## Симметрия и асимметрия

Если провести воображаемую линию строго по центру лица и разделить его пополам, то правая и левая стороны хоть и не сильно, но будут отличаться.

Левое и правое полушария мозга работают по-разному. Кроме того, способ мышления, равно как и восприятие окружающей действительности, у людей также различны. Асимметрия лица указывает на то, каким образом человек взаимодействует с миром.



▲ Симметричные лица, как и лица с идеальными пропорциями, встречаются редко

Мы всегда видим свое лицо лишь в зеркальном отражении. Вот почему многие не любят фотографироваться — они не узнают себя на своих фотографиях.

**Асимметрия в интеллектуальной зоне.** Более развитая левая половина интеллектуальной зоны лица наблюдается у активно мыслящих представителей человечества, например математиков, физиков, юристов, философов. Выраженное развитие правой половины интеллектуальной зоны свойственно артистам, музыкантам, писателям, художникам и скульпторам.



**Асимметрия в эмоциональной зоне.**

*Скошенный влево нос* указывает на человека, прочно стоящего на ногах и обладающего финансовой независимостью. Если более развито правое крыло носа — такой человек способен быстро разбогатеть, но может и потерять все в одну секунду.

*Асимметричные брови* выдают личность задумчивую и склонную к смене настроения.

*Левая скула шире или расположена выше (ниже) правой* — признак замкнутости и необщительности. Если правая скула больше, это свидетельствует о коммуникабельности.

*Разные по размеру или расположенные на различном расстоянии от переносицы глаза* говорят об уме и расчетливости человека.



**Асимметрия в витальной зоне.** Если левая сторона подбородка длиннее или шире правой, это означает, что человек умеет логически мыслить и обладает здравым смыслом. Превалирующая правая сторона характеризует обладателя такой асимметрии как личность, способную на эмоциональные вспышки, например на неконтролируемые приступы гнева.

*Человек с несимметричным ртом* — натура скептическая, имеющая жесткий взгляд на жизнь и подход к людям, но обладающая недюжинным интеллектом.



Выраженная асимметрия во всех трех зонах ►

Небольшая асимметрия присутствует практически на любом лице. Она создает позитивное напряжение, повышает энергетику человека, активизирует его волю к осуществлению цели. А вот осязательная разница в чертах лица отражает сложный и противоречивый характера. Такие личности мало предсказуемы и способны на любые, в том числе и не самые прекрасные поступки.



## Цвет

Цвет лица предоставляет информацию о способностях человека, его характере и эмоциональном состоянии. В данном разделе речь пойдет в основном о людях европейской расы. В общем случае испытываемые злость, ненависть, смущение или стыд приводят к покраснению лица, испуг или сильное волнение вызывают отток крови, поэтому лицо бледнеет.

Большинству людей те или иные состояния свойственны в большей степени. Так, если человек пассивен, осторожен, не уверен в себе и имеет слабый характер, его лицо будет отличаться постоянной бледностью.

**Белое лицо** сообщает о склонности к транжирству и расточительству, стремлении получить удовольствие и безудержно радоваться жизни.

Человек с белым лицом умеет радоваться жизни ▼



▲ Свинцовый оттенок бледного лица говорит о вздорности и коварстве

**Белое лицо со свинцовым отливом** — характерный признак раба страстей, отличающегося вздорностью и коварством.

**Розовое лицо** — показатель отличного здоровья, признак уравновешенности и рассудительности.

Розовый цвет лица указывает на прекрасное здоровье человека ►



**Бледно-красное лицо (с постоянным румянцем)** характеризует человека как жизнерадостную, оптимистичную личность, любителя пообщаться и небольшого поклонника действовать.

**Красное (багровое) лицо** свидетельствует о нездоровье. Оно свойственно людям вспыльчивым, упрямым, агрессивным и не желающим идти на уступки.

**Смуглое лицо** демонстрирует окружающим хорошую физическую форму его обладателя, энергичность и уверенность в себе. Но этот цвет встречается нередко и у людей, активно стремящихся отстаивать свои убеждения.



▲ Смуглое лицо демонстрирует уверенность человека в себе

По цвету лица определяют не только характер человека, но и степень его удачливости. В жизни каждого из нас черные и белые полосы неизбежно сменяют друг друга. Ширину той или иной полосы можно предсказать, руководствуясь следующими категориями:

- тусклый — чистый;
- неявный — явный;
- неглубокий — глубокий;
- «старый» — «молодой».

Здесь рассматривается, скорее, не цвет, а тон лица.

**Чистый тон** обнаруживает события (благоприятные или не очень), которые происходят в данный момент или будут происходить в ближайшем будущем. Так, если на лице четко просматривается белый цвет, человека вскоре ждут не совсем приятные события.

Если же **тон тусклый**, это значит, что неприятности уже имели место в жизни, но оставили свой след.

**Неявный тон** лица свидетельствует о значковых событиях, которые все еще не закончились. **Явный** говорит о том, что неприятности уже почти прошли.

**Неглубокий** является такой тон, когда под одним цветом просматривается другой, например под красным оттенком проступает белый. **Глубокий тон** чистый, другой под ним не виден.

«**Старым**» считается цвет глубокий, а «**молодым**» — поверхностный. «Старый» цвет может означать, что удача (или неудача) будет продолжаться довольно долго, а «молодой» указывает на скоротечность событий.

Более определенно о продолжительности везения или невезения можно сказать по оттенкам глаз и носа. Глаза темные, тусклые, помутневшие свидетельствуют о неудачах. Когда вдобавок к этому изменяется цвет носа, эффект усиливается и время неудачной полосы увеличивается.

Если белеет носовой хребет, стоит ждать финансовых потерь или неприятностей с законом, если кончик носа — приближается серьезная ссора.

Наиболее точно на полосу везения (невезения) указывают изменившиеся оттенки глаз и носа ▼





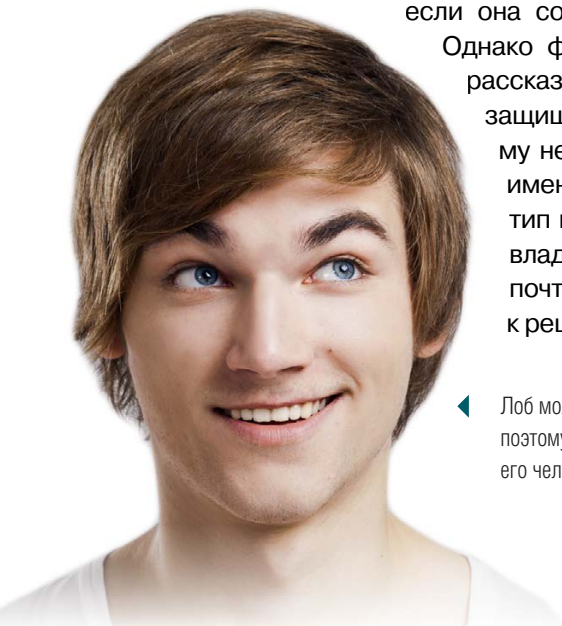
▲ Чтобы продлить благополучие, стоит следить за изменениями на лице и принимать соответствующие «профилактические» меры

## Лоб

Что вы можете сказать о человеке по форме лба? Как правило, ничего. Скорее всего, вы обратите на нее внимание, только если она совсем необычная.

Однако форма лба может рассказать о многом. Лоб защищает мозг, поэтому неудивительно, что именно он отражает тип мышления своего владельца или предпочтительный подход к решению задач.

◀ Лоб может рассказать многое, поэтому иногда стоит прикрыть его челкой



Обладатель **крутого (выпуклого) лба**:

- отличается довольно развитым воображением;
- проявляет оригинальность;
- не уважает устоявшуюся систему.

Крутой лоб безошибочно указывает на способность его обладателя искать для решения любой задачи оригинальный подход и задействовать воображение. Такой человек старается использовать альтернативные методы, не любит систематизацию, жесткие процедуры и ограничения. Это максималист, предпочитающий самостоятельно искать нетрадиционные выходы из кризисных ситуаций.



▲ Человек с крутым лбом всегда полагается исключительно на себя

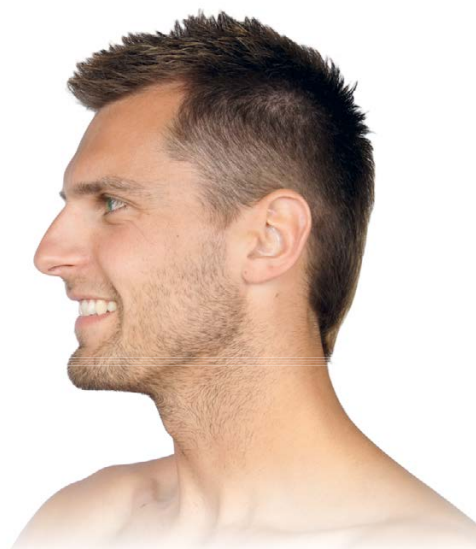
Некоторые люди при возникновении проблем каждый раз находят новые пути решения, другие, наоборот, предпочитают в любой ситуации использовать проверенные методы. Все это буквально написано на лбу — нужно только уметь читать.

### Покатый лоб (отклоненный назад)

говорит о том, что человек:

- обладает феноменальной памятью;
- имеет высокую скорость реакции;
- предпочитает решать задачи проверенными методами.

Лоб покатой формы указывает на живость ума, но не на его гибкость. Развитая память позволяет таким людям использовать не только свой опыт, но и чужой. Во избежание напрасной траты времени они всегда предпочитают применять только проверенные процедуры и методы. Ведь решения на основе известных фактов принимаются мгновенно.



Стоит посмотреть на профиль Владимира Ильича Ленина и вспомнить события начала прошлого века, чтобы удостовериться — вождь революции действительно отличался недюжинным воображением и оригинальностью. Решение разрушить старый мир и построить новый было весьма смелым. А все потому, что крутой лоб безошибочно указывает на способность искать незаурядный подход для решения задач.



**Прямая форма лба**, без покатоности и выпуклостей, указывает:

- на прямолинейный стиль мышления;
- предпочтение поэтапных подходов;
- не слишком быструю реакцию.

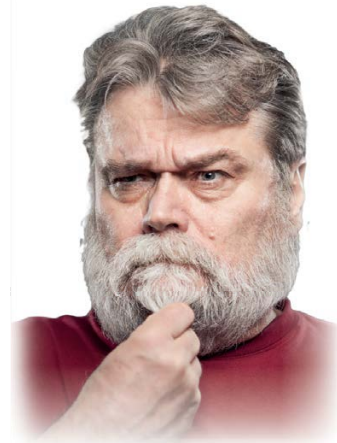
«Прямолобое» мышление — процесс поступательный. Такому человеку трудно усвоить информацию, если она поступает слишком быстро и нет достаточно времени, чтобы уложить все в голове. В такой ситуации он вынужден думать, решать и действовать немедленно, а потому может попросту сломаться. Но у людей с прямым лбом есть одна очень сильная сторона — все, что они запомнили и хорошо усвоили, остается с ними практически навсегда.



Человек с **ярко выраженными надбровными дугами** (феноменом костного гребня):

- строго следует указаниям и придерживается правил;
- всегда выбирает определенность;
- использует только проверенные схемы.

Для такого человека существуют только верные ответы, и желательно, чтобы они давались кем-то. Он любит четкие системы и жесткие подходы, без вариантов. Согласившись однажды с определенными правилами, эти люди слепо им следуют и, что важно, ожидают аналогичного поведения от других. Если действующие правила вдруг нарушаются, они могут не на шутку растеряться.



**Плоский лоб (без надбровных дуг)** однозначно указывает на человека:

- гибкого и приспособляемого;
- непоследовательного и непосредственного;
- открытого.

Сглаженные надбровные дуги явно указывают на гибкий ум, адаптируемость к существующим условиям и спонтанность в решении вопросов. Такой человек открыт для всего нового и с легкостью воспринимает свежие идеи. Из множества вариантов он всегда будет искать тот, который оптимально соответствует текущему моменту.



Драматург Артур Миллер в собственном дневнике так писал о своей жене Мэрилин Монро: «Мне кажется, что она маленький ребенок, я ее ненавижу!» Непослушное чадо, не терпящее, когда его принуждают к соблюдению правил, и всячески старающееся избегать математически рассчитанных подходов, — такие черты характера вполне могут быть следствием слабо выраженных надбровных дуг.



Мясистое **межбровное утолщение (волевая шишка)** — это очень серьезная заявка:

- на силу воли;
- решительность;
- целеустремленность.

Участок между бровями говорит о волевых качествах человека. Имеющееся в этой области утолщение указывает на недюжинное их проявление, присущее от рождения. Такие люди способны добиться любой поставленной цели. Даже в детстве они проявляют невероятные решительность и целеустремленность. Эти качества закрепляются за ними на всю жизнь.



Параметры идеального лба:

- линия волос выше надбровной линии на 5–9 см;
- высота лба не превышает длину носа и расстояние от его кончика до верхушки подбородка;
- ширина лба укладывается в размеры от 12,5 до 20 см.

## Линия волос

Как ни странно, но даже такой показатель, как линия волос, способен кое-что рассказать о человеке.

- **Неровная (как бы обтрепанная) линия** выдает нервозность, грубость, угрюмость и невысокий уровень интеллекта.
- **Ровная (прямая)** — характеризует человека с неустроенной личной жизнью, обычно не желающего находиться под чьим-нибудь давлением.
- **Угловатая** — присуща людям, готовым соперничать с любым в своей профессиональной сфере.
- **М-образная** — выдает высокий артистизм. Обычно это музыканты, поэты, писатели, актеры и другие люди искусства.
- **Круглая** — указывает на независимый ум и доброту.



## Морщины на лбу

На лбу среднестатистического человека может располагаться до шести линий. **Тонкие и короткие, рассредоточенные и волнообразные** характеризуют человека как не способного концентрироваться, имеющего слабое здоровье и тяжелую судьбу.

Если линии **четко выраженные и довольно грубые, но рассеянные**, это говорит о неспособности человека достигать намеченных целей.

Лоб **с тремя (двумя) морщинами** говорит о преуспевании. Если они **плавные, неразрывные и идут дугой через весь лоб**, это указывает на популярность и на

то, что человек пользуется успехом, имеет множество друзей и живет относительно спокойной жизнью. Если же **три продольные морщины пересекает поперечная черта**, это признак благородства, высоких достижений в профессиональной сфере и долгой жизни.

**Вертикальные морщины между бровями в виде двух коротких черточек** свидетельствуют о большом успехе во всех областях. **Три черточки** — ранний успех, которого обладателю не придется долго ждать. **Одна черта, к тому же искривленная**, не очень хороший признак. Она может сигнализировать о тайных преступных наклонностях или проблемах с психикой.

Морщины на лбу — отражение судьбы человека ▼



## Брови

Брови — очень выразительная часть лица.

Их **изогнутая форма** говорит:

- о субъективности;
- способности познавать мир на личностном уровне;
- умении учиться на примерах.

Такой человек ориентирован в основном на других людей и познает мир, взаимодействуя с окружающими. Любые теоретические знания усваиваются им легче, если объясняются на примере или личном опыте.



▲ Человека с изогнутыми бровями лучше не загружать техническими деталями, а разобрать действия на практике

**Прямые брови** характеризуют:

- любовь к фактам;
- логический подход;
- отсутствие эмоций.

Обладатели бровей без изгиба и перелома однозначно предпочтут объективные факты и точные детали. Выше всего они ставят логику и всегда хотят получить всю доступную информацию.



**Ломаные брови (домиком)** указывают:

- на желание держать все под контролем;
- стремление быть всегда правым;
- лидерские задатки.

Для человека с такими бровями важно контролировать любую ситуацию. Он общителен, открыт, может повести за собой людей, умственно сосредоточен. Ему всегда удастся отстаивать свою точку зрения.



Человек с **густыми широкими бровями**:

- постоянно думает;
- полон идей;
- отличается силой ума.



Если широкие брови сходятся на переносице — мысли такого человека текут безостановочным потоком. Он просто не может не думать. Ему нужно научиться расслабляться и давать мозгу отдых.

**Тонкие брови** выдают в своем владельце:

- целенаправленность;
- озабоченность мнением других;
- чувствительность и застенчивость.



Тонкие брови Дженнифер Лопес выдают в ней чувствительную натуру.



## Глаза

Глаза для каждого из нас являются окнами во внешний мир. Процесс обмена визуальной информацией всегда взаимный: мы видим, и нас видят.

**Широко расставленные глаза** характеризуют:

- дальновидность;
- пренебрежение деталями;
- сильное воображение.

Люди с такими глазами отличаются невероятной живостью ума, но не любят вдаваться в подробности. Им проще увидеть общую картину дела, нежели рассматривать детали.



**Близко посаженные глаза** говорят:

- о внимательности;
- сосредоточенности;
- усидчивости.

Такой человек сконцентрирован на деталях и отлично решает задачи, требующие пристального внимания к мелочам. Он хорошо справляется с работой, предполагающей усидчивость и внимание.



▼ Глаза могут сообщить, когда человек фильтрует полученную информацию и когда он ее отвергает

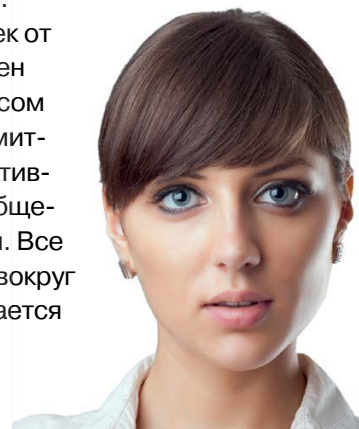
Глубина глазниц указывает на готовность человека участвовать в общественной жизни и степень его общительности.



**Глаза навыкате** говорят:

- об энтузиазме;
- желании быть ко всему причастным.

Такой человек от природы наделен огромным запасом энергии и стремится проявлять активное участие в общественной жизни. Все происходящее вокруг для него не остается незамеченным.



**Глубоко посаженные глаза** — признак:

- сдержанности;
- осторожности;
- наблюдательности.

Такой человек может казаться безмятежным, но на самом деле он пристально следит за всем, что делается. Все взвешивает и анализирует, чтобы получить убедительные доказательства для принятия решения. Он способен мыслить, познавать, оценивать, переживать, принимать решения, свободно действовать и брать на себя ответственность.



Даже если собеседник, глаза которого глубоко расположены в глазницах, кивает головой, это отнюдь не означает, что он соглашается с вами. Прежде чем действительно сказать да, он нуждается в неопровержимых доказательствах.



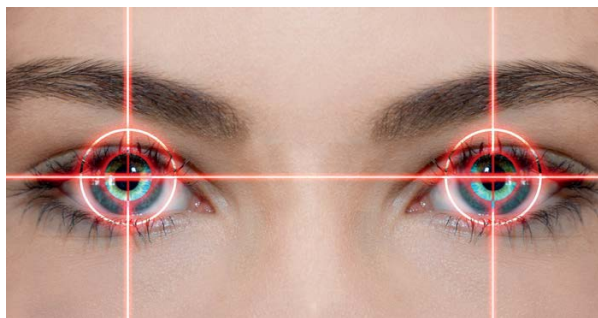
▲ Радужка, смещенная вверх, свойственна меланхоличным людям

## Положение и размер радужки

О человеке можно многое сказать по радужной оболочке глаза. При толковании лица и характера человека физиономисты учитывают ее цвет, размер и расположение.

Если радужка расположена не по центру глаза, а **смещена вверх** и под ней виднеется полоска белка — человек печален, часто меланхоличен и имеет множество нерешенных и довольно серьезных проблем.

Положение радужки часто выдает душевное состояние ▼



Радужка, **расположенная ровно посередине и четко очерченная**, выдает человека властного, обладающего большим авторитетом. Он может быть крупным чиновником или значимым политическим деятелем.



▲ У властных людей радужка находится посередине глаза

Узкие глаза с маленькой радужкой принадлежат натуре страстной, которая тем не менее часто вызывает жалость и сострадание.

Если радужка **чрезмерно велика**, по отношению к количеству видимого белка, это говорит о верности и честности человека, его высоком чувстве долга и милосердии.

**Маленькая радужка** — признак дисбаланса внутренних психологических процессов; такой человек не в ладу с собой и, соответственно, с окружающими.

Большая радужка глаз говорит о честности человека ▼

У неуравновешенных людей глаза с маленькой радужкой ▼



## Цвет

Цвет глаз у человека врожденный и обусловлен спецификой пигментации радужки. По нему можно провести довольно серьезный анализ личностных качеств и даже определить психотип человека.



▲ По цвету и форме глаз можно определить характер человека

### Радужка серого цвета

без примесей голубого, зеленого и без коричневых вкраплений. Чистый серый (стальной) цвет глаз, как правило, присущ людям, умеющим быстро и вполне адекватно реагировать на любые изменения обстановки, способным преодолевать трудности. Серыми глазами обладают реалистичные персоны, умные, терпеливые и наблюдательные. Они часто посвящают свою профессиональную деятельность научным исследованиям. Поставив цель подчинить кого-либо своему влиянию, они легко этого добиваются.



### Голубой цвет радужки

выдает сангвинический темперамент. Это человек с высокой жизненной активностью, который живет насыщенной жизнью (порой слишком интенсивной), одержим идеями и щедро растрачивает силы, рискуя быстро их исчерпать. Голубоглазые люди наделены необычными организаторскими способностями и глубокой проницательностью.



### Серо-голубая радужка

дает обладателю сочетание качеств серых и голубых глаз. Но это сочетание добавляет меланхоличности в характер человека. Такие люди спокойны и невозмутимы, у них наблюдается идеальный баланс ума и воображения. Они мудры, способны помочь и защитить, знают, чего хотят, и успешно отстаивают свои интересы, хотя порой излишне сентиментальны.



**Синяя радужка**

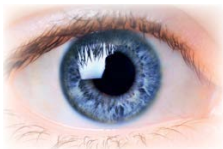
обманчива. В озерно-синих глазах ожидаешь найти наивность, девственную чистоту и мечтательность, но не тут-то было. Это глаза людей, умеющих настойчиво добиваться цели, полагаясь на рассудок, а не на интуицию. Они нередко весьма талантливы и артистичны, однако им часто не хватает душевной теплоты.

**Обладатели глаз серо-зеленого цвета**

обожают планировать множество вещей. Они имеют вполне реалистичные взгляды на жизнь, умеют чувствовать ситуацию и обладают сильной волей, но им часто не хватает терпения воплотить задуманное в жизнь. Партнера они подыскивают весьма тщательно и, выбрав, любят безмерно. Такие люди умеют выслушать, но противников топчут и уничтожают беспощадно.

**Темно-синяя радужка**

— у людей-идеалистов. Они привлекают мягкостью манер, но эти качества не всегда искренние. Такие люди мало озабочены чувствами окружающих, и порой с ними трудно общаться, особенно когда они перестают стараться быть утонченными. В глубине души синеглазые люди весьма требовательны к другим, хотя сами далеки от идеала.

**Радужка коричневого цвета.**

Карие глаза выдают холериков. Такие люди — настоящие трудоголики. Умеют работать без пауз, в одном темпе и продолжительное время. Они полны энергии и упорны, обладают сильной волей. Но порой темперамент заставляет их совершать импульсивные и совершенно не обдуманные поступки.

**Зеленый цвет радужки**

— цвет чувственности. Зеленоглазые люди способны на самые сильные переживания. Они часто одиноки, хотя постоянно нуждаются в заботе, ищут любви и понимания. Выше всего в жизни ценят ее блага. Стремление к непрекращающимся удовольствиям и зависть к тем, кто имеет то, чего не имеют они, весьма портит их и без того нелегкий характер. Зеленоглазые представители человечества способны на сильные переживания, могут быть преданными и нежными.

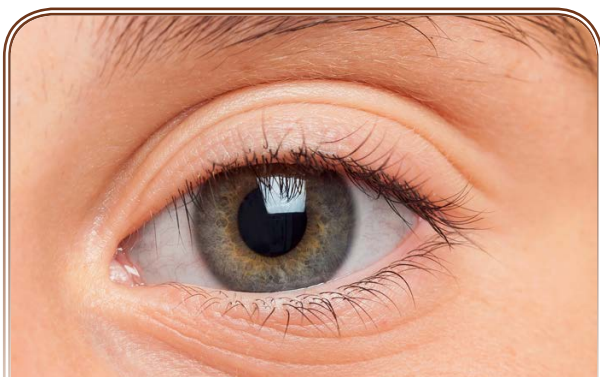
**Черные глаза**

говорят о личности самостоятельной и стремящейся к господству. Властность таких людей проявляется мягко, они умеют настоять на своем без грубости. Правда, если на пути к цели встречаются серьезные препятствия, то могут стать весьма агрессивными.



## Форма

Китайские физиономисты много внимания уделяют форме глаз, используя ее для распознавания характера человека. Они ассоциируют ее с различными животными и даже мифическими созданиями.



**Глаза дракона.** В китайской культуре дракон несет позитивный смысл. Он представляет благородство в его наивысшей форме, символизирует власть и силу, гарантирует удачу. Глаза дракона имеют форму, приближенную к кругу, и двойные веки, где нижнее поднято немного вверх. Зрачки темные, почти черные, заполняют более 2/3 радужки глаза. Взгляд у таких людей властный и чарующий. Они так и искрятся весельем и жизнерадостью, но при этом пронизывают собеседника насквозь, читают его мысли и понимают душу.



В восточной физиогномике глаза дракона — весьма благоприятный знак для их обладателя. Такой человек отличается живым характером, он созидателен, силен, дальновиден и властолюбив. Это всегда лидер, но его судьбе часто завидуют окружающие.

**Глаза Феникса.** Похожи на глаза дракона и встречаются в основном у женщин. Птица Феникс символизирует власть и чарующую силу. Глаза Феникса — крупные, круглые, веки двойные, нижнее четко очерчено. Зрачки почти такие же крупные, как и у глаз дракона. Женщины с подобными глазами отличаются благородной добротой, часто владеют большим богатством, известны и облечены властью.







**Глаза тигра.** Отличительным признаком таких глаз является их форма, угловатая и близкая к прямоугольнику. В Китае тигр — символ благородства, мужества, храбрости и удачи. Эти же качества приписывают и обладателям подобной формы глаз. Такие люди отмечены бесстрашием и наделены кипучей энергией. Они словно рождаются с гипертрофированным чувством собственного достоинства, являются прирожденными лидерами, правителями и представителями высших кругов. Деньги и власть им идут прямо в руки, хотя они, казалось бы, и не прилагают для этого никаких усилий. К накоплению богатства такие люди не стремятся, но бедствовать не будут никогда. По природе они бунтари, но бунтарский дух выражается не в противостоянии, а в поддержке власти. Тигр не терпит, когда оскорбляют его достоинство. В таких случаях даже деньги и власть перестают для него что-то значить.

Люди с глазами тигра обладают удивительной напористостью в достижении цели. Порой они долго ее ищут, но, найдя, отодвигают остальное на второй план и идут вперед, подхлестываемые неумным самолюбием и страхом поражения.

**Глаза кошки.** Женский вариант глаз тигра. Их взгляд блестящий, с легкой поволокой, но в то же время властный и пронизывающий. «Тигриные» качества характера выражены у обладательниц кошачьих глаз в более легкой степени. Они не столь напористы и не находятся у власти. При этом очень осторожны и всегда начеку, заранее чувствуют приближение угрозы и всегда успевают предпринять меры, чтобы избежать ее или смягчить удар.



**Глаза волка.** Имеют удлинненную форму, узкие, с небольшими зрачками. Их обладатели, как правило, жестоки, со злобным характером, отличаются мстительностью и болезненно жаждут власти. Таким людям почти всегда удается занять высокое положение, но ценой большой крови. Власть над другими и богатство не достаются им легко. Часто победив противника в честной схватке, они сами становятся жертвами насилия. Люди с глазами волка не обладают большим умом, среди них встречается немало лидеров преступного мира и серийных убийц.



**Глаза коровы.** Не думайте, что глаза, напоминающие коровьи, ничего не выражают. Они характеризуют их обладателя как личность надежную, терпеливую и бесконечно работоспособную. Правда, такие люди довольно медлительны, зато способны трудиться без устали долгое время, логично думать и добиваться впечатляющих и солидных результатов. Глаза коровы выдают человека решительного, но обладающего мягким характером и спокойным нравом. По размеру они небольшие, но зрачки крупные, радужка занимает довольно большую площадь.



Обладатели глаз коровы очень надежны, никогда не подведут в трудную минуту. Это истинные друзья. Из таких людей получаются отличные ученые, врачи и самые лучшие супруги.



**Глаза барана.** Глаза барана, или овцы, немного похожи на коровьи, но имеют зрачки меньшего размера и смотрятся гораздо привлекательнее. Они окружены изящным изгибом век. Белок чисто-белый. Обладатели глаз барана любят комфорт. Они умеют так обустроить собственную жизнь, чтобы все было удобно и приносило удовольствие. Подобные люди обычно отличаются невероятной плодовитостью, они весьма сообразительны и нередко одаренные от природы.

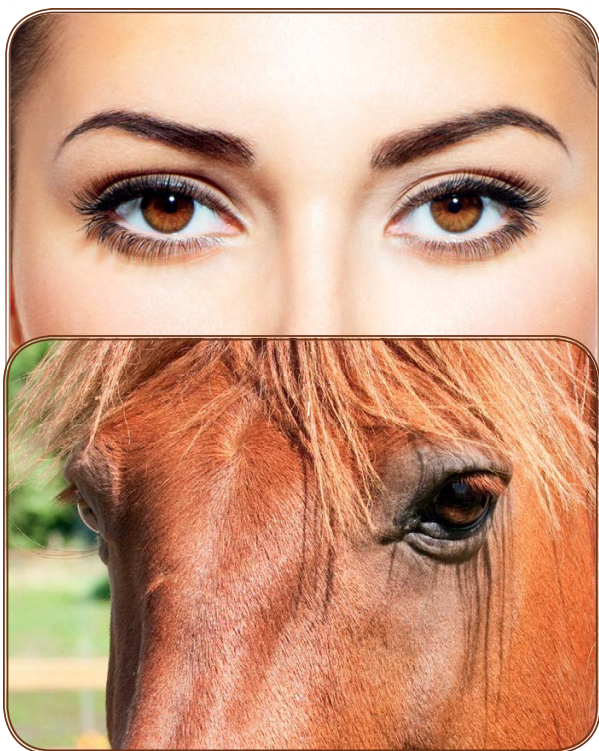
Люди с глазами барана не выделяются особой смелостью и, как ни странно, упорством. На первом месте у них стоит забота о поиске земных удовольствий, а уж потом труда оставшейся энергии на реализацию идей, даже весьма удачных и прибыльных.

**Глаза лисы.** Небольшие по размеру глаза имеют угловатую форму, уголки опущены. Люди с лисьими глазами проявляют неумную жадность ко всему. Они отличаются удивительной хитростью, обладают фантастической интуицией, живым и гибким умом. Какое-то время им удается скрываться под маской доброжелательного простака. В заблуждение попадают, как правило, те, кто не знаком с такими людьми близко, например новые коллеги. Однако со временем хитрецов обязательно распознают и перестают им доверять. Отношения в коллективе становятся довольно натянутыми — и обладатели глаз лисы отправляются на поиски новых жертв. Именно поэтому они часто меняют работу.



Люди с глазами лошади слишком прямолинейны, не умеют скрывать эмоции и истинные чувства. Нередко они остаются недопонятыми и недооцененными окружающими. Однако после долгого общения с ними вы поймете, что такие представители человечества достойны самой высокой оценки.

**Глаза лошади.** Крупные, скорее круглые, чем овальные, слегка выпученные, но красиво очерченные. Такие глаза свойственны людям остроумным и интеллигентным, сообразительным, наделенным множеством талантов: писательским даром, артистическими способностями, художественным вкусом. Трудолюбивые и искренние, они имеют исключительно добрые намерения, но иногда довольно вспыльчивы.



**Глаза оленя.** Глаза оленя похожи на глаза лошади, но немного меньше по размеру, изящнее, тоньше и четче очерчены. Отличаются необыкновенной чарующей красотой. Обладатели таких глаз сильны как духом, так и физически. Они добродушны и старательны, умны и дружелюбны, но всегда крайне осторожны. Люди с глазами оленя удивительным образом чувствуют приближающуюся опасность и успевают не только избежать ее, но и предупредить своих друзей. Это обостренное чутье надвигающейся угрозы или грядущих неприятностей заставляет их все время быть настороже, хотя внешне они остаются безмятежными и безразличными.

Недостаток обладателей глаз оленя — излишняя поропливість, которая нередко сводит на нет все их многочисленные достоинства.



**Глаза журавля.** Красиво очерчены, с темными зрачками. Люди, обладающие глазами, похожими на глаза этой необыкновенно гордой птицы, имеют ярко выраженные артистические способности и великолепный художественный вкус. Какую бы профессию они ни выбрали, будь то поэт, художник или музыкант, они везде достигают вершин мастерства, добиваются славы и успеха. Нередко такие люди делают блестящую карьеру в науке, медицине или политике. Обладая удивительно работоспособностью, они очень часто становятся известными.

В супружестве люди с глазами павлина чаще всего несчастны. Их браки неудачны и быстро распадаются.

**Глаза павлина.** Люди с глазами павлина любят покрасоваться и выставить напоказ свои успехи и достижения, которых, к слову сказать, у них немало. У обладателей таких глаз мало настоящих друзей, но они сами в этом виноваты. В друзья они выбирают лишь тех, кто готов пожертвовать ради них абсолютно всем.



Лихой сердцеед актер Роберт Паттинсон, снявшийся в саге «Сумерки», прекрасно знает чарующую силу своих глаз. В них просто невозможно наглядеться. По крайней мере, так считают множество его поклонниц.



Как ни странно, обладатели глаз льва к лидерству не стремятся и лучше всего себя чувствуют в роли исполнителя. Они сильны в бизнесе, военном деле и политике. Весьма работоспособны и умеют преобладать того же от подчиненных и коллег.

**Глаза льва.** Лев, как известно, царь зверей. Подобные глаза внушают не только безграничное уважение к их обладателю, но и чувство страха, даже если он пребывает в спокойном и безмятежном состоянии. Что уж говорить о том, когда такие люди рассержены или чем-то недовольны. Тогда они просто заставляют трепетать окружающих. Взгляд львиных глаз необычайно твердый и пронизательный. Он говорит о здоровом уме, решительности, бесстрашии, мужестве, высоком положении, рассудительности, осознании собственной силы и превосходства их владельца. Такие люди довольно часто являются состоятельными.



**Глаза слона.** Форма глаз слона удлиненная, веки слегка припухшие, зрачки светлые, но большие и выразительные. Слон — животное трудолюбивое, несуетливое, открытое к общению. Таковы и люди с подобными глазами. Китайские физиономисты считают обладателей слоновьих глаз заслуженно удачливыми и весьма почтенными. Они отличаются крепким здоровьем и часто доживают до глубокой старости. В большинстве своем такие люди богаты, но богатство это приходит к ним небыстро и достается нелегко, а лишь в качестве достойной награды за постоянный труд и долгую службу.



**Глаза свиньи.** Их еще называют пороссячьими. Маленькие, глуповатого вида, с рассеянным взглядом — все это находит отражение и в характере. Обладатели глаз свиньи обычно не блещут умом, нередко хитроватые и весьма консервативные. Такие люди все делают с задней мыслью: им очень хочется иметь преимущество перед остальными и в чем-либо их превосходить. Однако они очень редко добиваются руководящего поста или достигают высокого положения. Людям с пороссячьими глазками хорошо подходит рутинная работа — они неплохие исполнители. Дисбаланс между их необоснованными ожиданиями и реальными способностями приводит к тому, что такие люди не живут долго: они стареют рано, и рубеж их жизни редко превышает 60 лет.



**Глаза инь-ян.** Глаза, имеющие разные форму и размер. Надо сказать, что люди с глазами идеально одинаковой формы встречаются довольно редко, но иногда разница настолько разительна, что превышает все допустимые нормы. О таких людях китайские физиономисты говорят, что они необычайно дальновидны: у них один глаз смотрит в небо, а другой обращен к земле. Люди с глазами инь-ян видят и знают вдвое больше, чем остальные. К тому же они умны и расчетливы.

Обладатели глаз инь-ян уважаемы в обществе и нередко занимают высокое положение.

## Взгляд

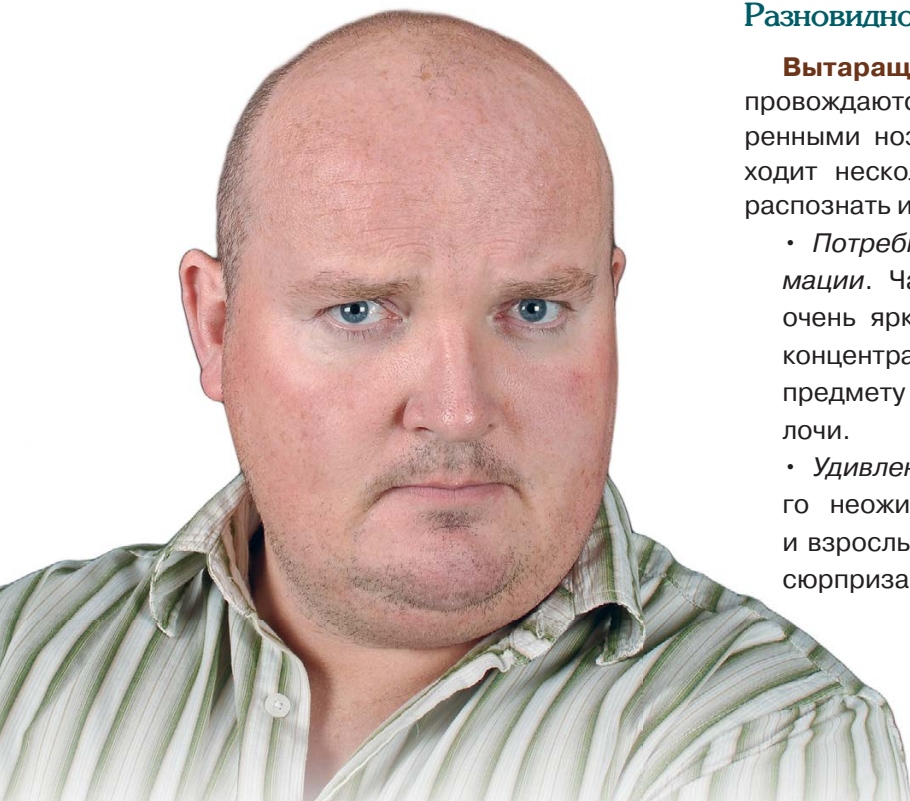
Алгоритм чтения взглядов неоднозначен, но существуют довольно четкие признаки, по которым можно понять, в каком состоянии находится человек. Тем не менее, оценивая взгляд, не забывайте сопоставлять его с чертами лица вашего собеседника и его жестами.

## Зрачки

Первое, на что следует обратить внимание, — зрачки. Некоторые люди способны контролировать собственное тело, но никто пока не научился подчинять своей воле сужение и расширение зрачков. Когда человек испытывает радость, приятное удивление или другие позитивные эмоции, его зрачки увеличиваются, иногда даже в четыре (!) раза. В состоянии раздражения, злости или категорического неприятия чужого мнения зрачки собеседника резко сужаются.

*Удивительный факт: восточные торговцы озвучивают окончательную стоимость товара, оценивая размер зрачков покупателя. Если они расширены, человек настроен положительно и вещь ему по душе. Если остаются суженными, значит, покупатель не собирается ничего брать и интересуется товаром лишь из любопытства.*

Человек с суженными зрачками явно рассержен или чего-то опасается ▼



▲ В состоянии радости или удивления человеческие зрачки непременно увеличиваются

## Разновидности взгляда

**Выращенные глаза.** Обязательно сопровождаются полуоткрытым ртом и расширенными ноздрями. Под это описание подходит несколько состояний, которые легко распознать из контекста происходящего.

- *Потребность получить максимум информации.* Чаще всего бессознательная, но очень ярко выраженная. Это предельная концентрация внимания к интересующему предмету и нежелание упустить даже мелочи.
- *Удивление или восхищение.* Чаще всего неожиданное. Так смотрят дети (да и взрослые тоже) при получении подарка-сюрприза.



- *Испуг.* Неожиданный и сильный. Например, человек стал свидетелем аварии или увидел падение гимнаста в цирке.
- *Любопытство.* Огромное и всепоглощающее. Это состояние достаточно точно характеризует выражение «пожирать глазами».
- *Непонимание.* Полная неспособность понять происходящее и возникшая по этой причине беспомощность.
- *Понимание.* Озарение, пришедшее внезапно, после полного непонимания («Ах, вот оно что!»).

Неожиданный подарок судьбы способен привести в восторг кого угодно ▼



▲ Прищуренные глаза человека могут означать как его пристальное внимание к вашим словам, так и его коварство

**Прищуренные глаза.** Означают пристальное внимание, наблюдение за собеседником и выжидательное изучение, готовность осуществить какое-либо действие.

Если человек, прищурив глаза, глядит *искоса*, это свидетельствует о его хитрости и коварстве, а также о том, что он что-то замышляет.

Если прищуренный взгляд *сопровождается наклоном головы в сторону*, скорее всего, собеседник пытается что-то вспомнить.

Если глаза вашего собеседника **почти полностью прикрыты веками**, это вовсе не говорит о том, что он спит или вы ему неинтересны. Вероятно, в данный момент он просто сосредоточен на самом себе, а его собственные мысли превалируют над всем остальным.

Собеседник закрыл глаза после того, как вы сообщили ему какую-то важную информацию? Не переживайте, это нормальная реакция. Ваше сообщение настолько важно и значимо для него, что ему

просто необходимо все немедленно и тщательно обдумать.

В случае когда сказанные вами слова приятны человеку или происходящее в данную минуту доставляет ему истинное удовольствие, прикрытые глаза могут означать наивысшую степень испытываемого им наслаждения.



▲ Глаза, полностью прикрытые веками и сопровождающиеся довольной улыбкой, выдают наивысшую степень наслаждения

Кратковременное прикрывание глаз веками, длящееся чуть дольше, чем обычное моргание, выражает абсолютное понимание и полное согласие, особенно если сопровождается короткими энергичными кивками головой.

**Резкое интенсивное моргание** выглядит немного нервно. Иногда это происходит произвольно — дергается одно веко или оба. Про человека, который моргает чаще обычно, говорят, что он хлопает глазами. Это про-



▲ Прищуривание одного глаза может означать понимание всех тайных помыслов собеседника

исходит в затруднительных ситуациях, когда человек испытывает глубокое душевное терзание или какое-то переживание. Причем чем глубже переживание, тем интенсивнее он моргает.

**Прищуривание одного глаза** свидетельствует о пронизательности собеседника и о том, что он понимает всю подноготную диалога — «Я вижу тебя насквозь!». Это может быть также тайно подаваемый сигнал согласия или признак кокетства, особенно если сопровождается склоненной набок головой и загадочной полуулыбкой.

**Взгляд через плечо**, особенно если он брошается искоса, обозначает пренебрежение и даже презрение. Кроме того, он выдает наблюдение и элементарную осторожность.

Взгляд человека, брошенный через плечо, — признак презрения ▶





▲ Отсутствующий взгляд выдает скуку

**Пустой взгляд.** В глазах собеседника наблюдается полное отсутствие движения. Человек как бы спит. Это означает безразличие, крайнюю скуку (особенно если сопровождается зеванием) или то, что собеседник погружен в себя.

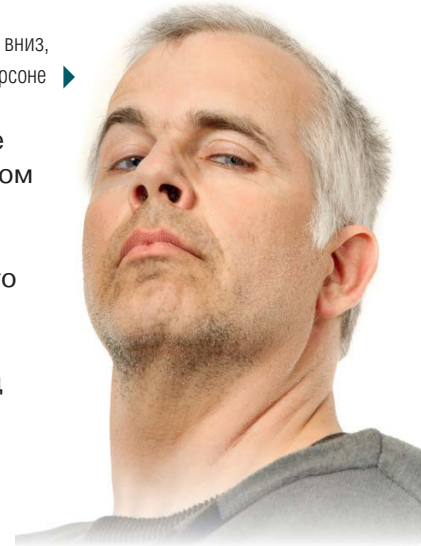
**Взгляд снизу вверх.** Если при этом голова склонена, спина чуть согнута, но напряжение мышц небольшое, человек желает оказать услугу. Большее напряжение мышц выдает подчиненное положение. А если при скованной позе на лбу появились легкие вертикальные морщины, это не что иное, как расчетливая осторожность.

**Взгляд сверху вниз.** В классическом случае он означает

Если ваш собеседник улыбается подобным образом, его поза и взгляд выдают подчиненное положение, которое ему не очень нравится ▶

Человек, который смотрит сверху вниз, явно высокого мнения о своей персоне ▶

превосходство. Кроме того, подобным образом могут выражаться и чувство гордости, и чувство собственного достоинства, испытываемые собеседником. Взгляд сверху вниз с легким прищуром говорит о том, что человек испытывает к вам презрение.



**Уклончивый взгляд** — верный знак неуверенности в себе. Также может означать скромность собеседника. В особых случаях выдает испытываемое чувство вины.

**Вращение глазами и закатывание глаз** характерно для общения людей, хорошо понимающих друг друга. Это взгляд, намекающий на знание подтекста, или посланное украдкой сообщение близкому человеку о том, что беседа с третьим лицом невыносимо скучна, как и сообщаемые им сведения.

**Прямой взгляд**, твердый, четко фиксированный, может означать недоверие и желание испытать собеседника. Кроме того, выражает





бесцеремонность и самоуверенность, нарочитую агрессивность, свидетельствует о недобрых намерениях. Прямой взгляд при откинутой назад голове и напряженных мышцах и мимике означает защиту и готовность к нападению.

▲ Человек с прищуренным взглядом наверняка изучает вас

## Взгляды в различных ситуациях

Власть над взглядом, своим и собеседника, — это особое искусство.

Если вам предстоит деловой разговор, представьте, что у вашего собеседника на лбу нарисован треугольник острием вверх, и смотрите на эту фигуру. Человек непременно уловит ваш позитивный настрой, главное — не опускать глаза.

Участники беседы спокойно сидят друг напротив друга и смотрят прямым взглядом в лицо — это хороший знак. Чаще всего, он го-

Взгляд девушки направлен вниз — она смущена или что-то скрывает ▶

При первом знакомстве нередко твердый взгляд одного человека никак не может встретиться с уклончивым взглядом другого. Подобное поведение необязательно свидетельствует о нечестности или скрытности. Иногда так выражается стеснение. При более близком знакомстве такой собеседник станет смотреть прямо в глаза.

Человек, опускающий глаза, вызывает ощущение того, что он что-то недоговаривает либо скрывает. Если человек, изложив какую-то информацию, не отводит взгляд, но смотрит чуть выше линии глаз собеседника, на его бровь или переносицу, то он, скорее всего, лжет.

ворит о том, что люди внимательно относятся к предмету разговора. Прямым взглядом собеседники словно говорят друг другу: «Мы равны. Мы партнеры. Мы уважаем и ценим сложившиеся отношения».

Собеседник, рассматривающий вас некоторое время, прищурив глаза, вероятно, не верит вам и пытается докопаться до истины.

Взгляд широко распахнутых глаз используется, чтобы вызвать расположение и доверие. Такими широко раскрытыми и слишком «честными» для искреннего человека глазами нередко глядят представители сетевых компаний, предлагая купить «высококласный» товар.



## Веки

Веки — тонкие участки кожи, которые покрывают глаза, защищая их от грязи, пыли и ослепительного света. Они также являются неплохим источником информации для физиономиста.

**Верхние веки.** Отражают то, насколько тесными человек желает видеть свои взаимоотношения с людьми.

*Широкие* верхние веки (если глаз в открытом положении, верхнее веко можно видеть почти целиком) означают:

- потребность в общении;
- тесные партнерские узы;
- полное единение с партнером.

У человека с широкими верхними веками наблюдается сильная потребность в единении с партнером. Ему необходимо ощущать свою близость с другим человеком; нужен тот, кто непрестанно будет думать о нем, и думать, как он. С таким человеком он станет делиться сокровенным, но иногда будет слишком его контролировать, например часто спрашивать «Где ты?», «Куда ты идешь?», «Когда вернешься?». Обладатели широких верхних век знают цену верности. Единственное, чему им стоит научиться — предоставлять партнеру чуть больше свободы и немного личного пространства.

*Узкие* верхние веки (если глаз находится в открытом положении, видна

Если у вашего партнера широкие верхние веки, вам придется предупреждать его каждый раз, когда вы собираетесь где-то задержаться ▶



▲ Человек с узкими верхними веками самостоятелен и понимает ценность личного пространства и времени других людей

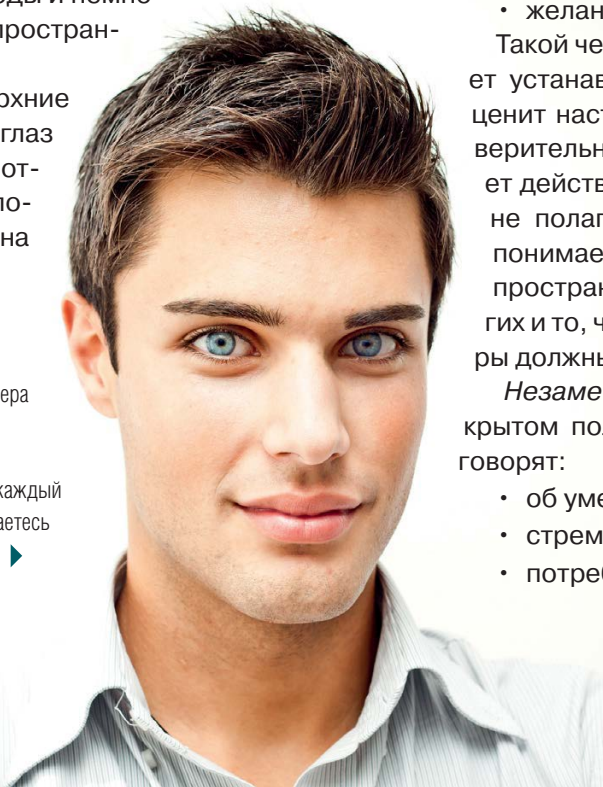
только небольшая часть верхнего века) свидетельствуют:

- о способности к самостоятельным действиям;
- умеренных требованиях к окружающим;
- желании жить своей жизнью.

Такой человек удивительным образом умеет устанавливать баланс в отношениях. Он ценит настоящую близость и искренние доверительные связи, но при этом предпочитает действовать абсолютно самостоятельно, не полагаясь на партнера. Он прекрасно понимает важность собственного личного пространства и личного пространства других и то, что какую-то часть времени партнеры должны жить своей жизнью.

*Незаметные* верхние веки (если глаз в открытом положении, верхнее веко не видно) говорят:

- об умении сосредотачиваться;
- стремлении к свободе;
- потребности в личном пространстве.





▲ Человек с невидимыми верхними веками твердо убежден — всему свое время

Такому человеку присущ дар абсолютной, всепоглощающей сосредоточенности. Ему необходимо находиться долгое время наедине с собой. В качестве идеального партнера подойдет такая же свобододолюбивая личность, которая не станет даже пытаться им руководить.

Когда человек с невидимыми верхними веками сосредоточен на каком-либо деле, ему не понятны претензии партнера, пребывающего внимания.

**Нижние веки.** Всегда ли вы уверены, что собеседник воспринимает ваши слова благоприятно, что он открыт вам, не испытывает недоверия, подозрительности, не относится предвзято. Как узнать его реальное отношение к сказанному вами? Достаточно взглянуть внимательнее на нижние веки.

*Прямые* нижние веки (перекрывают глаз прямой линией) обозначают:

- настороженность;
- тщательную фильтрацию информации;
- сохранение эмоционального барьера.

Если человек к мнению своего собеседника относится позитивно, его нижнее веко прогибается вниз, чтобы впустить больше света. Если же он недоверчив и держится настороженно, нижнее веко образует прямую линию, создавая преграду от опасной и непроверенной информации.

Такой человек в любой ситуации держит эмоциональную дистанцию. Испытывает беспокойство и недоверие к собеседнику, стеснение и даже страх. Он всегда настороже, к нему очень трудно подобраться. Он пропускает все, сказанное вами, через строгий фильтр недоверия.

Если нижнее левое веко вашего собеседника выглядит прямее, он не вполне доверяет вам на личностном уровне. Когда прямым становится правое веко, человек с настороженностью и недоверчивостью воспринимает от вас информацию, касающуюся общественной жизни.

Такой взгляд говорит о том, что вам не доверяют (нижнее веко на левом глазу прямее) ▼





▲ Человек с прямыми нижними веками — образец недоверия, но когда он познакомится с вами ближе, то может стать самым верным другом и преданным сторонником

*Изогнутые* нижние веки (если глаз в открытом положении, нижние веки прогибаются вниз) символизируют:

- открытость по отношению к собеседнику;
- готовность воспринимать информацию;
- непредвзятое отношение к услышанному.

Если при разговоре нижние веки оппонента округляются, он абсолютно искренен, полностью вам доверяет и разделяет ваше мнение ▼



Если нижние веки человека выгнуты вниз, он настроен максимально позитивно, восприимчив к вам и вашим идеям. Такой собеседник готов принять сообщаемую ему информацию полностью и безоговорочно.

*Круглые* нижние веки (максимально выгнутые вниз) демонстрируют:

- эмоциональную уязвимость;
- детскую доверчивость;
- полную откровенность.

Такой человек исключительно открыт. Он тянется к людям и очень раним в эмоциональном плане. Он порой излишне доверчив и наивен. Иногда открытость и откровенность не приносят ему пользы, а, наоборот, доставляют хлопоты и даже наносят вред.



▲ Чрезмерно доверчивый человек с круглыми веками может страдать отсутствием такта

## Надглазные мешки

У различных людей верхние веки в разной степени прикрываются складками кожи — надглазными мешками.



▲ Человек с большими надглазными мешками — экстраверт, он сосредоточен на окружающем мире

**Большие надглазные мешки** выдают особу, чрезмерно сосредоточенную на окружающем его мире и с легкостью пренебрегающую собственными потребностями. Такой человек мало отдыхает, не умеет расслабляться, неправильно питается и не испытывает достаточных физических нагрузок.

Если надглазный мешок больше нависает над левым веком, у человека напряженные личные отношения. Если над правым — страдает деловая сфера.



**Умеренные надглазные мешки** (небольшая складка над верхним веком) говорят о том, насколько человек обидчив, нетерпелив и критичен. Он всегда изначально настроен недоброжелательно.

**Тяжелые верхние веки** (образуемые складки почти полностью закрывают глаза) означают отталкивающую недоброжелательность, негатив и эгоистичность. Они могут



▲ Человеку с тяжелыми верхними веками стоит развить в себе позитивное отношение к жизни

указывать на злой нрав, эгоизм и даже склонность к нечестным поступкам. Такой человек часто берет верх над окружающими, но даже в этом случае негативные установки не дают ему порадоваться данному обстоятельству. Он разочарован жизнью и вместо того, чтобы изменить что-то или измениться самому, предпочитает погрязнуть в дурных привычках. Спасение от жизненных бурь, которые с такой легкостью их настигают, такие люди часто ищут в алкоголе и наркотиках.

◀ Человек со средними надглазными мешками был бы счастливее, если бы научился прислушиваться к собственным нуждам и доставлять себе маленькие радости





▲ Человек с густыми длинными ресницами полон радушия и доброжелательности

## Ресницы

Ресницы, короткие или длинные, пышные или редкие, указывают на степень чувствительности и способность общаться.

**Густые и длинные** — принадлежат человеку терпимому. Он элементарно и без стеснения легко сходится с людьми и ко всем представителям человечества относится с одинаковым радушием.

**Редкие и короткие** ресницы выдают чувствительность. Такого человека легко разозлить или обидеть. Ему не мешает быть объективным и не принимать абсолютно все на свой счет.

## Нос

В физиогномике нос отражает обеспеченность жизненными благами и отношение человека к труду.

Нос помогает нам чувствовать и испытывать различные переживания ▶



**Большой нос** — указатель:

- на потребность и способность занимать руководящие позиции;
- желание и возможность вносить свой вклад в общее дело;
- высокую квалификацию.

В профессиональной сфере такие люди играют ведущую роль, им просто показаны руководящие посты. Их не удовлетворит труд, при котором затрачиваемые усилия не дают должного эффекта.



Вспомните повесть Николая Васильевича Гоголя «Нос». Ее необычный герой умел не только разговаривать, но и ходить, и даже скрываться от своего хозяина.

**Короткий нос** предполагает:

- высокую ответственность;
- трудолюбие;
- неутомимость.

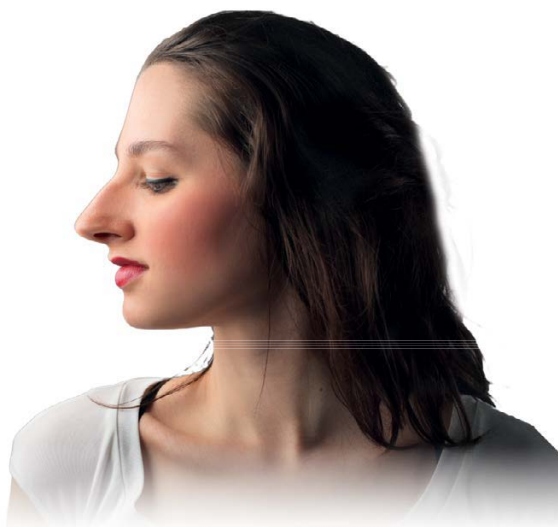
Взявшись за дело, люди с короткими носами всегда доводят его до конца. Они не боятся работы, готовы постоянно и неумно трудиться.



**Длинный прямой нос** предполагает у обладателя:

- присутствие логики;
- способность к долгосрочному планированию;
- наличие здравого смысла.

Сильная сторона таких людей — разработка перспективных планов и долгосрочных стратегий. Они идут впереди всех в поиске новаторских идей, а в работе опираются исключительно на логику.



**Длинный нос** свидетельствует о способности:

- контролировать;
- постоянно узнавать что-то новое;
- расставлять приоритеты.

Люди с длинными носами вполне самостоятельны. Для них важен постоянный мониторинг окружающей среды, а также возможность определять стиль и устанавливать ритм своей работы, без вмешательств и советов извне.



**Курносый нос** говорит о том, что его обладатель отличается:

- повышенной эмоциональностью;
- жаждой поощрения;
- потребностью в поддержке.

Чувства и эмоции у курносых представителей человечества оказывают решающее влияние на работу. Если обстановка позитивная, они способны на трудовые подвиги. В недружественной атмосфере им работать тяжело. Для них жизненно необходимо признание совершенных ими усилий и благодарность за хорошо проделанную работу.



**Нос с горбинкой** говорит о способностях:

- творчески подходить к решению проблем;
- проявлять практичность;
- хорошо управлять.

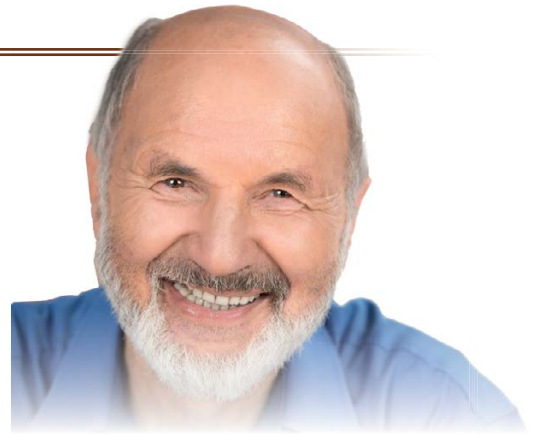
Обладатели носа с горбинкой — гурманы по жизни. Но их истинный талант заключается в умении креативно мыслить. Они считают себя экспертами (не без оснований), обожают руководить и любят наблюдать, как внедряются предложенные ими новаторские идеи.



**Нос с утолщением на переносице** бывает, как правило, у людей:

- жизнерадостных;
- оптимистичных;
- последовательных.

Тем не менее обладатели таких носов могут не на шутку разъяриться, если их загоняют в угол. Больше всего они терпеть не могут тех, кто с легкостью меняет мнение и отказывается от прежних позиций.



**Нос без хребта** сообщает, что его обладатель:

- хорошо работает в команде;
- не любит одиночества;
- избегает принятия решений.

Такие люди лучше всего себя чувствуют в большом коллективе. Им нравится работать, выполняя распоряжения, не принимая решений и не разделяя ответственности.



**Высоко выступающий носовой хребет** — у людей:

- самостоятельных;
- не очень общительных;
- прекрасно работающих без чье-либо участия.

Владельцы таких носов всегда предпочитают самостоятельность. Лучше всего им работается, когда никто не мешает и не стоит над душой. В подобных условиях они способны добиться больших успехов.



**Широкий нос** говорит, что его обладатель:

- готов делиться;
- намерен помогать;
- открыт общению.

Широконосые люди не отказывают в помощи никому, особенно близким. Они стараются днем и ночью держать над всеми невидимый зонтик защиты и поддержки. Быть кормильцем, делиться всем, что есть, — вот жизненная миссия таких людей.



**Узкий нос** указывает:

- на самостоятельность;
- самодостаточность;
- самообеспечение.

Люди с узкими носами уверены, что в этом мире ничего не дается бесплатно и каждый должен обеспечивать себя сам. Им трудно принять даже самую минимальную искреннюю помощь. За свою жизнь они получают так мало поддержки, что привыкают полагаться лишь на себя.



Всем известен сказочный персонаж Буратино. Длинный нос и потребность постоянно узнавать что-то новое, в просторечье именуемая любопытством, заставили его пережить массу захватывающих приключений. Но все-таки Буратино нашел золотой ключик.



## Переносица

При изучении человеческого лица еще в Древнем Китае особое внимание уделялось переносице. Китайцы свято верили, что у человека, занимающего высокое положение, и переносица непременно должна быть выше, чем у остальных. А если она **не только высокая, но и прямая**, то это добавляет успех на личном фронте, например красивую и (что важно) трудолюбивую жену и послушных детей. Мужчинам с прямыми носами не пришлось долго уговаривать девушку вступить в брак: невесты не могли противиться прямоносым красавцам.

Прямой высокий нос однозначно указывает на оптимизм и адекватное отношение ко всему. Как правило, такие люди амбициозны, необычайно работоспособны, настойчивы при достижении цели, жизнерадостны и отзывчивы к несчастьям других.

Нос с **низкой переносицей**, согласно китайской физиогномике, наоборот, сильно мешал строить карьеру. Особенный неуспех ожидал таких людей в политической сфере.

Низко посаженный нос, да еще и **крючком или бугристым**, — прямой путь к несчастному браку, плохим семейным отношениям и прочим неприятностям. Тому, у кого нос крючком, достанется супруг совсем непривлекатель-

ный, слабый здоровьем или со скверным характером. Возможны частые склоки и развод или того хуже — вторая половинка рано умрет.

Крепкая семья, удачный брак, высокое положение — по мнению китайцев, всем этим обладает человек с ровной и высокой переносицей ▼





▲ Люди с крючковатыми носами мстительны, не забывают обид и ничего никогда не прощают

Прямоносые люди по китайским меркам предельно честны, возможные слабости характера им прощаются. А вот обладатели крючковатых носов все как один нечестные. Они только и занимаются тем, что придумывают и воплощают всякие гадости. При этом во всем на первое место ставят лишь собственные интересы и, не задумываясь, используют окружающих для достижения личных целей. Их сверхзадача — сделать карьеру любой ценой, добиться благосостояния всеми возможными путями, пусть даже за счет друзей и родственников.

Китайские физиономисты предупреждают, если вам доведется работать или иметь общее дело с людьми, обладающими крючковатым носом, не спускайте с них глаз и будьте начеку. Ведь от таких партнеров можно ожидать все, что угодно. Баба Яга из русских народных сказок является некоторым подтверждением данной теории.

## Кончик носа

Если высота и прямота переносицы говорят о социальном положении человека, то крылья носа и его кончик могут поведать о финансовой судьбе. **Укрупненный кончик носа круглой формы** уготовит своему владельцу стабильное финансовое положение. Эта форма — стопроцентная гарантия материальной состоятельности. Крылья при этом должны быть мясистыми, а ноздри почти незаметными.

**Заостренный кончик носа, в совокупности с тонкими крыльями и укрупненными ноздрями**, наоборот, признак финансовых неудач, бедности и жизненных неурядиц. Человеку с таким носом настоятельно рекомендовано держаться подальше от любых лотерей и азартных игр, а также не увлекаться игрой на бирже.

Кончик носа может многое рассказать о материальном будущем человека ▼



Изучая нос, рассматривайте его в соотношении с остальными частями лица. Здесь важны пропорции. Большой нос — благоприятный знак. Однако если он располагается на маленьком лице, да еще и с заостренными скулами, это свидетельствует о грядущем несчастье и крахе всех планов. Такой нос точно отрицательно повлияет на судьбу его обладателя, поскольку нарушает все принципы гармонии.

**Кончик носа каплейкой** говорит об энергичном характере и жизнерадостности своего хозяина и сулит ему полное процветание.



▲ Кончик носа в форме капельки — признак жизнерадостности

**Кончик носа луковицей** свидетельствует о необычайной сердечности, доброте и душевности.

**Двойной кончик носа** выдает натуру робкую либо указывает на хронические заболевания внутренних органов, в частности желудка.

**Острый кончик носа** является признаком вспыльчивого характера и хитрости.



▲ Заостренный кончик носа выдает эмоциональную нестабильность

Всем известно, что человек, пребывающий в ярости, раздувает крылья носа. То же самое происходит, когда он агрессивен, раздражен либо расстроен.

## Ноздри

**Широкие ноздри** выдают натуру эгоистичную, обладающую высоким самомнением, но стойкую и умеющую сопротивляться жизненным неурядицам.

Каждый из нас с детства знает, что ковырять в носу — дурная привычка. А вот британские и американские ученые утверждают, что так поступать полезно. Во-первых, это стимулирует деятельность мозга. А во-вторых, слизистая носа содержит множество рецепторов, через которые можно корректировать состояние всего организма. Так, чтобы избавиться от простуды, нужно засунуть в ноздрю палец и пощипать слизистую. Организм сразу начнет активнее бороться с заболеванием.

**Маленькие ноздри** расскажут о боязливости и уступчивости, а также склонности к бахвальству.

**Приподнятые, выпяченные ноздри** указывают на своеволие, несдержанность и распущенность.

**Вздернутые вверх ноздри** являются одним из признаков повышенной сексуальности.

**Ноздри, вытянутые книзу**, сообщают о способностях к точному логическому мышлению.

**Длинные ноздри** являются свидетельством богатого воображения их хозяина.

**Постоянно раздутые ноздри** отличают людей вздорных и неуправляемых.

**Очень крупные ноздри** отражают силу характера и пронизательность их владельца, а также правдолюбие.

**Узкие ноздри**, наоборот, указывают на слабость и мягкотелость человека.

**Волосы в ноздрях** в заметном количестве растут у людей искренних, чистосердечных и прямодушных.

Не спешите удалять волосы, торчащие из ноздрей, они — признак чистосердечности вашего характера ▼

## Щеки и скулы

Щеки и скулы — показатель авторитета в глазах окружающих. Они легко позволят внимательному наблюдателю составить впечатление о незнакомце.

О важном значении щек свидетельствует обычай православного прекратного целования. На Руси это был способ своеобразного выражения приязни гостю. «Приветствуйте друг друга с целованием святым» — рекомендовал римлянам еще апостол Павел.





**Ярко выраженные скулы** являются:

- показателем власти;
- эталоном мужественности;
- гарантией повышенного внимания.

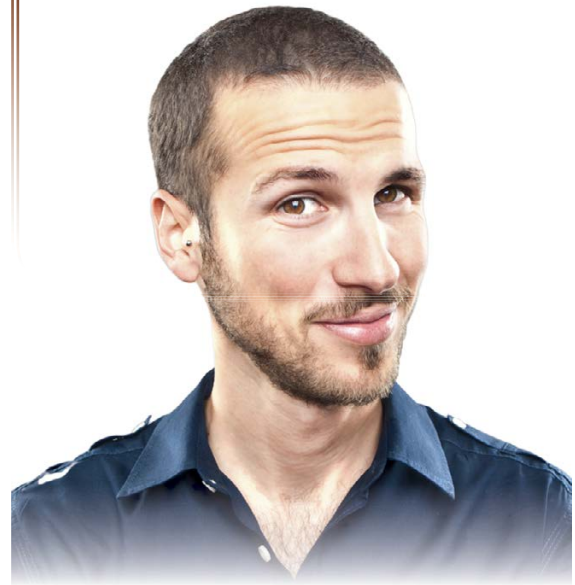
Такого человека воспринимают как сильного и однозначного лидера, даже если он сам себя таковым не считает. Обладатель скуластого лица — счастливчик, везунчик и баловень судьбы. У него может быть только одна проблема — зависть менее удачливых людей к его высокому статусу и престижу.



**Узкие скулы** говорят о том, что человек:

- способен на всплески энергии;
- не любит медлить;
- хорошо работает в режиме цейтнота.

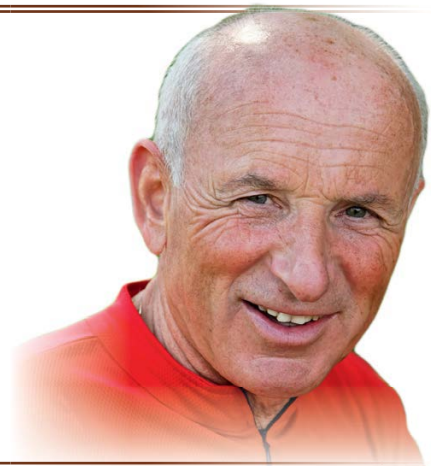
Люди с узкими скулами тратят больше энергии, чем другие, поэтому им часто приходится пополнять ее запас и прерываться на отдых. Они прекрасно проявляют себя в условиях аврала, когда темп зашкаливает, а сроки на исходе. При этом не терпят монотонной работы и медлительности.



**Широкие скулы** говорят:

- о выносливости;
- твердом характере;
- неторопливости.

Такой человек имеет достаточный энергетический запас, чтобы пройти длинную дистанцию, и предпочитает выматывать соперников своим неторопливым темпом. Обладая железным характером и настроенностью на победу, он доведет до конца любую работу и не побоится трудностей.



**Круглые щеки** означают, что их владелец:

- нуждается в поддержке;
- отличается терпимостью;
- обладает организаторскими способностями.

Скулы на таких щеках почти не заметны, они не выпирают агрессивно и не внушают никаких опасений. Такое лицо свидетельствует о толерантности владельца и принятии им других людей. Окружающие рады прийти на помощь обладателю круглых щек. А ему не составит труда собрать единомышленников и побудить их следовать за ним.



**Впалые щеки** указывают:

- на слабый характер;
- нехватку энергии;
- сосредоточенность на внутреннем мире.

Недостаточная сила характера — отличительная особенность человека со впалыми щеками. Такие люди часто страдают эмоциональными недугами. Их больше интересует внутренний мир, чем то, что происходит вокруг. Они никогда не обращаются к логике и всегда ориентируются только на интуицию.



Хоть великий русский поэт Александр Сергеевич Пушкин и маскировал свои впалые щеки бакенбардами, впоржение грубой внешней действительности в его внутренний мир стало для него пагубным.



## Рот

В физиогномике рот не только коммуникатор, но и средство самовыражения, показатель степени чувственности личности. С его помощью мы интерпретируем получаемую словесную информацию. Эта часть лица раскрывает эмоциональный мир личности: способность любить, умение дружить, степень чувственности, мягкости или жесткости характера, наличие податливости или упрямства в характере.



▲ Мужской рот обычно крупнее женского

В древние времена мудрецы, прежде чем принять человека на обучение, подвергали внимательному осмотру его рот. Это помогало им выявить тайные пороки и скрытые добродетели будущего ученика.

По очертаниям и размеру рта можно определить силу внутренней энергии человека. Чтобы провести измерение, мысленно проведите вертикальные линии из центра зрачков до границы смыкания губ.

**Большой рот** говорит о том, что его обладатель самоуверенный, экспрессивный экстраверт. Общительный, иногда немного шумный и слегка назойливый, он всегда позитивный и отличается высокой самооценкой.

Большеротые люди — тотальные захватчики. Они постоянно стремятся добыть и удержать информацию любого рода и в максимальном количестве, чтобы после обработать ее и выдать за свою. Еще одна отличительная черта — способность справиться

Такие качества, как мягкость, нежность, мечтательность, любезность, привязчивость, определяют пассивность характера и расслабляют рот. Чрезмерное их развитие перерастает в слабохарактерность, трусость, лень и подверженность чужому влиянию. Вот почему у человека безвольного и недалекого рот непроизвольно приоткрыт. И чем больше, тем слабее умственный самоконтроль и сильнее инстинкты.



- ▲ Идти против человека с большим ртом и опущенными вниз уголками губ может быть опасно

со всяким делом, если оно принесет ощутимую выгоду.

*Большой рот и опущенные уголки губ* — сочетание, которое свидетельствует о сильной волевой составляющей. Человек с такими чертами лица тяжело поддается влиянию и делает ставку на свои способности завоевателя. Идти против него всегда опасно. Он способен казаться веселым, активным и даже будет шу-

*Большеротой голливудской актрисе, красотке Джулии Робертс, уверенности в себе не занимать.*



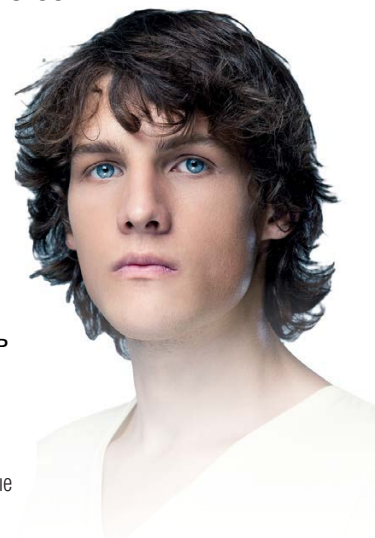
тить, но опущенные уголки рта неизменно выдадут тщательно скрываемое подавленное депрессивное состояние. Вместе с тем такой рот может означать ранимую натуру, восторженно-сентиментальную и вдохновенно-творческую.



- ▲ Если у человека всегда неплотно сжаты губы — перед вами вспыльчивая натура, жаждущая приключений

*Приоткрытый большой рот* (губы в расслабленном состоянии сомкнуты неплотно) — показатель силы и храбрости, даже отваги. Но также он может говорить о ненависти, указывать на вспыльчивость, выдавать жажду приключений и настоятельную потребность в постоянной перемене обстановки.

*Сжатый большой рот* (губы постоянно сомкнуты) сообщает о богатом арсенале личностных качеств, таких как решимость и целеустремленность, а также злопамятность и алчность.



Целеустремленность в сочетании со злопамятностью выдают сжатые губы большого рта ▶



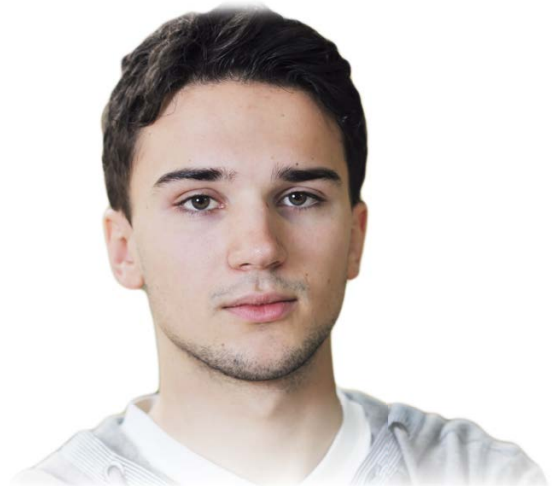
- ▲ Люди с маленьким ртом совершенно определенно знают, что желают получить от жизни

**Маленький рот**, как правило, принадлежит сдержанному осторожному интроверту. Такой человек не раскрывает своих чувств и не сообщает сокровенных мыслей. Во всяком случае, пока не узнает вас поближе. Он также говорит о слабохарактерности владельца. Волей-неволей подобным людям приходится полагаться на свою сноровку и часто прибегать к хитрости.

Люди с маленьким ртом знают, чего хотят, и никогда не станут распылять свою и без того не очень мощную энергию на малозначимые вещи. Сил для глобальных свершений у них мало-ваго, но зато очень много усердия.

*Маленький полуоткрытый рот* может рассказать о доброте и большой нежности обладателя. Такие люди любят чистоту и порядок, а также склонны к скрытности и отличаются скептицизмом.

*Закрытый маленький рот* выдает уравновешенного и спокойного человека, способного не растеряться в экстремальной ситуации и всегда оказать своевременную помощь. *В сочетании со стиснутыми зубами* — это признак настойчивости.

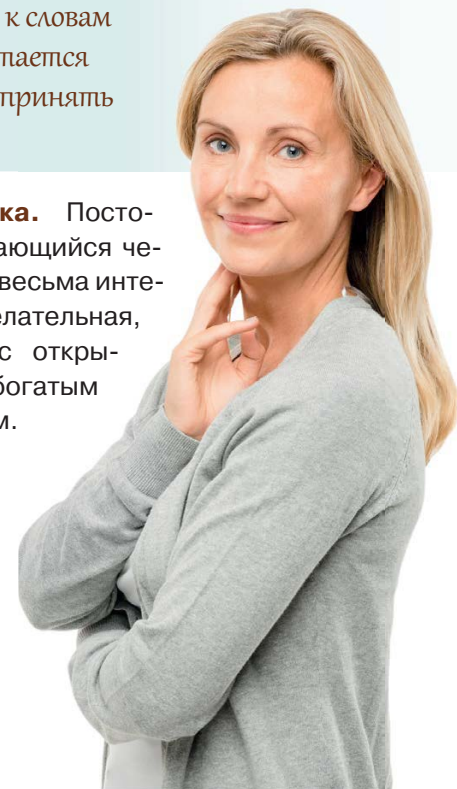


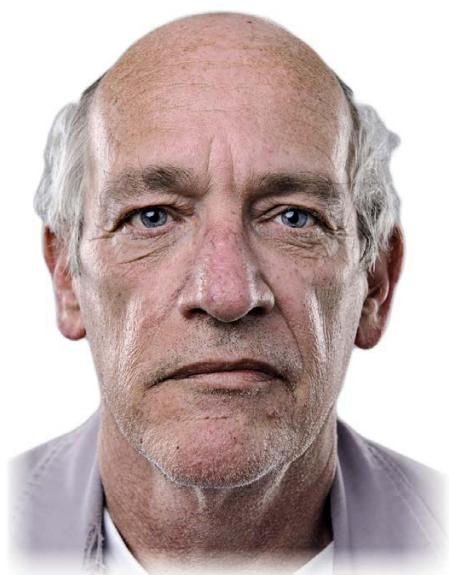
- ▲ Обладатель маленького рта со сжатыми губами всегда спокоен и уверен в себе

*Слегка приоткрытый рот* во время беседы может указывать на повышенное внимание собеседника: человек прислушивается к словам оппонента и пытается максимально воспринять сказанное.

**Рот-полуулыбка.** Постоянно слегка улыбающийся человек — личность весьма интересная, доброжелательная, интеллигентная, с открытым сердцем и богатым внутренним миром.

Рот-полуулыбка выдает интересную личность с богатым внутренним миром ▶





▲ Человек с искривленным ртом нелегко идет на компромисс

**Искривленный рот** принадлежит натурам скептически настроенным ко всем и вся, отличающимся изменчивым настроением, жестким подходом к людям и их проблемам, но обладающим высочайшим интеллектом.

**Симметричный рот** (без кривизны) демонстрирует баланс практичности и эмоций.

**Односторонний рот** (один край сужен и опущен) наблюдается у упрямцев и людей бескомпромиссных.

## Губы

В физиогномике верхняя губа указывает на женскую энергию и отражает внутренний мир и чувства человека, а нижняя — на мужскую энергию и иллюстрирует отношения человека с внешним окружением.

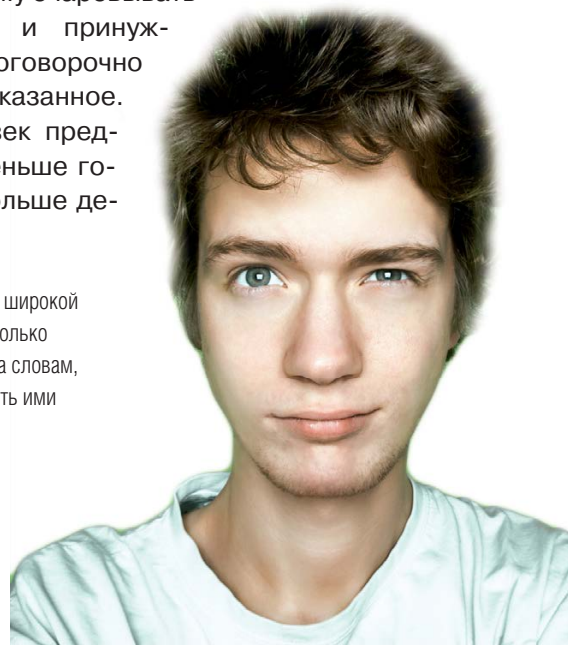
Почему мужчины закрывают верхнюю губу усами? Не только потому, что они естественным образом там распухли, а еще и потому, что помогают спрятать женское начало и подчеркнуть мужское.

**Полные губы** — знак особой эмоциональности и чувственности. Люди с такими губами отличаются вызывающей внешностью. Они экспрессивны и обладают прекрасным чувством юмора.



**Полная нижняя губа** говорит о том, что человек обладает даром убеждения, предпочитает практическую деятельность и умеет очаровывать. Если обладатель большой нижней губы хочет внушить кому-то свою точку зрения, он с легкостью сделает это, особенно когда речь идет о точных проявлениях внешнего мира, например цифрах. Природный дар позволяет ему очаровывать слушателей и принуждать их безоговорочно верить в сказанное. Такой человек предпочитает меньше говорить, а больше делать.

Некоторые люди с широкой нижней губой настолько предпочитают дела словам, что могут подменять ими чувства ▶

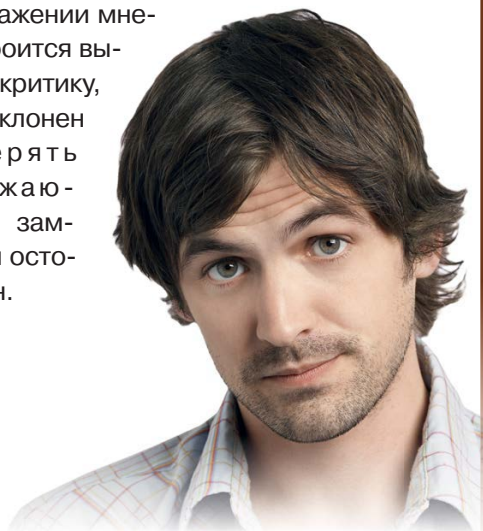




▲ Человек с полной верхней губой предпочитает выражать чувства словами

*Полная верхняя губа* свидетельствует о прямодушии, правдивости и восприимчивости. Такого человека интересуют не слова, а скрывающийся за ними смысл и характер того, кто их произносит. Он всегда старается проникнуть в суть поступков окружающих его людей и без колебаний выскажет правду, если почувствует обман.

**Тонкие губы** свидетельствуют о холодности, сдержанности и недоверии. Такой человек не любит демонстрировать свои чувства. Он осторожен в выражении мнения, боится вызвать критику, не склонен доверять окружающим, замкнут и осторожен.

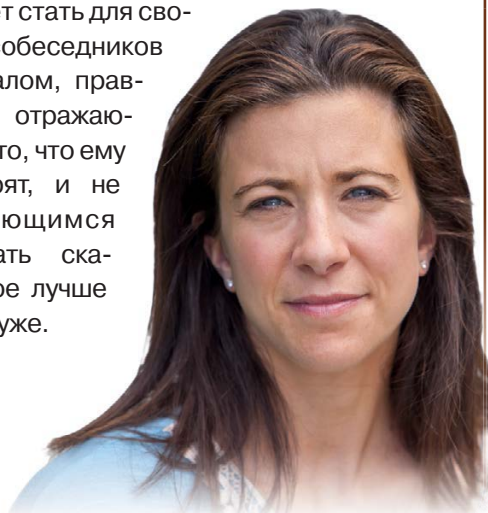


Помимо размера и формы рта и губ важное значение имеет также изгиб. Он отражает умение человека слушать. Поставьте в уголках рта воображаемые точки и соедините их: степень изгиба будет определяться относительно полученной линии.

**Уголки рта смотрят вверх** у энтузиаста и оптимиста. Это человек, который любит слушать окружающих и воспринимает все ими сказанное позитивно. В том, что ему говорят, он всегда выделяет самое лучшее.



**Прямая линия губ** выражает объективность, реалистичность и точность. Такой человек всегда воспринимает сказанное объективно. Он может стать для своих собеседников зеркалом, правдиво отражающим то, что ему говорят, и не пытающимся сделать сказанное лучше или хуже.



**Уголки рта смотрят вниз** у человека недоверчивого. Это пессимист. Он хорошо умеет отгораживаться от позитивных сообщений, воспринимая только негативную сторону сказанного. Во всех словах в свой адрес он слышит нехороший подтекст.



## Губной желобок

Форма рта во многом зависит от очертаний губного желобка, который как бы соединяет верхнюю губу с носом. Несмотря на свой небольшой размер и незначительность, эта часть лица играет важную роль в физиогномике. Именно в ней закодирована ценнейшая информация о состоянии здоровья человека, качестве и долготе его жизни, занимаемом положении в обществе и многочисленности его семьи.

Физиономисты оценивают губной желобок по следующим критериям:

- симметричность;
- длина;
- границы;
- глубина.

**Губной желобок большой длины и глубокий.** Считается благоприятным для мужчин, особенно если на нем растут усы. Обладатели

Если губной желобок мужчины, пусть даже глубокий и длинный, лишен усов, то его обладатель вполне способен занять высокое положение в социальной иерархии, но вот обзавестись большим потомством у него не получится.



◀ Всего поможет достичь губной желобок

такой разновидности желобка отличаются выдающимся умом и завидным здоровьем. Они способны к накоплению знаний и могут высоко подняться по общественной лестнице. Жизнь таких людей обычно оказывается долгой, а семья многочисленной. Их ждет процветание и безоблачное существование без особых потрясений.

У женщин наличие волосков над верхней губой, а особенно на губном желобке, считается знаком неблагоприятным. Такую представительницу прекрасного пола ждут вероятные

Короткий и плоский губной желобок не принесет счастья своему владельцу ▼





проблемы со вступлением в брак. И даже если он состоится, то может закончиться разводом. Вдобавок ко всему у нее не сложатся отношения с родственниками, и в конце жизни она останется одна.

**Губной желобок неглубокий (плоский) и недлинный.** У мужчины выдает низкое положение в социуме и несостоявшуюся карьеру. Пророчит короткую жизнь и совсем немногочисленную (если она вообще будет) семью. Если у такого мужчины на желобке не растут усы, то вероятность всех заявленных несчастий повышается в разы.

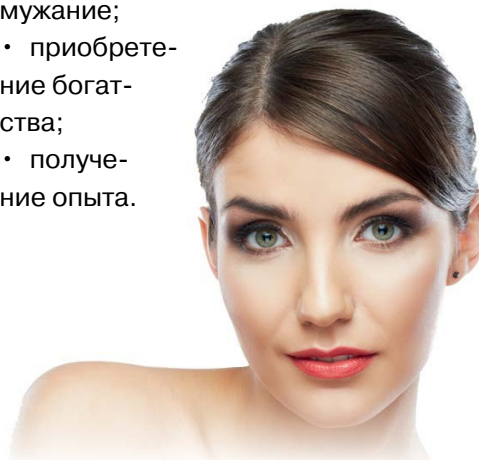
Если плоский и недлинный губной желобок вдобавок темного цвета, его обладателю нужно беречься. Такому человеку может грозить ранняя смерть в результате несчастного случая или ввиду внезапной тяжелой болезни.



**Параллельный желобок.** Его края идут вровень друг с другом и четко просматриваются по всей длине. Такой желобок указывает на административный талант человека, а также возможность сделать карьеру на военном поприще.

**Расширенный книзу губной желобок.** Классический и наиболее распространенный тип. Имеет форму треугольника: верх сужен, низ расширен. Он отражает весь жизненный цикл:

- накопление знаний;
- взросление и возмужание;
- приобретение богатства;
- получение опыта.



**Расширенный кверху желобок.** Имеет форму перевернутого треугольника: у носа широкий, над губой суженный. Он обещает человеку прекрасный и яркий старт, но предвещает плохой финал. В первой половине жизни такие люди будут, безусловно, счастливы, а вот во второй вполне могут стать банкротами, потерять в одночасье все богатство и к тому же лишиться здоровья.



## Зубы

В физиогномике зубы отвечают за процесс принятия решений и характеризуют смелость человека.



◀ Ровные зубы — ровный характер

**Крупные зубы** говорят:

- об упрямстве;
- способности к противодействию;
- верности своим принципам.

Крупными зубами могут похвастаться упрямыцы ▶



Обладатель **ровных зубов** отличается:

- логическим подходом ко всему;
- самоуверенностью;
- спокойным характером.

Человек, у которого **щель между передними (верхними или нижними) зубами**:

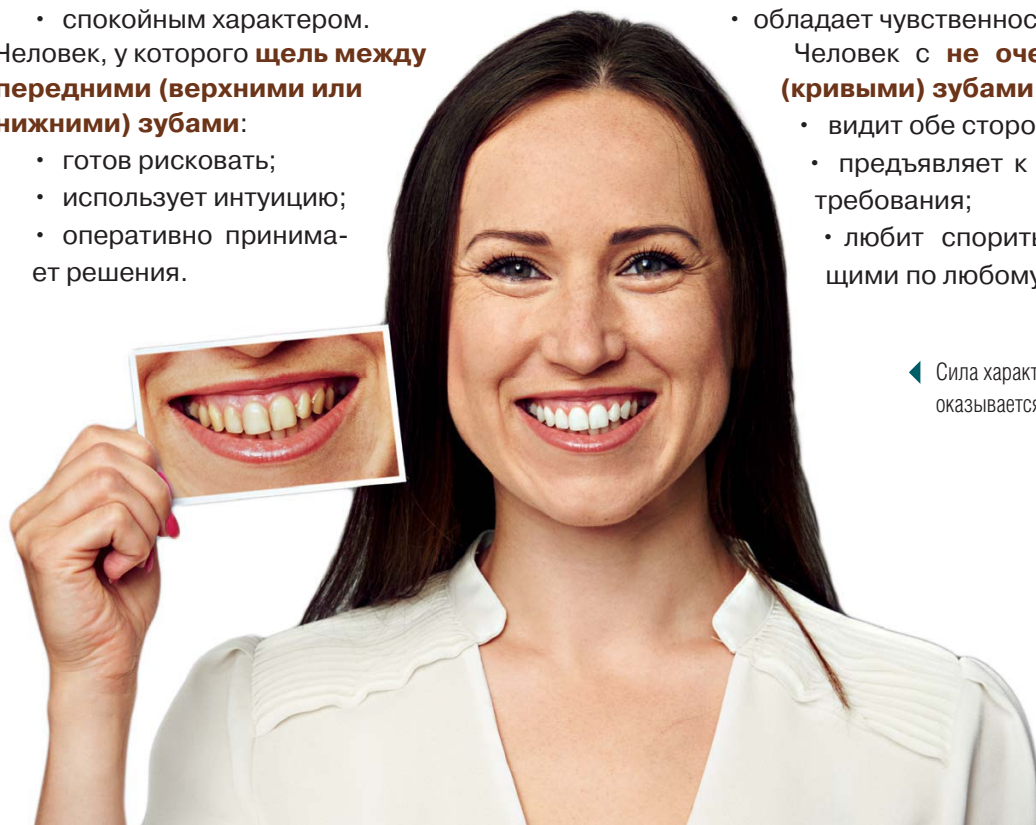
- готов рисковать;
- использует интуицию;
- оперативно принимает решения.

Если у человека **мелкие зубы**, то он:

- интеллигентен;
- склонен к эстетству;
- обладает чувственностью.

Человек с **не очень ровными (кривыми) зубами**:

- видит обе стороны проблемы;
- предъявляет к себе высокие требования;
- любит спорить с окружающими по любому поводу



◀ Сила характера — вот о чем, оказывается, повествуют зубы

## Улыбка

Улыбка говорит об истинном характере человека и его чертах больше, чем любой жест и мимическая гримаса.

**Классическая улыбка:** рот открыт примерно наполовину, губы расслаблены, виднеются зубы, но десны не обнажены. Свидетельствует о том, что все чувства человека пребывают в гармонии, а сам он находится в ладу с внутренним миром: не скрывает переживания, но и не выставляет их напоказ. Такой человек вполне удовлетворен своей сексуальностью и обладает высокой самооценкой.

**Широкая улыбка:** рот открыт довольно широко, десны обнажены. Такой человек щедр, и порой чрезмерно. Он не верит, что его можно любить просто так, и считает, что хорошее расположение к себе должен за-

Понаблюдайте за человеком, который дарит подарки и оказывает услуги всем подряд, вне зависимости от личной выгоды. Наверняка он слывет щедрым и бескорыстным, у него широкая улыбка.

служить. Будучи уверен, что ничего в жизни не дается даром, постоянно старается всем угодить.

**Натянутая улыбка:** губы напряжены, рот едва приоткрыт, верхняя губа прикрывает зубы. Такая улыбка не отличается искренностью и говорит о том, что человек в чем-то фальшивит. Это маска, скрывающая истинные чувства, попытка изобразить радушие, которого нет и в помине.

Классическая улыбка — выражение внутренней гармонии ▼





▲ Остерегайтесь иметь дело с людьми, которые натянуто улыбаются

**Улыбка-поцелуй:** губы сильно напряжены и сомкнуты. В этой улыбке ней нет ничего скрытного, лишь подсознательное желание сохранить дистанцию между собой и другими людьми. Человек старается быть любезным, но не хочет, чтобы к нему лезли в душу.

Человеку, у которого улыбка похожа на поцелуй, нужно время, чтобы довериться кому бы то ни было ▼



**Искривленная улыбка:** один уголок рта приподнят, другой опущен. В этом случае человек вовсе не собирается улыбаться. Возможно, застигнутый врасплох, он просто старается произвести приятное впечатление.

## Нижняя челюсть

Служит олицетворением физической мощи и сильного характера. Чем она заметнее, тем большей выносливостью отличается человек. Всегда оценивайте челюсть с двух сторон: если она *развита сильнее справа*, то ее обладателю обеспечен успех в деловом мире; если *слева* — успешной будет личная жизнь.

**Крупная и широкая челюсть**, края которой видны со стороны затылка, означает:

- приверженность высоким идеалам;
- умение держать слово;
- сильное желание доминировать.

Обладатель крупной челюсти на редкость вынослив физически. Он не терпит лжи и всегда предельно честен. При этом никогда не откажется от запланированного, даже если шансы на успех минимальны. Такой человек всецело предан собственным идеалам и жестко придерживается собственных принципов. Кроме того, он самолюбив, порой чрезмерно.



**Узкая и маленькая челюсть** выдает в хозяине:

- отсутствие агрессивности;
- миролюбивый и покладистый характер;
- способность к компромиссу и неспособность к противостоянию.

Такой человек любой ценой избегает конфликтов — в нем недостаточно боевого духа для открытого противостояния. Он может противостоять скрытно, но в большинстве ситуаций постарается отыскать компромиссное решение, причем выгодное обеим сторонам. У него абсолютно отсутствует враждебность по отношению к окружающим и никогда не возникает желания подчинить себе кого-либо. Хотя люди с маленькой челюстью не любят, когда ими пытаются командовать, но нежелания спорить и боязнь конфликта заставляют их быстро капитулировать.



Человек, имеющий **двойную челюсть** (так называемый двойной подбородок):

- внушает уважение;
- олицетворяет власть;
- проявляет силу характера.

Двойной подбородок — символ власти, внушающий уважение. Такая челюсть указывает не только на невероятную силу характера, но и на уникальную способность использовать эту силу в подходящей ситуации. Окружающие всегда проникаются к подобным людям уважением и склонны высоко оценивать их суждения.



Если кожная складка, находящаяся под подбородком, дряблая и свисает, это, наоборот, свидетельство явной слабости характера.

**Челюстные желваки** (увеличенные мышцы челюсти) сообщают о том, что человек:

- способен на вспышки ярости и агрессии;
- гневлив и раздражителен;
- недоволен собой.

Такой человек напряжен и все время пытается подавить накапливающую в нем злобу. Причем часто для столь сильной ярости нет объективных причин. Все это негативно сказывается на его состоянии — как душевном, так и физическом.



## Подбородок

Форма подбородка указывает на способность человека пережить трудные времена. Сила духа, готовность к противостоянию судьбе и возвращению в нормальное русло после любых испытаний — вот что отражает эта часть лица.

Подбородок показывает, насколько человек воспринимает или не воспринимает критику в свой адрес ►

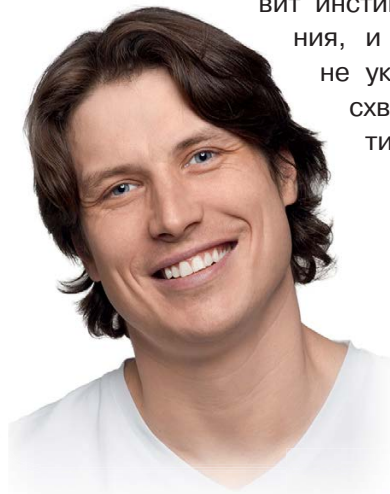


**Широкий подбородок** выдает людей удивительной стойкости, способных легко восстановиться после любой неудачи. Их характерными чертами являются физическая выносливость, определенная бесчувственность и постоянное желание покрасоваться.



**Мощный подбородок** встречается у человека уверенного в себе, нередко агрессивного и отличающегося упорством.

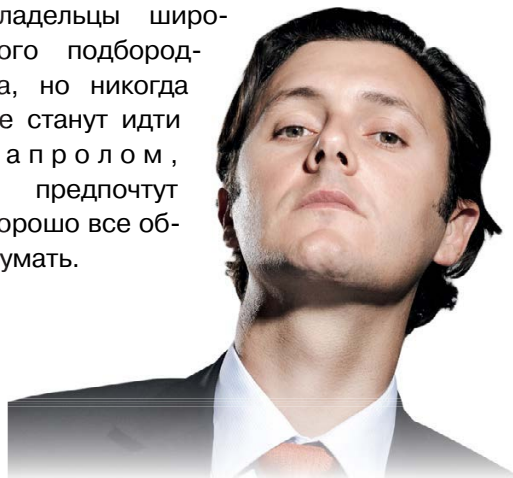
У него превосходно развит инстинкт выживания, и он никогда не уклоняется от схватки с противником.



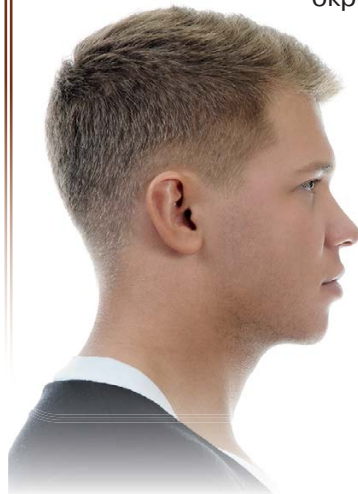
**Узкий подбородок**, особенно заостренный, свидетельствует о том, что человек — сам себе хозяин. Он способен всего добиться самостоятельно и не выносит, когда им пытаются руководить. Если потребуется, то для достижения цели он становится жестким. В любом случае конечный результат для него выше эмоций и чувств.



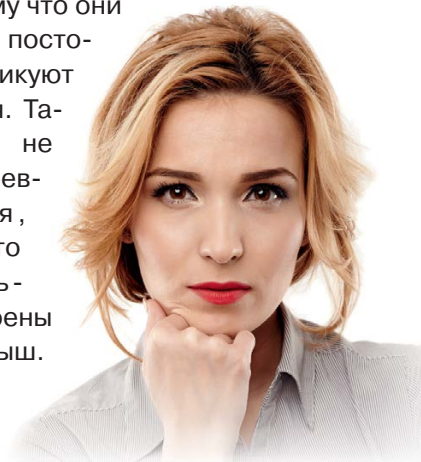
**Подбородок выдается вперед** у человека практичного, не пасующего перед трудностями и не пугливого. Это «крепкий орешек», не знающий слова «сдаюсь». Его невозможно запугать или к чему-то принудить. С точки зрения физиогномики, эти люди обладают не меньшей выносливостью и силой, чем владельцы широкого подбородка, но никогда не станут идти на пролом, а предпочтут хорошо все обдумать.



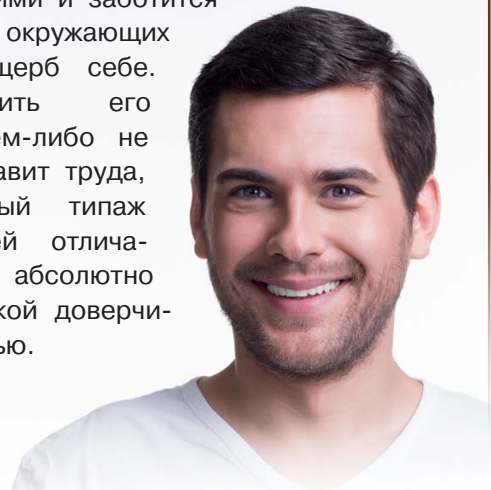
**Срезанный подбородок** имеют люди с высокими моральными принципами. Они неконфликтны и охотно идут на компромисс, предпочитая открытой борьбе соглашение. Их этические нормы высоки, а требования морали, которым они следуют, не всегда понятны окружающим. Тем не менее такие люди ожидают от других столь же безупречного поведения.



**Маленький подбородок** принадлежит людям обидчивым, чувствительным к критике, но не агрессивным. Их способно ранить любое, даже легкое осуждение. Критика окружающих в этом случае абсолютно лишняя, потому что они и без того постоянно критикуют сами себя. Такие люди не любят соревноваться, потому что изначально настроены на проигрыш.

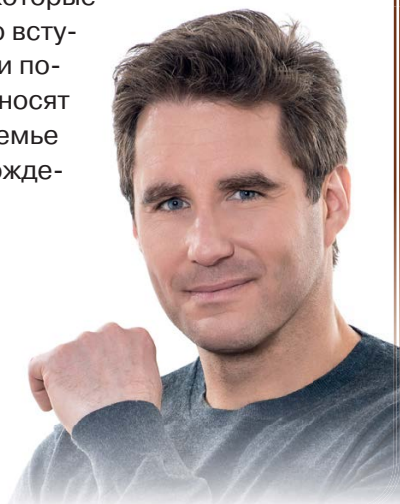


**Круглый подбородок** указывает на отзывчивость, щедрость, заботливость и доброе сердце его обладателя. Такой человек невероятно гостеприимен. Он всегда интересуется другими и заботится об окружающих в ущерб себе. Убедить его в чем-либо не составит труда, данный типаж людей отличается абсолютно детской доверчивостью.



**Горизонтально раздвоенный подбородок**

выдает людей распутных, которые многократно вступают в брак и постоянно приносят огорчения семье своими похождениями.

**Сочетание подбородка и бровей**

Соотношение, образуемое частями лица, в физиогномике играет не последнюю роль. И дело тут не только в общей привлекательности черт, но и в балансе и дисбалансе верхней и нижней частей лица. Напомним, что первая ассоциируется с мышлением, а вторая — с действиями. Наиболее выразительная часть верхней зоны — брови — показывает, что и как человек думает, а наиболее выразительная часть нижней зоны — подбородок — отвечает за то, как человек действует в соответствии со своими мыслями.

Для людей с **вертикально раздвоенным подбородком** (с ямочкой) очень важна супружеская верность. Они предпочитают иметь партнера со сходными характером и склонностями.



**Брови изогнуты полукругом, подбородок круглый.** Такой человек всегда думает о других хорошо и старается всем помогать. Он по-настоящему дружелюбен, щедр и отличается невероятной душевностью.

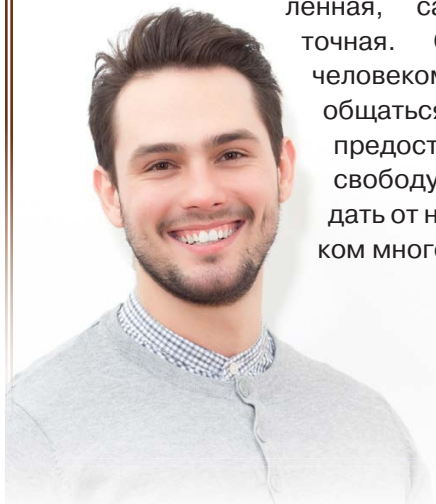
Обладателю круглых бровей и подбородка присущи теплота и отзывчивость ▶

Если вертикальная черта пересекает подбородок полностью, вплоть до нижней губы, это признак гипертрофированно чувственной и даже развращенной личности.

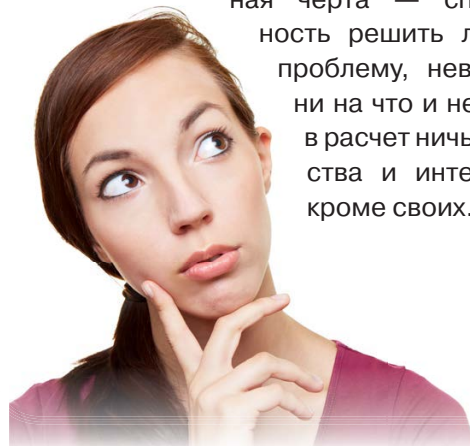




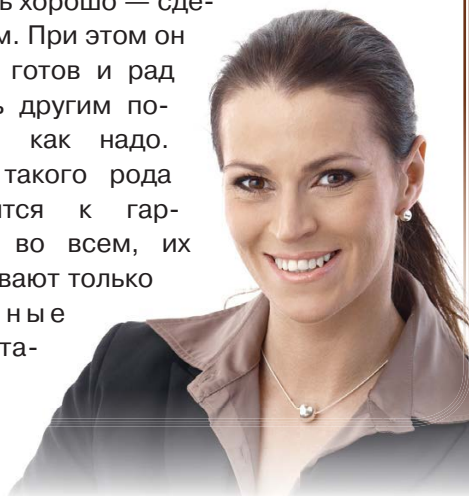
**Брови прямые, подбородок круглый.** Обладатель такого сочетания чувств других людей из виду не упускает, но больше сосредоточен на собственных идеях. Это натура психологически уравновешенная, целеустремленная, самодостаточная. С таким человеком легко общаться, если предоставить ему свободу и не ожидать от него слишком много.



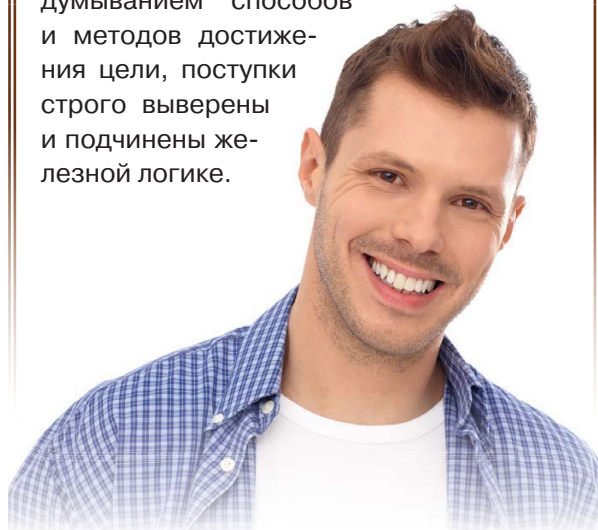
**Брови круглые, подбородок прямоугольный.** Свои бесценные знания такой типаж будет использовать в основном для достижения личных целей. Он прекрасно умеет манипулировать окружающими, на первом месте у него не люди, а идеи. Характерная черта — способность решить любую проблему, невзирая ни на что и не беря в расчет чужие чувства и интересы, кроме своих.



**Брови ломаные, подбородок круглый.** Так выглядит ответственный и хороший помощник. Его не интересует доминирование в прямом смысле этого слова, но он обожает держать все происходящее под контролем. Этот человек искренне верит: хочешь сделать хорошо — сделай сам. При этом он всегда готов и рад помочь другим показать, как надо. Люди такого рода стремятся к гармонии во всем, их устраивают только отличные результаты.



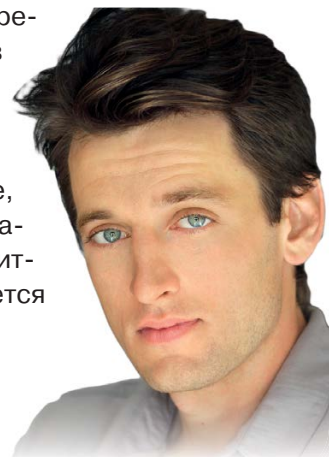
**Брови прямые, подбородок прямоугольный.** Рассудительность такого человека безгранична. Прежде чем что-то предпринять, он взвесит все тысячу раз и найдет причину любому следствию. Все его мысли заняты обдумыванием способов и методов достижения цели, поступки строго выверены и подчинены железной логике.



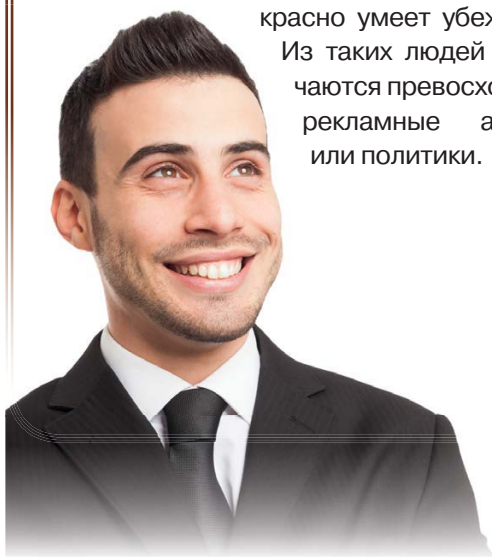
**Брови ломаные, подбородок прямоугольный.** Типичный армейский командир. Он обожает распоряжаться и отдавать команды, не считаясь с чувствами окружающих. Планирует все тщательно, разрабатывает стратегию и претворяет ее в жизнь. Чужое мнение и планы в расчет им не принимаются. Такой человек может пройти по головам, если того требует цель.



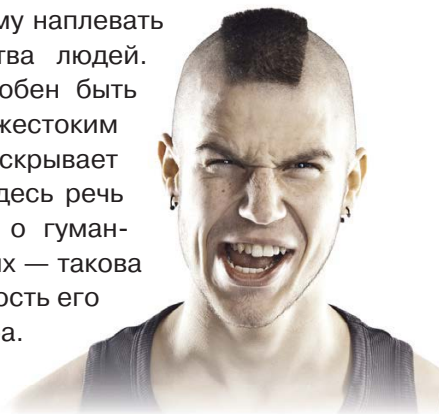
**Брови прямые, подбородок заостренный.** Такое сочетание говорит о том, что человек всегда ставит общее дело превыше собственных интересов и интересов других людей. Во имя всеобщего счастья он пойдет на многое, даже на баррикады, и не остановится, пока не добьется конечной цели.



**Брови круглые, подбородок заостренный.** Этот человек заставит вас не только внимательно выслушать его, но и принять все его идеи и сделать то, что ему нужно. Причем, он не станет подавлять вашу волю или очевидно настаивать только потому, что прекрасно умеет убеждать. Из таких людей получаются превосходные рекламные агенты или политики.



**Брови ломаные, подбородок заостренный.** Данному индивидууму наплевать на чувства людей. Он способен быть очень жестоким и не скрывает этого. Здесь речь не идет о гуманитарных идеях — такова особенность его характера.



Если на лице человека с ломаными бровями и острым подбородком нет никаких смягчающих черт (ямочек, пухлых губ, курносого носа), пощады от него не ждите. Ему не введомо жалость, он не испытывает сочувствия и может быть на редкость беспощадным.

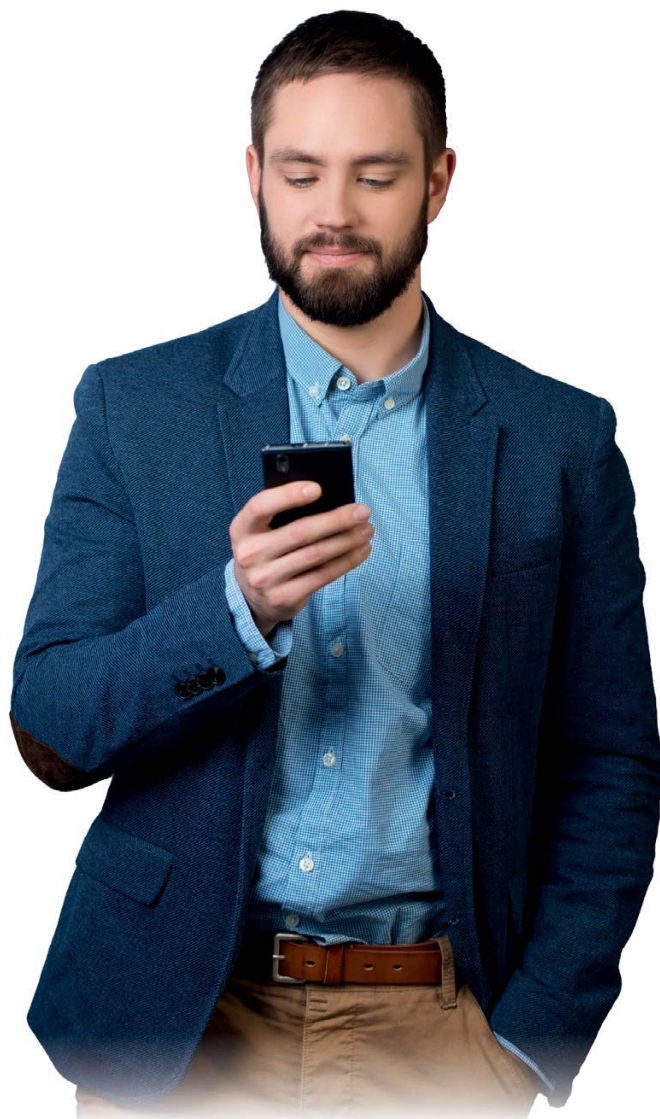
## Борода и усы

Борода — символ мужественности, яркий штрих в создании маскулинного идеального образа. И это утверждает не только мода. Физиономисты свидетельствуют: борода — это благосостояние, потомство, здоровье и даже долголетие. Отсутствие оной — слабая сексуальность, потери и одиночество, словом, знак неблагоприятный.

Идеальная борода должна быть гладкой, мягкой и длинной. Тогда это прямой путь к богатству и долгой жизни.

**Узкая интеллигентная бородка** — показатель ума и тонкости натуры. Мужчины такого плана могут быть педантичными до занудства, при этом всегда аккуратны, воспитанны и пунктуальны.

Длинная борода — гарантия спокойной и благополучной старости для ее обладателя ▼



▲ Обладатели широкой заметной бороды постоянно решают вопросы романтического характера

**Жесткая борода**, колючая и сухая, — признак упрямого характера и неумения распоряжаться финансами. Но в то же время свидетельствует об энергичности и сексуальности ее обладателя.

**Широкая борода** говорит об активной деятельности и кипучей энергии мужчины. Носители широкой бороды весьма деятельны, постоянно обдумывают какие-либо идеи и претворяют их в жизнь. У них наблюдается лишь один существенный недостаток — основные силы они тратят на плотские удовольствия.



▲ Фигурные усы часто являются признаком мужского кокетства. Такую форму выбирают волокиты и дамские угодники

Еще одно замечательное мужское средство замаскировать свой характер — усы. Парадокс в том, что попытка спрятать сокровенное подсознательно приводит к выбору той их формы, которая помогает открыть правду.

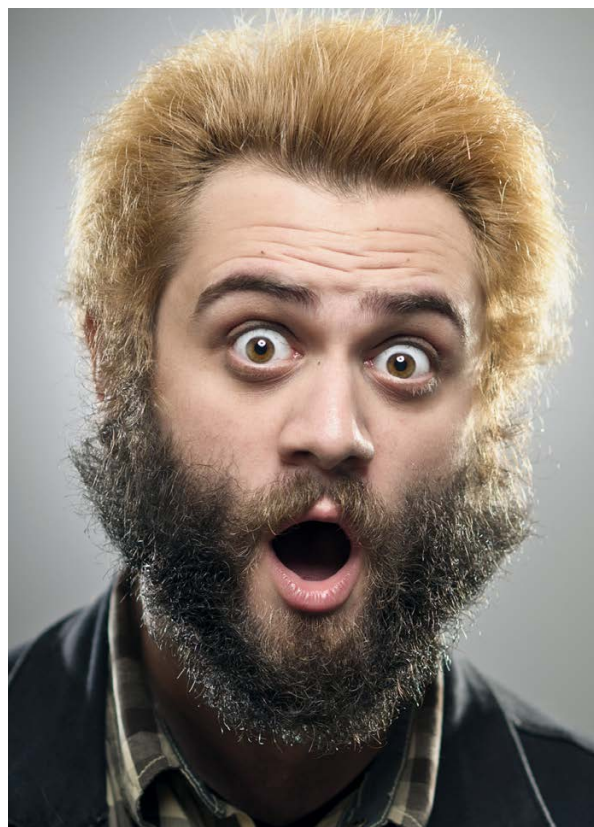
- **Длинные** — предпочитают любители веселых компаний и приятного времяпрепровождения.
- **Короткие** — носят мужчины интеллигентные, обладающие острым умом и хорошими манерами.

Усы, борода и бакенбарды иногда говорят о том, что мужчина просто ленится и ему не досуг каждый день исправно бриться.

- **Узкие** — принадлежат чревоугодникам и гурманам, любящим жизнь и удовольствия.
- **Пышные** — выдают тщеславную натуру, отличающуюся не слишком большим умом.
- **Фигурные** — отрачивают мужчины, желающие подчеркнуть свою красоту, но на самом деле не уверенные в себе.

И в завершение вспомним про чрезвычайно редкий сегодня атрибут мужского лица — бакенбарды. Когда-то они были неотъемлемой частью имиджа. Нынче их носят преимущественно те, кто желает скрыть некрасивую форму скул или что-то более серьезное, например истинное положение дел либо тайны.

Густые бакенбарды — свидетельство не только скрытности, но и нежелания ухаживать за собой ▼



## Родинки на лице и их значение

Не успевает ребенок появиться на свет, как на его теле возникают родимые пятна. Нет ни одного человека, у которого не было бы хотя бы единственной родинки. Трудно-объяснимый процесс их появления и особенности расположения издавна вызывали у людей интерес и желание понять значение этих знаков судьбы. Постепенно сформировался целый раздел науки, изучающий родинки, занимающийся выявлением закономерностей, определением характера человека и предсказанием событий, которые с различной долей вероятности могут с ним произойти.



**Форма.** Очень хороший знак, если родинка *круглая*. Это является добрым предзнаменованием, сулит удачу и всяческие блага. Но лучше всего, если родинка *выпуклая*: судьба такого человека считается однозначно счастливой. *Овальные, прямоугольные или вытянутые* родинки могут принести неудачу.

**Цвет.** Если *круглая* или *выпуклая родинка светлая*, то ее благотворное влияние проявляется слабее. Лучше, если «счастливые» родинки имеют темный цвет. А вот чем *темнее овальная и вытянутая родинки*, тем хуже — это приносит большую неудачу. Если ваша овальная родинка светлая — это повод лишний раз порадоваться: неудачи, которые возможны в вашей судьбе, будут не очень большими.

Есть еще одно разделение родинок — на **видимые** и **невидимые**. Его придерживаются китайские физиономисты. Они считают самыми благоприятными невидимые родинки, те, что скрыты от взглядов посторонних, а иногда и от взгляда их обладателя. Таковы, например, родимые пятна, расположенные на голове, в бровях, усах, бороде или труднодоступных местах. На первый взгляд их как бы нет, но на самом деле они активно «работают» на благо их носителя.

Особого внимания заслуживают **фигуры**, образованные несколькими родинками. Они тоже бывают благоприятные и не очень. Самой неблагоприятной считается *крест*. Не принесут счастья обладателю также *квадраты* и *звезды*. Из родимых пятен самым несчастливым считается пятно, напоминающее по очертаниям *паука*.

Трактовка родинок также во многом зависит от того, с какой стороны они расположены — справа, слева или по

◀ Чем крупнее родинка, тем сильнее ее влияние на характер и судьбу человека

центру. Восточная классификация также дифференцирует расположение родинок у мужчин и женщин.

## Родинки у мужчин

Родинки, которые *скрыты под волосами* (на голове, верхней губе (под усами), бровях, подбородке (под бородой)) предвещают долголетие и богатство. Особо крупное богатство сулят представителю сильного пола родинки на бровях **(1)**.

Родинка *между бровями* **(2)** указывает на высокое социальное положение и удачу во всех делах.

Родинка *на правой части лба* **(3)** свидетельствует о наличии ума, дающего шанс прославиться и ведущего к процветанию; *на левой части* **(4)** — об экстравагантности и беспомощности в сложных жизненных ситуациях.

Если родинки обнаруживаются *на веках* **(5)** — это указание на возможные жизненные трудности, многочисленные разочарования и даже судьбу, полную всяческих лишений.

Родинка *на самой кончике носа* **(6)** может предвещать потерю денег и неудачи, причем не только у ее обладателя, но и у членов его семьи.

Если родинкой отмечено *правое крыло носа* **(7)**, стоит беречься воды, она предвещает связанные с нею несчастья. Родинка *на левом крыле носа* **(8)** может означать потерю денег.

Родимое пятно *на правой щеке* **(9)** сулит счастье в жизни, особенно в супружестве; *на левой* **(10)** — трудную жизнь и борьбу за существование.

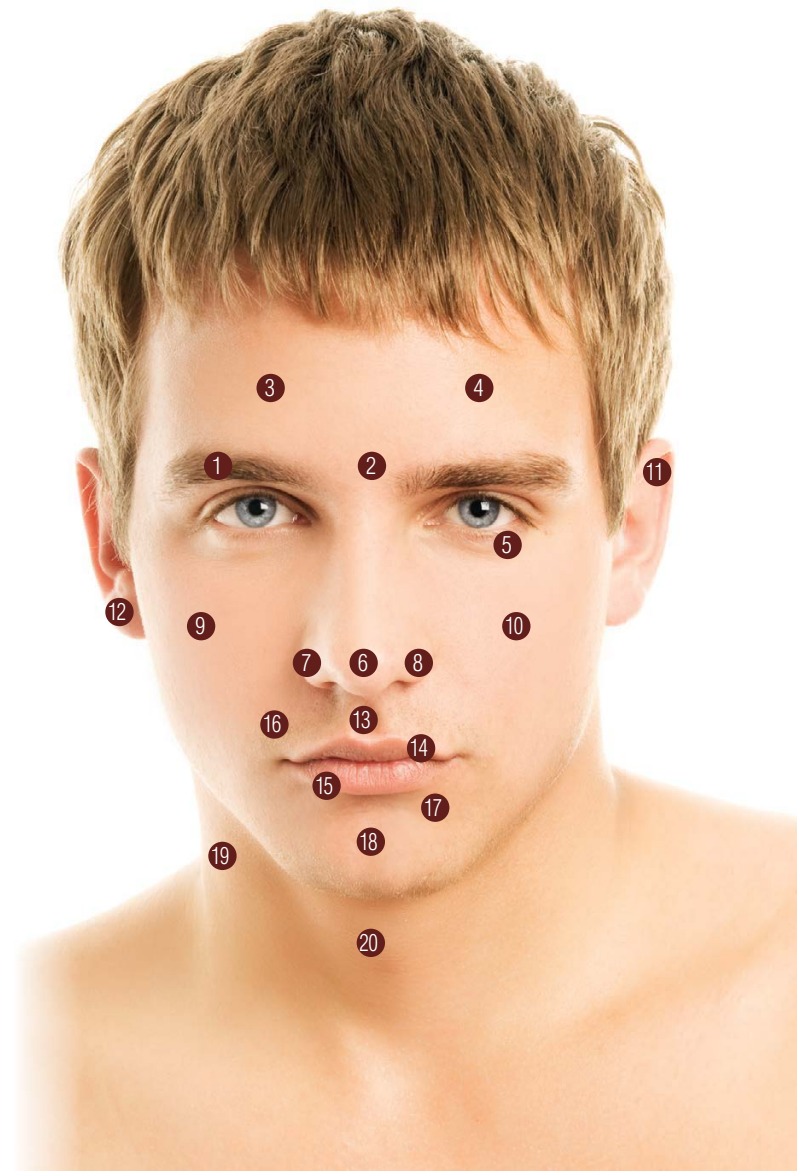
Очень благоприятное местоположение для мужских родинок — *уши*. В *верхней части* **(11)** родимые знаки обещают богатство и всяческие милости фортуны; в *нижней* **(12)** — констатируют наличие глубокого ума и обещают долгую жизнь.

Если родинка находится *на губном желобке* **(13)** — такой мужчина с легкостью найдет себе подходящую спутницу жизни.

А вот родинки *на губах* **(14)** указывают на тревоугодие, склонность ко всяческим излишествам, в том числе к алкоголизму. Особенно неблагоприятное местоположение — *нижняя губа* **(15)**. Родинки на ней означают склочный характер, постоянные ссоры с окружающими и нехватку или потерю денег.

Родимое пятно *справа у рта* **(16)** сулит позднюю карьеру и накопление материальных ценностей и серьезного капитала в довольно зрелом возрасте.

Родинку *во впадине под нижней губой* **(17)** лучше вообще не иметь. Она указывает на вероятность несчастного случая, причиной которого станет чрезмерное употребление алкоголя, или возможную преждевременную смерть от алкоголизма.



Родимым знаком *на подбородке (18)* природа отмечает ум, удачу и позднюю счастливую старость. Причем, если их три, каждая отвечает за один из вышеперечисленных признаков, а все вместе гарантируют их совокупность.

Родинки *в области шеи (19)* могут принести большую удачу, но не сразу. Они сулят множество мелких неприятностей на первых порах и большой успех в итоге. Возможен и обратный вариант: глобальная удача (неожиданное наследство, выигрыш в лотерею) вначале, а затем крушение всех надежд и планов в конце жизни. Если родинка находится *на шее спереди (20)*, человека ждет богатый и удачный брак и осуществление самых честолюбивых планов. Она также свидетельствует об очень высоком социальном статусе и особенно значимом положении в военных кругах.

Многие актеры нещадно удаляют родинки на лице, а вот популярный американский актер Роберт де Ниро не стесняется своего родимого пятна и выставляет его напоказ. Он часто поворачивается к объективу правой щекой. Ведь эта счастливая родинка принесла ему не только славу суперсексуального героя, но и удачный брак с Грейс Хайтауэр, а также любимых сыновей.



▲ Родинки на женском лице не только обещают блага или несчастья их обладательнице, но и затрагивают ее супруга

## Родинки у женщин

Родинка *под левой бровью* указывает на множество вероятных событий в жизни женщины: *ближе к виску (1)* — удачу и счастливый брак; *по центру (2)* — развод; *чуть правее (3)* — прибыль мужу; *совсем близко к носу (4)* — тюремное заключение или, по крайней мере, проблемы с законом.

Значения родинки *под правой бровью* родинки также различны: расположение *возле переносицы (5)* сулит успех в швейном деле; *в центральной части (6)* выдает заботу о детях и сообщает о хорошем муже; *ближе к виску (7)* означает долгую жизнь обладательницы, но вероятный вред для ее мужа.

Вред и несчастья мужу сулят женские родинки, расположенные *между бровями (8)*.

Родинка *посреди переносицы (9)* предвещает женщине возможную трагедию или серьезную болезнь; *на кончике носа (10)* — тяжелую жизнь в браке: муж окажется или слишком ленив, или слаб умственно либо физически, или будет беден и погрязнет в долгах.

Родинка на левой скуле (11) дарует успех, удачу и процветание, на правой (12) — свидетельствует о сложности характера и склонности к депрессиям.

Губной желобок на женском лице — важная часть для расположения значимых родинок. Родимый знак на его верхней части (13) означает плодовитость; в середине (14) — развод; в нижней части (15) — распутный характер ее обладательницы и частые измены мужу. А если на губном желобке целых две родинки — женщина, вероятно, родит двойню.

Родинка во впадинке под нижней губой (16) выдает бессеребреницу, не имеющую собственности.

Родимые пятна на шее (17) предвещают мужу такой женщины какую-либо беду или несчастье.

## Прикосновения к лицу

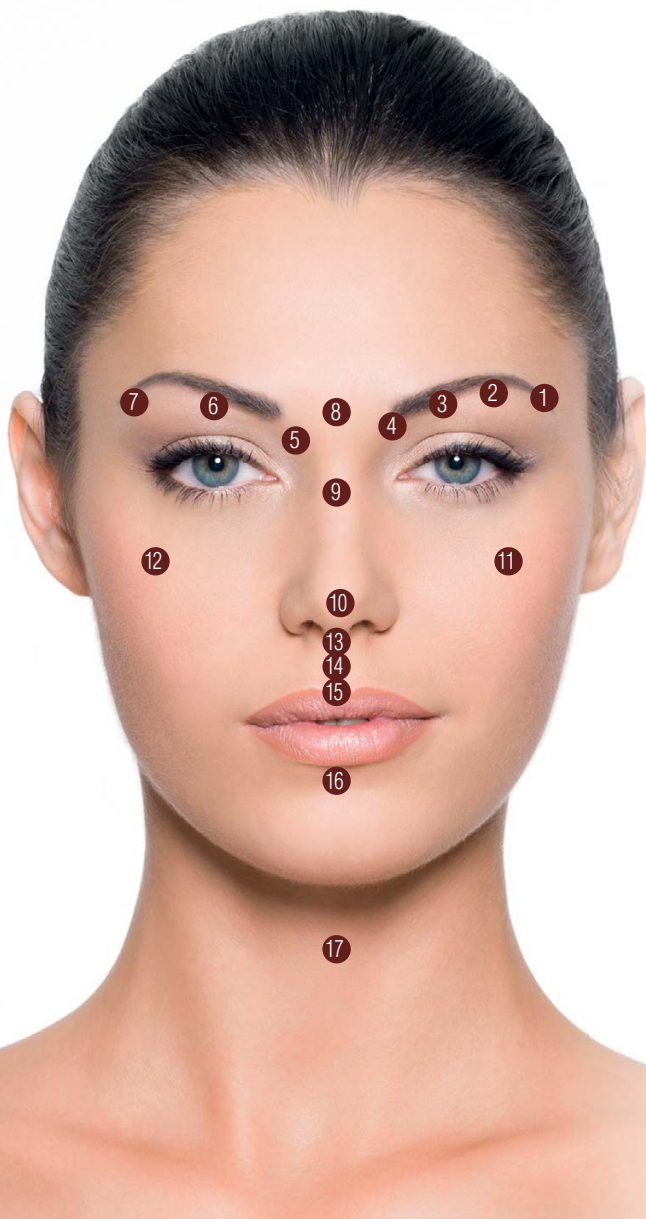
Мимика и прикосновения к лицу являются главными средствами невербального общения. В языке телодвижений они играют далеко не последнюю роль. Лицевая экспрессия легче всего позволяет узнать эмоции и даже мысли собеседника.

**Зевок.** Может быть как произвольным, так и сознательным, в любом случае он означает скуку. Правила этикета требуют в подобных случаях прикрывать рот рукой, поэтому часто человек, который только собирается зевнуть, автоматически тянет руку к лицу.

Если собеседник намеревается прикрыть рот ладонью, это яркий сигнал, что пора срочно заканчивать диалог.

**Прикосновение пальцев к зубам или губам.** Чаще всего подобное действие выполняется человеком, испытывающим чувство неуверенности, а также сильного напряжения либо стресса. Многие люди в подобной ситуации начинают покусывать предмет, случайно оказавшийся у них в руках: карандаш, ручку или даже сигарету.

По мнению психологов, человек, который тянет пальцы ко рту, ощущает себя под чьим-то давлением. Это попытка вернуть ощущение спокойствия, защищенности и безопасности, испытываемые им в детстве, когда он, будучи младенцем, сосал материнскую грудь. В общем случае все жесты, связанные с поднесением ладони ко рту, свидетельствуют об обмане либо сомнении, но палец (или его





эквивалент) говорит о глубинной потребности в поддержке. Если вы заметили у собеседника подобный жест, убедите его в добрых намерениях.

**Прикосновения к носу.** Если есть возможность выбрать форму лжи, люди обычно предпочитают умолчание. Наверное, от того, что это представляется им более выгодным. Утаить правду намного легче, чем открыто солгать. Догадаться о том, что ваш собеседник что-то скрывает, помогает все тот же язык жестов, особенно движения, связанные с прикосновением к носу.

По сути, касание носа представляет собой более утонченный вариант касания рта.

*Американский президент Авраам Линкольн часто говорил, что у него недостаточно хорошо развита память, чтобы обманывать.*

Это движение может выразиться в виде нескольких касаний (или одном едва заметном) ямочки под носом. Особенно осторожно продвигают данный жест женщины, чтобы не нарушить макияж. Дело в том, что наше подсознание, как бы мы того ни хотели, реагирует на негативные мысли и приказывает руке защитить рот. Однако, чтобы завуалировать дан-

Люди, держащие палец во рту, нуждаются в поддержке ▼





▲ Прикосновение к носу — это утонченный вариант прикосновения ко рту

ный жест, рука отводится ото рта — и в результате совершается практически неуловимое прикосновение к носу. Еще одно объяснение природы данного жеста заключается в том, что обманщик ощущает в нервных окончаниях носа легкое щекотание, и у него действительно возникает желание почесать нос.

От проявления лжи следует отличать ситуацию, когда у человека просто чешется нос, безо всяких скрытых причин. Тогда собеседник намеренно и открыто почесает эту часть лица, не маскируя другими телодвижениями.

Стоит также отметить, что прикосновения к носу и рту могут быть присущи в равной степени как говорящему, маскирующему обман, так и его слушателю, сомневающемуся в искренности собеседника.

Морщить нос означает проявлять неудовольствие. Если ваш собеседник делает это бессознательно, это безошибочно указывает на то, как именно он реагирует на ваши слова.

Зачесалась бровь в ходе переговоров с представителями дружественного Ливана? Спистните зубы и лучше потерпите. Поглаживание брови с помощью оттопыренного мизинца означает, что кто-то из присутствующих — гей. А во Франции достаточно почесать нос определенным образом, чтобы вас неверно поняли. Так, «колечко» из большого и указательного пальцев, обнимающее кончик носа, недвусмысленно намекает на приглашение выпить.

Гиперболизированное выражение лица: сморщенный нос означает недовольство ▼





◀ Девушка пытается установить истину — она легонько трогает свое веко

### Потирание века.

Вызвано желанием спрятаться ото лжи, либо нежеланием смотреть в глаза тому, кому лгут. Мужчины, как правило, потирают веко довольно энергично, а когда ложь достаточно серьезна, отводят глаза и направляют взгляд в пол.

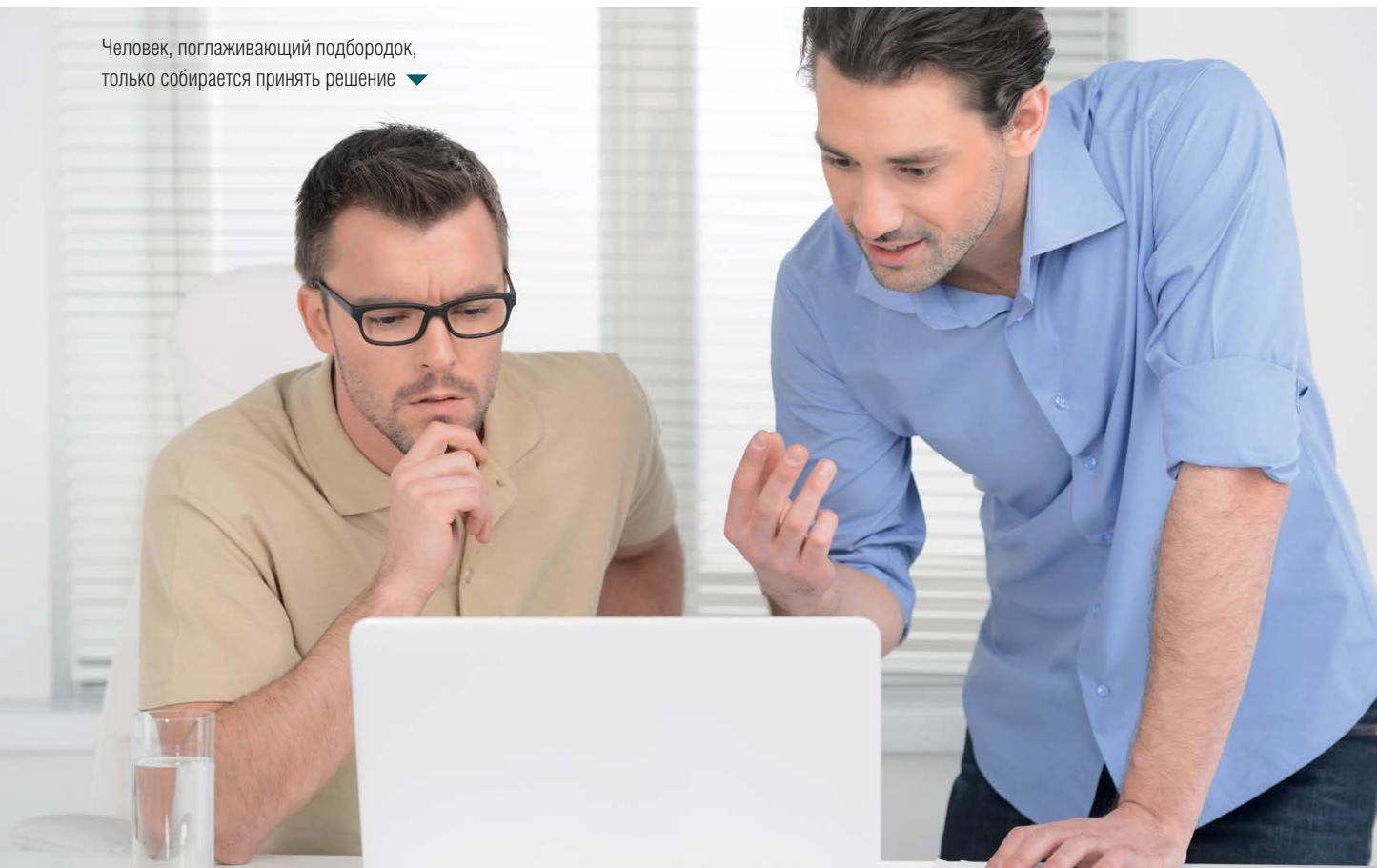
Женщины выполняют данное движение весьма деликатно, легонько проводя пальцем под или над своим глазом.

**Поглаживание подбородка.** Если у вас есть возможность предложить определенной группе людей занимательную идею, по-

наблюдайте за ними. Вы обнаружите массу увлекательного! Подавляющее большинство поднесет руку к подбородку и примется воспроизводить жесты оценки — захватывание подбородка пальцами или всей ладонью. К концу речи попросите людей озвучить мнения и предложения по поводу вашей идеи — и жесты изменятся. Руки слушателей станут легонько поглаживать подбородок. Данное движение означает, что собеседник пытается принять какое-то решение.

*Менеджер поступит очень неразумно, если прервет потенциального покупателя, когда тот спанет поглаживать свой подбородок. Оптимальной линией поведения будет ожидание последующих жестов. Они покажут, к какому решению пришел человек. Покупатель, скрестивший руки на груди, даст продавцу бессловесный отказ.*

Человек, поглаживающий подбородок, только собирается принять решение ▼



# Что расскажут голова, уши и волосы

В начале XIX века австрийский врач-анатом Франц Галль основал френологию — учение о связи психики человека и строения поверхности его черепа. Согласно этой науке в очертаниях черепной коробки можно отыскать 27 признаков человеческой души, таких как доброта, высокомерие, честолюбие, остроумие, религиозность, художественный талант и др. Со временем общество потеряло интерес к открытию Галля, но его начали использовать физиономисты.

Голова чрезвычайно важна  
для определения  
личности ▶

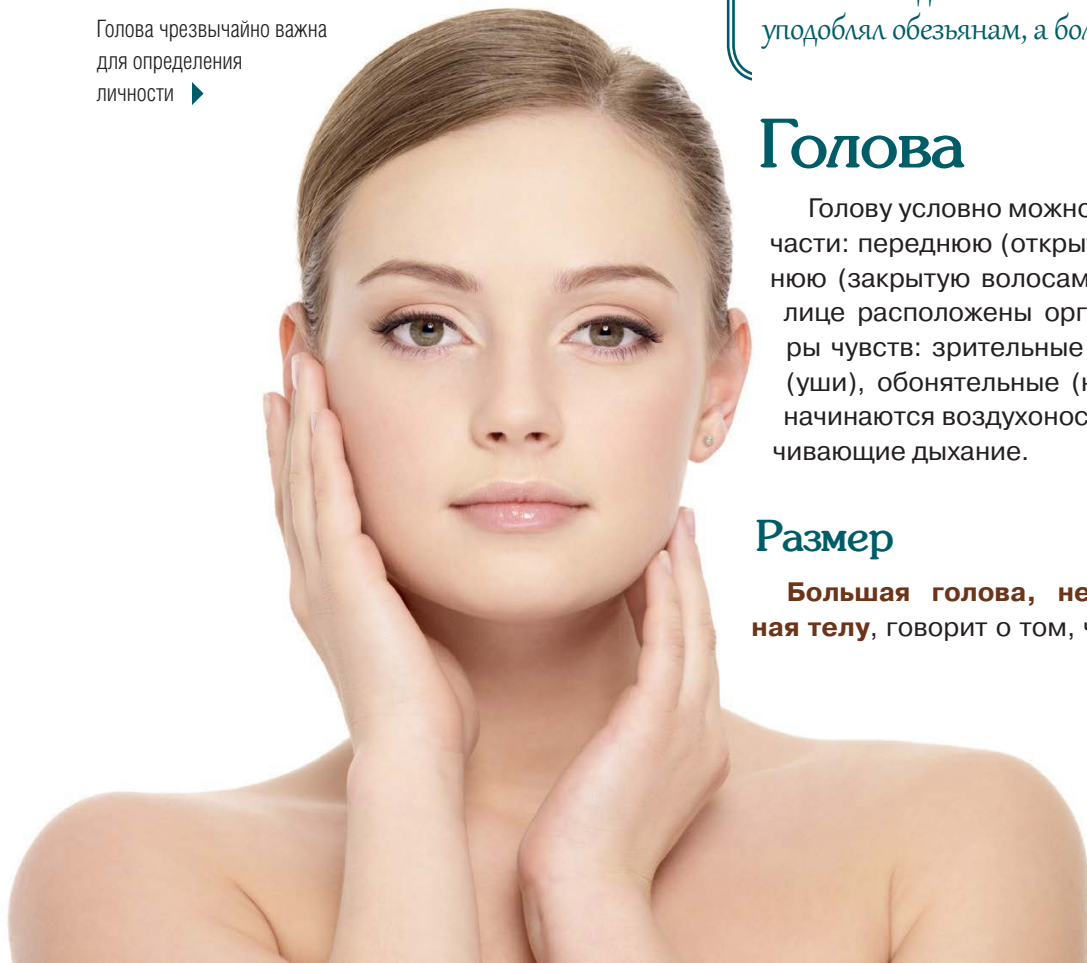
То, что по голове, волосам и ушам можно «прочитать» характер человека и выявить его способности, отмечал еще Аристотель. В свойственной ему остроумной манере он писал в одном из своих трактатов, что люди, имеющие большую голову, отличаются высокой чувствительностью, а люди с маленькой головой, наоборот, бесчувственны. Первых он соотносил с собаками, а вторых со свиньями. Обладателей маленьких ушей он уподоблял обезьянам, а больших — ослам.

## Голова

Голову условно можно разделить на две части: переднюю (открытую) — лицо; заднюю (закрытую волосами) — затылок. На лице расположены органы — анализаторы чувств: зрительные (глаза), слуховые (уши), обонятельные (нос). Здесь также начинаются воздухоносные пути, обеспечивающие дыхание.

## Размер

**Большая голова, непропорциональная телу**, говорит о том, что ее обладатель



медлительный, не сильно совестливый, довольно ленивый, но смелый.

Человек с **большой головой, пропорциональной телу**, — настоящий рыцарь. Он великодушен и благороден.

**Маленькая голова, непропорциональная телу**, выдает личность, которая не отличается добротой и верностью. Такой человек слаб телом, лукав, но предприимчив.

Обладатель **маленькой головы, пропорциональной телу**, верный, правдивый и мудрый. Он отличается прямотой и доверчивостью.

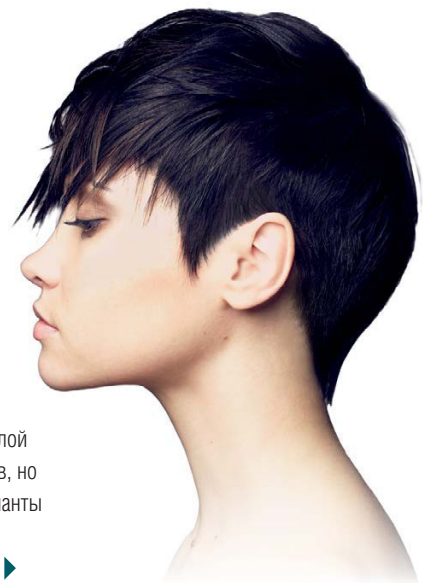


◀ Большая голова — показатель великодушного и благородного человека ▶

## Форма

**Голова продолговатой формы** указывает на некоторый педантизм и даже занудство ее обладателя. Такой человек часто бывает сердит и любит высказывать недовольство. Ему очень трудно угодить и еще труднее понравиться.

**Круглая голова** свидетельствует о нетерпеливости и непостоянстве владельца, но в то же время и о его гениальности. Правда, таланты такого человека чаще всего направлены не в мирное русло. Именно в круглой голове обычно рождаются преступные замыслы.



Обладатель круглой головы талантлив, но не всегда эти таланты направлены в мирное русло ▶

**Развитая передняя часть головы** не отличает ее обладателей превосходной памятью. Такие люди слабы здоровьем (подвержены частым заболеваниям, принимающим хронические формы), но очень рассудительны.

**Развитый затылок** — верный признак острого ума и отличной памяти. А еще такой человек отличается храбростью, граничащей с безрассудством.

**Высокая макушка** свидетельствует о тщеславии. Она присуща успешным представителям рода человеческого, которые активно стремятся к претворению своих планов в жизнь.

**Низкая макушка** встречается у людей со слабой волей и совсем не железным характером.

**Выпуклый затылок, красиво очерченный, не выпирающий, ровный** — показатель гармоничного характера его обладателя.

**Скошенный затылок, плоский и некрасивый**, указывает на дисгармонию в характере человека.

## Прикосновения к голове

Если собеседник **почесывает место под ухом или боковую часть шеи** указательным пальцем, это говорит о его неуверенности и сомнениях. Он не совсем согласен с вами.

Если вы заметили, что собеседник почесывает шею, спросите у него: «Не могли бы вы повторить последнюю фразу?» Это заставит лжеца отказаться от продолжения нечестной игры.

Особенно ярко такой жест бросается в глаза, когда явно противоречит сказанным словам. Наблюдения психологов выявили интересный факт: человек обычно совершает пять почесывающих движений разного рода.

Исследователь Десмонд Моррис заметил, что обман вызывает зуд в нежных мышеч-

Воротничок и плотный галстук мешают человеку справиться с волнением, поэтому он пытается ослабить узел ▼



ных тканей лица и также шеи. Почесывание помогает ослабить данное ощущение. Этот же факт объясняет, почему некоторые люди оттягивают воротничок. Подобный жест также помогает охладить шею, если собеседник разгневан или расстроен.

Разновидностью манипуляций с воротничком можно считать **потирание шеи со стороны затылка**. Когда собеседник жлет, он трет шею и отводит взгляд в сторону или направляет в пол. Если же человек сначала **совершает хлопок по шее, а затем энергично потирает ее**, такой жест служит признаком расстройства. Вспомните эпизод из фильма «Бриллиантовая рука»: «Эх, Семён Семёныч!»

Довольно часто человек, вспомнивший, что ему нужно что-то сделать, **хлопает себя по лбу или шее**. Эти два движения

Легкий хлопок по лбу или макушке обычно говорит о том, что провинившийся хорошо к вам относится и не очень смущен тем, что его уличили в забывчивости. Такие люди легко признают ошибки, и с ними намного проще общаться. А вот те, кто предпочитает хлопок по шее, как правило, гораздо тяжелее переносят собственные промахи и неудачи.

Такой жест говорит о том, что человек не боится ошибаться и забывать ▶



иногда разнятся по смысловой нагрузке. Чем серьезнее забытое собеседником дело, тем более высока вероятность, что он хлопнет себя именно по шее.

Женский вариант хлопка по лбу ▼



## Движения головой

Два самых часто употребляемых движения головы — кивок-утверждение и отрицательное покачивание из стороны в сторону. Кивок относится к числу положительных жестов и используется для обозначения согласия или же подтверждения чего-либо. По мнению ученых, он является врожденным. Исследования, проведенные с людьми, слепоглухонемыми с момента появления на свет, показали, что для обозначения утверждения они используют именно кивок.

По поводу отрицательного покачивания головой мнение разделилось. Большая часть ученых мужей сходится во мнении, что оно тоже является врожденным. Но есть и те, кто с этим не согласен и утверждает, что подобный жест был первым из приобретенных человеком.

Самый легкий способ распознать скрытое возражение — понаблюдать, использует ли собеседник отрицательное покачивание головой в момент высказывания. Типичная ситуация обмана: человек соглашается с вами, произнося «Я полностью разделяю вашу точку зрения» или

«Вы совершенно правы», а сам при этом воспроизводит отрицательный жест. Даже если голос собеседника будет звучать вполне убедительно, его поведение выдаст негативное отношение. Не доверяйте слепо словам, лучше задайте конкретизирующий вопрос. Наверняка собеседник при ответе продемонстрирует еще несколько жестов скрытого несогласия и негатива (сжатые кулаки, скрещенные на уровне груди руки).

О чем еще может рассказать движение головы?

**Голова прямая.** Подобное положение характеризует собеседника, который относится к происходящему вокруг и самому предмету разговора нейтрально. Он практически не меняет позы, лишь изредка совершает мелкие кивки в знак поэтапного одобрения того, что ему довелось услышать.

**Голова опущена вниз.** Данное положение говорит об отрицательном и даже осуждающем отношении к вашим словам, теме и предмету разговора или к вам лично. Наклон головы вниз, как правило, сопровождается

Нейтральное отношение к разговору — собеседник держит голову прямо ▼







Пристальный  
взгляд

Голова  
наклонена  
вперед  
и набок

Корпус  
смещен  
в сторону  
собеседника

▲ Наклоненная голова собеседника говорит о том, то вас внимательно слушают

жестами, демонстрирующими критическую оценку (подбородок человека опирается на ладонь, указательный палец вытянут вдоль щеки, остальные сжаты). Вы вряд ли сможете убедить собеседника в чем-либо, пока не

заставите его изменить позу (поднять голову или склонить ее набок).

**Голова наклонена в сторону.** Великий Чарльз Дарвин заметил, что данное положение головы присуще как людям, так и живот-

Людям, выступающим перед аудиторией, часто приходится замечать, что у многих сидящих в зале голова опущена. Именно поэтому профессиональные политики и лекторы в начале выступления стараются любым способом заинтересовать присутствующих. Если они поднимут головы, значит, станут слушать более внимательно.

Если аудитория склонила голову набок и подалась корпусом вперед, можете быть уверены — вы ее заинтересовали ►



ным. Домашний кот, наблюдающий за тем, как хозяйка готовит обед или чистит рыбу, внимательно следит за ней, наклонив голову набок. Это говорит о заинтересованности в происходящем.



- ▲ Поза заинтересованного человека: голова наклонена чуть влево, руки совершают жест оценки происходящего

Бывает, люди откидывают голову назад, и это совершенно не связано с темой разговора. Те, кто носит очки, иногда делают это с одной-единственной целью — лучше разглядеть собеседника.

**Голова откинута назад.** Если ваш собеседник принял такое положение, это говорит о том, что он еще изучает вас. Человек не вполне согласен с вами, он вас оценивает. Жест не демонстрирует явное несогласие, все еще на грани.

Последние данные французских ученых, полученные на основе статистических исследований, показали, что форма ушей и характер человека непосредственно связаны. Так что, если хотите узнать, каков характер у вашего собеседника, посмотрите на его уши.

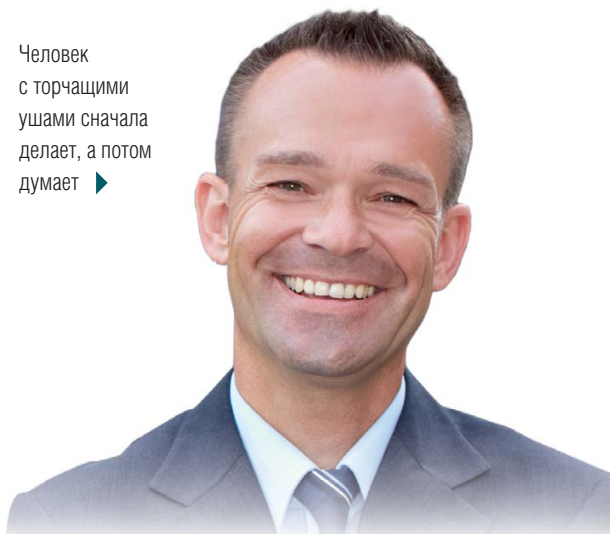
## Уши

Определением характера и судьбы по ушам занимались еще философы в Древней Греции и Древнем Египте, не говоря уже о китайских физиономистах, которые эту часть головы считали одной из пяти важнейших (наряду с глазами, бровями, носом и ртом) для считывания личности.



- ▲ Обладатель больших ушей — добродушный интеллектуал

Человек с торчащими ушами сначала делает, а потом думает ▶



**Большие уши** — признак интеллекта, некоторой сентиментальности и добродушия, граничащего с наивностью.

**Маленькие уши** указывают на недостаточно развитый интеллект человека и способность вводить людей в заблуждение.

**Торчащие уши** говорят о том, что их обладатель импульсивен. Он сначала реагирует, а потом рассуждает.

Прижатые уши принадлежат добряку ▶



**Торчащие острые уши** скажут о том, что перед вами человек с взрывным темпераментом, вполне способный на непредсказуемые действия.

**Прижатые уши** указывают на человека доброго, жертвенного и способного ради других на серьезные поступки.

**Несимметричные уши** (отличающиеся по размеру или расположенные на разной высоте) бывают у людей с весьма суровым нравом. Они непримиримы и трудно идут на компромисс.

Несимметричные уши указывают на бескомпромиссность ▶



Идеальное ухо должно иметь следующие параметры: 6–7 см в длину и 3–3,5 см в ширину; мочка чуть меньше 1/3 длины всего уха, довольно упругая, завиток ярко выражен.

У людей, обладающих тонкой интуицией, которым свойственно позитивное отношение к жизни, линия верхнего края ушей полностью совпадает с линией глаз. Если же она приходится на линию бровей, такому человеку свойственно себялюбие и присуща некоторая нетеропливость.

**Высота уха во много раз превышает его ширину** — перед вами слабохарактерная личность. А если наблюдается обратное соот-

ношение (высота уха недостаточно велика по отношению к его ширине), человек имеет выдающуюся силу воли.

Люди, имеющие **нечеткий и неявно выраженный завиток ушной раковины**, могут стать жертвой обмана из-за излишней доверчивости.

**Выступающая верхушка уха** указывает на предрасположенность к злословию, сарказму, ироничное и критическое отношение ко всему.

**Изящные мочки** считаются приметой душевного благородства и показателем отзывчивости.

Если **мочки примыкают к голове**, то человек имеет кроткий нрав и золотое сердце. Если же они отстают от щек, то их обладатель отчаянно храбр и решителен.

## Сочетание ушей и бровей

Взаимное расположение бровей и ушей расскажет об умении человека обрабатывать информацию.



▲ Способность мгновенно обрабатывать информацию вызывают у окружающих уважение к человеку с низкими бровями

### **Уши подняты высоко, брови высокие.**

Человек испытывает:

- информационную перегрузку;
- недостаток времени для усвоения.

Обладатель такого сочетания быстро принимает информацию и вбирает в себя огромное ее количество. Но время от времени получаемых из вне сведений становится слишком много, и тогда информационный жадина просто не успевает их обрабатывать. Ему требуется некоторое время, чтобы усвоить необходимое и затем начать действовать.

*Быстрота обработки информации — это прекрасно. Но когда работа преобладает методичного и неторопливого подхода, такой человек не годится: в спешке он все время упускает важные детали.*

◆ Человек с высоко поднятыми бровями и высоко расположенными ушами иногда ощущает информационную перегрузку

**Уши подняты высоко, брови низкие** — это портрет поистине уникальной личности. Такой человек:

- обладает быстротой реакции;
- способен мгновенно воспринимать и транслировать информацию;
- внушает уважение.

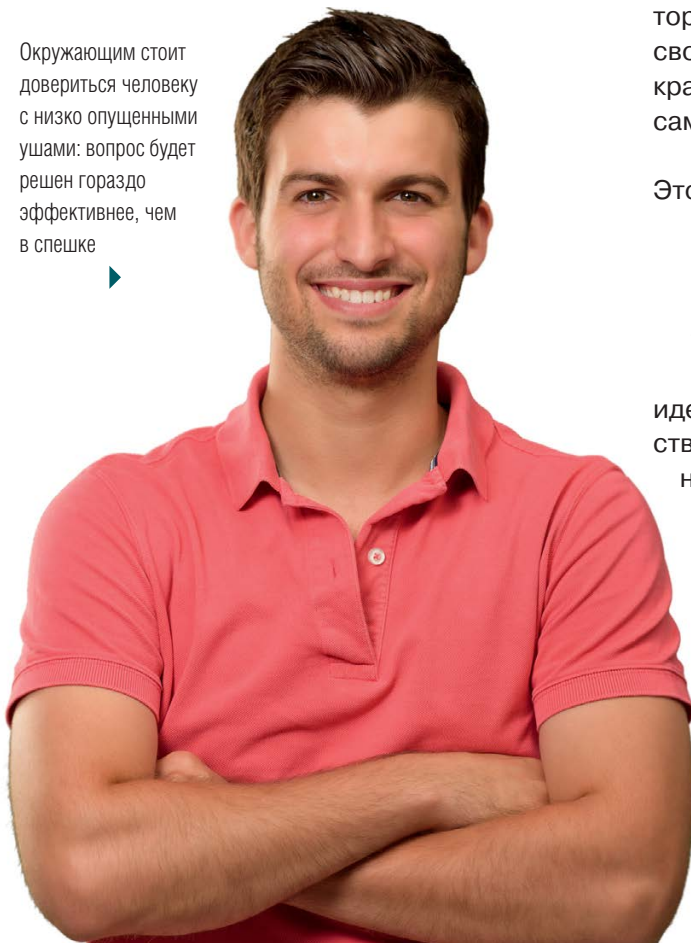
Он слишком быстро по сравнению с обычными людьми вбирает и обрабатывает информацию и, что особенно важно, готов сразу же ею делиться или начать действовать на ее основе. Быстрота его реакции постоянно вызывает у окружающих чувство уважения, а порой и страха. Иногда такому человеку полезно немного сбавить темп и разъяснить кое-что всем остальным.

**Уши низко опущены, брови высокие.** Такое сочетание характеризует человека:

- основательного;
- медлительного;
- рассудительного.

Он ко всему ищет подход и придерживается законов логики, предпочитая неторопливое

Окружающим стоит довериться человеку с низко опущенными ушами: вопрос будет решен гораздо эффективнее, чем в спешке



Человек с низко опущенными ушами и бровями хочет, чтобы все было идеально



долгосрочное планирование. Его ум медлителен и неповоротлив. Зато такой человек обладает гигантским терпением, что позволяет ему порой обойти более динамичных конкурентов. Люди такого плана не любят, когда их торопят или просят, не раздумывая, высказать свое мнение по какому-либо поводу. Они прекрасные слушатели, никогда не упустят даже самой мельчайшей детали.

**Уши низко опущены, брови низкие.** Этот человек:

- болезненный перфекционист;
- идеалист;
- постоянно пребывает в состоянии внутреннего стресса.

Он хочет, чтобы все всегда получалось идеально, поэтому склонен высказывать собственное мнение как единственно правильное или начинать действовать, не успев получить исчерпывающую информацию. Результатом такого поведения чаще всего становится внутренний конфликт: в спешке все выходит не настолько безупречно, как это представляется в начале. Отсюда постоянные серьезные стрессы. Самое правильное для такого человека — на-

учиться умерять свой пыл и, прежде чем бросаться действовать, хотя бы досчитать до ста.

## Жесты, связанные с ушами

Удивительно, но порой даже уши помогают человеку подкрепить испытываемые эмоции и найти поддержку своим словам.

Человек **кладет руку возле или поверх уха**. Этот жест похож на тот, который совершает ребенок, затыкая уши в ответ на громкие тирады своих родителей. Причиной является бессознательное желание абстрагироваться и закрыться от неприятных речей.

Отражением подобных чувств становится также сгибание уха или его почесывание снаружи либо внутри. В любом случае это должно ясно сказать собеседнику: «Хватит, вас выслушали, но выданную информацию не приняли. Предоставьте, наконец, возможность вставить слово!»

Прикрывание рукой уха можно наблюдать у преподавателя, выслушивающего на экзамене плохо подготовленного студента. Экзаменатор часто поступает так, чтобы избавиться себя от словесного потока нерадивого ученика.

Если человек **держит руку за ухом, подобно раковине**, это означает, что он поражен услышанным до такой степени, что готов взять на себя роль актера: «Наверное, я плохо расслышал!» Естественно, приставленная к уху ладонь никак не способствует улучшению слуха, поэтому подобный жест используется людьми, когда они озадачены, но пытаются держать себя в руках и свести ситуацию к шутке.

Когда собеседник при длительном разговоре **начинает оттягивать мочку уха**, для говорящего это должно означать, что затронута

«Не желаю этого слышать!» ▼



Руки закрывают  
уши  
и плотно  
прижаты  
к голове

Глава  
вытянута  
в плечи

Веки плотно  
сомкнуты



▲ «Не надо меня ругать — я хороший!»

Сомнение собеседника очень часто выражается в почесывании за ушной раковиной. Человек словно говорит вам: «Неужели? Что-то здесь нечисто...» Так или иначе, необходимо сделать вывод: вашим словам не доверяют и нужно что-то предпринять, чтобы вовремя развеять сомнения.

стик дает несколько тысяч комбинаций. Все это predetermined природой и заложено на генетическом уровне.

**Тонкие и мягкие волосы.** «Как у ребенка!» — говорят о них окружающие и с удовольствием погружают руку в пушистую шевелюру. Обладателям мягких волос такая фамильярность вряд ли понравится. Они, как правило, натуры чувствительные, чрезвычайно эмоциональные и легкоранимые — при малейшей колкости, неудачной шутке или замечании бросаются в слезы. Восприимчивой душе соответствует не менее хрупкое тело. Такие люди чаще всего имеют слабую конституцию и не могут похвастаться отменным здоровьем.

**Густые и жесткие волосы.** Человек, подходящий под это описание, наоборот, не прочь, чтобы его потрепали по голове. Именно потрепали, а не погладили. Но когда вы узнаете носителя такой шевелюры поближе, то наверняка окажется, что характер у него не сахар. Это сильные люди, обладающие твердым нравом и внутренним стержнем. По сравнению с представителями предыдущей категории они гораздо легче переносят не-

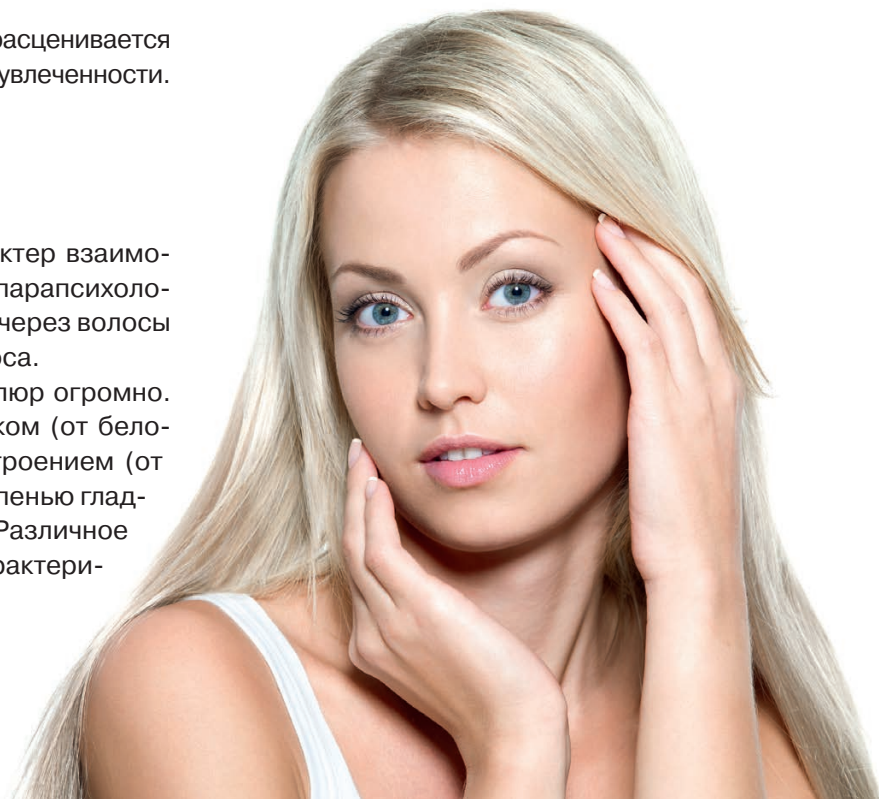
Обладатели мягких волос — натуры чувствительные и эмоциональные ▼

интересная тема. Подобный жест расценивается как знак повышенного внимания и увлеченности.

## Волосы

О том, что цвет волос и характер взаимосвязаны, впервые задумались парапсихологи. А еще, по их мнению, именно через волосы человек получает энергию космоса.

Разнообразие людских шевелюр огромно. Волосы могут отличаться оттенком (от белоснежных до угольно-черных), строением (от плотных до тонких и редких), степенью гладкости (от прямых до кучерявых). Различное сочетание вышеуказанных характери-





▲ Людям с жесткими волосами в меньшей степени свойственны тонкие душевные переживания

взгоды и неурядицы, умеют терпеть боль. Такие люди гипертрофированно прямолинейны: им гораздо проще высказать все в лицо, чем промолчать и держать в себе. При этом они не боятся кого-то обидеть, поскольку вообще не отличаются деликатностью.

Чаще всего жесткие волосы встречаются у брюнетов и шатенов. Светлые волосы, в большинстве случаев тонкие и мягкие. Именно поэтому блондины кажутся нежными и чувствительными. Вдобавок белый цвет и его от-

Темные волосы жестче и толще, чем светлые ▶



Последние данные французских ученых, полученные на основе статистических исследований, показали, что форма ушей и характер человека непосредственно связаны. Так что, если хотите узнать, каков характер у вашего собеседника, посмотрите на его уши.

тенки ассоциируются с чистотой и свежестью, а черный — с лишениями и испытаниями. Рыжий цвет связывают, как правило, с богатством и чувственными удовольствиями.

Если человек (особенно это касается женщин) постоянно меняет цвет волос и при этом каждый раз остается им недоволен, это говорит о том, что он испытывает душевный дискомфорт, переживает стресс или находится в разладе с самим собой.

Психологи утверждают: по отношению человека к своим волосам можно узнать его внутренний мир. Если человек заботится о своей прическе, ухаживает за волосами, радуется их естественному цвету, любит блеском, значит, он гордится собой, уверен в своих силах и способен овладеть любой ситуацией.

Смена прически, стрижки, цвета волос, происходящая под влиянием окружающих факторов (например, женщина хочет понравиться мужчине, отправляясь на первое свидание), — дело хорошее и нужное. Это помогает приобрести уверенность





«В моей жизни явно что-то не так, но я не знаю, как это изменить» ►

в себе, вырваться из обыденности, избавиться от негатива и перевернуть очередную жизненную страницу. Кроме того, изменение цвета волос не только добавляет в жизнь позитива, но и определенным образом влияет на характер.

## Брюнеты

Темноволосые женщины и мужчины — провокаторы. Они отличаются упрямством и не признают регламент, а по силе характера превосходят всех остальных представителей человечества. Их целеустремленности может позавидовать каждый. Брюнеты очень терпеливы, не останавливаются перед трудностями и всегда настойчиво продвигаются к цели, выбирая при этом не только прямые пути. Они довольно проницательны и не брезгают необходимыми маневрами, чтобы достичь желаемого. Обладатели темных волос обожают руководить. Они одержимы работой и довольно плохо сходятся с людьми. Большой шумной

*Брюнетам нелегко найти себе пару. Мужчин зачастую отпугивают волевые, сильные и властные темноволосые женщины. А женщины, оказывающиеся рядом с мужчинами-брюнетами, часто жалуются на недостаток внимания и романтики с их стороны.*

Брюнетам придется постараться, чтобы найти себе подходящего партнера ►





▲ Брюнеты терпеливы и предпочитают одиночество

компании брюнеты предпочтут гордое одиночество или общение с узким кругом лиц, хорошо им известных.

Люди с темными волосами предпочитают деловой стиль одежды или классику. Цвет чаще выбирают черный, но женщины вдобавок тяготеют к красному. Вспомните образ пресловутой роковой красотки: красное платье, алая помада на губах, красные туфли на высоком каблуке и жгуче-черные волосы.

## Шатены

Люди с темно-русыми волосами обладают, как правило, мягким и неконфликтным характером. Они тоже умеют добиваться цели, но главным образом потому, что исполнительны и ответственны. Шатены легки на подъем и больше всего на свете любят путешествовать. Это помогает им познавать окружающий мир, развиваться, постоянно обучаться чему-

то новому. Они тщательно ухаживают за внешностью и внимательны к своему здоровью. Такие люди органично вписываются в новую компанию, всегда знают, чего хотят, и умеют в любой ситуации найти выгоду. Шатены — прекрасные собеседники и отличные друзья. Они великодушны и всегда готовы помочь, умеют жить в гармонии с собой, но не терпят давления и принуждения.

Шатены любят хорошо одеваться и одинаково комфортно чувствуют себя в различных стилях — от консервативного до эпатажного. Цвета предпочитают благородные, но могут надеть и что-нибудь вызывающее.

Шатены — великолепные психологи. Они умеют выслушать, способны правильно интерпретировать эмоции и адекватно на них отреагировать. Обладатели темно-русого цвета волос вызывают доверие, но иногда они могут быть хитрыми и довольно искусно обманывать.

Шатены знают, чего хотят от жизни и умеют жить в гармонии с собой ▼



## Блондины

Светлые волосы мягко обрамляют лицо и сглаживают его черты. Вследствие этого любые, даже сильно выраженные, эмоции становятся менее заметными, что помогает создать образ скромной и кроткой натуры.

Люди со светлыми волосами привлекают общее внимание. Отчасти потому, что сегодня родиться натуральным блондином — большая редкость. А, по мнению ученых, в дальнейшем естественный светлый цвет волос будет встречаться все реже. В итоге скоро на земле останутся лишь темноволосые люди.

Окружающие считают, что за ангельской внешностью блондинов скрывается ангельская сущность ▼



Звезда Голливуда Джессика Симпсон — легкомысленная, наивная и веселая, словом, настоящая блондинка. Многие ее высказывания попадают в топ «Глупости года», но это только добавляет ей популярности.



Блондины умны, ранимы, умом не блещут и не стремятся быть независимыми. Они могут хорошо и продуктивно работать лишь под чутким руководством. Не спорят и не проявляют инициативу, предпочитая идти на поводу у начальника или партнера. Светловолосые представители человечества решают проблемы интуитивно, часто призывая на помощь

Еще с античных времен светлые волосы ассоциировались с чистотой и добрым началом. Художники всех эпох поголовно изображали непорочных дев и невинных юношей блондинами.

свою привлекательность и чистый образ. Они сентиментальны, непостоянны и мечтательны, склонны идеализировать и приукрашивать действительность. А еще блондины, особенно женщины, часто плачут.

В одежде обладатели белоснежных волос выбирают светлые и приглушенные цвета. Блондинки обожают носить женственные платья.

## Русоволосые

Как утверждает физиогномика, люди с русыми волосами в поступках благородны, а в отношениях с людьми великодушны. Они преданные и верные друзья, послушные дети и отличные родители. Русый цвет ближе всех к энергетическому излучению земли. Этот факт наделяет людей, обладающих такими волосами, творческим даром и стремлением к созиданию. Среди них чаще всего встре-

Среди людей с русыми волосами чаще всего встречаются творческие натуры ▼



Китайская физиогномика считает русоволосых людей справедливыми, обладающими отличным здоровьем, верными, уступчивыми (даже покорными), глубоко-мысленными и трудолюбивыми.

чаются художники, писатели, поэты и другие представители творческих профессий. Но и это еще не все. Русоволосые — «поставщики» экстрасенсов, провидцев и белых магов. Склонность к сверхъестественным способностям и связь с космосом у них гораздо выше, чем у людей с другим цветом волос.

Обладатели русого цвета волос (преимущественно женщины) считают его невыразительным и недостаточно ярким, поэтому нередко закрашивают. Физиогномика и этому дает свое объяснение: больше всего на свете таким людям хочется, чтобы окружающие оценили их по достоинству и признали их многочисленные таланты. У серых мышек, каковыми себя считают скромные русоволосые, меньше шансов быть замеченными.

## Рыжеволосые

Наверное, многие не раз задавались вопросом, почему же Эдуард Николаевич Успенский написал такую нехорошую песенку про рыжего-конопатога. Будто бы он убил бабушку, да еще и лопатой. На самом деле герой бабушку, конечно, любил, просто рыжий цвет волос — признак вспыльчивого характера и упрямого нрава. Подобный природный дар достается личностям творческим, способным преуспеть во многих видах искусства. Но, как любые тонко чувствующие натуры, эти люди беспокойны, порывисты и эмоциональны.

Рыжеволосые часто презирают общественное мнение и не желают идти на компромиссы. Они не боятся опасностей, не думают о том, что о них скажут другие и сами



▲ Рыжеволосые любят блистать и обращать на себя внимание

не отличаются особым тактом. Добродетель не их конек. Обладатели рыжего цвета волос порой способны поступать благородно, но это, скорее, исключение из правил. Обычно такие люди не спешат создавать семью: они боятся, что у них не останется времени на творчество и самореализацию, и не хотят взваливать на себя ответственность. Тем не менее их отличает необыкновенная нежность и страстность.

Рыжеволосые мечтают о том, чтобы окружающие признали их таланты и восхищались ими. Будучи экстравагантными натурами, они выбирают в одежде свободный современный стиль и самые яркие цвета, чтобы еще больше подчеркнуть свою огненную шевелюру. Однако постоянно находясь в поиске идеала, рыжеволосые часто не ценят того, что имеют, и потому нередко чувствуют себя несчастливими.

Во всех странах и во все времена рыжеволосые считались колдунами. Они удивительно хитры, легко обманывают и не считают это большим грехом.

## Прикосновения к волосам

Существуют две группы жестов, связанных с волосами. Одна из них показывает сексуальные желания, другая символизирует защиту от нападения. Обе группы говорят о слабости человека и осторожном отношении к внешнему миру.

Защитные жесты нам знакомы еще с детства. И люди, и животные постоянно поглаживают своих детей для укрепления чувства безопасности. Даже когда мы гладим кошку и собаку, то тем самым выражаем доброе к ним отношение и заботу. Прикасаясь таким образом к собственным волосам, человек хочет, чтобы его пожалели и приласкали. Данный жест говорит о недостатке внимания и ласки со стороны окружающих.

Прикасаясь к собственным волосам, человек словно погружается в состояние ребенка, когда он чувствовал себя защищенным ▼



# Мимика

Мимика — это движения лицевых мышц, передающие эмоции, которые человек испытывает в данный момент. Но не все так просто. Если бы вы, испытав определенное чувство, «нарисовали» его на лице, а окружающие за просто «прочли» такой рисунок, то общение свелось бы только к движениям лицевой мускулатуры. Человек — существо куда более сложное, противоречивое и... лживое. Он чаще говорит и выражает вовсе не то, что думает и чувствует. В связи с этим мимику правильнее рассматривать как искусство скрывать или демонстрировать свои истинные чувства.

Как правило, выражение лица меняется непроизвольно (рефлекторно), но бывает, что все происходит сознательно. Произвольную мимику используют в основном актеры.

В современном обществе посредством мимики все чаще транслируют ложную информацию. Для понимания истинных чувств собеседника важно научиться распознавать непроизвольные мимические проявления и отличать их от сознательных. В комплексе с чтением жестов и физиогномическими наблюдениями это умение предоставляет огромные преимущества во всех сферах коммуникации.

## Базовые эмоции

Выделяют шесть непроизвольных эмоций, на основе которых формируются остальные чувства.



▲ Человек далеко не всегда мимически выражает именно то, что испытывает

- **Радость:** счастье, веселье, воодушевление, удовольствие.
- **Страх:** испуг, паника, боязнь, ужас.
- **Гнев:** негодование, возмущение, бешенство, ярость.
- **Удивление:** интерес, изумление, восторг.
- **Отвращение:** неприятие, презрение, омерзение.
- **Грусть:** тоска, печаль, уныние, скорбь, горе.

Следует отметить, что физиогномика хотя и исследует устойчивые соматические конфигурации, но четких принципов и однозначных

Мимику легче обсуждать с научных позиций. Узнаваемые выражения лица, соответствующие эмоциональным проявлениям, если они даже мимолетны и тщательно скрываются, уловить не сложно.

критериев не имеет. Так, человек с широким лбом может быть умен. А может и не быть, поскольку помимо лба у него есть еще и другие части лица, а на самом лбу — морщины, родинки, кожа определенного цвета, особая линия роста волос... Вариаций миллионы.

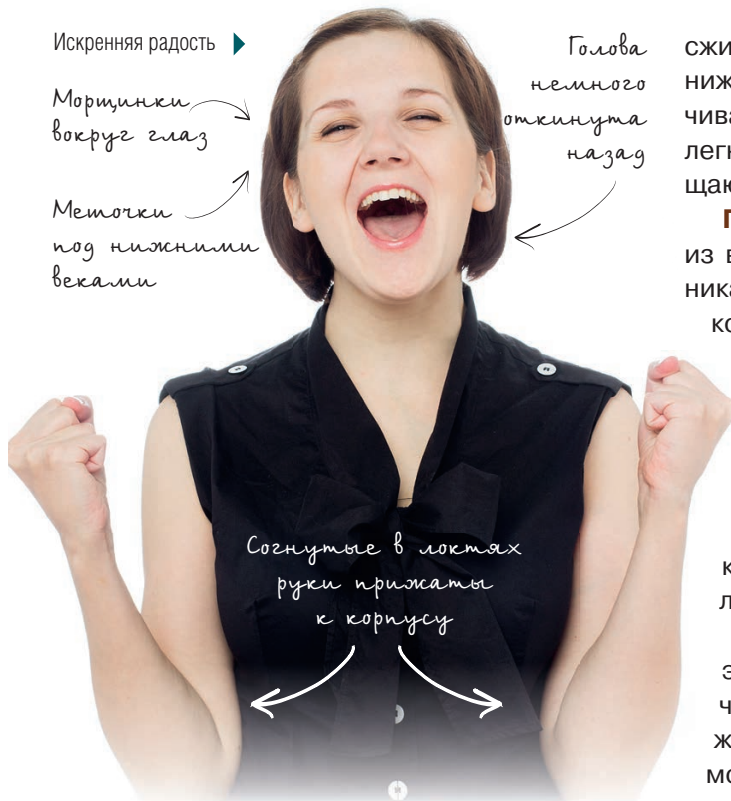
Когда человек испытывает то или иное чувство, мышцы лица срабатывают непроизвольно ▼



▲ Мимика очень важна для определения эмоций

Чтобы четко классифицировать все сочетания, понадобится трактат в тысячи томов. Поэтому физиогномика учитывает лишь основные, наиболее часто и явно выраженные критерии.





сжимаются (чтобы не расплыться в улыбке), нижняя губа слегка приподнимается и выпячивается вперед, на подбородке образуются легкие морщинки, мышцы вокруг глаз сокращаются.

**Примирительная радость.** Самая добрая из всех фальшивых. Человек на самом деле никакой радости не испытывает, но, не желая конфликта, готов изобразить ее, чтобы доставить удовольствие собеседнику. При этом на лице обязательно появится вежливая улыбка, которая, однако, не будет сопровождаться сокращением глазных мышц и появлением морщинок в области глаз. Возможно, она будет слегка ассиметрична (у правшей искривлена на левую сторону).

**Презрительная радость.** Довольно эгоистичное чувство, которое означает, что собеседник как минимум вас не уважает и ставит себя гораздо выше. Человек может улыбаться, но сокращение мышц, как и в предыдущем случае, произойдет не возле

## Радость

В мимическом выражении одна из простейших эмоций. Она проявляется следующим образом. Вначале сокращаются скуловые мышцы, далее они приподнимают уголки рта и щеки. Первые вызывают сокращение круговых мышц глаза и формирование морщинок-лучиков («гусиных лапок»), вторые образуют легкий прищур век.

**Искренняя радость.** Ее легко распознать: глаза щурятся, под нижними веками образуются мешочки, вокруг глаз собираются морщинки, уголки рта приподнимаются. Даже если в этот момент лицо человека не озаряет широкая улыбка, его мимика явно сигнализирует о переживаемом чувстве радости.

**Сдержанная радость.** Мимика выдает чувство радости даже в том случае, когда человек не хочет ее демонстрировать. Уголки рта предательски приподнимаются, губы

Сдержанная радость ►





Презрительная  
радость ▶

Отсутствие  
морщинок  
вокруг глаз

Закрывающая  
поза



глаз, а в области губ. Уголки губ станут напряженными, возле них могут появиться ямочки. В лучшем случае глаза не будут выражать ничего, в худшем — взгляд собеседника станет насмешливым.

**Неискренняя радость.** В этом случае работают только губы: уголки рта сильно растягиваются к ушам почти по прямой. Мешочки под глазами и морщинки вокруг не образуются, глаза не щурятся, но округляются, и чем больше, тем выше степень неискренности. При особом старании человека убедить вас в своей радости его лицо становится похожим на мимическую гримасу.

## Страх

К основным признакам выражения данной эмоции относят напряженный и настороженный взгляд. Глаза широко открыты, веки приподняты: верхнее обнажает белок над зрачком, нижнее напрягается и закрывает часть радужной оболочки. Брови также приподнимаются и сводятся к переносице. В центре лба возникают или углубляются уже имеющиеся горизонтальные морщины, а между

Неискренняя  
радость ▶

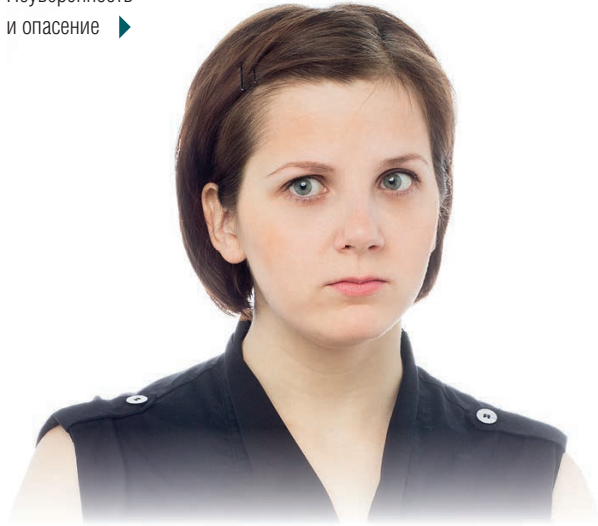
Неискреннюю радость легко отличить от настоящей по ее несвоевременности и продолжительности. Фальшивая радость возникает всегда либо раньше, либо чуть позже, чем требует ситуация, и длится дольше обычного. В отличие от настоящего чувства, которое появляется и угасает постепенно, неискренняя радость проявляется и исчезает внезапно, а ей на смену приходит иное произвольное выражение лица.



Страх,  
граничащий  
с ужасом ▶



Неуверенность  
и опасение ▶

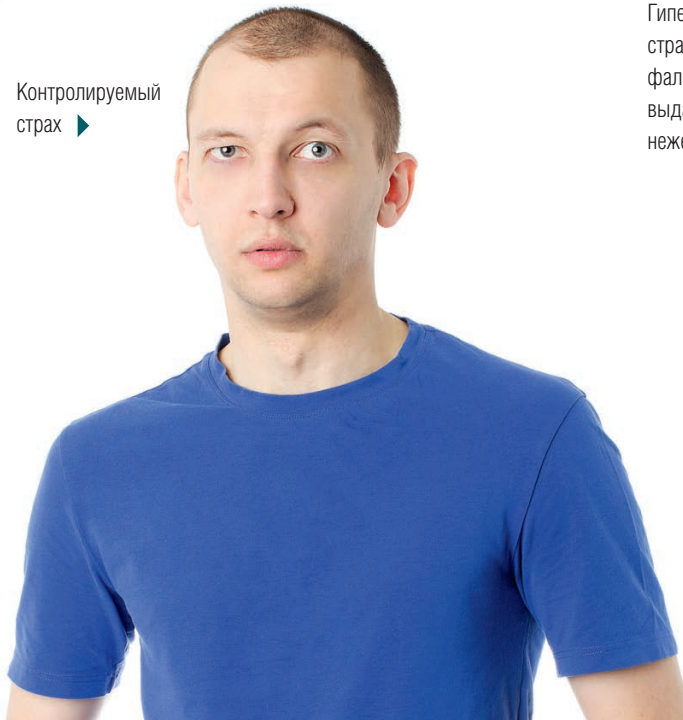


Если выражение страха считается только в области бровей, это выдает тревогу и беспокойство, если в области глаз — контролируемый страх. Grimаса, ярче всего выраженная в районе рта, говорит об опасениях и неуверенности человека.

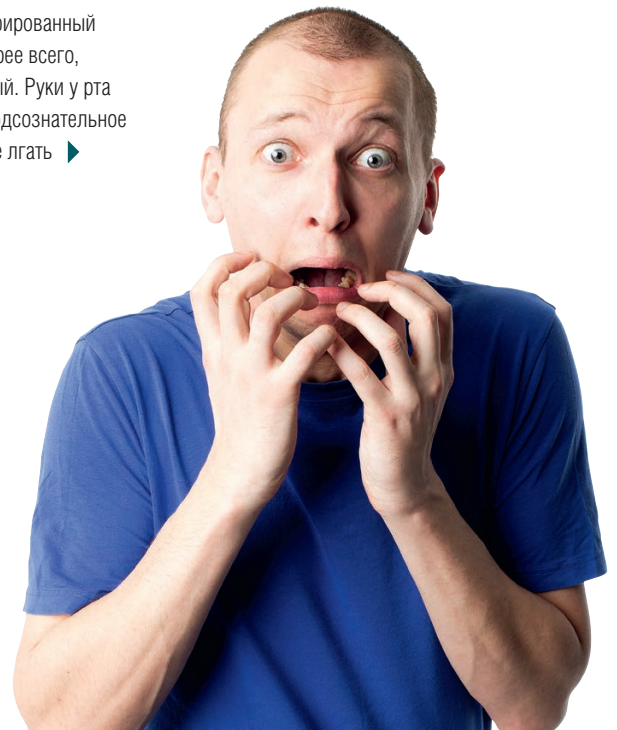
бровями — вертикальные. Углы рта резко оттягиваются вниз или назад, а рот приоткрывается. Крылья носа расширяются. Все это признаки настоящего страха, граничащего с ужасом.

Кому и для чего нужно демонстрировать страх, которого на самом деле нет? Таким образом можно обмануть оппонента: отвлечь его внимание и переключить беседу в другое русло. Наигранный страх — это еще и признак кокетства, красноречивый намек на то, что человеку требуется защита и забота, словом, сильное плечо.

Контролируемый  
страх ▶



Гипертрофированный  
страх, скорее всего,  
фальшивый. Руки у рта  
выдают подсознательное  
нежелание лгать ▶





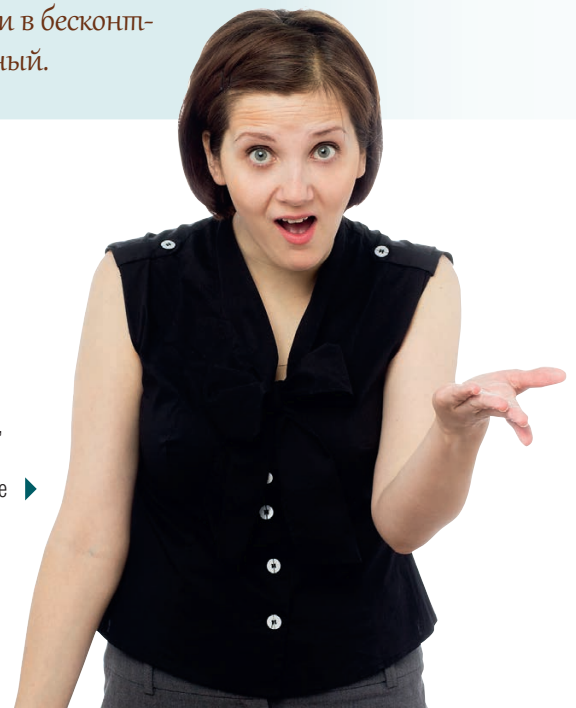
Сильный гнев и ярость часто сопровождаются криком ►

## Гнев

Когда человек испытывает гнев, его брови сводятся вместе и опускаются, а между ними образуются глубокие вертикальные морщины. Кожа лба стягивается, образуя над переносицей утолщение. Верхние веки поднимаются, но из-за опущенных бровей склера не видна. Нижние веки напрягаются и поднимаются. Глаза сужаются и принимают угловатую форму. Взгляд становится пристальным (направлен исподлобья) или напряженным и прямым (фиксируется на источнике гнева). Ноздри раздуваются. Губы плотно сжимаются, превращаясь в тонкие линии и слегка выпячиваясь вперед, либо распрямляются и приоткрываются, а рот приобретает прямоугольную форму. Углы рта четко очерчиваются. Зубы сжимаются, иногда человек ими скрежещет. Если все признаки присутствуют в комплексе, человек находится в ярости, бешенстве и готов к агрессии.

Если гневная гримаса проявляется лишь в области бровей, это, скорее, негодование. Основная мимика в районе рта указывает на гневное возмущение; в области глаз — на контролируемый гнев, который, однако, легко может перерасти в бесконтрольный.

Это не гнев, а, скорее, негодование ►





- ▲ Контролируемый гнев (скрещенные на груди руки) может длиться недолго: скрежетание зубов выдает огромное напряжение

Нарочитый, фальшивый гнев может изображаться для того, чтобы запугать оппонента и сбить его с толку. Его часто используют большие начальники, не потому что они на самом деле в ярости, а просто для порядка.

## Удивление

В момент удивления мыслительные процессы приостанавливаются, поэтому эмоция не получает полного осмысления и является, пожалуй, самой недолговечной. Удивление напоминает удар электрического тока: все мышцы мгновенно сокращаются, человек чувствует легкое покалывание нервов от проходящего по ним разряда, что заставляет его

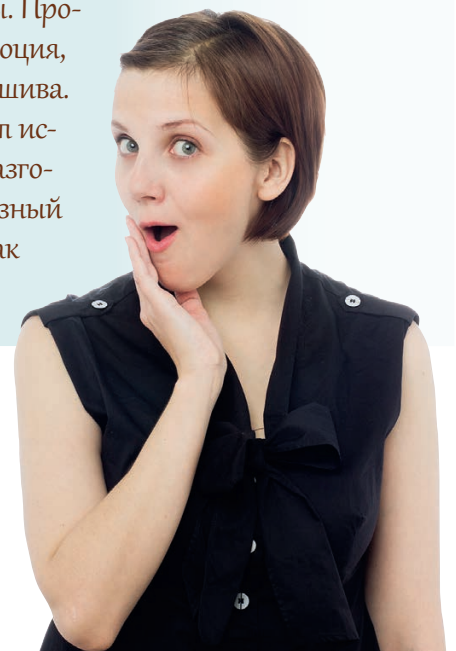


- ▲ Неподдельное удивление

замереть и вздрогнуть. Внезапность захватившего чувства рождает у человека некоторую неопределенность. На лице это выражается следующим образом. Брови высоко поднимаются, но не сводятся вместе, как при гневном или страхе. Лоб покрывается продольными морщинами. Глаза округляются: верхние веки поднимаются, а нижние, наоборот, опускаются. Рот приоткрывается, принимает овальную форму, нижняя челюсть отвисает, причем тем сильнее, чем больше человек удивлен.

Настоящее удивление длится не больше секунды. Продолжительная эмоция, скорее всего, фальшива. Иногда она может использоваться в разговоре как своеобразный невербальный знак препинания.

- Такое удивление явно рассчитано на публику ▶



Брови нахмурены  
и сведены  
вместе



Нос  
сморщен

Носогубные  
складки  
четко  
обозначены

▲ Брови нахмурены и сведены вместе, щеки приподняты, нос сморщен, носогубные складки четко обозначены — типичная гримаса отвращения

Превосходство  
во взгляде



Приподнята  
одна бровь

Приподнят  
один  
уголок  
рта

▲ Уголок рта с одной стороны приподнят, во взгляде читается превосходство — явная демонстрация презрения

## Отвращение

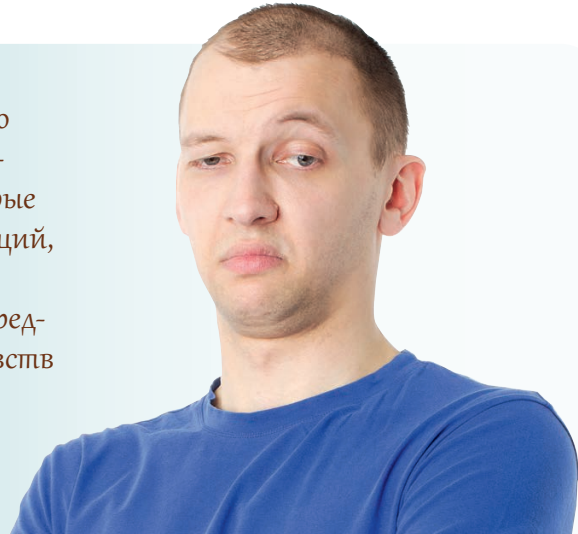
Одна из сильнейших эмоций, заставляющая человека переживать разнообразную гамму чувств: гадливость, омерзение, презрение, жалость, неприятие. Важная деталь: отвращение можно испытывать ко всему (пище, холоду, таракану), а вот презрение только к поступкам себе подобных. Мимика отвращения также отличается от мимики презрения. В первом случае брови опускаются (нахмуриваются), иногда сводятся вместе, между ними появляются вертикальные морщинки. Щеки поднимаются, а вслед за ними — и нижние веки, хотя они не напряжены. Нос непроизвольно морщится и тоже слегка приподнимается. Появляются глубокие носогубные складки. Нижняя губа поднимается, опускаются уголки рта.

Во втором случае вокруг носа и глаз появляется множество морщинок. Глаза прищуриваются, во взгляде читается явное превосходство. Уголок рта с одной стороны чуть приподнимается, либо оба уголка плотно сжаты и приподнимается вся линия рта. В области щек образуются симметричные углубления. Презрение может также выражаться приподнятой бровью, усмешкой и взглядом через плечо.

Презрение выражается комплексно и не только в мимике. Человек в этот момент выпрямляется, как бы становясь выше, откидывает голову и взирает на объект презрения сверху вниз.

Презрением, как и отвращением, люди часто пользуются сознательно, чтобы ввести в заблуждение собеседника. Спектр задач, которые решают фальшивые проявления данных эмоций, довольно велик. Это и демонстрация своего преимущества, и выражение отношения к предмету разговора, и маскировка искренних чувств и комплексов.

Презрение — способ показать свое преимущество ▶



## Грусть

Мимическое проявление этого эмоционального состояния может длиться очень долго. У людей, испытывающих серьезное потрясение, на лице даже образуются горестные складки, которые остаются и после того, как переживание заканчивается. У грустного человека внутренние концы бровей приподняты и сведены к переносице,

Глубокая продолжительная грусть ▼

из-за чего в этом районе образуется треугольник. Глаза немного сужены: верхние веки опущены, нижние приподняты и слегка закрывают нижнюю часть радужки. Уголки рта сильно опущены, подбородок может слегка подрагивать. Сильное выражение грусти иногда сопровождается рыданиями. Лицо становится поблекшим, мышечный тонус расслабляется, глаза тускнеют, взгляд становится рассеянным. Темп речи и движения грустного человека замедляются.



Грусть — наиболее часто подавляемая эмоция. Люди стараются не показывать ее, не выражать слишком явно или маскировать другими чувствами. Многие пытаются улыбаться или сохранять невозмутимое, на их взгляд, выражение лица. Скрывая грусть, можно сойти за задумчивого человека, если устремить взгляд вдаль.



▲ Грустная мимика, сконцентрированная в области рта, рассчитана на зрителя

Если мимика акцентирована на бровях — это настоящее, глубокое и продолжительное чувство. Если грусть выражается только в глазах, возможно, речь идет об усталости или сонливости. Мимика рта, скорее всего, рассчитана напоказ. Человек таким образом может демонстрировать, что ему невероятно скучно слушать собеседника.

## Выражение лица

Чтобы поставить точный физиогномический диагноз, важно различать движения мускулов лица, именно они раскрывают суть человека. Любая мысль рождает жест, который при многократном повторении фиксируется и приводит к возникновению выражения.

Гармония жестов всегда означает гармонию идей. Неумные люди в большинстве своем неумовки. Художники, поэты, музыканты и другие творческие натуры, обладающие способностями

к душевным движениям, совершают ритмичные жесты, красивые и изящные.

Люди, непостоянные в своих мыслях, непостоянны и в движениях: их жесты и мимика некрасивы, слишком резки и спонтанны. Людей боязливых выдают нестройные движения, в которых виноваты безрассудные страхи, кружащиеся вихрем в их умах.

Беспристрастность мускулов сообщает о большом самообладании человека. Иногда до предела напряженное внимание и плещущая через край энергия выражаются у него в едва уловимых движениях.

На лице расположено множество органов, которые имеют прямую связь с мозгом. Именно поэтому оно так выразительно. Мимика — основная область исследований для физиономистов. Не уметь распознать ее проявлений — значит не прочесть и половины того, что написано на человеческом лице.

Люди, не подвластные страстям, отличаются спокойной мимикой. Они могут быть

▼ Между мыслями, мимикой и жестами существует тесная связь





▲ В неподвижности лицевых мышц чувствуется высшая степень спокойствия

пассивными, кроткими, меланхоличными. Их лицо слегка нахмурено, либо имеет мечтательное выражение. На лицах людей, обураваемых страстями, рано появляются мимические морщины. Чем они глубже, тем больше подчеркивают обеспокоенность теми или иными мыслями.

## Область лба

Состояние этой области напрямую связано с мимическими движениями бровей. **Лоб без морщин** — признак слабых характерности и нерешительности. Неподвижные брови подчеркивают простодушие их обладателя.

**Горизонтальные мимические морщины**, пересекающие лоб, — результат интенсивного приподнимания бровей. Это признак того, что человек наивен и часто пребывает в состоянии удивления.

Если морфологический тип человека передается по наследству, то мимика — продукт социализации ▶







▲ Горизонтальные морщины — признак частого удивления

Уравновешенные люди имеют совсем немного горизонтальных морщин, поскольку не часто испытывают удивление. Зато у них появляются **вертикальные морщины в пространстве между бровями**. Эта область отвечает за волю и внимание.

Глубина мимических складок в области лба выдает степень умственного контроля. Вертикальные и слишком глубокие, они могут означать своенравную волю, особенно если сопровождаются подвижными непослушными бровями.

Вертикальные морщины соседствуют с малоподвижными густыми бровями у уравновешенных людей ▼



Чтобы узнать, будет ли человек хорошим работником, понаблюдайте за ним. Если он часто приподнимает брови, а на лбу у него образуются горизонтальные морщины — перед вами активная, но немного нервная личность, деятельность которой может оказаться немного хаотичной. Если же он часто сдвигает брови, а лоб натягивает, образуя по середине вертикальные морщины, этот человек умеет сосредотачиваться и является хорошим исполнителем. Не исключено, что его ждет большое будущее.

## Область глаз

Взгляд — это знак препинания, который способен заменить слова и подчеркнуть мысли. Иногда он прячется за веками, но никогда не обманывает. Жесты и мимику вполне можно подделать, а вот взгляд — нет.

Если человек зол и агрессивен, его глаза прищурены, а взгляд мечет громы и молнии. Глаза честных людей открыты, радужка отчет-

Слишком широко раскрытые глаза характеризуют человека глупого ▼





- ▲ Взгляд хитреца всегда боковой, как бы из-за угла. Для него характерен блеск



- ▲ Трепетание ноздрей говорит об искренности чувств

Со взглядом мошенника часто путают трусливый взгляд. Если вы не наблюдаете чрезмерной мускульной подвижности, приподнятых бровей и неровных жестов, то перед вами бояливый человек.

ливо видна. Взгляд прямой и искренний. Взгляд мошенников и тех, кто не чист на руку, можно охарактеризовать как косой и скользкий.

Взгляд трусливых людей беглый, но направлен прямо, а не исподлобья ▼



## Область носа

Мимика носа ограничена переносицей и ноздрями, трепет которых выражает степень душевного волнения, испытываемого человеком. Так, если женщина выслушивает любовное признание с расширенными, вздрагивающими ноздрями, она любит всем сердцем и является натурой сентиментальной. Если крылья ее носа неподвижны, а губы шевелятся, человек желает лишь физической близости. А если мимические движения совершают только ее глаза, то она прислушивается к рассудку и в данную минуту думает о выгоде и положении, которые может приобрести.

## Область губ

Губы выражают степень удовольствия и отвращения, добродетели и порока, гнева и милосердия, силы и слабости, ненависти и любви. Проявление каждого из перечисленных чувств различно.

Присущие личности «мужские» качества, такие как жестокость, твердость, упрямство, воля, агрессивность, смыкают губы. Чрезмерное развитие этих черт характера ведет к тому, что линия рта становится тонкой и почти незаметной. А вот «женские» качества, к числу



▲ Выражение отчаянного желания

которых относятся мягкость, пассивность, мечтательность, сострадание, доброта, боязливость, склонность к лени, слабохарактерность и подверженность влиянию, приоткрывают губы.

Если воля человека уравновешена и гармонична, он сжимает губы ровно. У личности, склонной к агрессии и грубости, линия губ нарушается.

Если человек улыбается только краем сомкнутых губ, он хитер, сварлив и рад напакостить ближнему.

Человек, который во всех областях преуспевает, улыбается не часто, но делает это красиво ▼



▲ Плоская верхняя губа, плотно прижатая к нижней, выдает недостаток сердечности и чувствительности. Это рассудительная натура, все и всегда просчитывающая

Сжатые губы искажены, широки и четко очерчены — так выражается мощная первобытная энергия, с которой никто не в состоянии совладать.

Мягкие, добродушные люди смеются много и охотно. Это к ним отчасти относится русская поговорка «Смех без причины — признак дурачины».

Проявление высшей степени пессимизма и постоянного пребывания в тоске ▼



# Язык тела

Понять, что происходит с человеком, основываясь лишь на его словах, невозможно. Сделать верные выводы можно, только тщательно проанализировав все, что вы слышите и видите, с учетом контекста и обстоятельств. Если в процессе общения мы еще обращаем внимание на лицо собеседника (особенно, когда он активно пользуется мимикой), то про тело обычно забываем. Согласно исследова-

ниям британских ученых 58 % женщин и 68 % мужчин не имеют представления и не задумываются о том, как они выглядят ниже своей шеи. Что уж говорить о другом человеке.

В отличие от физиогномики, язык телодвижений и жестов начали серьезно изучать лишь в 1960-е годы. Многие и сегодня считают речь основной формой человеческого общения. А между тем существует более миллиона невербальных сигналов, и четверть из них при желании и известной степени подготовки вполне можно расшифровать. Язык тела передает не только информацию о человеке, он формирует межличностные отношения.

Язык тела — отражение эмоционального состояния: каждое движение выдает характер, способности, возможности, потенциал человека. Самое главное в чтении такого языка — уметь замечать противоречия между жестами и словами. Это и есть пресловутая интуиция.

Движения и жесты человека в большинстве случаев говорят вовсе не то, что он выражает словами ▼



Тело может сообщить множество информации о прошлом, настоящем и будущем человека. Только вот говорить оно на своем языке, не всегда нам понятном. Называется этот язык боди-лэнгвидж (от англ. *body* — «тело» и *language* — «язык»).

Язык жестов — это своеобразное окно в сознание другого человека. Абсолютно любое движение вашего собеседника обнаруживает его истинные чувства по отношению к вам, предмету разговора и ситуации. Причем жесты могут как поддерживать словесное сообщение, так и противоречить ему.

Изучив язык жестов, вы научитесь видеть подсказки в поведении окружающих, предсказывать их действия в той или иной ситуации и изменять ее в свою пользу. Вы также сможете определить, кому стоит доверять, а от кого следует держаться подальше. Чтение невер-

Любая форма поведения, которую видят другие, является средством общения. Как бы тщательно мы ни выбирали слова, язык жестов неизбежно окажется гораздо более красноречивым.

бальных сигналов поможет вам устанавливать более тесные и продуктивные связи с окружающими и влиять на восприятие собственной личности.

Пока ребенок не научился разговаривать, мать общается с ним невербально ▼



Исследования, проведенные психологами из Гарварда, доказали, что женщины более восприимчивы к неречевым сигналам, чем мужчины. Они внимательнее относятся к языку тела собеседника, подмечают мельчайшие детали и лучше расшифровывают их. Особенно хорошо эти навыки развиты у матерей, которые в течение первых двух лет жизни ребенка (пока тот еще не научился разговаривать) полагаются только на невербальные сигналы общения.

Даже малейшие движения служат окном в душу и разум собеседника ▶



## Формы тела

По одной из новейших классификаций, разработанной французскими натурологами-физиологами Гастоном и Андре Дюрвилем, люди подразделяются на восемь типов в соответствии с формой и строени-



ем тела. Типы названы Марс, Венера, Юпитер и т. д. Но это вовсе не дань астрологии, как может показаться на первый взгляд. Здесь речь идет об именах древнеримских богов.

Поскольку судьба человека прочитывается в том числе и по морфологической составляющей, непрудно догадаться, что людям с нетипичной формой тела с большей вероятностью уготована уникальная жизнь.

По форме тела людей можно разделить на три категории: квадратные, овальные и вырождающиеся. Овалы и квадраты являются нормальными типами, в категорию вырождающихся входят все остальные фигуры, не соответствующие морфологии.

◀ Формы, не соответствующие классической морфологии, не являются полноценными. Они, скорее, нетипичные

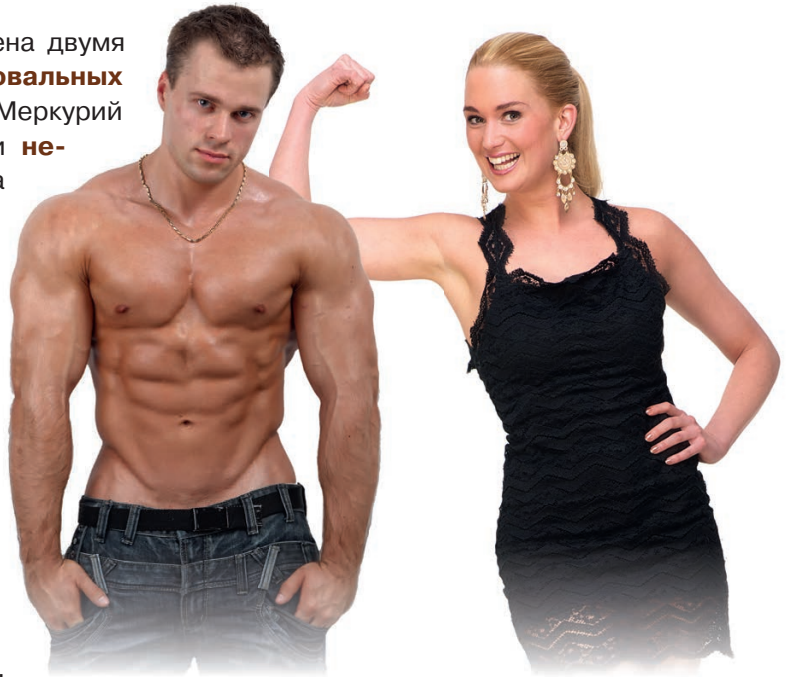
**Квадратная форма** представлена двумя типами это Марс и Земля. К числу **овальных** принадлежат три типа — Солнце, Меркурий и Венера. И еще существуют три **нетипичные формы** — Сатурн, Луна и Юпитер.

Перечисленные восемь типов считаются чистыми, но в ярко выраженном виде встречаются редко. В основном опытные исследователи относят фигуру человека к одному из типажей на основе преобладающих характерных признаков.

## Квадрат

Марс и Земля характеризуются особой физической мощью и силой. У них ширококостные, квадратные тело и голова, широкая грудная клетка и широкий таз. Мускулатура развита, кожа — кровь с молоком. Такой тип отличается сильной мужской энергией, даже если встречается у женщин (что бывает довольно редко).

Мужчина и женщина типа Земля ▼



▲ Мужчина и женщина типа Марс

*Мужчины Марса протряп много энергии, но легко ее восстанавливают, не нуждаясь в продолжительном отдыхе и сне.*



Представительниц прекрасного пола, чья фигура имеет квадратную форму, нередко называют мужеподобными. Тело у них довольно крупное и угловатое, руки и ноги длинные, пальцы большие. На первый взгляд им не хватает изящества и утонченности, но зато они прекрасно справляются с тяжелым физическим трудом и относятся к числу тех женщин, которые коня на скаку остановят и в горящую избу войдут.

В целом люди Марса и Земли — натуры самоуверенные, обожают командовать и навязывать свою волю. В то же время они работящие и никогда не страдают от лени. Представители такого типа —

сангвиники, здоровые, румяные, имеющие хороший аппетит. Они любят все природное и остро нуждаются в двух вещах — солнце и воздухе.

«Марсиане» чуть более стройные, нежели «земляне». В них более высокая интеллектуализация энергии. А вот «земляне» часто отличаются свирепостью. Если их интеллект должным образом не развивается, они могут стать жестокими и грубыми и встать на путь преступления.



▲ Мужчина и женщина типа Солнце

## Овал

Овальные типы — Венера, Солнце и Меркурий. Для них характерны округлые формы, утонченность линий и изящество, но ни в коем случае не доходящие до анемичной хрупкости. Их главные психологические черты — ум и интуиция.

Мужчина и женщина типа Меркурий ▼



Мужчины овальных типов кардинально отличаются от мужчин квадратных типов тем, что их энергия более интеллектуальная, гибкая и созидательная, а не разрушительная.

Люди типа Меркурий отлично сложены. У них прямая осанка, грудная клетка сужена к талии, плоские ягодицы, неширокие бедра. Однако формы их прямее, а кожа более бледная, чем у представителей типа Солнце, которых можно считать эталоном красоты. Последние имеют величественную осанку, орлиный нос, широкую грудную клетку, узкий изящный таз, четко и красиво очерченные бедра, аристократический изгиб шеи, пластичные, округлые и плавные формы.

Мужчины типов Меркурий и Солнце проявляют свою интеллектуальную





▲ Мужчина и женщина типа Венера

силу не в грубом труде, а в индустрии, банковском деле, искусстве. Они интеллигентны и предприимчивы, способны руководить. Их энергия сдержанна и спокойна, а сила дисциплинирована разумом.

Женщинам типа Солнце и Меркурий немного недостает женственности. Но зато у представительниц Венеры ее в избытке: плавные и мягкие линии ягодиц и бедер, алебастровая кожа. Они непревзойденные кокетки, обладающие невероятной чувственностью, огромной хитростью, ловкостью и сильно развитой интуицией. К сожалению, эти красотки не люди дела, им свойственна определенная природная пассивность.

Мужчины типа Венера имеют слишком женственный вид: плоские контуры,

плохо развитая мускулатура, неширокий таз, покатые плечи и рыхлый пресс. По характеру они мягки, изнежены, нерешительны и сентиментальны. Руководить также не их прерогатива.

## Нетипичные формы

Типы, отклоняющиеся от классической морфологии, — Сатурн, Луна и Юпитер — либо слишком толсты, либо чрезмерно худы, либо непропорциональны.

Мужчины типа Юпитер является прообразом современного работника среднего звена, ведущего сидячий образ жизни. Форма, скорее, трапециевидная. Мускулы развиты слабо, хотя от природы довольно мощные, как и мускулату-

Люди Юпитера весьма плодовиты, имеют много детей и очень их любят. Для них главное в жизни — дом и семья.

Мужчина и женщина типа Юпитер ▼





▲ Мужчина и женщина типа Луна

ра. Они часто имеют рыхлые тела и лишний вес. Кожа бледная, с синеватым оттенком. Черты лица крупные и расплывчатые: толстый подбородок, мясистые губы. По форме их нельзя отнести ни к квадратному, ни к овальному типу. Представительницы прекрасного пола более импозантны, с крупными, но довольно соблазнительными формами.

Интеллектуальный уровень людей Юпитера довольно высок. Они остроумны, веселы, достаточно авторитетны. Не стремятся к власти, но из них получаются толковые руководители.

Лунный тип отличается отсутствием мускулатуры и большей округлостью, чем представители овальных типов. Лицо, шея, плечи, бедра, бока, икры — все округлено. Такие люди сохраняют на всю жизнь детскую пухлость и розовый цвет кожи. Их отлича-

ет бесхарактерность, недостаток энергии, мечтательность, распущенность и стремление к беззаботной жизни. Они становятся хорошими преподавателями и воспитателями, а также работниками бытовой сферы.

Люди Сатурна по форме тела тяготеют к перевернутой трапеции. Линия плеч узкая, но шире, чем линия бедер. Грудная клетка тоже узкая. Ноги хилые и слабые. Живот втянут, мускулы атрофированы. Кожа желтоватого цвета. У «сатурнианцев» мозг всегда развит лучше, чем мускулы. Эти люди весьма и весьма интеллектуальны. Среди них много лабораторных ученых и гениальных исследователей.

Мужчина и женщина типа Сатурн ▼



## Физиономические особенности типов

### Марс

Как и тело, голова у людей данного типа по форме близка к квадратной. Волосы обычно каштанового цвета, линия их роста находится низко. Лоб небольшой, лобные кости среднего размера. Надбровные дуги мощно выступают вперед. Брови грубые, густые, горизонтальные, что демонстрирует мощную энергию.

Взгляд у людей этого типа сосредоточенный, пронизательный, твердый, честный и дерзкий. Скулы широкие. Нос крупный, обычно прямой. Рот тоже крупный, губы сжаты.

Чем плотнее человек типа Марс сводит брови, чем ниже их опускает и чем глубже вертикальные морщины между бровями, тем большей энергией он обладает.



▲ Лица представителей типа Марс

Все перечисленные признаки характерны как для мужчин, так и для женщин. Губы «марсианок» точно так же по-мужски вытянуты в линию, выражая энергию, а мощный короткий четырехугольный подбородок выступает вперед.

Именно челюсти и брови помогают с уверенностью отнести человека к типу Марс. Здесь кроется их психологический козырь — энергия. Он выражен горизонтальностью бровей, квадратными челюстью и подбородком, а также сжатыми губами.

Из «марсиан» выходят верные компаньоны, достойные воины и прекрасные отцы семейств. Они не сентиментальны и в любви видят лишь один аспект — плотское наслаждение.

Чем четче проявлены описанные черты, тем мощнее энергия и сильнее воля. Самые яркие представители типа Марс способны справиться с любыми преградами и опасностями. Они самоуверенны, высокомерны и самодовольны. Обладают громким голосом, говорят четко и ясно. «Марсиане» любят отдавать команды и не любят, когда кто-то им не подчиняется. Способны на буйный гнев, который, как правило, длится недолго.

Люди этого типа храбры, верны слову, великодушны и всегда говорят правду. Движущая сила их жизни — долг. Созерцанию они предпочитают труд и являются убежденными материалистами, что не мешает им иногда становиться суеверным фанатиками.

## Земля

Земные типы также относят к квадратным, поэтому голова у них широкой угловатой формы и втянута в плечи. Волосы густые, часто русые, но могут встречаться и темные. Линия волос еще ниже, чем у представителей типа Марс. Брови более длинные, лохматые, еще больше выдаются вперед. Глаза небольшие, расположены глубоко. Скулы крупные и крепкие. Нос широкий с немного приподнятым кончиком. Рот сжат. Губы очерчены слабо, но довольно толстые. Подбородок квадратный и недлинный, выдается вперед. Шея со среднеразвитой мускулатурой.

Как и «марсиане», люди типа Земля обладают невысоким интеллектом. Кроме того, они весьма устойчивы во взглядах, что немало их ограничивает. Зато в них доминирует воля,

Из людей типа Земля выходят неутомимые и фанатичные работники ручного труда. Они бережливы, твердо стоят на ногах, изысканным яствам предпочитают простую пищу. Невзыскательны и неприхотливы, привязаны к родной земле и очагу.

которую они используют в материальных областях. Их настойчивость в работе и работоспособность невообразимы.

Лица представителей типа Земля ▼

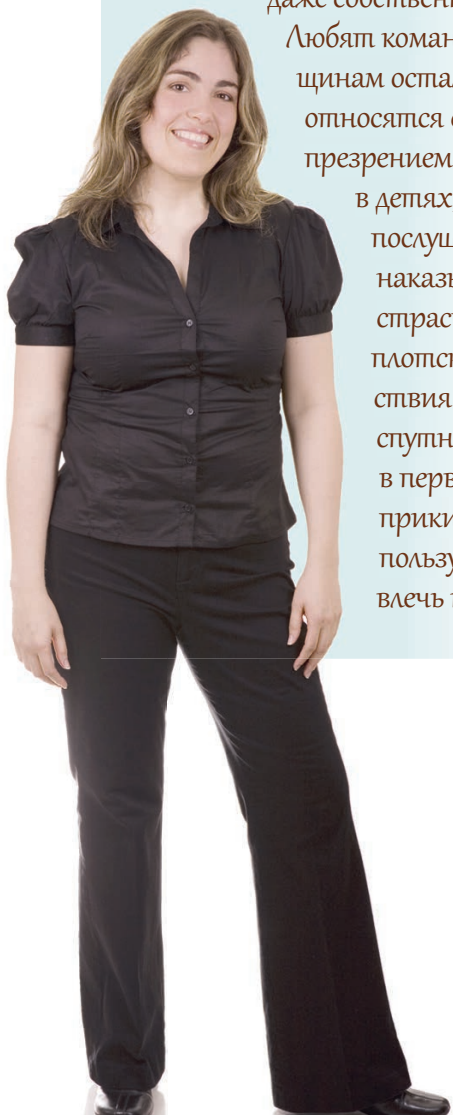


«Земляне» невероятно упрямы, строптивы, но верны своим обещаниям. Они отличаются гневливостью, но гнев их не вспыхивает подобно факелу, а медленно разгорается. Это трезвые и холодные в расчете люди, которые замечают только выгоду и пользу, но не видят красоты вещей. В них нет артистизма и развитой интуиции.

Люди типа Земля успевают сделать в жизни многое благодаря трудолюбию и упорству. Они могут занять довольно высокое место. А из самых интеллигентных представителей типа даже могут получиться ученые и исследователи.

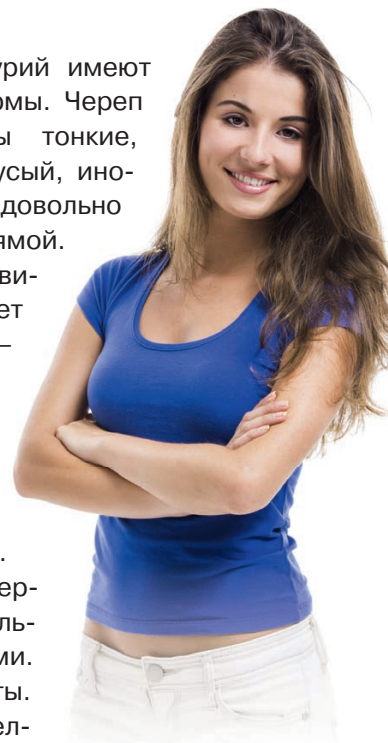
Женщины типа Земля — отличные работницы. Они не подчиняются никому, даже собственным мужьям.

Любят командовать, к женщинам остальных типов относятся с некоторым презрением. Души не чают в детях, но в случае непослушания жестоко наказывают. Сладострастны, любят плотские удовольствия. При выборе спутника жизни в первую очередь прикидывают, какую пользу они могут извлечь из этого союза.



## Меркурий

Люди типа Меркурий имеют голову овальной формы. Череп удлинённый. Волосы тонкие, но их много; цвет русый, иногда каштановый. Лоб довольно высокий и всегда прямой. У спокойных представителей типа почти нет морщин, у нервных — их множество и появляются уже смолоду. Форма бровей дугообразная; причем чем более крутая дуга, тем слабее воля. Все представители Меркурия обладают большими живыми глазами. Веки широко раскрыты. Взгляд прямой и интеллигентный.



Среди людей типа Меркурий встречаются злодеи. Их выдают глаза удлиненной формы, хитрый и злобный взгляд. У отдельных представителей зрачок закрыт почти наполовину верхним веком. Таких людей стоит остерегаться.

Нос прямой, в основании тонкий; у обладателей узкого разреза глаз он может быть острым. Губы тонкие (верхняя может быть очень тонкой), расположены симметрично. В сочетании с заостренным кончиком носа и глазами миндалевидного разреза они свидетельствуют о рассудочности человека. Подбородок узкий, порой слишком длинный. Чем он тоньше, тем меньше в его обладателе энергии.



▲ Лица представителей типа Меркурий

Господствующие черты — живой ум и наблюдательность. Люди типа Меркурий умеют усваивать информацию, схватывают все на лету и быстро приспосабливаются к любым условиям. Они успевают всюду, но являются натурами поверхностными и редко отличаются глубокими познаниями. Подвержены внушению и чужому влиянию. «Меркурианцы» — генераторы гениальных идей, на воплощение которых им не хватает воли. Для этого они используют представителей квадратных типов.

Люди типа Меркурий не отличаются чувствительностью, но имеют сильное самообра-

дание и применяют холодный расчет во всех жизненных ситуациях.

Женщины типа Меркурий, как и представительницы квадратных типов, не сильно размышляют о любви. Они не настолько любят плотские наслаждения, как «землянки», и, связывая себя с мужчиной, думают исключительно о выгоде и власти над ним.

«Меркурианцам» недостает воли, поэтому они не имеют мимических складок у основания носа и вертикальных складок на лбу.

Людей типа Меркурий можно встретить абсолютно во всех сферах деятельности. Они толковые политики, удачливые торговцы, талантливые артисты и шоумены, работники науки и индустрии. Меркурианцы умеют произвести хорошее впечатление. Удобству, основательности и практичности всегда предпочитают красоту.

## Солнце

В людях данного типа все гармонично, формы чисты и красивы. Голова овальная. Волосы слегка вьющиеся, преимущественно русые или темно-русые. Виски обычно открыты. Лицо правильной овальной формы, излучает

Солнечные типы спокойны, для них всегда все безоблачно и ясно ▶



покой, силу и равновесие. Лоб большой, интеллектуальный, выпуклый, с развитыми лобными костями. Морщин на нем нет, кожа гладкая.

*Люди типа Солнце не бесстрастны. Они жаждут многого в жизни. Но добиваются этого, не хмуясь, как «марсиане», а само-властно и спокойно.*

Брови изящные и аристократичные, в меру широкие и густые. Глаза большие, широко открытые, обрамленные красивыми ресницами. Взгляд прямой, без угрозы и принуждения,

Лица представителей типа Солнце ▼



излучает энергию, пленительную кротость и магнетизм. Большая часть радужки закрыта веками. Нос слегка заострен на кончике, тонок в основании, прекрасно гармонирует с выпуклостью лба. Губы среднего размера, красиво очерчены. Верхняя губа объемная; нижняя чуть меньше, но соразмерна верхней. В уголках рта находятся небольшие складочки, которые, однако, не выражают презрения или пессимизма, а сообщают о доброте, спокойствии и самообладании. Подбородок средней длины, тоже овальный, подчеркивает гармонию лица.

Люди типа Солнце сильны, счастливы и полны самообладания. Их дивная внутренняя гармония вызывает у окружающих восхищение, с некоторой примесью уважительного страха. Данный тип может направлять свою энергию на что угодно, но сохраняет ее и не растрчивает впустую, без необходимости. Это сила, находящаяся в состоянии покоя.

Речь представителей типа Солнце звучная, тембр волнующий. Такие люди одним словом умеют покорять, прощать, сострадать и метать молнии. Чаще всего они становятся организаторами и руководителями, но могут быть и учеными во всех отраслях знаний, промышленниками и банкирами.

*Явное превосходство — одна из причин, по которой людям типа Солнце нелегко найти себе равного партнера по уму и благородству.*

## Венера

Голова венерианцев имеет форму тонкого овала. Волосы красивые, густые и пушистые. Женщины уделяют им много внимания и любят завивать в локоны. Лоб не сильно развит, но без морщин. Это не спокойствие и самообладание, а скорее, бесстрастность и страх преждевременной старости.



◀ Черты лица представительницы типа Венера излучают чувственность

Брови дугообразные, изысканные, средней толщины. Глаза большие, пленительные, нежные и обворожительные. Их очарование усиливают красивые ресницы.

Во взгляде читается развитый ум, интуиция и чувственность. Представители типа Венера никогда ничего не знают наверняка, но они все угадывают.

«Венерианки» и «венерианцы» весьма прелепно относятся к своей внешности и не собираются портить ее сильными эмоциями.

Нос нередко кокетливо поднят вверх, но не чрезмерно. Ноздри полураскрыты и трепещут. Губы пухлые, соблазнительные, хорошо очерченные. Над верхней губой расположено изящное вертикальное углубление. Улыбка «венерианки» — образец классической женской улыбки, очаровательной, загадочной и многообещающей. Подбородок округлый, часто с ямочкой посередине.

Этот тип женский. Его особая сила заключается не в наличии воли и мускулов и даже не в глубине ума, а в интуиции. Мужчины «венерианцы» чувствительны, нежны и кокетливы, как женщины. Они ценят красоту человеческого тела и всегда стремятся выглядеть эффектно.

Люди типа Венера легки на слезы и смех, но эмоции не сильно затрагивают их. Они имеют большой успех, сильно превосходящий их действительные заслуги.

Женщины типа Венера особенно часто преуспевают благодаря своему очарованию, нежели деловым качествам. Мужчины также добиваются многого не за счет своего ума. Это красавцы, которые отличается изысканностью манер. В них влюбляются только из-за внешности.

Лица представителей типа Венера ▼





Представители типа Венера — верные друзья. А вот в любви верность сохраняют далеко не всегда: легко увлекаются и так же легко расстаются. Их страшит любая борьба, любое усилие, связанное с возможным переутомлением.

## Юпитер

Тип Юпитер представляет собой трансформацию другого типа, произошедшую вследствие образа жизни. Отсюда множество различных признаков. Из общих можно выделить следующие. Лобная часть ярко выражена, без большого количества морщин. Волосы не очень хорошие, часто бывает лысина. Брови дугообразные, но вялые, не имеют энергичной формы. Глаза большие, открытые. Нос крупный, прямой, мясистый в основании. Губы тоже мясистые, очерчены нечетко. Рот слегка приоткрыт. Нижняя губа немного отвисшая, что создает подобие постоянной добродушной улыбки.

Люди Юпитера созданы повелевать. У них внушительный облик, большой живот, добродушный взгляд. Этаким добрым и справедливым руководителем городской общины или целого государства.



◀ Мужчины-«юпитерианцы» в большей степени, чем остальные типы, носят усы и бороду



▲ Лица представителей типа Юпитер

Они всегда веселы и оптимистичны. Не любят слишком себя утруждать и загонять в рамки, живут привольной и зажиточной жизнью.

Мужчины типа Марс выбирают усы щеточкой, типа Земля — длинные, лопатой, типа Венера — щегольские фигурные. Представители типов Меркурий и Солнце предпочитают гладко бриться. Зато тип Юпитер носит длинные свисающие усы и бороду, что, по его мнению, придает ему особую важность.

Отличные супруги и воспитатели для своих детей, вечера проводят в кругу семьи.

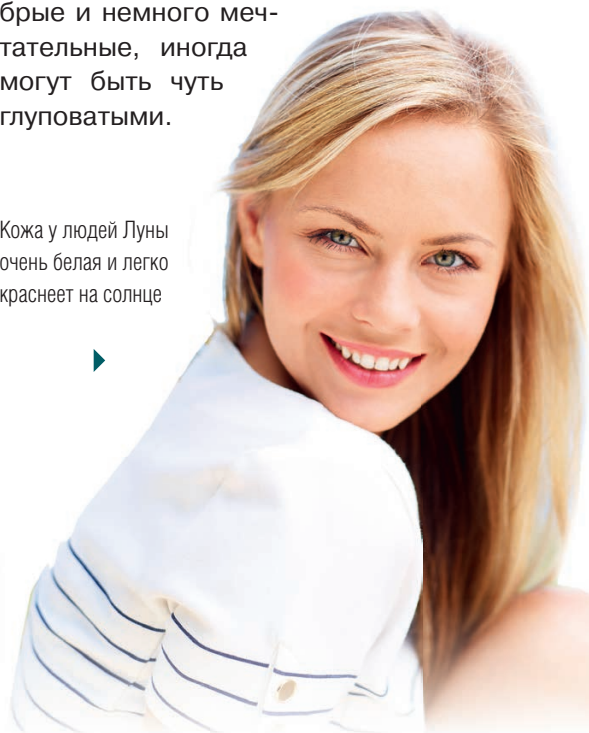
Женщины типа Юпитер лучше всего проявят себя в тех областях, где требуется любовь к порядку, методичность и честность.

«Юпитерианцы» обычно чревоугодники. Их пристрастие к вкусной еде и пивью выдают мясисстые губы и массивная нижняя челюсть.

## Луна

Как уже говорилось, у представителей данного типа все круглое, в том числе голова и лицо. О них говорят «луноликие». Волосы светлые, русые или пепельные, часто кудрявые, особенно у женщин. Лоб круглый, выпуклый. Брови представляют собой абсолютные совершенные дуги, что свидетельствует о постоянном свойстве природы удивляться. Глаза большие, округленные, добрые и немного мечтательные, иногда могут быть чуть глуповатыми.

Кожа у людей Луны очень белая и легко краснеет на солнце



▲ Лица представителей типа Луна

Нос вздернут и расширен к основанию. Он более широк, чем нос людей типа Венера. Губы большие и толстые, четко очерченные, но не соблазнительные, как у венерианцев. Подбородок округлый, толстый и мягкий. В нем нет энергии, он безвольный.

Представители типа Луна — люди воображения. Они боязливы и мечтательны, кротки и тихи, любят уединение и спокойствие. Вполне общительны, могут веселиться, как дети. Данный тип не создан для борьбы, это природы созерцательные, но в то же время дисциплинированные, честные и совестливые, словом, приятные во всех отношениях. Будучи добросовестными исполнителями, они являются не очень

хорошими управленцами, поэтому чаще всего становятся мелкими чиновниками.

Женщина типа Луна полна очарования. Она всем улыбается и старается понравиться. Представительницы этого типа часто бывают боязливыми, суеверными либо религиозными. Они предпочитают всегда находиться за спиной своего мужа, воспринимая его в качестве каменной стены и не претендуя на самостоятельность.

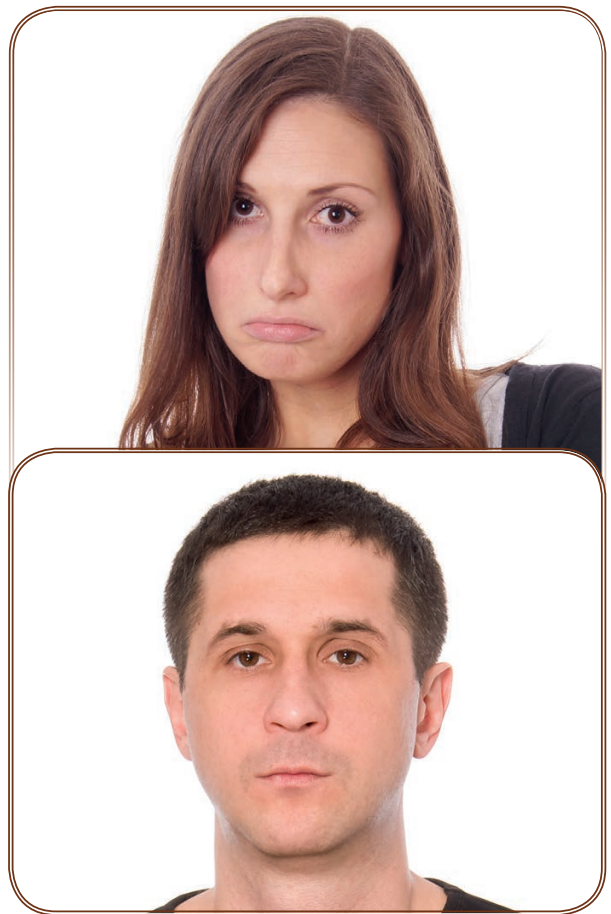
## Сатурн

«Сатурнианцы» — люди желчные и не только по свойствам характера. Их выделяют желтая кожа, нездоровая худоба и страдальческая внешность. Голова прямоугольная. Лицо четырехугольное, все его черты угловаты. На лбу выдаются передние и боковые части, которые расширяют лицо кверху, превращая его в трапецию. Волосы густые, черные или темные, растут низко. Бриться мужчинам типа Сатурн часто приходится дважды в день. Брови густые, черные, ломаные.

Форма глаз треугольная. Взгляд печальный, разочарованный. В нем читается выражение вечного страдания, недоверчивость ко всему и пессимизм. Однако к окружающим это не имеет отношения: «сатурнианец» всегда всматривается только в себя. Ему необходимо постоянно отыскивать причины, и самым лучшим объектом для исследований он считает внутреннее Я.

Нос прямой, широкий у основания, кончик заострен. Губы тонкие и плотно сжатые, ино-

Основное занятие представителей типа Сатурн — мыслить и скучать. Это люди ночи: в это время суток им работается (и живется) гораздо лучше. А еще лучше они чувствуют себя вдалеке от всего мира. Данный тип порождает компьютерных гениев и лабораторных ученых.



▲ Лица представителей типа Сатурн

гда они выражают презрение, но чаще разочарованность. Подбородок угловатой формы.

«Сатурнианцы» в целом люди серьезные и вдумчивые. Часто пребывают в состоянии меланхолии и печали, могут быть нервными. Они рассудительны, в их жизни главенствует разум.

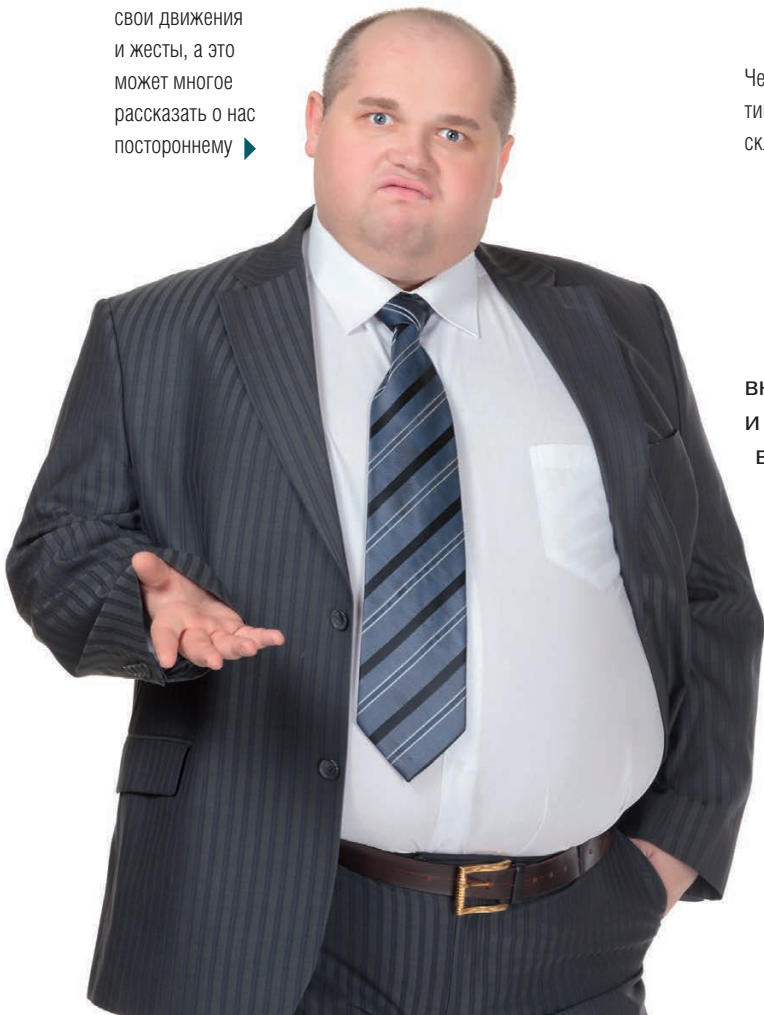
## О чем говорит наше тело

Форма — материализация идеи, читать ее — значит читать саму мысль. Когда человек совершает телодвижения, использует мимику и жесты, он проявляет таким образом свое Я.

Например, человек, принадлежащий к квадратному типу, от природы является любителем подраться и склонен к агрессии. Если он знает об этой предрасположенности и понимает ее причину, то вполне может научиться контролировать себя (если захочет). С другой стороны, распознав в собеседнике склонность к агрессивному поведению, можно вовремя репироваться или принять другие меры, чтобы избежать конфликтной ситуации.

Система невербальных знаков — одна из первых визуальных знаковых систем. Ее основной составляющей является мимика лица. Жесты, движения, использование различных предметов также демонстрируют проявления человеческой сущности. Во многих случаях они слабо контролируются сознанием, но четко улавливаются подсознанием.

Мы часто не контролируем свои движения и жесты, а это может многое рассказать о нас постороннему ▶



Человек квадратного типа от природы склонен к агрессии ▶



Все люди рождаются с определенными внешними данными, легко распознаваемыми и прочитываемыми. Однако со временем под влиянием окружения, жизненных условий или профессии они могут значительно измениться. Связь между врожденными особенностями человека и его личностными качествами, поведением и внешними данными, а также знание физиогномики и понимание языка тела позволяют не только проследить прошлое человека, но и определенным образом повлиять на его будущее.

Чтобы стать тем, кем хочется, человек должен понять свои особенности. Сами по

себе черты лица и очертания тела далеко не всегда определяют поведение. Но если рассматривать их в комплексе с языком жестов и психологическими особенностями, можно выбрать правильный жизненный путь, определить нужную стратегию и развить необходимые черты характера и способности. Это знание не сделает вас магом и экстрасенсом, но даст неограниченные возможности наладить жизнь.

В одном из эпизодов знаменитого сериала «Обмани меня» эксперт по изучению лжи доктор Лайпман нашел отличного со-трудника для своей лаборатории именно в холле аэропорта. Девушка-таможенник с чрезвычайно развитой наблюдательностью заподозрила в нем террориста. А все потому, что его поведение было нетипичным для обычного пассажира.

Язык тела может поведать и о предрасположенности к определенным заболеваниям, способностях в профессиональной сфере, сексуальном поведении, стиле жизни, стремлениях, желаниях и привычках. Он гораздо лучше способен объяснить происходящее

Классический пример ситуации из сериала «обманывается тот, кто хочет быть обманутым». Жена смотрит сквозь пальцы на явные признаки неверности мужа: бегающие глаза, активная жестикация, расширенные зрачки. И у нее на то есть свои причины: ведь пока все тихо и мирно, можно верить в то, что семейная жизнь удалась и ей ничто не угрожает. В противном случае придется признать крах семейных отношений и пережить возможное расставание.

Как ни странно, многие женщины не замечают или делают вид, что не замечают ложь своих мужей ▶



▲ Будучи обманутым, человек не всегда теряет, иногда он и приобретает

в душе человека, чем самые точные слова. Обнаружить обман не составит большого труда — нужно лишь желание и элементарные навыки поведенческого анализа. Гораздо чаще мы не хотим замечать признаков лжи.

Распознать обман по жестам непросто, но вполне реально. Существует масса профессий, где это знание просто необходимо. Например, таможенники, производящие досмотр пассажиров перед посадкой на борт самолета, не имеют право потворствовать обману. Им крайне необходимо разоблачить ложь. От этого зависит их компетентность, а также безопасность экипажа и пассажиров.



# Тайны руки

Когда мы пытаемся лучше узнать собеседника, то сначала смотрим ему в глаза. Затем мы воспринимаем его речь. Порой замечаем мимику и жестикуляцию, если они явно выражены, но редко кто обращает внимание на руки собеседника. А ведь они способны рассказать о человеке не меньше слов, мимики лица или жестов. Мы не станем сейчас углубляться в тайны хиромантии и пытаться прочесть судьбу человека по линиям на его ладони. Во-первых, это материал для другой книги. Во-вторых, не всегда удобно хватать за руки

*Иногда от верного определения сущности другого человека зависит очень многое, если не все.*

собеседника и пристально рассматривать его ладони, особенно если он этого не желает. Но взглянув на его руки (этот взгляд может даже остаться незамеченным), вы вполне можете определить, какой человек перед вами.

## Форма ладони

Различают семь типов формы руки:

- элементарный (неразвитый);
- лопатообразный (деятельный);
- конический (эмоциональный);
- квадратный (материалистический);
- узловатый (логический);
- остроконечный (идеалистический);
- смешанный.

По форме и особенностям строения человеческие руки подразделяются на семь типов ▼





▲ Элементарный тип

**Элементарный (неразвитый) тип.** Можно встретить у рас, населяющих полярные страны или азиатские регионы. Ладонь широкая, пальцы толстые, «обрубленные». У людей с такими руками развиты способность к выживанию и природные инстинкты.

**Лопатообразный (деятельный) тип.** Эта рука тоже большая и широкая, имеет толстые пальцы. Она более изящная и менее дегенеративная, чем у элементарного типа. Ладонь напоминает по форме лопаточку. У такой руки широкие угловатые ногтевые суставы.

Обладатель такой лопатообразной руки — деятельная натура ▶



Это рука человека больше активного физически, нежели мыслящего. Принадлежит прудолобу, который всеми силами пытается улучшить жизнь других. Люди с такими руками смелы и раскованы, но к авантюрам не склонны.

**Конический (эмоциональный) тип.** Отличается узостью и коническими длинными кончиками пальцев. Тип свойственен эмоциональным людям, обладающим порывистым темпераментом, натурам страстным и импульсивным, с чувством прекрасного и склонностью к эстетическому восприятию. Красота во всех формах и проявлениях значит для них



▲ Такая рука конического типа принадлежит идеалисту

очень многое. Подвержены сменам настроения. Стремятся к удовольствиям и необычным впечатлениям и совсем не приспособлены к повседневным рутинным обязанностям.

Тем не менее эти жизнерадостные оптимисты при неудачах легко поддаются унынию и даже впадают в отчаяние. Неспособны генерировать конструктивные идеи, в основном отражают мнения других, более сильных личностей.

**Квадратный (материалистический) тип.**

Отличается угловатостью. Ладонь широкая. Пальцы плоские, концы пальцев прямоугольные. Эта рука выдает человека основательного, соблюдающего закон и уважающего порядок. Высот эрудиции он не достигает, но старанием и упорным трудом может добиться многого. Консервативен во взглядах и всегда поддерживает и одобряет существующий порядок вещей, встречая любые изменения в штыки.

Эта рука, несомненно, принадлежит материалисту ▶



Это хороший «солдат» и никуда не годный «полководец». Способен растеряться и бездействовать, чтобы воздержаться от любых действий.

**Узловатый (логический)**

**тип.** Его легко распознать по туповатым коническим ногтевым формам, большим суставам и расширенным третьим фалангам. Указывает на философское систематизированное мышление. Он сдержан и выглядит как сторонний наблюдатель, но лишь при отсутствии единомышленников, с которыми он может говорить на общие темы. Со схожими натурами его нелюдимость испаряется, и он становится убедительным, активно отстаивая свои выводы.



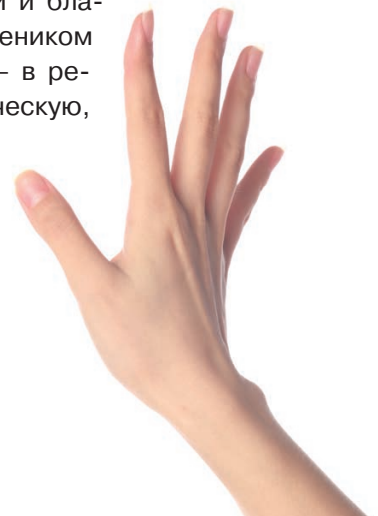
▲ Это рука искателя правды жизни

**Остроконечный (идеалистический) тип.**

Владелец остроконечной ладони (неширокой, с пальцами зауженными на концах) поклоняется красоте, но не материальной, а интеллектуальной. В нем зашкаливает эстетическое. Он абсолютно непрактичен в делах, имеет отдаленное представление о планировании и расчетах.

Обожает литературу и поэзию. Часто находит себя в религии и благотворительности, но мучеником становиться не намерен — в религии предпочитает мистическую, чувственную сторону.

Обладатель такой руки — непостоянный и переменчивый, ветреный и безответственный ▶







▲ Смешанный тип ладони говорит о том, что часто человек хватается за все подряд и ничего не добивается

**Смешанный тип.** Часто человек имеет признаки двух или даже всех типов, но неизбежно один всегда выражен более явно. Смешанный тип выдает приспособляемый и многогранный характер.

## Пальцы

Пальцы человеческой руки бывают короткими, средними и длинными.

Если **длина пальцев гораздо больше длины ладони**, а пальцы отличаются отсутствием узлов и имеют прямоугольный ногтевой сустав, это рука человека гуманного, но любящего критиковать действия окружающих. Длинные пальцы имеют люди, чувствительные к любой критике, но обожающие осуждать других.

**Пальцы, по длине равные размеру ладони**, считаются средними. Если последние суставы на них конические, это выдает тонкую натуру, отличающуюся любовью к искусству, прекрасному и отвращением ко всему низменному. А вот если средний палец имеет ногтевой сустав, который по форме приближается к четырехугольной, владелец отличается терпеливостью и ловко приспосабливается к различным обстоятельствам.

**Пальцы меньшей длины, чем ладонь.** Их лопатообразные окончания ука-

зывают на обладание организаторскими талантами, но нежелание или неспособность вникать в мелкие детали и обращать внимание на подробности. Подобные люди — хорошие организаторы и учредители всякого рода общественных объединений, не преследующие целей заработать много денег. Причем, учредив какое-либо общество, человеку с такими пальцами не стоит брать на себя его руководство, поскольку важные мелочи, необходимые для успешной деятельности, постоянно будут ускользать из виду.

Обладатель коротких пальцев с ногтевым суставом четырехугольной формы — кладезь здравого смысла. Он твердо стоит на земле, и ему можно доверить любое предприятие, не боясь за то, что он позволит себе легкомысленное или непродуманное поведение.

Если **пальцы тонкие** — этот человек аскет, он умеет обходиться малым, и материальная составляющая его не сильно интересует.

**Толстые пальцы** означают любовь к удобствам, стремление к комфорту. Если ладонь, имеющая толстые пальцы, жесткая — ее владелец к роскоши не стремится, но может наслаждаться ею, если представится такая возможность. Владелец мягкой руки с толстыми пальцами ставит комфорт и роскошь во главу угла.

Длинные, средние и короткие пальцы ▼





▲ Тонкие и толстые пальцы

**Пальцы подвижные и гибкие** характеризуют человека нетерпеливого и независимого. Он стремится к власти и силен в финансовых вопросах. В сочетании с высоким бугром у основания указательного пальца рука с гибкими пальцами выдает обладателя пытливого и острого ума. Если у человека со слишком подвижными пальцами большой палец слегка отогнут назад, от такого человека не стоит ждать верности и постоянства.

Если **пальцы и вся рука человека не очень подвижны**, их обладатель отличается узостью мышления и ограниченностью воззрений. При этом вертикально отстоящий от руки большой палец демонстрирует, что этому человеку не хватает такта.

Хорошо развитые, активные пальцы указывают на гибкий ум. Пальцы не сильно развитые, плохо и трудно сгибающиеся показывают неповоротливость ума, а то и элементарную глупость.

Следует обращать внимание и на форму **большого пальца**. Он отвечает за индивидуальность личности. Верхний сустав «контролирует» инициативу и степень силы воли обладателя. Второй сустав показывает степень присутствия логики. А третий, самый нижний, характеризует сердечные дела. По длине суставов легко судить о степени присутствия данных качеств.

Пальцы гибкие однозначно свидетельствуют об умении блестяще вести финансовые дела ▼





▲ Отогнутый верхний сустав большого пальца говорит о большой силе воли

Если между суставами на большом пальце имеются узлы, они свидетельствуют:

- между верхним и средним — о независимости;
- между средним и нижним — о балансе и чувстве симметрии.

Чем больше эти узлы, тем сильнее, соответственно, данные качества проявляются.

**Указательный палец**, когда он прямой и длинный, показывает степень жажды власти и стремление повелевать. Если он заметно длиннее среднего пальца, его обладатель влюблен в собственную особу и все его мысли и разговоры только о себе любимом.

Длинный указательный палец свидетельствует о желании повелевать ▼



Если большие пальцы человек обыкновенно прячет (в карманах брюк или пиджака, зажимает в кулаке), он стремится скрыть свою индивидуальность или какие-либо конкретные намерения.

Заостренный указательный палец свидетельствует о религиозности обладателя.

Указательный палец с близким к квадрату ногтевым суставом безошибочно указывает на развитую логику. Его коническая форма выдает резкость суждений обладателя. Лопатообразное окончание этого пальца говорит об отсутствии каких бы то ни было ярких способностей и неостром уме.

Если указательный палец несоразмерно короток — его обладатель несамостоятелен и боится ответственности.

Самый «хороший» указательный палец — короче среднего и примерно одной длины с безымянным. Это признак самодостаточности, трезвости ума и адекватного отношения к жизни.

**Средний палец**, если он намного длиннее указательного и безымянного, говорит о ярко выраженных лидерских качествах. Короткий средний палец выдает натуру мягкую, нерешительную, конформиста и приспособленца.



▲ Если безымянный палец приближен к указательному по длине, это выдает азартную натуру, обожающую авантюры и склонную к риску

О склонности владельца к агрессии и насилию предупреждает естественно короткий безымянный палец, особенно если он неровный и имеет какой-либо врожденный дефект ногтевой пластины.



▲ Длинный мизинец указывает на независимый характер

Длинным **мизинцем** считается такой, который доходит примерно до середины безымянного пальца, а конец ногтевой пластины приходится на середину расстояния между верхним и средним суставами безымянного пальца.

Чем длиннее мизинец и чем он подвижнее, тем выше у индивидуума тяга к ораторскому искусству. Он общителен, имеет самостоятельный и независимый характер и щедро одарен матушкой-природой многочисленными талантами.

Короткий мизинец обнаруживает несвободу личности и ее несамостоятельность. Люди

Не все люди могут свободно, автономно от остальных пальцев двигать мизинцем. А между тем именно это умение указывает на степень независимости суждений и внутренней свободы.

Неестественно короткие пальцы, да еще и на крупной руке, могут указывать на некоторую умственную отсталость. Если пальцы чрезмерно длинные, их обладатели могут отличаться узостью кругозора и потеряться в мелочах.

с небольшим мизинцем не отличаются особой предприимчивостью и не проявляют инициативы. Лучше всего они и чувствуют себя в одиночестве.

Если на руке в расслабленном состоянии все **пальцы повернуты в сторону среднего**, их обладатель — человек целеустремленный. Эта цельная натура не выбирает себе много отличных друг от друга жизненных приоритетов, а воплощает лишь одну важную, заветную цель. Наметив ее, идет к ее осуществлению последовательно и твердым шагом.

Если **пальцы направлены в противоположные стороны от среднего** — перед вами человек, не способный к концентрации. Он не может сосредоточиться на одной задаче и чаще всего не достигает цели.



▲ Все пальцы ладони собраны к среднему — это признак целеустремленности

**Искавление (поворот) пальцев к мизинцу** — признак того, что человек несчастен. Его ждет не очень счастливая судьба и даже тем радостным событиям, которые в его жизни происходят, он не умеет искренне радоваться, считая их лишь предвестниками грядущих бед.

Если ладонь свободно лежит на столе и при этом пальцы располагаются ровно (прижаты к столу) либо слегка вогнуты внутрь, это свидетельствует о крайней бережливости натуры, временами переходящей в скупость и жадность.

Если кончики (ногтевые суставы) пальцев выгнуты вверх, человек отличается любознательностью, щедр и расточителен, чувствителен, общителен и любезен.

## Жесты

Жесты руками выдают очень много информации.

Решительное и сильное рукопожатие сообщает об искренности и энергии. Рука, которая слишком быстро выскользнет из вашей, расскажет о лицемерии. К руке, которая движется навстречу рукопожатию раскрытой, с пальцами, слегка отделенными друг от друга, можно иметь абсолютное доверие. Рука, подающая лишь кончики паль-

Девушка разговаривает о чем-то очень для нее важном: об этом говорит ее выпрямленный указательный палец ▼



▲ Прямой указательный палец, касающийся края губ, является знаком неуверенности, раздумья или просьбы о помощи

цев, говорит о неискренности и дурных намерениях.

Жесты пальцев рук чрезвычайно разнообразны и способны отражать самые разные движения человеческой души. Так, напряжен-

Если палец собеседника касается ушей или глаз — это должно стать знаком небольшой неловкости и робости ▼





▲ Если человек задумался и ладонью касается уха, его явно что-то смущает

но выпрямленный указательный палец является символом повышенной концентрации человека на внутреннем состоянии.

Палец малыша, засунутый в рот, говорит о наивности, состоянии растерянности и непонимания. Подросток или взрослый в подобном состоянии очень часто грызет карандаш либо ногти.

Если пальцы рук упираются в бедра, будьте внимательны — это очевидная поза по-



▲ Рука опирается на щеку: поза, говорящая о погружении в собственные мысли

требности в упрочнении положения, а также демонстрация превосходства и даже вызов. Изредка подобное положение скрывает обратное: чувство слабости (по принципу «лучшая защита — это нападение»). Такой жест часто встречается в среде профессиональных спортсменов перед стартом. В таком контексте он говорит о состоянии полной готовности.

Руки упираются в бедра — человек явно чем-то возмущен ▼



Почесывание подбородка часто используется, если человек принимает какое-то решение ▼



Человек, опирающийся рукой на щеку, вероятнее всего, погружен в раздумье или мечты.

Если же подбородок опирается на ладонь, а указательный палец вытягивается вдоль щеки, скорее всего, такой жест является знаком критической оценки («поживем — увидим!»).

Когда человеку становится скучно во время разговора, это часто выражается в щелканье колпачком шариковой ручки, машинальном рисовании на листке бумаге и пустом взгляде.

Профессор Рэй Бердвисл, изучавший жесты рук и пальцев, заметил, что положение шпилем вверх используется человеком при выражении своей позиции по какому-либо вопросу. Вторая разновидность характерна не столько для говорящего, сколько для слушающего, причем руки кончиками пальцев вниз чаще всего держат представительницы прекрасного пола.

Пощипывание переносицы — такой жест, как правило, сочетается с закрытыми глазами собеседника и говорит о напряженной работе мысли ▼



▲ Потирание или касание области верхнего века является знаком сомнения

Пальцы собеседника, соединенные в купол, могут означать доверительное отношение, а в некоторых случаях самолюбование, гордость и даже эгоистичность. Такой жест был назван шпилеобразным. Различают два шпилеобразных жеста рук: кончиками пальцев вверх и вниз.

Для получения точной информации жесты пальцев рук, как и все прочие, следует рассматривать в сочетании с мимикой и позой человека.

**Потирание пальцев.** Особой разновидностью жестов является потирание большого пальца об указательный или же о кончики остальных пальцев. Как правило, этот жест

обычно применяется для обозначения материальных (денежных) средств. В обыденной жизни он часто используется в кругу близких друзей, просящих в долг, но крайне нежелателен в деловой среде. Если потирание большого пальца об остальные происходит непроизвольно — приглядитесь, возможно, вашему собеседнику сделка сулит гораздо большую выгоду, чем вам.

Иногда потирание большого пальца об указательный используют агенты по продажам. В подобном контексте данный жест не выглядит уместным: ни для самого менеджера, ни для его клиента не секрет, что прибыль от совершенной сделки будет взаимной.

Официант, подходящий к столику посетителя, тоже может потирать руки — в знак того, что он надеется получить щедрые чаевые.

Все это типичные случаи использования жеста потирания ладоней. Однако, как и любые другие жесты, они должны трактоваться в контексте, иначе велика вероятность ошибки.

**Сцепленные пальцы.** Известный американский ученый Джерард Ниренберг, президент Института переговоров Нью-Йорка, долгое время проводил исследования, посвященные изучению жестов сцепленных пальцев рук человека. Полученные данные свидетельствуют о том, что данный жест обозначает желание скрыть отрицательное отношение

Человек, не отличающийся патологической добротой к себе подобным, может потирать руки от удовольствия, доставив ближнему какую-то неприятность ▼



▲ В деловых кругах произвольный жест потирания большого пальца о кончики остальных пальцев может быть воспринят как чрезмерная жажда наживы и алчность

**Потирание рук.** Одной из самых красноречивых манипуляций руками является потирание ладоней.

Как и к остальным жестам, человек прибегает к нему бессознательно. В зависимости от ситуации можно получить с его помощью определенную информацию.

Менеджер может потирать ладони, если он только что совершил выгодную сделку и его ожидает неплохая прибыль.





или разочарование. По мнению Джерарда Ниренберга, такой жест существует в трех вариантах: руки со сцепленными пальцами лежат на столе, скрещенные пальцы рук подняты до уровня лица, а также находятся на коленях в сидячем положении либо внизу впереди себя — в стоячем.

Между этими положениями и силой испытываемого негативного чувства существует прямая зависимость: чем выше подняты руки со сцепленными пальцами, тем сильнее отрицательный эмоциональный фон. Поскольку основной сферой специализации ученого была организация удачных переговоров, он предлагал разные меры для ослабления внутреннего негативного чувства собеседника.

Девушка держит руки сцепленными на уровне груди — это означает высокую степень скрываемого ей негатива ▼



Чтобы деловая встреча закончилась удачно, Ниренберг советовал каким-либо образом нарушить монолитную конструкцию жеста сцепленных пальцев, например попросить своего оппонента передать что-либо (ручку или блокнот).

### Жесты большим пальцем

Большой палец издавна считается главным на руке. Мастера гаданий утверждают, что именно по нему определяется сила характера и сама личность. Каждый жест большого пальца человека — это отдельное слово в языке телодвижений. Читая жесты больших пальцев рук, мы осуществляем обратную бессловесную связь, играющую важную роль в процессе человеческого взаимодействия. Зачастую движения именно этих пальцев могут предупредить вас о том, что следует сменить тактику поведения.

Например, время от времени европейцы, приезжающие в Иран, сталкиваются с неправильной трактовкой привычного им жеста оттопыренного большого пальца. Пытаясь выразить свое восхищение качеством и красотой повара на рынке, жители европейского континента показывают продавцу оттопыренный большой палец. Они не знают о том, что в странах Ближнего Востока данное движение — аналог американского жеста — оттопыренного среднего пальца.

Чаще всего выставление больших пальцев рук вверх говорит о властности человека и превосходстве.

Однако и этот показательный жест следует рассматривать в совокупности с остальными. Поднятые большие пальцы рук часто являются позитивным признаком, обыкновенно присутствующим в позе довольного начальника.

Большой палец, специально опущенный вниз, в мире современной молодежи обозначает «отстой», то есть нечто плохое, непригодное. Подобным жестом часто пользуются греческие водители, желающие оскорбить друг друга. У них данное движение как бы говорит «Куда прешь? Не видишь — здесь я еду!».

Жесты большими пальцами в контексте превосходства становятся наиболее показательными, если человек говорит слова, противоположные своим движениям.

Своим жестом мужчина говорит «Ребята, все отлично, вы — молодцы!» ▼



▲ Человек в такой позе уже принял решение. Все последующие жесты лишь покажут направление его мысли — позитивное либо негативное

Не все люди любят демонстрировать доминирование слишком явно. Многие предпочитают его скрывать. Тем не менее большие пальцы рук, выглядывающие из карманов брюк, выдают истинные намерения. Многие женщины тоже охотно прибегают к данному жесту. Подобная позиция как бы говорит собеседнику «Можете рассуждать о чем угодно, но я-то знаю, кто здесь главный!». Очень часто любители данного жеста даже привстают на цыпочки, чтобы стать чуть повыше ростом.

Жесты рук не существуют изолированно, они тесно связаны с остальными телодвижениями и микрожестами, подобно словам в предложении. Именно поэтому интерпретировать их следует с учетом тех обстоятельств, в которых они используются человеком.

Одним из ученых, исследовавших способы межличностного невербального общения, был Антон Штангль. Именно он выделил ключевые позиции кистей и пальцев рук, а также разработал способы толкования данных жестов. Примером могут служить различные варианты расшифровки шпалеобразного жеста кончиками пальцев вверх, описанного выше. В целом он считается вполне благоприятным знаком, однако может быть использован собеседником для обозначения отрицательного ответа.

Именно этот момент должен стать сигналом: собеседник уже принял решение относительно предмета беседы. Он почувствовал уверенность. Ключом к верному толкованию данного шпалеобразного жеста служит анализ последующего поведения человека.

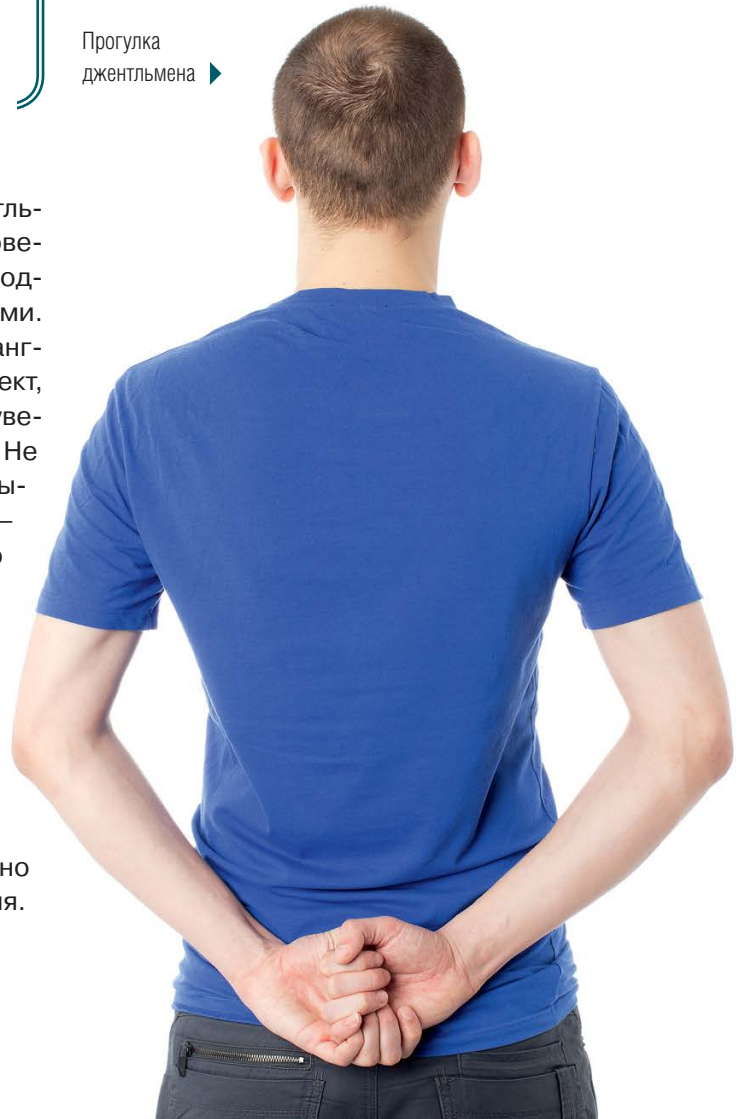
### Сцепленные руки

Британские мужчины — истинные джентльмены времен Конан Дойля — имели обыкновенное ходить с выставленным вперед подбородком, заложенными за спину в замок руками. Эта же привычка была отмечена у членов английского королевского семейства. Субъект, использующий данный жест, достаточно уверен в себе и ощущает свое превосходство. Не случайно человек столь бесстрашно открывает свои самые ранимые области тела — живот и сердце. Для подобного шага нужно обладать реальным мужеством и чувством внутреннего равновесия и уверенности в себе.

Однако существует и другое значение данного жеста. Часто случается, что человек волнующийся, неуверенный в своих силах может также использовать жест кисти рук за спиной в стрессовых ситуациях. Это дает возможность бессознательно снизить уровень тревожности и напряжения.

Если обратиться за примером к советскому кинематографу, то можно вспомнить эпизод из широко известного кинофильма «Большая перемена». Диктуя своим велико-возрастным ученикам очередное задание (сочинение на заданную тему), молоденькая преподавательница литературы Светлана Афанасьевна рассказывает по классу с нарочито серьезным видом, заложив руки за спину. Вероятно, именно этот жест дает ей возможность ощущать себя увереннее, солиднее и взрослее среди учащихся, большая часть которых — ее ровесники, а один из них — собственный муж.

Прогулка  
джентльмена ▶



Посетитель, пришедший на прием к высокопоставленному чиновнику для разрешения спорного вопроса и ожидающий приема, не должен использовать подобное положение кистей рук: вряд ли оно поможет скрыть повышенную нервозность. Наблюдательный представитель административного звена наверняка почувствует состояние своего просителя. Если же данный жест целенаправленно заменить на положение кисти рук в замок за спиной, то у просителя появится ощущение спокойствия и уверенности в себе. В таком случае решить важный для него вопрос благоприятным образом будет гораздо проще.

Закладывание рук за спину с захватом запястья — человек расстроен и старается взять себя в руки ▼



Особый подвид жеста рук, заложенных за спину, — это захват запястья. В отличие от ощущения уверенности, которое дарит предыдущий жест, данное движение говорит о том, что человек очень расстроен и старается взять себя в руки. Иногда в таких случаях складывается впечатление, что человек крепко обхватывает свое запястье, как будто пытается удержать его, чтобы не нанести удар. Существует зависимость между положением руки и степенью рассерженности человека. Чем больше он гневается, тем выше перемещается его рука. Когда человек держит себя уже не за кисть, а за предплечье, это служит знаком того, что ему приходится прикладывать намного больше усилий для самоконтроля. Есть предположение, что именно этот жест и лег в основу выражения «взять себя в руки».

### Скрещенные руки

Человек, скрещивающий руки на груди, показывает, что ему неприятен предмет беседы

Иногда бывает, что человеку просто привычна поза со скрещенными руками, безотносительно к окружающим. В таком случае ему придется сознательно контролировать свои телодвижения: в сфере бизнеса подобное положение кистей рук едва ли является благоприятным сигналом для делового партнера.

Если в ходе серьезных переговоров один из собеседников скрещивает руки на груди, второй бессознательно интерпретирует данный жест как попытку закрыться и неготовность к компромиссу.



▲ Руки, скрещенные на груди, — это защитная реакция, показатель некоторой отстраненности и выжидания

либо сам собеседник. Таким образом он пытается поставить своеобразный защитный барьер между своим телом и телом своего визави.

Если одна либо обе руки спрятаны в карманах, человек скрывает свою неуверенность, а иногда и ложь. Положение, типичное для подростка, пытающегося обмануть своих родителей. Если же таким образом себя ведет взрослый, его собеседнику следует быть внимательным: не факт, что вас пытаются обмануть. Попробуйте отследить сопутствующие признаки лжи и понять, что именно перед

вами: нерешительность, скрытое сомнение или ложь в чистом виде.

### Кулак

Рука, сжимающаяся в кулак, говорит о повышенной концентрации, попытке овладеть волнением и стремлении к самоутверждению. Если собеседник ведет себя подобным образом, возможно, в беседе оппонент задел его за живое, и таким образом человек пытается сам себя успокоить и собраться.

При определенной мимике и соответствующем контексте кулак может означать готовность человека к агрессии.

### Жесты кистей рук

Если кисти рук совершают движения, закрывающие лицо либо его часть, это должно стать для собеседника сигналом — человек желает скрыть свое истинное состояние, находится в задумчивости и затруднении.

Поднятые руки, сжатые в кулаки, — жест человека, задетого за живое ▼



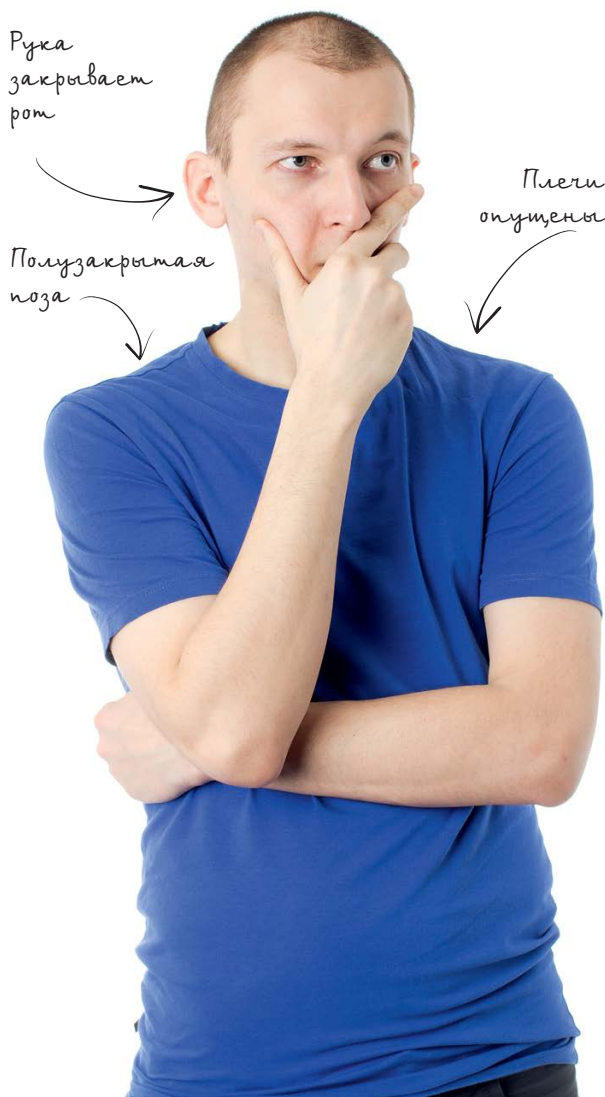
В случае если при этом потирает лоб, оппонент пытается стереть нехорошие мысли и представления.

Если раскрытая ладонь собеседника гладит что-то приятное на ощупь (кончик мехового шарфа, другую руку), это означает расположенность к благоприятному решению вопроса: человек настроен позитивно, находится в благодушном настроении.

Особняком стоят жесты кистей рук, являющиеся признаком нервозности и беспокойства. Как правило, при этом люди ставят локти на стол, образуя своего рода пирамиду, вершина ее — кисти рук, расположенные непосредственно на уровне рта.

Сопутствующими движениями являются руки, убираемые со стола, звяканье ключами

Человек в такой позе пытается утаить свои истинные мысли ▼



▲ Девушка хочет прервать разговор, но сдерживается

или монетками в кармане, подергивание себя пальцами руки за ухо. В совокупности это говорит о том, что собеседник очень хочет прервать разговор, но пока сдерживает себя. Так часто бывает в том случае, если один из собеседников достаточно напорист и красноречив, — настолько, что просто не дает второму вставить слово.

Кисти рук, крепко сжимающие подлокотники кресла, означают попытку самоконтроля. С подобными жестами часто встречаются врачи-стоматологи. Выходя из кабинета для вызова очередного пациента, дантист зачастую обнаруживает человека сидящим, сцепившись руками в подлокотники стула. Все вполне объяснимо, ведь подобное движение кистей рук сигнализирует о желании справиться с сильными эмоциями (в данном случае со страхом боли).

## Жесты ладоней

Ладони собеседника — это важнейший инструмент, помогающий наблюдательному и вдумчивому человеку читать истинные эмоции и скрытые мысли своего оппонента. Существуют два основных положения развернутых ладоней — вверх и вниз. Ладонь, развернутая вверх, означает подчиняемую позицию, позицию равного и даже более слабого (просителя).

Помимо положений ладони вверх либо вниз существуют командные жесты. Тоже ладонь вверх или вниз и указующий перст. К примеру, генерал, отдавая распоряжения новобранцам, будет потрясать в воздухе указующим перстом.

Таким образом, ладони, их положение и жесты — один из важнейших инструментов в науке распознавания истинных мыслей собеседника.

Подобно домашнему животному, подставляющему хозяину шею в знак своей преданности, покорности и подчинения, человек подает раскрытую ладонь тому, кому доверяет, с кем намерен быть искренним и поделиться чем-то личным.

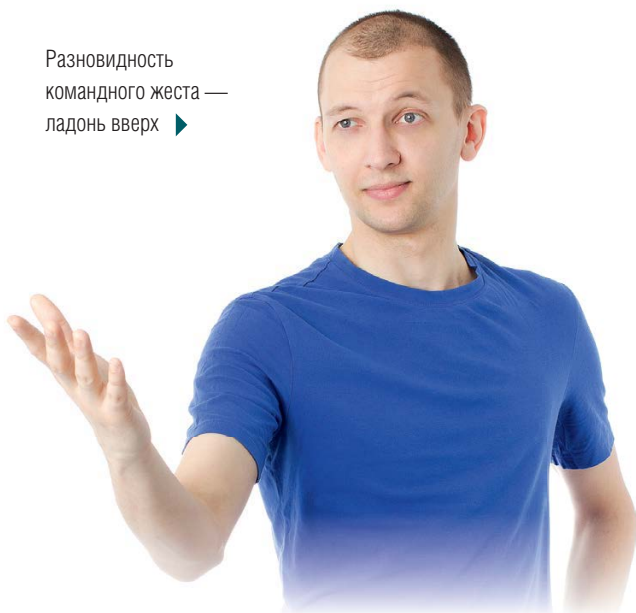
Многие наверняка задумаются: насколько реально обмануть окружающих людей, если в процессе лжи держать руки, к примеру, ладонями вверх? К сожалению, это вряд ли возможно. Все зависит от аудитории и от того, о чем именно он попытается солгать. Помимо признаков лжи, собеседники бессознательно улавливают сигналы, характерные для правдивого человека.

Однако встречаются невероятно талантливые мошенники и лжецы, обладающие особым даром — приводить свои невербальные

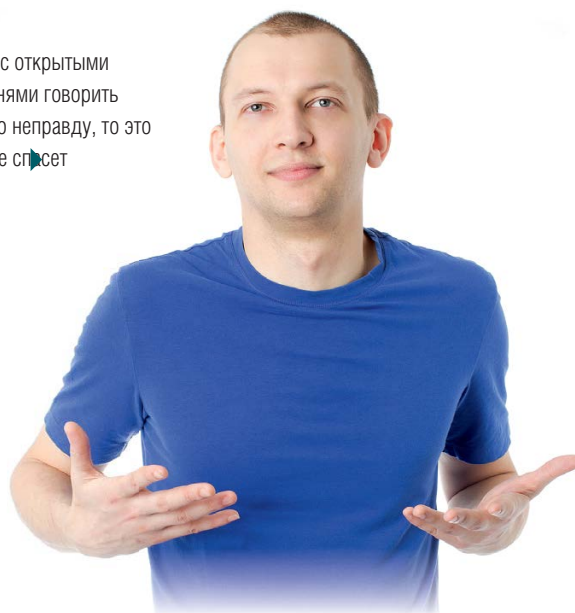
Открытая ладонь является знаком того, что человек правдив и готов к сотрудничеству во имя справедливости ▼



Разновидность командного жеста — ладонь вверх ►



Если с открытыми ладонями говорить явную неправду, то это вас не сплет



посылы в соответствии со словесными обманчивыми высказываниями. Чем незаметнее подмена, тем более изощренный мошенник вам встретился. Как гласит народная мудрость, хитер не тот, кого считают хитрым, а тот, кого принимают за простодушного. Стараясь внушить собеседнику доверие, обманщик будет всеми силами стремиться выглядеть в глазах стороннего человека безобидным — с открытыми ладонями и наивно распахнутыми глазами. Все это является неотъемлемыми деталями так называемого принципа простака.

Именно поэтому не стоит вестись исключительно на внешние признаки правды или лжи — следует чуть внимательнее присмотреться к контексту.

Особо талантливые лжецы могут быть весьма правдоподобными ►



Неискренность заметна по отсутствию других жестов, характеризующих честного человека, и проскальзывают жесты, характерные для лжецов. Нарушается конгруэнтность — сочетаемость, и люди это улавливают.

Человек, которому мы демонстрируем такое положение ладоней, не чувствует никакого давления, и любые слова он воспримет не как приказ, а как просьбу с вашей стороны.

Доверительный и не угрожающий жест открытой ладони напоминает о просьбе. Если же ладонь повернута вниз, в жесте немедленно появляется оттенок начальственности, приказа. У человека, которому адресована просьба, подкрепленная подобным жестом, непременно возникнет ощущение, что он получил распоряжение.



# Ноги и характер

Гадание по руке — хиромантия — известно издавна. При желании прочесть судьбу человека и его характер, глядя на ладони, способны не только профессионалы и маги. А как насчет ног? Ведь они также могут многое рассказать о вас, раскрыть секреты прошлого и приоткрыть завесу будущего.

Длина ног напрямую зависит от наследственности и, как это ни странно, географических показателей. Так, у уроженцев холодных мест, пустыни или саванны, нижние конечности будут на 3–5 сантиметров длиннее, чем у коренных жителей теплого экваториального пояса с влажным климатом.

Людей с одинаковыми ногами нет. Отпечатки ног так же уникальны, как лицо или отпечатки пальцев ▼

При попытке сравнить афроамериканца, представителя северного европейского народа, жителя Средиземноморья и азиата одинакового роста получится следующее. Афроамериканец окажется обладателем самых длинных ног. Представитель северного народа в длине проиграет ему ненамного, но уступит в изяществе и стройности. Уроженец Средиземноморья заметно сдаст позиции — его ноги и бедра будут значительно короче, а ступни меньше, но мышцы более рельефны. Человек с Востока окажется самым коротконогим.



Педомантия не очень популярна в современном обществе, возможно, потому, что немногие люди сегодня ходят босиком. Разве что по песку на пляже. А ведь именно по отпечаткам на земле проще всего исследовать ногу собеседника.

Следы, оставленные на песке, могут много рассказать о человеке ▶



Это что касается физиологии. А теперь обратимся к искусству чтения ног для определения личностных особенностей, или педомантии. Так называется раздел физиогномики, изучающий величину и форму стоп, длину пальцев ног, их пластичность, гибкость, соотношение и форму ногтей, а также влияние этих показателей на судьбу человека. Считается, что педомантия появилась еще в Древней Индии. Именно по ногам индийские мудрецы предсказали Будде великое будущее. И не ошиблись. Он имел весьма своеобразные ноги и уникальный рисунок на подошвах стоп: линии перекрещивались таким образом, что образовывали звезды — знак обладания высшей силой.

Однако, даже не имея возможности как следует изучить чью-нибудь подошву, о многом можно судить по размеру и форме ног, их движению и походке человека.

## Длина ног

Вы никогда не задумывались, почему длина ног является в современном мире таким важным параметром и не только для девушек, фанатично стремящихся приблизиться к эталону сексуальности. Все гораздо глубже. Качества, присущие длинноногим и коротконогим людям, напрямую связаны с выбором их жизнен-

ного пути и профессии. Каким образом? Давайте посмотрим.

Измерить длину ног просто: приложите сантиметровую ленту к бугру бедренной кости (если она неразличима из-за слоя жировых отложений, ориентируйтесь на тазобедренный сустав в середине бедра) и посмотрите, чему равно расстояние от этой точки до пола. Кроме параметров важны также пропорции между длиной ног и ростом. Средней считается длина ноги, равная половине роста. У ширококостных людей разница может доходить до двух сантиметров, у тонкокостных — до четырех.

**Короткие ноги.** Люди с короткими ногами умеют адаптироваться к ситуации. Они более гибкие по своему характеру. Это личности беспокойные и неусидчивые. Для них провести целый день в офисном кресле — задача порой непосильная. Им крайне необходима активность — сидячий образ жизни и профессия, которая связана с длительным нахождением в одном и том же стационарном положении, не для них.



◀ Люди с короткими ногами не отличаются усидчивостью

Конечно, такие люди тоже работают в офисах и сидят за столом по восемь часов, но подсознательно стараются компенсировать недостаток движения: часто ходят на работу пешком, в обеденный перерыв бегут в бассейн или тренажерный зал, выходные проводят в походах, а после работы часами гуляют с собакой. Это помогает им оставаться в течение рабочего дня в форме и справляться с тяготами «сидячей» профессии. У людей с короткими ногами любовь к выbranной работе часто пересиливает постоянную потребность в движении. Но если такой человек долго не получает положенную порцию активности, он становится раздражительным, нервным, не может сосредоточиться, допускает серьезные ошибки.

Те, у кого ноги короткие или средней длины, полагают, что хороший способ снять стресс — это ходьба. Длинноногие снимают напряжение иначе: если это возможно, они пытаются найти место для отдыха, где можно посидеть и почувствовать себя наиболее спокойно, например у воды, на открытом пространстве или в парке.

Человек с короткими ногами рожден для того, чтобы быть в постоянном движении ▶



Если кто-то из сотрудников в офисе вдруг начинает расхаживать по кабинету, утверждая, что это помогает ему думать, внимательно посмотрите на него. Вполне возможно, что он по своему прав. Конечно, ходьба не имеет отношения к мыслительному процессу, но если у человека короткие ноги, ему необходимо немного подвигаться, чтобы сосредоточиться на работе. Аналогичная ситуация и с теми, кто постоянно бежит к кофемашине — большинство из них не обладает особо длинными ногами. Зато после каждого похода ум у таких сотрудников проясняется, настроение поднимается, а производительность труда растет.

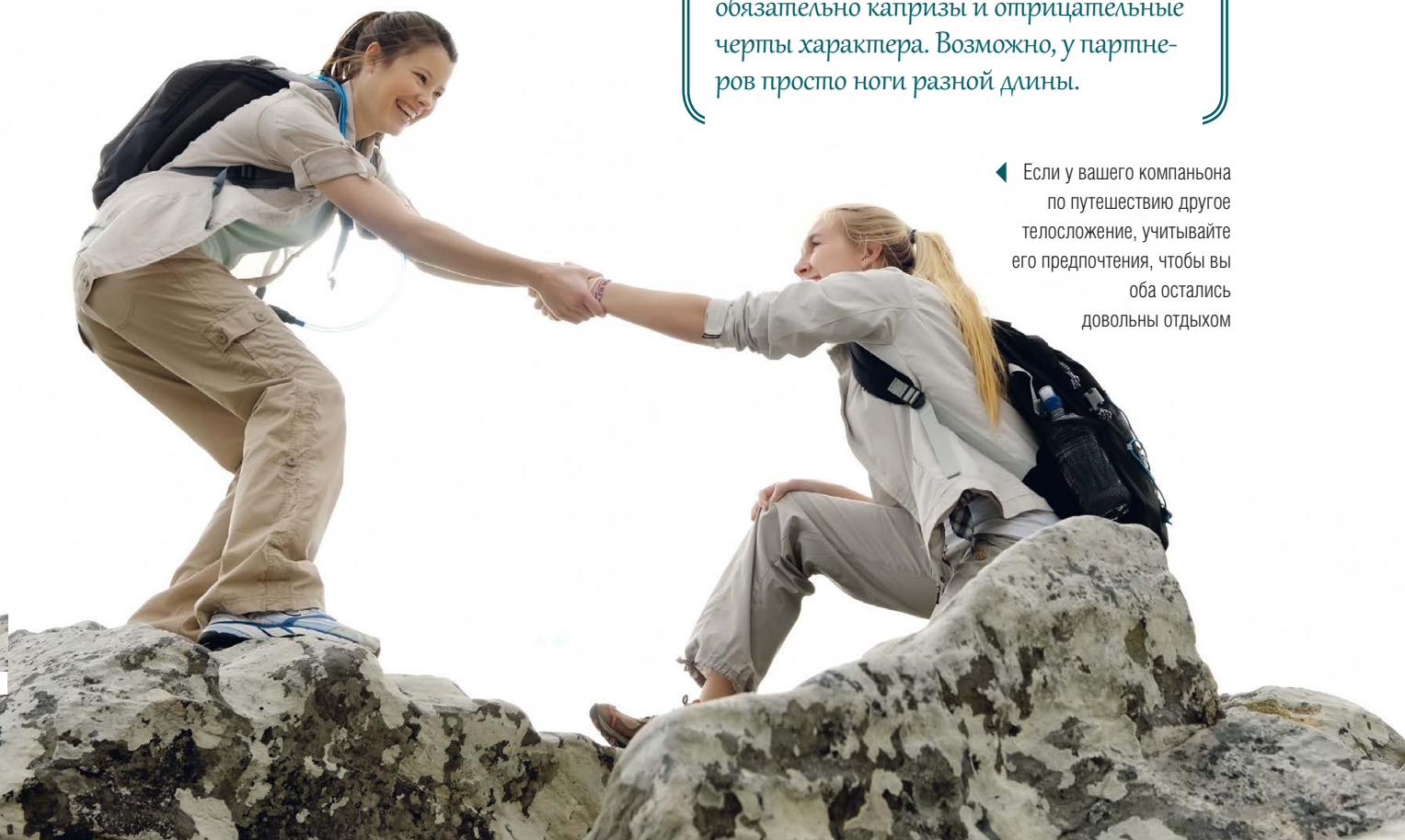


▲ Длинные ноги — признак усидчивости и склонности к фиксированному положению

**Длинные ноги.** Обладатели таких ног гораздо более усидчивы, им нравится работа, сопряженная с определенной неподвижностью. Они могут сутками не отходить от компьютера и находится в одном и том же положении. Если к тому же длинноногий человек не отличается высокой инициативностью, сидячая работа это то, от чего он получает истинное удовольствие. А вот когда профессия требует непрерывного движения и многочасового хождения, такой сотрудник опять же подсознательно старается чаще планировать перерывы для отдыха, чтобы несколько минут спокойно посидеть.

Представьте, что получится, если длинноногого человека заставить бегать по горам, а коротконогого — отправить в многодневную автобусную экскурсию. Часто именно это обстоятельство становится причиной неудавшегося совместного отдыха. Если в паре один не разделяет желаний другого, это не обязательно капризы и отрицательные черты характера. Возможно, у партнеров просто ноги разной длины.

◀ Если у вашего компаньона по путешествию другое телосложение, учитывайте его предпочтения, чтобы вы оба остались довольны отдыхом





Длинноногая актриса Николь Кидман просто вынуждена вести активный образ жизни — постоянные съемки, переезды, танцевальные сцены... Это то, что видят все. Но мало кто знает, что у Николь есть два любимых занятия, предаваясь которым она по-настоящему отдыхает: писательство (актриса сочиняет короткие истории) и игра на пианино. Согласитесь, такие хобби требуют большой усидчивости.

## Стопы

В изучении ног одним из важных показателей являются форма стопы (широкая или узкая, продолговатая или округлая) и соотношение длины пальцев. Это показатели, которые по мере роста и развития человеческого тела остаются неизменными. Размер ноги особого значения не имеет, поскольку с возрастом увеличивается.

Если у взрослого человека, вес и рост которого уже сформировались, вдруг начинает увеличиваться размер ноги, это значит, что его жизненный потенциал еще не полностью реализован и ему следует поискать новые пути для достижения успеха.

**Широкая стопа** указывает на сообразительность и расчетливость своего обладателя. Чем уже эта часть тела, тем хуже выражены данные качества. Широконогие люди трудолюбивы, они не любят оставаться в бездействии и сидеть на одном месте.

**Узкая стопа** характеризует обыкновенно натуру творческую. Такие люди предпочитают

Широкая стопа — признак трудолюбия и активности ▼



Чем уже и изящнее стопа, тем более чувствительной является личность. Такой человек отличается ранимостью натурры, мечтательностью и неприспособленностью к жизни.



▲ Узкая стопа с тонкими длинными пальцами у женщины свидетельствует о том, что она любит внимание и заботу

заниматься интеллектуальным трудом и имеют живой темперамент.

По **ширине пятки** оценивается уверенность человека в себе. Чем *пятка шире*, тем большей твердостью характера обладает ее владелец. *Узкая пятка* — признак нерешительности и того, что человек постоянно сомневается в собственных силах, жизни вообще и завтрашнем дне в частности.

Обладатели **плоской подошвы**, без особых выпуклостей, любят веселые шумные компании. А обладатели **фигурной стопы** часто раздражаются.

## Пальцы

Умение считывать характер по пальцам ног поможет сделать вполне реальные выводы о жизни интересующего вас человека. Здесь, как в хиромантии и физиогномике, работают определенные критерии и законы.

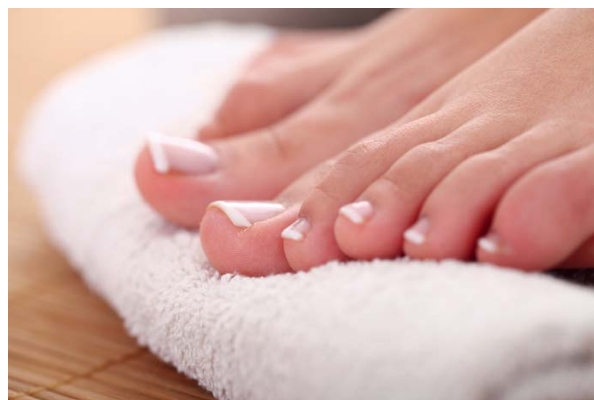
**Ровные (прямые) пальцы** ног свидетельствуют о правильном подходе к жизни. Их обладатель бесхитростен и прямолинеен, проявляет доброту, любит семью и заботится о близких. Среди многочисленных положительных черт его характера есть только одна, которая описывает его не с лучшей стороны, — такой человек прижимист, а иногда попросту жаден.

Если **пальцы загибаются вниз**, это говорит о бескорыстии и чрезмерной склонности к общению, перерастающей в навязчивость. Если же они **загнуты вверх**, их обладатель — натура мечтательная и легко поддающаяся влиянию.

**Гибкие пальцы** свидетельствуют об умении приспосабливаться к меняющимся условиям и переносить все тяготы жизни.

**Негибкие пальцы** ног принадлежат резким натурам, обладающим тяжелым нравом. Как правило, среди них много суровых и мрачных личностей, склонных к депрессиям и упадническим настроениям.

Приподнятые вверх кончики пальцев выдают мягкую и податливую натуру ▼



Тонкая фаланга у основания большого пальца говорит о высокой самооценке ▼



### Большой палец

Большой палец именуется пальцем Венеры, он показывает уровень самооценки человека. Чем тоньше палец в основании относительно окончания, тем выше этот показатель. Если **фаланга у основания совсем тонкая**, такой человек, скорее всего, переоценивает собственные возможности. **Толстая фаланга**, напротив, сигнализирует о неуверенности в себе.

Если **большой палец повернут вбок** по направлению к остальным четырем пальцам, такой человек зависим от чужого мнения, **отогнут в сторону** —



Отогнутый в сторону большой палец говорит о независимости натуры ►

перед вами независимая натура, не приемлющая команд и приказов.

**Большой палец изрядного размера** указывает на любителя поговорить. Это немного поверхностная личность, которая легко переживает как радость, так и горе и весьма просто относится к жизни. **Маленький размер** свидетельствует о недостатке жизненных сил, излишней эмоциональности и чувствительности.



У человека с крупным пальцем Венеры много энергии, что позволяет ему испытывать различные эмоции без последствий для психики ►

**Треугольные и квадратные окончания** пальца Венеры указывают на необщительность, немногословность и даже грубость, **закругленные** выдают умение быть дипломатичным, мягким и ненавязчивым в общении.

По соотношению большого и второго пальцев на ноге у женщин можно узнать о том, кто будет главенствовать в браке. Если второй палец длиннее, хозяйкой в доме спанет она. Если оба пальца одинаковой длины, супруг может рассчитывать на демократические отношения и равноправие. А если большой палец длиннее — никакого права голоса его обладательница в семье иметь не будет.

### Второй палец

Второй палец носит название «палец Юпитера» и характеризует эмоциональность. Чем **больше его длина**, тем более сентимента-

лен и чувствителен человек. **Короткий второй палец** свидетельствует о полной бесчувственности хозяина — к состраданию, а порой и совести такого человека взывать бесполезно.

Подушечка этого пальца указывает на честность: чем она более крупная и выпуклая, тем честнее и порядочнее человек.

### Третий палец

Третий палец, или палец Сатурна, показывает силу воли и твердость характера. Особое значение здесь имеет длина и размер его подушечки: чем она крупнее, тем сильнее у человека названные качества. Маленькая подушечка на третьем пальце говорит о малодушии.



▲ Чем длиннее палец Сатурна, тем сильнее у его обладателя стремление реализовать себя как личность

### Четвертый палец

Четвертый палец — палец Солнца. Это знак семейных отношений и материального положения. Считается, что достаток обладателя пропорционален размеру подушечки. Если она крупная, его ждет безбедное будущее, если мелкая — финансовая картина его жизни будет не очень удачной.

**Длинный четвертый палец** свидетельствует о том, что человек дорожит семейными

Большая подушечка четвертого пальца указывает на денежную состоятельность человека ▶



ценностями, короткий выдает убежденного холостяка, которого семейный очаг не интересует.

### Пятый палец

Мизинец на ноге носит название «палец Меркурия» и является показателем того, какое место его владелец занимает в социуме и какую роль играет в общественной жизни. Он также демонстрирует сообразительность и умение решать проблемы. Если **подушечка мизинца крупная** — человеку все по плечу. **Ровный палец Меркурия** говорит о законопослушности и соблюдении общественного порядка, **искривленный** выдает бунтаря, постоянно недовольного существующим положением дел.

Если мизинец **прячется под четвертый палец**, это значит, что человек излишне доверчив и страдает от незащищенности; если он оттопырен — у его обладателя могут быть проблемы в любовной и сексуальной сферах.

Человек, у которого мизинец подгибается под четвертый палец, нуждается в защите ▼





Есть тип людей, у которых **четыре пальца на ноге, кроме мизинца, примерно одинаковой длины**. Это свидетельствует о педантичности натуры и любви к порядку. **Искривленные пальцы, имеющие неправильную форму**, говорят о том, что их обладатель — неудачник, которому не приходится рассчитывать на милость судьбы.

Если какие-либо **два пальца располагаются более тесно друг к другу**, чем остальные (как бы слиты вместе), значит качества, за которые они отвечают, в характере человека тесно связаны. **Палец, который выделяется длиной среди всех остальных**, указывает на то, что соответствующая ему область играет решающую роль в жизни владельца.

Различные «неприятности», которые начинают проявляться на ногах с течением жизни, свидетельствуют о переживаемых эмоциональных состояниях. Так, наросты и напояпыши показывают, что в данный период жизни человек склонен больше заботиться о других, нежели о себе. Мозоли сообщают о том, что их обладатель стремится защитить себя от воздействия внешнего мира. Бородавки сигнализируют о внутреннем дискомфорте, а вросшие ногти появляются у людей, которые в настоящий момент подвержены чужому влиянию.

## Положение ног

По положению ног сидящего или стоящего человека легко судить о его натуре и о том, что от него ожидать в той или иной ситуации.

Если ваш собеседник **стоит ровно и держит ноги вместе** — перед вами личность уравновешенная, терпимая, лояльная и практичная. Это хороший друг и надежный партнер, на которо-



го можно положиться и которому можно доверять. Присущая ему холодность и отстраненность — это всего лишь маска, защищающая от тех, кто злоупотребляет его порядочностью.

Если человек **опирается больше на одну ногу, а вторую, расслабленную, выставляет немного вперед**, он обожает быть в центре внимания. Это обладатель яркого темперамента, который знает, чего хочет, и умеет этого добиваться. Когда нужно, он может проявлять гибкость, но при случае демонстрирует твердость характера. Уверенность в собственных силах позволяет ему много достичь.

◀ Девушка выглядит несколько сурово и холодно, но ей вполне можно доверять — об этом говорит прямое положение ног

**Поза с широко расставленными ногами** выдает упряма. С таким человеком нелегко договориться, ведь самое сложное для него — отказаться от собственной идеи или осуществления своих намерений. Твердость характера в совокупности с негибкостью ума — признак не очень хорошего партнера, но прекрасного лидера и идейного руководителя.

Знаменитый актер Мел Гибсон фактически всегда стоит в одной позе — опершись на одну ногу, а вторую отставив в сторону. Он уверен в себе и обожает быть в центре внимания.



◀ Человек, который стоит широко расставив ноги, выглядит вполне покладистым, но договориться с ним будет нелегко

Человек, **скре- щивающий ноги стоя**, — честолюбец.

Азартный и нетерпеливый, он имеет взрывной темперамент и желает всего достичь немедленно.

Такие натуры обла- дают предприимчи- востью, энергичностью и динамичностью. Они небесталанны, но их нетерпение часто идет им же во вред, заставляя совершать опрометчивые поступки.

Если человек **скрещи- вает ноги сидя, цепляя одну за другую**, он очень сдержан и не до- статочно уверен в себе, имеет мягкий и нерешительный характер.

Окружающие могут счита- ть его сложной натурой, но на самом деле ему просто не хватает решительности, чтобы добиться высокой оценки окружающих.

Человек, который обычно **сидит, положив ногу на ногу** (независимо от того, какая находится сверху), демонстрирует уверенность в себе. Он умеет жить и активно это использует.

Те, кто привыкли сидеть **соединив ноги и поставив их вместе**, опираясь при этом на слегка выдвинутые ступни, прямолинейны и честны. Для них ха- рактерны точность и стремление к порядку, педантизм, порой пере-

ходящий в манию. Однако все эти качества не мешают им иметь золотое сердце.

Человек **сидит, разведя ноги**, но не опи- рается на всю стопу, а, приподняв пятки, опи- рается лишь на носки. Он по натуре сдержан и замкнут. Предпочитает занимать выжида- тельную позицию и не готов к активным дей- ствиям. Чаще всего он находится в обороне. При этом имеет весьма высокую чувстви- тельность к критике и не способен вынести даже малейшего упрека. Окружающие чаще избе- гают его из опасения вызвать неадекватную реакцию, поэтому он всегда пребывает в не- которой изоляции.

▼ Уверенные в себе люди предпочитают сидеть положив ногу на ногу





◀ Мужчина предпочитает выждать и всегда готов к обороне

Так сидит хороший психолог и весьма приятный в общении человек ▶

Ноги разведены

Ноги широко разведены

Стопа опирается на носок

Стопа целиком опирается на пол

Поза, когда человек **сидит расставив пятки и соединив носки**, говорит о его чрезмерной нерешительности и щепетильности. Причем его весьма огорчает то, что он ничего не может с собой поделать. Такие люди любят уединение и общаются только с теми, с кем хорошо знакомы или близки.

Если ваш собеседник **сидится широко раздвинув ноги**, это свидетельствует о том, что ему хорошо знакома человеческая природа. Он умеет превосходно разбираться в людях и обладает склонностью к глубокому анализу. При этом всегда открыт общению и оправдывает ожидания окружающих.

Поза, при которой **ноги сведены вместе и вы-**

**тянуты вперед**, характерна для людей скромных, нежелающих причинять другим беспокойство. Они тактичны и всегда больше думают об окружающих, чем о себе. Если же **вытянутые ноги скрещены**, то перед вами властная и ревнивая натура, которая во всем любит быть первой и доминировать. С такими людьми нелегко общаться, поскольку их уверенность в собственном превосходстве нелегко поколебать.



◀ Вытянутые и скрещенные ноги говорят о том, что человек предпочитает стабильность, консервативен и несговорчив

# Походка

При оценке походки обращают внимание на следующие составляющие:

- величину шага;
- скорость;
- положение ног;
- степень напряжения мышц.

## Величина шага.

Распространенное мнение, что широкая походка — прерогатива мужского пола, в корне неверно. *Размашистые шаги* вне зависимости от пола выдают в человеке деловитость и предприимчивость,



ный, оживленный или обеспокоенный человек всегда *идет быстро*. Те, кто спокоен и расслаблен, *шагают вяло, лениво и неторопливо*.

*Нарочито быстрые шаги* говорят о боязливости и бессознательном стремлении уклониться от опасности, уступить дорогу более сильному. *Ярко выраженная расслабленная походка* демонстрирует безразличие к жизни и происходящему, отсутствие какого-либо интереса.

◀ Широкий шаг сообщает о целеустремленности натуры

рвение и целеустремленность. Это показатель того, что он ориентирован на далекие и серьезные цели и умеет мыслить перспективно.

*Узкие, маленькие шаги* выдают осторожность, расчетливость и способность моментально приспособливаться к ситуации. Такой человек обладает быстрой реакцией и высокой скоростью мышления, но не любит демонстрировать свои качества, отличаясь сдержанностью, скромностью и неуверенностью.

**Скорость походки** напрямую связана с эмоциями. Актив-

◀ У человека активного походка всегда отличается стремительностью

Подчеркнуто медленная походка может свидетельствовать о желании выставить себя напоказ, продемонстрировать значимость и силу своей личности ▶



Если походка человека становится для него непипичной, это явный признак необычного эмоционального состояния.





◀ Расслабленная походка демонстрирует безразличие к жизни

Она также свидетельствует о недостатке самодисциплины, отвращении к принуждению, незрелости личности и нежелании нести ответственность.

*Ритмичная, уверенная походка* у человека приятательного, стремящегося завоевать определенное пространство.

*Шаркающая походка* выдает отсутствие воли и стремлений, медлительность натуры и ее отказ от волевых усилий.

*Твердая, «деревянная» походка с неестественно напряженными ногами (как на ходулях)* обнаруживает зажатость и робость, а также

отсутствие контактов в том количестве, которое необходимо для полноценной коммуникации. *Мягкая «кошачья» поступь* выдает человека,

Тяжеловесная, немного театральная походка говорит о самовлюбленности ▶

любящего удовольствия и стремящегося к комфорту. *Прерывистое передвижение* указывает на старание всем понравиться и угодить, желание человека быть для всех хорошим и возможный недостаток внимания.

*Тяжеловесная основательная походка, в которой присутствует элемент театральности,* демонстрирует самовлюбленность и нежелание обращать внимание на других; *легкая, прыгающая («кузнечик»)* — стремление занять высокое положение, осознание собственного интеллектуального превосходства и сильную потребность повелевать, но не подчиняться.



Плавная походка выдает человека, любящего удовольствия ▶

# Личное пространство

Человеку свойственно чувство пространства и ощущение личной территории. Как утверждают ученые, это заставляет людей совершать различные действия, которые являются важной частью межличностных отношений:

- защищать определенное личное пространство;
- захватывать чужую территорию;
- удерживать захваченный участок.

Если внимательно понаблюдать за человеческими взаимодействиями, то можно обнаружить, что все они так или иначе связаны с владением территорией. Потребность в персональном пространстве существует у всех, только выражается в различной степени. Кто-то спокойно пользуется общественным транспортом в час пик, а кто-то неуютно чувствует себя в маленьком автомобиле или

однокомнатной квартире. Определенно можно утверждать лишь одно: если человека лишают его территориальных прав, он способен на самые непредсказуемые поступки.

Личное пространство — это известная и понятная по ощущению территориальная

Сколько на самом деле пространства нужно человеку — это вопрос будущих многолетних исследований. Возможно, эта потребность зависит от особенностей личности. Вполне вероятно, что опытным путем удастся обнаружить закономерности и связи, которые помогут точно определить размер личной территории, исходя из цвета глаз или формы ногтей.

Каждый человек чувствует потребность в личном пространстве, вход в которое для других ограничен ▶



зона, в которой человек чувствует себя в безопасности. Что же происходит, когда на нее вторгаются посторонние? Правильно, человек начинает защищаться. Поскольку атака на личное пространство ведется невербально, с помощью жестов, то и ответ на угрозу также выражается определенными жестами.

Размеры личной зоны вашего собеседника очень легко установить. Например, вы сидите в ресторане вдвоем, друг напротив друга. По молчаливому соглашению столик делится на две части, и каждый считает свою половину личным пространством. Передвигая предметы (пепельницу, солонку, бокал и т. д.) ближе к собеседнику, вы поймете, каковы размеры этого пространства. Как только вы нарушите границы, неконфликтный человек начнет нервничать и раздражаться, а готовый постоять за себя переставит все на место.

◀ Люди всегда выделяют вокруг себя пространство и очень остро реагируют на то, что кто-то нарушает его границы



Профессор антропологии Эдвард Т. Холл, изучающий личное пространство человека, дал новой науке название «проксемика» (от англ. *proximity* — «близость»). Он доказал, что отношение человека к личному пространству влияет на взаимоотношения и помогает выявить степень близости между людьми.

Существует четыре зоны близости:

- интимная;
- личная;
- социальная;
- общественная.

Очевидно, что от начала списка к его концу дистанция между людьми возрастает, а степень их близости, соответственно, уменьшается.

**Зона интимной близости.** Максимальное сближение между людьми возможно на дистанции 15–45 сантиметров (именно столько занимает интимная зона) и проявляется в следующих видах отношений:

- любовь;
- отношения между детьми и родителями;
- дружба.

В различных культурах отношения трактуются по-разному. Например, наш менталитет вполне позволяет двум женщинам находиться без ощущения дискомфорта в пределах интимной зоны, а вот у мужчин это вызовет некоторые неудобства. В мусульманских странах интимное расстояние вполне допустимо и между мужчинами — они могут идти по улице обнявшись или при встрече горячо расцеловать друг друга.

Если люди вдруг оказываются в условиях, когда им приходится нарушать интимное расстояние друг друга, они моментально начинают действовать по определенным пра-



▲ Члены семьи без помех и к обоюдному удовольствию вторгаются в интимную зону друг друга

вилам. Подобное поведение можно назвать по-разному: тактичность, вежливость, воспитанность. Несоблюдение данных правил расценивается как бестактность, невоспитанность, хамство.

**Зона личной близости.** Варьируется в пределах 46–122 сантиметров. Эта зона довольно противоречива. Так, если жена обна-

В переполненном транспорте, например, люди стараются стоять максимально неподвижно, не касаться соседей и не смотреть пристально на кого-либо. Это своего рода признание вины и извинение за невольное вторжение в интимную зону другого.

ружит на расстоянии 50 сантиметров от своего мужа другую женщину, она, скорее всего, решит, что та имеет на него некоторые виды. В то же время, если на официальном приеме вам посчастливилось столкнуться с нужным человеком, который согласится проконсультировать вас по личному вопросу, расстояние между вами непременно будет меньше метра.

**Зона социальной близости.** Допускает дистанцию, равную 122–360 сантиметрам. Находясь в ней, мы еще можем оказать бессловесное воздействие на собеседника. Разумеется, в личной или интимной зоне сделать это гораздо легче, но основные коммуникации между людьми происходят как раз таки в социальной зоне. К тому же данное расстояние открывает дополнительные возможности для защиты.



Точно определить отношение помогает расстояние между бедрами, которое выдерживается при объятии двух людей. Любovníки тесно прижимаются друг к другу, запросто вторгаясь в интимные зоны. Коллеги по работе, обнимающие и поздравляющие друг друга на корпоративном празднике, будут сохранять дистанцию не менее 15 см.

Влюбленные вполне могут позволить себе соприкоснуться бедрами ▶



**Зона общественной дистанции.** Используется для всех остальных видов общения, например для собраний, лекций, политических заседаний, и составляет от 360 сантиметров и более. В ней люди могут делать различные невербальные «заявления», которые не всегда несут правдивую информацию.

Реакция человека на несанкционированное вторжение в его личную зону неразрывно связана с кинесикой — наукой о языке тела. Чтобы осознавать, какие невербальные сигналы мы

В зоне общественной дистанции легче всего обмануть кого-то жестами. Об этом прекрасно осведомлены не только актеры, но и политики.

транслируем и принимаем, и почему делаем это именно так, нужно изучать реакцию на агрессию другого человека и проявление собственной настойчивости при захвате чужих территорий.

Основные коммуникации между людьми происходят в пределах социальной зоны ▼



## Жесты вторжения

В деловой среде, где не всегда решающую роль играют слова, языком жестов легче передается превосходство или подчиненное положение. Чем сильнее человек нарушает границы чужой территории, тем выше он оценивает свое положение в обществе.

В современном мире идет постоянная борьба за статус, отсюда желание обозначить свое положение в «военных действиях». Начальнику недостаточно на словах заявить о своем статусе, он обязан постоянно подтверждать некоторое превосходство на языке жестов.

Человек воспринимает интимное пространство как продолжение собственного тела. Расстояние, на которое допустимо приближаться к собеседнику, не входящему в число ваших близких, определяется правилами

этикета. Если речь не идет о родственниках, лучших друзьях или сексуальном партнере, то в большинстве случаев вторжение на данную территорию означает враждебную настроенность и своеобразную атаку.

На языке тела о захватнических намерениях собеседника сигнализирует его активная жестикуляция или упомянутый прием перестановки предметов.

Яркий пример нарушения личного пространства — полицейский допрос. Как правило, он начинается с расстояния в 1 метр. При этом полицейского от допрашиваемого ничего не отделяет — ни стол, ни другой барьер. Постепенно дистанция сокращается до 45 сантиметров, и следователь уже нависает над подозреваемым, прорывая оборону личного пространства, — виновник теряет уверенность, паникует и сознается.

Один из примеров вторжения начальника в личное пространство подчиненного ▼



Помещая предметы в принадлежащее вам пространство, оппонент пытается не просто завладеть вашим вниманием, а выбить из колеи, нарушив границы вашего «я».

У людей, которые стараются в любой ситуации завладеть максимумом пространства, чтобы лишний раз подчеркнуть свой высокий статус, всегда широкие размашистые жесты. Они упирают руки в бока, раскладывают на столе документы, занимая много места, демонстрируют направление своих мыслей.

Если человек намеренно (пусть и с дружественным видом) сокращает дистанцию до личной или интимной зоны (подходит слишком близко, дышит в лицо, пытается к вам прикоснуться, не отводит взгляда, всем корпусом подается вперед по направлению к вам) — это явный признак агрессивного вторжения.

Собеседник, размахивающий руками у вас перед носом, вторгается в ваше личное пространство ►



Касание — явный признак захвата чужого пространства. Его можно расценивать как прямое нападение, даже если речь идет о касании социальных контактных зон: кистей рук, предплечий или локтей.





▲ Вторжение посторонних в интимную зону подсознательно готовит человека к обороне или бегству

Понимание языка жестов других людей начинается с понимания языка собственного тела. Умение контролировать свои невербальные сигналы облегчает расшифровку аналогичных сигналов собеседника. В результате становится легче владеть собой и действовать более эффективно в любой ситуации.

Если вы с самыми благими намерениями приблизитесь к незнакомому человеку, то однозначно вызовете в нем негативные чувства по отношению к вам. Это произойдет даже в том случае, если он будет улыбаться вам и говорить приятные слова, не желая обидеть.

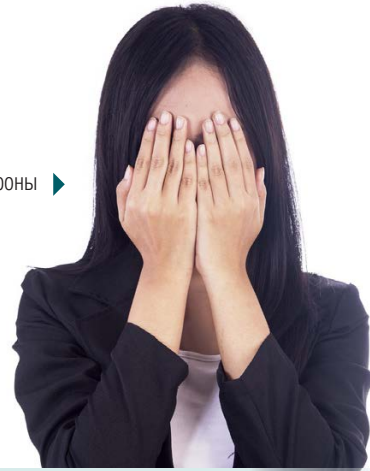
Расстояние необходимое человеку, чтобы чувствовать себя свободным и защищенным, зависит от обстоятельств, места, времени и индивидуальных особенностей. Оно также определяется характером общения и темпераментом собеседников.

Чтобы ваш собеседник чувствовал себя комфортно и спокойно, держитесь от него на расстоянии вытянутой руки ▶



Люди в состоянии перенести присутствие посторонних в пределах социальной или личной зоны, но любое вторжение в интимную зону моментально вызывает физиологические изменения в их теле: сердцебиение учащается, кровь приливает к голове, происходит сильный выброс адреналина, словом, тело готовится к отражению атаки или бегству.

Интроверты нуждаются в дистанции для самообороны ▶



## Жесты защиты

Потребность в личном пространстве и противодействие возможному захвату чрезвычайно сильны. Нахождение внутри толпы неизбежно нарушает очерченные человеком границы и вызывает желание энергично их защищать. Именно поэтому в массовых акциях так часто возникают агрессивные настроения, которые приводят к стихийным бунтам и революциям.

Реакция на захват личной территории напрямую зависит от характера. Экстраверты охотно впускают сюда посторонних и еще более охотно вторгаются в чужие границы. Интроверты, наоборот, располагаются на большом расстоянии от собеседника.

По мере разрастания толпы растет и агрессивное настроение, вызванное нарушением личного пространства ▼





▲ Поза молодого человека недвусмысленно говорит «Ты вторгся в мое пространство. Я не желаю, чтобы ты тут находился»

Когда возникает вероятность вторжения в личное пространство, это тут же находит отражение в языке тела. Покачивание ног (взад-вперед или из стороны в сторону) или постукивание ею по ножке стула — первые сигналы напряжения, которые означают «Ты подошел ко мне чересчур близко, и это беспокоит меня». Глаза прикрываются веками, подбородок

Улыбаясь, человек далеко не всегда выражает радость и веселье. Часто это защитный сигнал, особенно если улыбка сопровождается скрещением рук ▶



опускается к груди, плечи также опускаются и выдвигаются вперед.

Очень немногие люди (всего 1,2 %) выражают свое возмущение по поводу вторжения в личное пространство словами и просьбой отодвинуться либо уйти. Остальные протестуют невербально. В таком случае возможно даже обращение в бегство или переход в контр-наступление с целью отвоевать себе определенную территорию.

Существует много различных жестов, с помощью которых человек защищает личную зону. Иногда к ним добавляется мимика. Одно из мимических проявлений защиты — улыбка.

Если вы распознали один из жестов вторжения, не спешите бросаться в бегство. Постарайтесь сначала немного пораскачиваться взад-вперед (с небольшой амплитудой) или отодвиньтесь. Если это не помогает, переходите в наступление. Нарушайте сами границы собеседника: подойдите к нему, помашите перед ним руками, пока он не начнет ерзать,

мяться и нервничать, стучать ногами по ножке стула и опускать голову. Отвоевав личную территорию, вы можете снова чуть отодвинуться, чтобы позволить собеседнику осознать свою ошибку и занять собственное пространство, не претендуя на ваше.

Человек может улыбаться целый день практически в любой ситуации, будучи на самом деле раздраженным и рассерженным. Например, в ситуации, когда присел за чей-то столик в переполненном кафе («Я не собирался вам мешать, но мест больше нет») или толкнул кого-то в переполненном пролейбусе («Я не собирался проявлять агрессивность»), когда над душой висит начальник или остановил полицейский за превышение скорости.

## Барьерные жесты

Если человек расценивает ситуацию как опасную, чаще всего он бессознательно скрещивает руки на груди — так называемая поза Наполеона. Она говорит о том, что собеседник ощущает некую угрозу, нервничает и старается закрыться от нежелательного вторжения извне. Демонстрируя подобное положение, он едва ли примет вашу точку зрения, поэтому исход разговора наверняка будет неудачным.

Скрещенные на груди руки — это бессознательная попытка избежать неприятной ситуации. Собеседник уже не слушает вас — он обороняется, возможно, потому, что уловил некую негативную волну. Невербальные сигналы не могут лгать, поэтому есть смысл задуматься: что именно вы сделали не так, чем вызвали его отрицательные эмоции. Может быть, в процессе разговора вы произнесли слова, которые были истолкованы как потен-

Чтобы благоприятно разрешить напряженную ситуацию, следует ненавязчиво заставить человека сменить положение. Попросите его поддержать какую-либо вещь, например папку или бумаги. Это сделает общение более эффективным и не позволит негативным эмоциям подпитывать криптическое отношение собеседника.



▲ Бывший Генеральный секретарь НАТО Хавьер Солана не разделяет точку зрения своего оппонента. Об этом свидетельствуют его руки, скрещенные на груди

циальная угроза, и человек с чем-то не согласен, но не хочет в этом признаваться.

В Соединенных Штатах Америки провели следующий эксперимент. Студентов-добровольцев разделили на две группы: одной позволили слушать лекцию в свободной позе, другой — со скрещенными на груди руками. Оказалось, что первая группа усвоила материал на 38 % лучше, чем вторая. Все потому, что любая информация, получаемая людьми в данной позе, воспринимается критически. Студенты второй группы, сидевшие со скрещенными руками, обращали меньше внимания на то, о чем говорил лектор и, как следствие, меньше запомнили.

Скрещивание рук — самый распространенный способ отгородиться от окружения.

Скрещенные на груди руки помогают человеку почувствовать себя защищенным ▶

Обычно так делают, когда чувствуют неуверенность, например в мало-знакомой компании или во время неприятного разговора. Подобный барьер помогает человеку ощутить себя обособленным и защищенным. Истоки

жеста лежат в раннем детстве: когда родители держат маленького ребенка за руку, он сохраняет ощущение эмоциональной безопасности.

Еще один вариант барьерного жеста — закидывание ноги на ногу или их перекрещивание. Если скрещенные руки символизируют



Жесты-барьеры часто бывают неполными или замаскированными. Это особенно характерно для людей, вынужденных большую часть времени проводить на публике, — видных политических деятелей и кинозвезд. Пример неполного барьерного жеста — прикосновение к наручным часам, очкам, сумочке или браслету. Многие мужчины вертят в руках пуговицу пиджака или предмет, позволяющий держать руки поперек тела. Таким образом человек устанавливает частичную границу между собой и публикой и снова ощущает себя на безопасной дистанции, что позволяет ослепительно улыбаться в камеру.

защиту самых важных внутренних органов (сердца или грудной клетки), то скрещенные ноги — это охранный барьер для самых

Опытные бизнесмены учатся строить конструктивную беседу, опираясь на жесты собеседника ▼





«нежных» органов (гениталий), свидетельствующий, как правило, о менее негативном отношении к собеседнику. Однако американский доктор Бердвистел, исследователь, автор книги «Введение в кинесику», призывает быть внимательными при интерпретации данного жеста. Большинство женщин сидят закинув ногу на ногу исключительно потому, что

Полный барьер — одна рука держит другую, но они не сцеплены ▼



▲ Неполный барьерный жест — прикосновение к очкам

им с детства внушили, что это поза истинных леди. Кроме того, некоторым людям удобно сидеть именно так, поскольку их физическое состояние не располагает к частой смене положения тела (например, при ожирении или болезни суставов).

Люди часто закидывают ногу на ногу совершенно произвольно, например когда приходится длительное время сидеть на неудобном стуле или когда зябко, чтобы согреться.

Поза со скрещенными ногами приобретает особое значение, если сопровождается скрещенными на груди или внизу руками. Если ваш собеседник сел именно так, вы можете убеждать его в чем угодно, но он свое мнение по обсуждаемому вопросу уже сформировал и заставить его изменить решение практически нереально. В словесной интерпретации подобный жест означает: «С тобой все ясно, но посмотрим, как ты будешь выкручиваться».

Один и тот же жест может означать очень многое или не значить вообще ничего — все зависит от обстоятельств ▶



Положение ног «цифра четыре» ▶



Представьте, что шейх из Саудовской Аравии почти готов подписать с вами контракт на огромную сумму. Вы переходите к финальной части переговоров, нервно ерзаете на стуле и вдруг закидываете ногу на ногу. И тут возмущенный компаньон бросает на вас испепеляющий взгляд и уходит из офиса, с силой хлопнув дверью. Сами того не подозревая, вы смертельно его оскорбили. Дело в том, что закинув ногу на ногу, вы демонстрируете собеседнику подошвы обуви, что в понимании араба является хамством. На Востоке ступни считаются самой грязной частью тела и демонстрировать их, даже в модной дизайнерской обуви, крайне непристойно.



Самые распространенные варианты перекрещивания ног — закидывание ноги на ногу (женский вариант) и поза «цифра четыре» (американизированный мужской вариант).

Положение ног, напоминающее по форме цифру 4, особенно любимо молодыми американцами. Скорее всего, человек, сидящий таким образом, напорист, активен и обожает соперничество. Он обладает быстрой реакцией, схватывает информацию буквально на лету. Если данная поза не подкреплена сопутствующими негативными жестами (скрещенные руки и самодовольно откинута назад голова), то можно с уверенностью утверждать — договориться

▶ Данное положение рук и ног очень популярно у женщин, часто именно такую позу принимает дама при выяснении отношений



▲ Поза уверенного в себе и готового к общению мужчины

с собеседником будет нетрудно. Главное, привести разумные аргументы, ведь именно четкость, логика и оперативность — его конек.

Некоторые люди предпочитают модифицированный вариант вышеописанной позы: они не просто закидывают ногу на ногу, но еще и придерживают ее руками. Как правило, таким образом сидят мужчины, которые отличаются живостью ума, принципиальностью и не очень склонны к компромиссу. У такого человека всегда есть собственная точка зрения, поэтому убедить его в чем-либо очень сложно.

Люди фиксируют не только свои ноги, но и ступни. Чаще всего это делают женщины. Если ступня одной ноги заведена за голень

другой, это означает, что собеседница ушла в себя или защищается.

Фиксированные положения ног свойственны людям, для которых эта часть тела является профессиональным инструментом. Речь идет о танцорах. Их всегда отличают превосходная осанка, поставленное положение головы и рук, а также прижатые друг к другу лодыжки. В такой позе не стоит искать скрытый смысл, это издержки профессии.

# Жесты

Телодвижения, жесты и мимика — это внешняя форма проявления психологического мира личности. Невербальный язык является одной из первых визуальных знаковых систем. Во многих случаях он плохо контролируется человеческим сознанием, но хорошо воспринимается наблюдателем на уровне подсознания.

Контролировать свои движения и жесты довольно сложно, зато постороннему наблюдателю они могут многое рассказать ▼



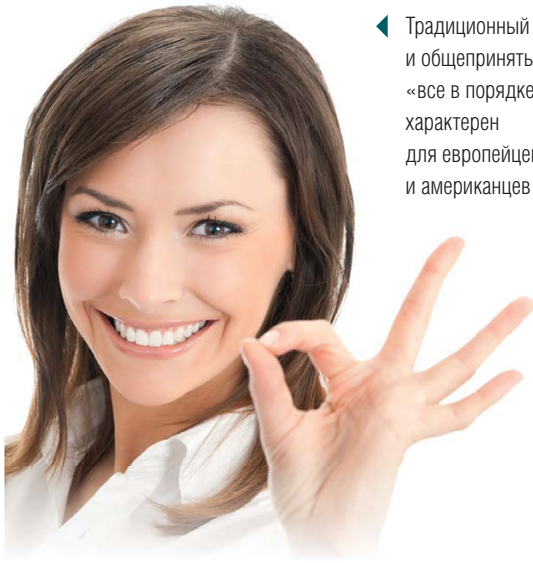
## Коммуникативные жесты

Жесты, которые помогают общаться, практически идентичны во всем мире. Если люди чувствуют себя счастливыми, они улыбаются, если огорчены — хмурятся. Почти везде кивок головой обозначает утверждение, а ее мотание из стороны в сторону — отрицание.

Некоторые жесты родом из нашего первобытного прошлого. Так, оскал зубов, предупреждающий о готовности к нападению на врага, со временем трансформировался в улыбку. В каменном веке она была символом угроз, а сегодня означает удовольствие или же доброе отношение к собеседнику. Что интересно, животные, например собаки, воспринимают человеческую улыбку как знак агрессии. Поэтому не стоит любезничать с незнакомыми псами — могут укусить!

**Пожимание плечами** — пример настоящего универсального жеста, который показывает, что человек не знает, о чем идет речь. Он включает комплекс характерных телодвижений: разворот ладоней наружу, приподнимание бровей и поднятие плеч.

Жест, при котором **большой и указательный пальцы образуют окружность** (знак «окей»), хорошо иллюстрирует различие в интерпретации одних и тех же невербальных сигналов разными нациями. Его родина — Америка, где в начале XIX века проводилась



◀ Традиционный и общепринятый жест «все в порядке» характерен для европейцев и американцев

кампания по сокращению основных слов и наиболее употребляемых фраз. Данный жест хорошо знаком практически всем, словами его можно передать как «все в порядке». Однако в некоторых странах сложенные таким образом пальцы имеют иное значение. Например, во Франции это обозначает ноль, в Японии — деньги. В немногочисленных средиземноморских государствах по отношению к мужчине такой жест и вовсе не рекомендуется использовать — он намекает на гомосексуальность.

Готовясь к поездке в какую-либо страну, поищите информацию о наиболее употребительных жестах — это поможет вам не попасть в неловкую ситуацию.

Второй пример жеста с широким значением — **поднятый вверх большой палец**. В нашей стране он интерпретируется как «все хорошо» или «все отлично», а в некоторых случаях как приглашение к совместному распитию спиртных напитков. У европейцев таким жестом принято ловить попутную машину. Еще одно значение аналогично американскому «все в порядке».

## Ситуативные жесты

Наиболее распространенная ошибка, допускаемая неопытными исследователями телодвижений, — выделение одного-единственного жеста и его детальное изучение без учета ситуации, а также без взаимосвязи с другими жестами и мимикой.

В языке телодвижений, как и в любом другом языке, можно выделить «слова», «предложения» и «знаки пунктуации». Возьмем, например, жест. Что это как не слово? Причем оно также может быть многозначным, поэтому в отрыве от контекста велик шанс выбрать не то значение. Если же собрать отдельные «слова» в целое «предложение», процесс чтения пойдет куда веселее. Жесты точно могут рассказать о настроении собеседника и его отношении к вам. От вас требуется лишь постоянно развивать наблюдательность и читать

«У меня все отлично!» ▶

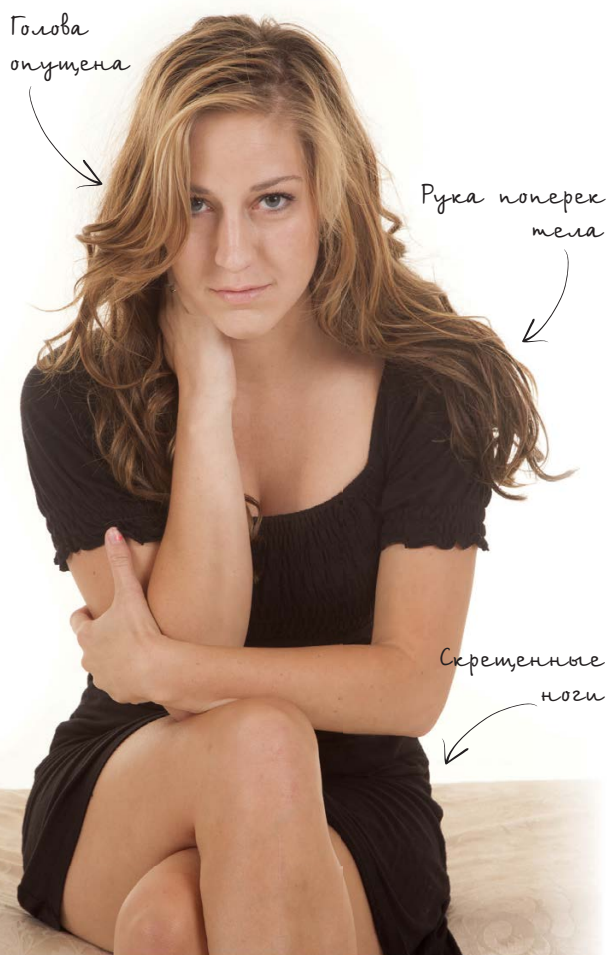


Если человек постукивает пальцами по столу, это может означать что угодно: ему холодно, он нервничает, спешит и стесняется сказать о том, что вы отнимаете у него время, а может, ему просто нужно в туалет. Вспомните советскую экранизацию приключений Шерлока Холмса и доктора Ватсона. В серии «Пестрая лента» великий сыщик рассуждает о том, что нельзя доверять первому впечатлению: «Поначалу и я, было, заподозрил, что она говорит неправду, ведь дама любимыми пупьями стремилась спрятать свое лицо, явно нервничала и в конце концов села против света. А оказалось, что она просто-напросто забыла напудрить нос!». Это и есть пример ошибочного одностороннего анализа без использования контекста.

Любой жест нужно анализировать в совокупности с остальными жестами и мимикой ►



«Все происходящее мне не нравится, и я с вами не согласна» ▼



безмолвные послания, сравнивая их с вербальными заявлениями оппонента.

**Скрытую оппозицию и критическое отношение** собеседника выявить просто. Как правило, их выдает определенный комплекс жестов: указательный палец подпирает лицо, в то время как средний прикрывает рот, а на большой опирается подбородок. Вторым признаком оценочного отношения — это принятие так называемых закрытых поз. Например, ноги скрещены, а одна из рук расположена поперек тела, как бы защищая его от возможной агрессии со стороны собеседника. Какие бы мысли не озвучивал оппонент, его тело явно, хоть и безмолвно, говорит: «Все, что сейчас происходит, мне категорически не нравится, я совершенно с вами не согласен». Дополнительными подтверждениями могут служить монотонные почесывания века, обирание с одежды несуществующих ворсинок и другие жесты.

Принято считать, что по силе рукопожатия можно определить твердость характера. Однако этот принцип не всегда срабатывает, особенно когда дело касается человека

Для максимально верной трактовки языка жестов необходимо учитывать ситуацию, в которой они «живут». Например, любому приятно, когда его встречают широкой и искренней улыбкой. Однако, если человек только что вышел от стоматолога, это вряд ли позволит ему произвести хорошее впечатление на собеседника: с больным зубом и онемевшей от заморозки щекой как-то не до улыбок. Но это не означает, что вы ему разонравились или он не рад встрече. Просто так сложились обстоятельства.

с больными суставами. При обострении заболевания он вряд ли сможет должным образом ответить на ваше рукопожатие. Хирург, руки которого являются профессиональным инструментом, тоже не станет использовать всю их силу, чтобы убедить вас в своем добром расположении. Аналогично поступают художники и музыканты, которым просто необходи-

Хирург не станет пожимать руку изо всех сил, но это отнюдь не означает, что он к вам не расположен ►

мо иметь чуткие пальцы. Естественно, подобные ситуации встречаются нечасто, и все же их важно взять на заметку.

## Жесты и возраст

С возрастом способность жестиковать меняется. Чем старше становится человек, тем искуснее и изощреннее он маскирует свои произвольные телодвижения. То, что ребенок демонстрирует очевидно, взрослый постарается завуалировать. Скорость жестикования также несколько замедляется и становится более плавной.

Так, при попытке обмана ребенка явно выдают движения рук. Понимая, что поступает нехорошо, малыш постарается незаметно прикрыть рот руками. Подобный жест сохраняется на протяжении всей жизни. Однако при вступлении в подростковый возраст люди уже не хватаются за рот всей пятерней, а лишь слегка касаются линии губ. И чем взрослее становится человек, тем труднее поймать его на обмане: он лучше контролирует собствен-



ные движения. Взрослые хитрят и касаются, например, носа. Так появляется новая, усовершенствованная модификация хорошо известного жеста.



Малыш всеми силами пытается задержать рвущуюся наружу неправду ►

Чтобы не быть обманутыми, нужны развитая интуиция и внимательное наблюдение за реакцией окружающих.

## Жесты и социальный статус

В течение всей жизни люди любимыми путями стремятся повысить свой социальный статус, учатся выглядеть респектабельно, производить впечатление человека уважаемого, облеченного властью, не имеющего личных и материальных проблем.

Как показали исследования ученых-лингвистов, социальный статус напрямую связан со словарным запасом. Что бы ни говорили борцы за всеобщее равенство и братство, лексикон человека, получившего высшее образование, и простого рабочего, несомненно, отличается. Точно так же связаны между собой социальный статус и жестикуляция: невербальное общение гораздо более развито у людей, не находящихся на вершине социальной лестницы.

Ученые подметили интересную особенность: человек, достигший в жизни высокого положения, чувствующий себя уверенно и стабильно, как правило, оперирует словесными формами, не прибегая к активным мимике и жестикуляции.

Ярко выраженный мимический рисунок является первым признаком того, что человек чувствует себя неуверенно, а некоторые исследователи даже полагают, что такие люди в глубине души считают себя неудачниками. Часто можно встретить человека, занимающего высокую руководящую должность, лицо которого почти не выражает эмоций. Ничего удивительного: даже во времена классиков правила этикета призывали при любых обстоятельствах сохранять лицо. В высшем свете не приняты были яркие проявления эмоций, активная жестикуляция и повышенные тона в разговоре. Времена меняются, люди — нет.



Развязные жесты не свидетельствуют о большой культуре ►



## Как подделать язык жестов

В психологии и науке по изучению лжи широко используется термин «конгруэнтность», который обозначает некоторое соответствие, согласованность. Конгруэнтность играет довольно важную роль в жестикуляции, врущих людей выдает именно ее отсутствие между произносимыми словами и жестами вкупе с микрожестами. Именно поэтому на вопрос, можно ли подделать язык тела, обычно отвечают отрицательно.

Бывает, что явные признаки доброжелательности, например широкие объятия, никак не вяжутся с искривленными уголками губ, раздувшимися ноздрями и суженными зрачками. Не обязательно сразу же подозревать человека в ненависти к вам, но что-то здесь явно нечисто. Вероятно, тогда и срабатывает интуиция: мы не верим показной радушности, потому что на уровне подсознания отмечаем неконгруэнтность невербальных сигналов собеседника.

Девушки настроены доброжелательно. Им интересен предмет беседы: об этом говорят открытые позы, развернутые вверх ладони и искренние улыбки ▼

Балагур и весельчак рассказывает анекдот в дружеской компании. Но те, кто слышал эту историю, смеются лишь из вежливости — одним ртом, с неподвижными глазами. Психологи утверждают, что при искреннем смехе задействуются одновременно и мышцы рта, и мышцы глаз. Именно поэтому у людей, искренне выражающих эмоции, часто появляются морщинки вокруг глаз.

Иногда языку тела обучают специально, чтобы произвести благоприятное впечатление. Так, любая девушка-фотомодель владеет сценической походкой, поставленной улыбкой и позами. Подобными знаниями пользуются также публичные люди, чтобы излучать теплоту и искренность. Именно от этого зависит их успех и, соответственно, заработок. Еще один пример — специальная подготовка кандидатов накануне предвыборной кампании. Многие известные политики таким образом добиваются максимального расположения избирателей и заставляют их полностью поверить пламенным предвыборным речам.



Публичные люди целенаправленно тренируют именно те жесты, которые позволяют убедить в правдивости произносимых ими слов. Однако стоит заметить, что это работает лишь в течение непродолжительного периода.

Бывает, что люди намеренно «уничтожают» всякую жестикуляцию: ее отсутствие усложняет определение обмана. Тем не менее даже в этом случае ложь можно распознать через микрожесты и микросигналы: искривление лицевых мышц, появление испарины на лбу или румянца на щеках, расширение или сужение зрачков, учащенное моргание и т. д. Они проявляются всего на долю секунды, поэтому заметить их могут немногие. Обычно подобным умением обладают профессиональные интервьюеры, опытные бизнесмены и люди с развитой интуицией.

Ввести в заблуждение собеседника просто, если полностью скрыть от него свою позу. Именно поэтому отечественные и зарубежные политики так вдохновенно вещают с трибун.



▲ Самый главный «фигурант» в исследованиях обмана — лицо

Гораздо честнее было бы расспрашивать кандидатов на высокий политический пост об их намерениях и планах в центре помещения, на глазах у всего народа. Но это, как говорится, из области фантастики.

Даже умудренные опытом специалисты могут имитировать необходимые движения только в течение ограниченного периода времени, как правило, не более получаса. Затем организм начнет непроизвольно передавать сигналы, противоречащие осознанном действиям.

Однако научиться использовать жесты, помогающие более успешному общению с людьми, и избавиться от тех движений, которые несут негативную окраску, все же стоит. Сталкиваясь с обманом приходится всем: человек лжет в среднем три раза в течение 10 минут. Однако не нужно относиться к факту существования лжи отрицательно.



Глазные мышцы в улыбке не участвуют

◀ Наигранная улыбка делового мужчины предназначена партнерам по бизнесу: «Я всегда успешен и счастлив»

Задеты только мышцы рта

Наверняка все помнят эпизод допроса героини, которую играла Шэрон Стоун в фильме «Основной инстинкт». В ходе такой процедуры американские полицейские часто сажают подозреваемого в центр хорошо освещенной комнаты, чтобы он был виден всем. Тогда его шансы солгать значительно снижаются. Однако мастерство криминальной писательницы достигло на тот момент такого уровня, что даже эта строгая мера не помогла полицейским разоблачить обман.



Представьте мир, где все люди говорят только правду. Так, при встрече один друг говорил бы другому, что тот ужасно выглядит, врач советовал бы своему пациенту не тратить деньги на лекарства, поскольку болезнь неизлечима, а следователь излагал бы все свои версии подозреваемому. Вряд ли подобный мир мог бы существовать.

Никому не нравится быть обманутым, слышать одно, а в результате получать нечто совершенно обратное ожидаемому. Попробуйте более внимательно относиться к языку тела и мимике своих собеседников,

научитесь слышать, что они говорят, и вовремя принимать меры.

Любой обман имеет под собой две основы: непосредственно поступок и намерение. Прежде чем уличить человека во лжи, следует разобраться, что именно им движет. Возможно, на это есть свои причины. Если вам часто лгут, задумайтесь, может, стоит научиться более спокойно и адекватно воспринимать правду, пусть даже и горькую.

Знание языка жестов поможет внимательнее относиться к словам собеседника ►



# Характеристика личности по мимике и жестам

Скажите честно, вы себя любите? Большинство людей утверждают, что да, но если провести дополнительный тест, всплывают интересные факты. Ответьте еще на три простых вопроса: Вы любите фотографироваться? Вам нравится смотреться в зеркало? Что именно вы находите в себе особенно привлекательным? И все! На этом тесте проваливаются очень многие. Выясняется, что основная масса людей себя не любит и, как следствие, страдает от низкой самооценки. Отсюда соответствующие жесты, позы и мимика.

## Самооценка

Самооценка — это результат сравнения с другими людьми. Человек с **заниженной самооценкой** всегда делает выводы не в свою пользу, ведь постоянно найдется кто-то красивее, лучше и удачливее его. Быть недооцененным окружающими грустно, но гораздо хуже не любить самого себя. От чувства вины нужно избавляться, а впоследствии менять свою жизненную позицию на активную и оптимистичную. Это неизбежно

А вы любите смотреться в зеркало? ▼



повлечет за собой и смену жестов неудачника на выразительные движения уверенного в себе человека.

Все мы помним милого и немного грустного ослика Иа из сказки о Винни-Пухе — опущенная голова, сутулая спина, неуверенная шаркающая походка. Человек с заниженной самооценкой, хорошо владеющий телом, спрячет подобные проявления, однако и его легко вычислить по скованности движений и направленным вниз уголкам рта.

Люди, **оценивающие себя адекватно**, понимают — они заслуживают самых лучших слов не в ущерб кому-то, а просто по умолчанию, ведь каждый человек уникален.

Поза девушки говорит о явно заниженной самооценке ▼



▲ Молодой человек демонстрирует явное превосходство

Люди с **завышенной самооценкой** говорят громко, в помещении с грохотом отодвигают стул и садятся, стараясь занять как можно больше пространства. В общении их стремление к превосходству выдают искривленные кончики рта, а также небрежно засунутые в карманы руки с торчащими наружу большими пальцами.

Никому не нравится общаться с упавшим ипохондрикком, однако становиться зеркалом для отражения чьего-либо самомнения тоже невелика честь. Именно поэтому счастливы те люди, которые умеют соблюдать правило золотой середины и оценивают себя адекватно.

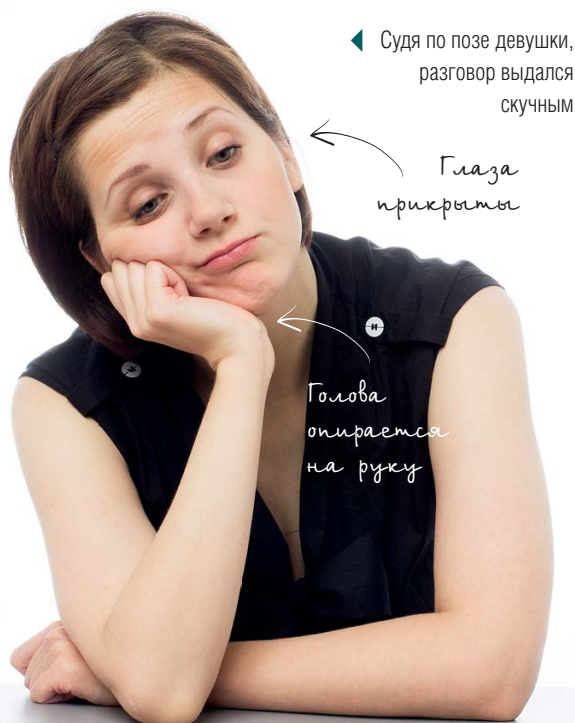
Чрезмерно уверенные в собственной непопоримости люди часто бывают беспардонными. Их видно и слышно издали, подобно пустой бочке, которая капится и гремит именно оттого, что пуста внутри.

## Оценка другого

Люди постоянно оценивают друг друга: в разговоре, в работе и просто находясь на улице. Оценка подразумевает сравнение с собой, выявление чужих плюсов и минусов. С близкими мы общаемся, практически избегая критики: процесс «размахивания шляпами» давно пройден, все друг друга знают. Суждения возникают в момент общения, это особенно заметно, когда человек, привыкший вам доверять, внутренне напрягается из-за ваших слов, обнаруживая некое неожиданное несоответствие между жестами и излагаемыми мыслями.

Если человек сжал руку в кулак, причем его указательный палец смотрит вверх, а большой подпирает подбородок, то это знак скрытого негатива либо скепсиса по отношению к говорящему. Объектом отрицания может выступать и тема разговора, однако и в том, и в другом случае жест будет аналогичным.

Иногда подобному движению руки сопутствует касание века. Если этот жест присутствовал у вашего оппонента с самого начала беседы, скорее всего, вам не удастся его пе-



Занимая оценочную позицию, человек располагает указательный палец у виска. Такая поза близка к позе скуки, но есть существенное отличие: сучающий собеседник поставит голову не на кулак, а на внутреннюю часть ладони. Это говорит о том, что человека уже не интересует предмет беседы, но он боится обидеть вас невниманием. При искреннем интересе голове собеседника «подпорка» не нужна.

реубедить и склонить на свою сторону. Человек заранее настроен негативно либо к вам, либо к тому, что вы еще только собираетесь сказать. Если же оценочный жест появился некоторое время спустя, шансы у вас еще есть.

## Принятие решений

Как правило, период принятия первых решений совпадает с моментом взросления человека: он становится самостоятельным и учится нести ответственность за свои поступки. Иногда это просто. Если речь идет о повседневных бытовых вопросах, то обычно дело обходится без драматизма: купил человек не очень удачный костюм, но жизнь на этом не заканчивается — рано или поздно купит другой! Но порой на карту ставится очень многое. Принятие серьезных решений требует более глубокого подхода. Перед тем как решиться на что-то важное, люди ищут совета, размышляют, неоднократно все обдумывают.

Если человек принимает решение во время разговора, то он делает это гораздо быстрее. Такой момент можно всегда отследить по жестам и в случае необходимости оказать нужное влияние на оппонента.



▲ Девушка размышляет и пытается что-то для себя решить

Определяясь с ответом, собеседник может вертеть в руках мелкий незначительный предмет, например ручку или карандаш. Человек, который носит очки, скорее всего, снимет их в этот момент и возьмет кончик дужки в рот, заядлый курильщик закурит — это позволит лишний раз взвесить все за и против.

Обдумывая свое намерение в ходе деловой беседы, человек проходит несколько внутренних стадий: оценивает рентабельность предлагаемой идеи, анализирует имеющиеся альтернативы, рассматривает потенциальные риски и только затем соглашается непосред-

ственно с реализацией проекта. Как правило, процесс обдумывания сопряжен с манипуляциями различными предметами, которые находятся в поле зрения. Таким образом, появляется возможность оттянуть время, необходимое для принятия единственно верного решения в контексте данной беседы.

Запомните: пока оппонент производит манипуляции с одеждой, предметами, находящимися на столе или вне интимного пространства, не стоит на него давить, дайте человеку еще раз все обдумать.

## Несогласие

Жесты и телодвижения позитивно расположенного человека говорят сами за себя: их сложно не заметить. Гораздо чаще мы стараемся различными способами спрятать и замаскировать свое несогласие по какому-либо вопросу. В силу разных причин люди стараются держать свое мнение при себе («Не поймут, не примут, не одобряют»). Однако телодвижения по-прежнему все выдают! Психологи называют их жестами вытеснения, например ощипывание с одежды несуществующих вор-

Верчение ручки в руках — знак скрытого несогласия ▶



синок либо протирание очков, которые в данный момент использовать не обязательно. Если вы видите подобный жест, то можете быть уверены: оппонент не согласен с вашей точкой зрения, он остается при своем мнении, но предпочитает не высказывать его.

В группе идет активное обсуждение проблемы и путей ее решения, а один из слушателей молчит, глядя в пол, и потихоньку обирает с одежды одному ему видимые ворсинки либо усиленно протирает очки. С одной стороны, он здесь, он не протестует, скорее, наоборот, выразит свое согласие при необходимости. С другой стороны, ему совершенно не по душе все происходящее. Открыто сказать нет человек не может, и жесты вытеснения помогают ему абстрагироваться от неприятной ситуации.

Еще один вариант жеста вытеснения — верчение в руках различных предметов. Все просто: человек старается занять себя чем-то более интересным, чем предмет данного разговора.

## Агрессия

Агрессия представляет собой защитную реакцию человека. Она может выражаться не только в силовом воздействии, но и в негативном отношении и настроенности на явное противостояние.

Человек начинает проявлять признаки агрессии, как только становится очевидным, что он значительно уступает в чем-либо. Для каждого из нас очень важно научиться по невербальным сигналам выявлять агрессивного собеседника. Это даст возможность держать ситуацию под контролем.

Зигмунд Фрейд определил, что еще одна причина возникновения агрессивной реакции — это попытка отобразить у человека его драгоценные иллюзии. Собеседник может быть слабее в искусстве убеждения и понимать свою интеллектуальную слабость и даже ущербность, но желание победить никто не отменял. Тогда человек пытается брать верх более доступным способом — с помощью физической силы.

Основной жест агрессии — рука, сжатая в кулак. Подобное движение может нести в себе различную степень враждебности. Кулаки постепенно поднимаются до уровня груди? Тревожный факт: человек подготовился к удару, и остаются лишь считанные секунды до того, как агрессия проявится открыто.

Если собеседник держится руками за плечи — это признак явной, но сдерживаемой агрессии. Человек готов кинуться в бой, но пока еще пытается совладать с чувствами. Если вступление с ним в поединок не входит в ваши планы, то, увидев подобный жест, следует изменить тактику ведения разговора — поменять тему или хотя бы тон.



◀ Кулаки на уровне груди — скоро последует атака



Не стоить путать заведенные за спину руки с жестом, присущим английским аристократам, — руки за спиной свободно собраны в замок. В сочетании с откинутой назад головой и размеренной походкой он не вызывает негативного ощущения. Человек просто выглядит немного высокомерным и манерным.

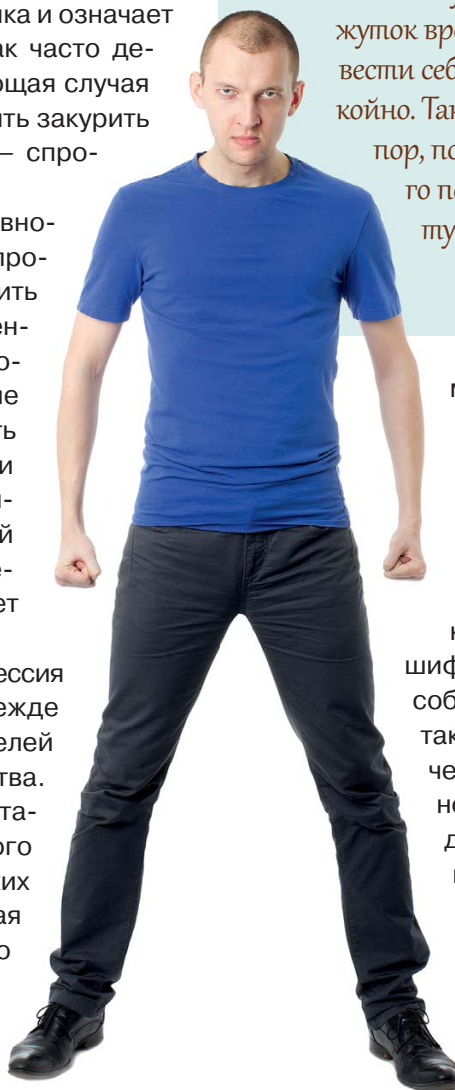
Еще один характерный жест, указывающий на агрессивный настрой, — заложенные за спину руки, держащие запястье. Он опасен тем, что не виден для собеседника и означает явно нехорошие намерения. Так часто делает уличная шпана, не упускающая случая подойти к прохожему и попросить закурить с одной-единственной целью — спровоцировать драку.

Для нейтрализации агрессивно настроенного собеседника попробуйте по возможности сократить дистанцию: спокойно и медленно подойдите к нему, легко дотроньтесь до плеча. А еще лучше подумайте о том, как прервать неприятный разговор и уйти в безопасное место. Не забывайте, что человек, настроенный агрессивно, планирует драку независимо от того, каким будет ваше поведение.

Ученые установили, что агрессия обусловлена гормонально. Прежде всего это касается представителей сильной половины человечества. Как правило, именно мужчина становится инициатором полового контакта — выработка мужских половых гормонов и сексуальная состоятельность имеют для него большое значение. Кроме того, данная природная особенность изначально помогала

в процессе эволюции — для охоты и защиты человеческого рода. Спустя века столь острая потребность в проявлениях агрессии отпала, но благодаря наличию гормонов именно из

В начале 1940-х годов проводилось много экспериментов с целью выяснить взаимосвязь между наличием мужских половых гормонов и проявлениями агрессии. Американский психолог Артур Биман провел опыт над мышами, удалив самцам половые железы. Спустя небольшой промежуток времени животные начали вести себя очень миролюбиво и спокойно. Так продолжалось ровно до тех пор, пока им не ввели дозу мужского полового гормона — самцы тут же начали драться.



мужчин по-прежнему получают прекрасные генералы и бизнесмены.

**Поза агрессии.** Невербальные знаки всегда выдают неприязнь. Задача наблюдательного человека — суметь вовремя их расшифровать. О враждебности собеседника свидетельствует так называемая поза воина: человек широко расставляет ноги (создает ощущение надежной опоры) и слегка наклоняет корпус вперед. Тот, кто защищается, наобо-

◀ Поза воина: ноги широко расставлены, корпус слегка наклонен вперед



▲ Мимика агрессивного состояния очень выразительна

рот, стремится прикрыть отдельные наиболее уязвимые участки тела: у мужчин это область паха, челюсть и нос, у женщин — грудь и лицо.

**Осанка.** Если есть основания подозревать собеседника в проявлении агрессивности, следует прежде всего обратить внимание на положение корпуса. Человек несколько приосанивается, вытягивает шею вперед и откидывает плечи назад, голова при этом наклонена в вашу сторону.

**Мимика.** Когда человек не стремится скрыть негативные эмоции, их очень просто прочитать на лице. Оно вполне красноречиво отражает общий настрой. Движения мышц в агрессивном состоянии крайне активны: это и сдвинутые к переносице брови, и раздувающиеся ноздри, и поигрывающие скулы, а также плотно сжатые губы. Если вы заметили на лице собеседника хотя бы один из вышеперечисленных признаков — насторожитесь!

**Манера разговора.** К сожалению, не все люди способны спокойно подобрать слова, чтобы аргументировать собственную точку зрения. Агрессоры часто склонны повышать голос. Это чистойшей воды провокация, способ оказать давление на оппонента. Ос-

новная цель — испугать собеседника и получить преимущество перед главным поединком. Зачастую используются разного рода деморализующие шутки, интонации и насмешки. Бывает и так, что враждебный настрой человека выдают тембр или низкий тон голоса.

Когда агрессию приходится сдерживать слишком долго, человеческий организм испытывает сильнейший физический и эмоциональный стресс. Если сформировавшийся внутренний конфликт не находит выхода в проявлении грубой физической силы, то напряжение никуда не исчезает. Необходимая разрядка наступает через крик. Это своего рода знак, что собеседник вряд ли уже применит какое-либо физическое воздействие — избыточные отрицательные эмоции вышли.

Агрессия не может возникнуть в социальном вакууме. Как правило, враждебные поступки обусловлены действиями, а иногда просто присутствием окружающих. Причем вы можете даже не догадываться о том, насколько раздражающе действуете на конкретного человека.



▲ Очень часто крик — это способ выхода агрессии

Ученые доказали, что агрессию проявляют даже дети. Широко известен эксперимент, проведенный психологами Мак-Кэндлессом и Малликом в 1966 году. Детей разделили на две группы и поручили выполнить несколько простых заданий. Они с энтузиазмом приступили к работе. Но тут в одной группе появился незнакомый малыш (помощник экспериментатора) и начал им мешать. Второй группе никто не препятствовал, и они спокойно занимались своим делом. По окончании эксперимента дети получили возможность выплеснуть злость на постороннего ребенка. Ребята, которым он мешал, были намного агрессивнее, чем те, кто спокойно выполнял работу.

Чтобы успокоить оппонента и разрядить обстановку, используйте голос. Говорить нужно медленно, спокойно, иногда даже нежно и ласково, стараясь убаюкать и усыпить бдительность агрессора. Можете рассказывать все, что угодно, главное, чтобы по вашим невербальным сигналам человек сумел прочесть следующую информацию: «Не бойся. Я тебе друг. Успокойся и не волнуйся».

## Сексуальное привлечение

Два взрослых человека противоположного пола всегда находятся в ситуации возможного сексуального притяжения. Мужчина обладает более выраженной сексуальной доминантой, которая проявляется бурно, горит

◀ Мужчина обладает ярко выраженной сексуальной доминантой



недолго и скоро гаснет. Женское сексуальное возбуждение выражается не столь ярко, зато длится гораздо дольше.

Можно сколько угодно обижаться на природу и наивно полагать, что люди притягиваются друг к другу исключительно на почве любви к поэзии, теннису и т. д., но главными являются именно инстинкты и гормональный взрыв.

## Жесты и мимика мужчин

Природа создала самца активным в сфере межполовых отношений. Чтобы стать привлекательным объектом для мужчины, можно даже не открывать рта — ему вполне достаточно того, что он увидел.

В голове мужчины моментально формируется схема будущего плотского удовольствия, которое он получит. Именно это ему интересно и важно, а тонкая душевная организация женщины, увы, пока не представляет для него большой ценности. Такова проза жизни.

Не стоит думать, что сексуальное влечение у мужчины возникает при виде любой женщины. Либи́до мальчика начинает формироваться в подростковом возрасте и становится строго индивидуальным. Именно в этот период закладываются внешние факторы, которые в дальнейшем будут привлекать взрослого мужчину, и изменению они уже не подлежат. Из-за несовпадения этих факторов определенный процент мужчин и женщин никогда не смогут пересечься в постели. Для остальных возможны варианты.

Мужчина и женщина, уже состоящие в отношениях, совершенно по-разному реагируют на флирт. Доктор Джон Лидон, сотрудник Университета Макгилла (Монреаль), провел

Со временем сексуальная доминанта ослабевает, и вот тогда судьба отношений между мужчиной и женщиной полностью зависит от того, насколько плодотворно им удалось использовать время, проведенное в постели, до и после нее, не только для получения удовольствия, но и для налаживания душевного контакта.



▲ Когда сексуальная составляющая ослабевает, остается духовная близость

исследование и пришел к выводу, что мужчина, встретив привлекательную женщину, начинает подсознательно раздражаться и искать недостатки в нынешней партнерше. Представительница прекрасного пола, наоборот, до последнего старается сохранить отношения даже после встречи с холостым привлекательным принцем. Таким образом, мужчина фактически не может противостоять соблазну.

Однако если его убедить в том, что из-за легкого флирта он потеряет настоящую любовь, то заигрыванию с посторонними девушками придет конец.

Заинтригованный мужчина старается любыми способами проникнуть в личное пространство понравившейся ему женщины: он разворачивается к ней всем корпусом и в зависимости от темперамента двигается иногда медленно, иногда быстро. При этом часто неважно, какое интимное пространство установила для себя представительница прекрасного пола, важно, чтобы бастион пал. Мужчины прекрасно умеют наблюдать за реакцией

партнерши. Если она явно не против, то показать это мужчине не составит никакого труда: ей остается лишь повернуться к нему и дать добро на интервенцию.

Если женщина не сдается быстро, то мужчина может попытаться воздействовать на нее методом отзеркаливания: он будет копировать ее позу, скорость речи и манеру разговора.

Допустим, вы встретились с девушкой первый раз. Как узнать, понравились ли вы ей, и состоится ли повторная встреча? Все просто: обратите внимание на ноги. Люди ставят их в том направлении, в котором бы они предпочли двигаться в данный момент. Если ноги девушки «смотрят» на вас — все в порядке, вы ей понравились! Если же они развернуты к выходу из помещения, значит, что-то пошло не так, и она, определенно, ищет повод уйти.

Если применить данный аналитический метод к группе, то можно очень многое узнать об истинных симпатиях и антипатиях. Например, несколько мужчин в строгих деловых костюмах обсуждают очень серьезный вопрос в присутствии сидящей в кресле привлекательной женщины. Дискуссия развивается бурно, мужчины спорят и, казалось бы, ничего вокруг не замечают. Но что интересно: носки их ботинок повернуты в сторону барышни. О чем это говорит? Вся группа проявляет к ней повышенный интерес.

Возьмем еще одну ситуацию: мужчины стоят небольшой группкой и один из них то и дело закладывает большие пальцы за пояс или в карманы. Значит, где-то поблизости находится женщина, которая привлекла его сексуально. Этот жест — для нее!

Весьма интересно, что женщины видят в активном мужчине привлекательного и сильного человека, позволяющего почувствовать себя желанной. Именно так они реагируют на ненавязчивые, но вполне очевидные знаки

◀ Мужчине сложно противостоять соблазну, он старается всеми способами проникнуть в личное пространство понравившейся женщины





- ▲ Обе пары на первый взгляд выглядят счастливыми, но посмотрите на положение ног представительниц прекрасного пола. Девушка, сидящая на диване, явно стремится поскорее уйти: ее ноги направлены в сторону, противоположную от мужчины

*Женщины гораздо более восприимчивы к жестам и в целом более тонко чувствуют язык тела. Мужчины к этому менее чувствительны, как и ко многому другому в жизни.*

привлекательность вообще не играет в этом деле решающей роли. При выборе второй половины женщина прежде всего обратит внимание на осанку.

Резюмируя вышесказанное, можно утверждать, что диапазон мужских жестов привлечения невелик.

*Осанка отличает лишь тех мужчин, которые уделяют достаточное внимание своему внешнему виду и физической форме.*

ухаживания. Сильный пол, напротив, представляет его себе как наглеца, агрессора и гордеца — это реакция на соперническую наступательную борьбу. Таким образом, несложно заметить, что в кругу общения настоящего ловеласа, как правило, мало мужчин. Что вполне резонно: редкий мужчина потерпит соперничество, особенно если речь идет о покорении женского сердца.

Что же женщины ценят в мужчинах в первую очередь? Однозначно не внешность. Если представительница прекрасного пола страстно увлечена мужчиной только из-за его внешних данных, значит, это девочка-подросток. Визуальная



- ◀ Мужчины в форме привлекают своей выправкой, а дальше женщины следуют фантазии о суровом, но справедливом и храбром защитнике будущей семьи



▲ Иногда кажется, что мужчины несколько равнодушны к происходящему вокруг

Самым агрессивным из них будет закладывание за пояс больших пальцев рук (обозначение зоны гениталий), далее следуют поворот к предмету симпатии всем телом и направленный в сторону женщины носок ноги.

Мужчина следит за интересующей его женщиной особым взглядом и задерживает его чуть дольше положенного. О том, что представительница прекрасного пола ему действительно понравилась, будут свидетельствовать расширенные зрачки. И вот он уже стоит, опустив руки на бедра, чтобы показать свою мужскую силу и готовность сблизиться с ней. Если сцена флирта разворачивается в положении сидя, то мужчина может вытянуть ноги вперед для акцентирования женского внимания на области своих гениталий.

## Жесты и мимика женщин

Мужчины не менее часто озадачены вопросом: «Какие сигналы и телодвижения применяют дамы, чтобы подчеркнуть свою увлеченность?». И тут следует сказать, что природа наградила женщин куда более широким набором знаков ухаживания: одни достались в наследство от предков, другие возникли совершенно спонтанно. Доктор Альберт Шефлен утверждал следующее: если человек попадает в среду людей противоположного пола, с ним случается некая психическая метаморфоза. С точки зрения физиологии она выражается в повышении мышечного тонуса и выбросе гормонов.

При встрече потенциального партнера, организм начинает готовиться к вероятной сексуальной близости: исчезают мешки под глазами, выпрямляется пуло-вище, грудная клетка прогибается вперед, вытягивается слегка опвисший живот — человек на глазах становится моложе. Нечто подобное испытывали все, кто хоть раз влюблялся: глаза блестят, все спорится — не живешь, а летаешь!

У большинства народов мира физическая полноценность и красота очень важны для семейного и личного счастья. В индуизме, например, считается, что уродство — это наказание за тяжкие грехи, совершенные в прошлых жизнях. Китайцы вполне могли обвинить во всех государственных бедах наследника с больной конечностью. А в Древнем Риме только обладающие идеальными телами девушки имели право претендовать на должности жриц огня — весталок.

У каждого народа свой эталон красоты. У многих полинезийских племен вожди обязаны быть полными, поэтому мальчиков-наследников специально откармливают. Еще они должны отличаться от соплеменников

светлой кожей. А вот в африканском племени туарегов насильно откармливают девочек: полнота напрямую ассоциируется с плодородием. Если у девушки на выданье меньше 12 жировых складок на животе, то шансы выйти замуж равны нулю.

Папуа Новая Гвинея породила еще один непонятный европейцам обычай: девочкам начинают оттягивать груди, как только они появляются. Кроме того, обитательницы острова с детства удлинняют мочки ушей. Для этого они носят тяжелые подвески из бронзы, вес которых постепенно увеличивается до трех килограммов. Таким образом, в пору расцвета девушки ее мочки достигают положенной длины (до самых плеч), а красивые татуировки на предплечьях служат особым дополнением прекрасному образу.

Жительницы Мьянауна (Бирма) прозваны женщинами-жиряками. Они вытягивают шеи до полуметра, надевая медные кольца, количество которых увеличивается с каждым годом. А в бразильском племени тино, проживающем к северу от Амазонки, привлекательными считаются женщины с очень вытянутыми узкими лицами. Чтобы сделать из дочерей красавиц, матери сдавливают их лица специальными деревянными дощечками.

Тысячелетиями складывалась и система жестов, с помощью которых представительница

Телесный изъян иногда мог выступать символом особых побед и даже избранности. Так, хромота или слепота часто были признаком мудрости и обладания колдовской силой. Именно поэтому многие сказочные колдуньи и пророки были слепыми либо хромыми (Иаков, богатырь Илья Муромец, вещий Один и Гомер).

Физическая красота — важная составляющая удачной семейной жизни ▶





прекрасного пола привлекает внимание мужчин к своей особе. Эти знаки становятся частью игры — прикосновение к волосам, поправление складок одежды, продолжительный интимный взгляд.

Чтобы обозначить сексуальную заинтересованность, мужчины закладывают большие пальцы рук за пояс. Женщины подходят к решению данной задачи несколько элегантнее: большой палец скользит в прорезь кармана, дамскую сумочку или закладывается за пояс. Легкий румянец и расширенные зрачки выдают возбужденное состояние.

Поведение и сексуальные сигналы заложены природой и чаще всего неподвластны представительнице прекрасного пола: ее тело словно живет само по себе. Жесты, позы и поведение дамы подскажут внимательному мужчине, заинтересована она в нем или же безразлична к нему. Уверенность женщины в собственной сексуальной неотразимости моментально считывается представителями противоположного пола, такие сигналы приветствуются и ценятся. При этом ответные чувства мужчи-

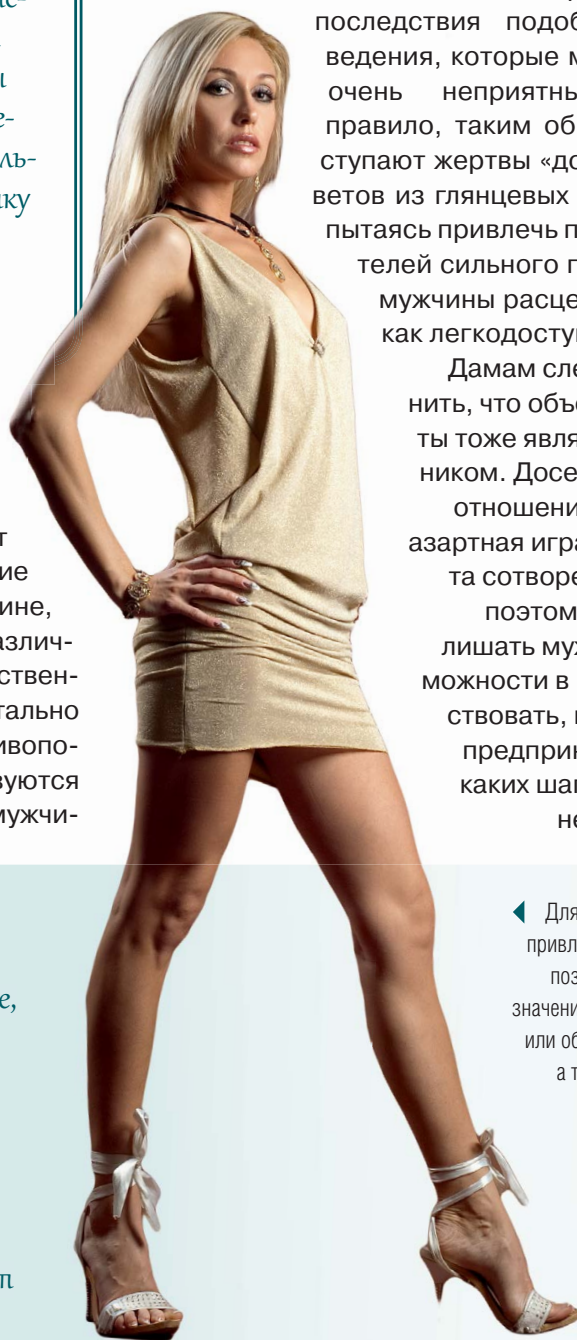
ны проявляются на подсознательном уровне, инстинктивно. Его реакция спонтанная и неосознанная, часто кажется женщинам примитивной, дикой или грубой.

Бывает, что женщина рассыпает свои сексуальные флюиды буквально направо и налево, не до конца продумывая последствия подобного поведения, которые могут быть очень неприятными. Как правило, таким образом поступают жертвы «добрых» советов из гляцевых журналов, пытаясь привлечь представителей сильного пола. А вот мужчины расценивают их как легкодоступных.

Дамам следует помнить, что объект их охоты тоже является охотником. Досексуальные отношения — самая азартная игра с момента сотворения мира, поэтому не нужно лишать мужчину возможности в ней поучаствовать, не следует предпринимать никаких шагов вместо него. Лучше

Следует учиться непорочливому искусству соблазнения и покорения мужских сердец. Здесь нет места суете, непоследовательности и неразборчивости, иначе будет потеряна интрига, а игра перестанет иметь смысл. Если женские движения отточены, демонстрируются с высоким уровнем мастерства и удивительно подходят к настроению мужчины, то их эффект усиливается.

◀ Для сексуальной привлекательности поза тоже имеет значение: руки (одна или обе) на бедрах, а тело подается в сторону желанного объекта





◀ Не лишайте мужчину возможности и желания поиграть

оставаться загадкой, которую ему захочется разгадать. Мужчины по природе азартны и готовы на многое для получения в копилку уникального трофея. Небольшая недосказанность будоражит их желание, заставляет быть начеку и принимать меры для покорения очередной высоты.

## Волосы

Волосы с точки зрения сексуальной привлекательности изучали многие ученые, в том числе психолог-бихевиорист Десмонд Моррис. Он сравнивал людей с голыми обезьянами и безволосыми животными. Хотя современным людям приятнее рассматривать отсутствие повсеместного волосяного покрова как знак принадлежности к категории разумных существ, религия и чувство прекрасного так же выступают на данной стороне. Это, в свою очередь, влияет на первоосновы поведения людей, особенности самовыражения, движения тела и сексуальное поведение.

Распущенные длинные волосы показывают, что женщина готова рисковать, она активна и сексуальна. Кудри неизменно побуждают

Пожалуй, самое главное для женщины в процессе обольщения — определиться, нужен ли ей конкретный мужчина, и если нужен, то для какой цели. Существует ли потребность в длительных любовных отношениях или это просто кратковременный флирт и желание самоутвердиться? Заблаговременное решение подобных вопросов повышает вероятность желаемого исхода в будущем.

Женщина поправляет прядь волос — это явный сигнал о том, что мужчина ей нравится ▶



Покрытые распительностью участки тела, длинные волосы на голове и генипалиях приближают человека к животным и их первобытным инстинктам. Поскольку область генипалий обычно скрыта, то основную призывную функцию выполняют волосы на голове.

мужчин к флирту, поскольку небрежное потряхивание ими однозначно привлекает внимание. К такому же результату приводит и томное прихорашивание, откидывание локонов с плеч и со лба.

Приглаживание и касание волос в некоторых культурах рассматривается как фривольность, а сами жесты приравниваются к эксгибиционизму. В европейской культуре на это существует иной взгляд. Тем не менее в современных, впрочем, как и в классических, произведениях культуры и искусства практически не встречается жест, связанный с во-

Длинные локоны побуждают мужчин к флирту ▼



лосами. Картины, гляцевые журналы, телевидение и Интернет пестрят сексуальными представительницами прекрасного пола, демонстрирующими эротичные и призывающие позы и жесты. Но, по статистике, только около 5 % моделей специально прикасаются к волосам во время фотосессий и запечатлевают эти моменты для открытого просмотра.

Существуют две группы жестов, связанных с волосами: одна из них показывает сексуальные желания, другая символизирует защиту от нападения. Но и та, и другая говорят о слабости человека и осторожном отношении к внешнему миру. Эротические движения обычно совершаются одной рукой. Это поглаживание шеи снизу вверх по направлению к затылку, закладывание прядей за ухо без особой причины (так называемое нервное возбуждение), игра пальцами с отдельными локонами.

По утверждению психологов, дотрагиваясь до волос, мы имитируем действия по отношению к собеседнику: лаская себя, мы жаждем проявления подобных чувств и актов со стороны другого лица. Естественно, это не относится к ежедневным гигиеническим процедурам.

Почему же прикосновение к волосам считается неприличным? Первая причина заключается в том, что данные действия подсознательно расцениваются как сугубо эротические и вызывают сексуальное напряжение в половых органах. Прикасаясь к волосам на голове, человек словно дотрагивается до интимных мест. Вторая причина не менее важна: играя прядями волос, человек выказывает собственную слабость. В данном случае своя рука выступает в роли стороннего агрессора, который пытается завладеть телом. Это угроза не себе, а человеку, к которому проявляется повышенное внимание. Ведь, трогая волосы

на своей голове, желаешь обладать гениталиями другого. К слову сказать, чаще всего такие жесты присущи женщинам и крайне редки со стороны мужчины.

## Руки

Запястье всегда относилось к наиболее эрогенным зонам, поэтому, желая покорить мужчину, женщина старается держать ладони в поле видимости потенциального партнера. Наивысшим проявлением сексуальности считается жест, когда женщина демонстрирует тыльную сторону запястья. Нежная кожа в этом месте напоминает мужчине женскую грудь. Аксессуары и безделушки (браслеты, кружева и многое другое) значительно усиливают эффект. Полностью заворожить мужчину и приковать к себе внимание сможет кисть, находящаяся у подбородка, виска или губ.

Трогательное скрещивание рук, если оно не имеет отношения к желанию согреться, напоминает о женской хрупкости и потребности в защите. Такой жест сразу же приковывает внимание к груди — символу сексуальности и женского начала.

Поглаживание дамой цилиндрического предмета (будь то ножка бокала или сигарета) является неосознанным указателем на то, что может быть на уме. Его можно воспринимать, как подсознательное желание ласкать мужской половой орган.

Волосы откинуты

Демонстрация запястья ►  
говорит о желании женщины быть соблазнительной

Японские гейши в совершенстве владели искусством обольщения. Всегда ухоженные, изящные, умные, с прекрасными манерами, способные поддержать разговор на любую тему или промолчать, когда нужно, они знали, чем привлечь мужчину. Такие девушки на протяжении нескольких лет посещали школу танцев, где обучались плавности и красоте движений. Причем японским красавицам вовсе не было нужды обнажаться во время танца: демонстрация тыльной стороны запястья уже сама по себе являлась мощным эротизирующим фактором.





Обнаженные женские ноги — один из наиболее простых способов обратить на себя внимание мужчины

## Ноги и бедра

Прелестные женские ножки способны свести с ума любого мужчину. Причем в этот момент он не всегда помышляет о покорении потенциальной жертвы. Сильный пол априори равнодушен к красивым ногам. Свою роль здесь сыграл тот факт, что длительное время данная часть тела была скрыта от мужского взгляда: мода на короткие юбки и шортики-трусики пришла не так давно.

Современные мужчины порой и рады что-либо дофантазировать, но женщины сами открывают им все тайны и загадки своего прекрасного тела. Тенденции современной моды позволяют без труда отследить положение женских ног опытному соблазнителю.

В XIX веке носочек дамской туфельки, кокетливо выставленный из-под подола платья, говорил спороннему наблюдателю намного больше, чем современная обнаженность. Мужской фантазии приходилось напрягаться значительно сильнее, что шло исключительно на пользу развитию любовных отношений.

Раскрепощенная, уверенная в себе и своей неотразимости женщина расставляет ноги несколько шире, чем обычно. Дама, не готовая вступить в интимный контакт, скрещивает либо сжимает их, то есть ведет своеобразную оборону на сексуальных фронтах.

Независимо от возраста, социального статуса и семейного положения, мужчины чаще всего не в состоянии справиться с подступившим сексуальным желанием, которое вызывает созерцание покачивающийся бедрами. Даже самый уверенный в себе и бывалый кавалер не сможет устоять перед призывными движениями стройных женских ножек. В этом факте некого винить — таковыми мужчин сотворила природа.

Особый сигнал, выдающий жажду мужской ласки, — поглаживание бедер ладонью. Таким образом женщина способна управлять возбуждением мужчины: от медленных движений у особо чувствительных представителей мужского пола просто захватывает дух. Втирая на пляже крем для загара, разглаживая одежду на бедрах, дама полностью подчиняет своим движениям внимание кавалера. Незатейливые комбинации телодвижений (ног и рук) провоцируют мужчину на моментальное возбуждение и пристальный интерес к такой женщине.

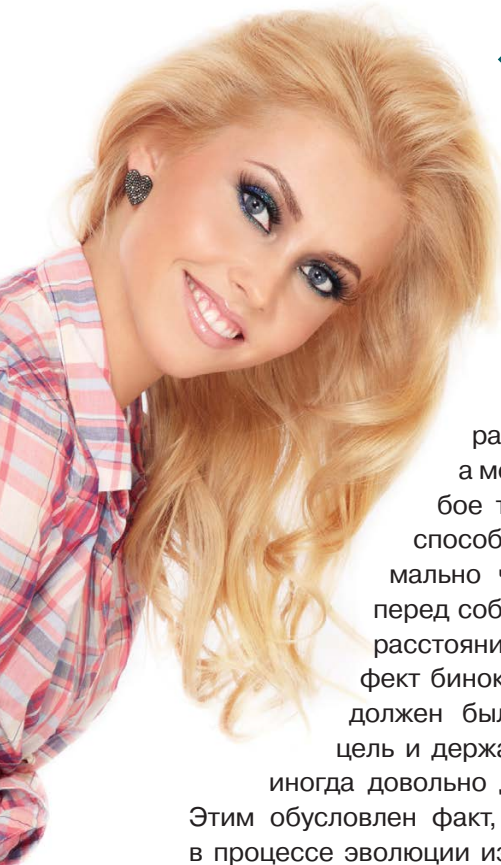
Женская фигура — это в первую очередь бюст, ноги и вес. Какими они должны быть? Пожалуй, никто не осмелится ответить на данный вопрос однозначно. В свое время в мире моды долго жил миф о том, что идеально красивая женщина должна обладать длинными ногами и параметрами 90-60-90. Именно к таким объемам стремились модели того периода, что спровоцировало массовое заболевание женщин анорексией. В течение последних 10 лет на мировых подиумах все чаще появляются девушки-модели с вполне нормальными формами — ростом ниже 1,75 метра и с объемами, превышающими пресловутые 90-60-90. Можно считать, что начало этому процессу положила ныне знаменитая актриса Моника Белуччи. В свое время она покорила подиум, даже не обладая идеальными модельными параметрами, и до сих пор сводит мужчин с ума.

### Взгляды

В оболочке женских глаз находится гораздо большее количество конических клеток, чем в мужских. К тому же представительницы прекрасного пола имеют широкое периферийное зрение, а их мозг устроен так, что позволяет отчетливо наблюдать участок в пределах как минимум 45° по обе стороны головы (вправо —

Парень и девушка, определенно, нравятся друг другу: об этом говорит взаимная искренняя улыбка, а также чуть скошенный взгляд парня ▶





◀ Глаза женщины устроены так, чтобы обладать более широким полем зрения

влево, вверх — вниз). Максимальный диаметр периферийного зрения некоторых дам составляет 180°.

Глаза мужчины по размеру чуть больше, а мозг обеспечивает особое туннельное зрение — способность видеть максимально четко в направлении перед собой и на значительном расстоянии (своеобразный эффект бинокля). Древний охотник должен был зацепить взглядом цель и держать ее в поле зрения, иногда довольно долго и в отдалении. Этим обусловлен факт, что мужское зрение в процессе эволюции изменилось до практически суженного — ничто не должно было отвлекать от цели. Женщине, наоборот, важно было иметь широкое поле видения, ведь она охраняла очаг и детей. Именно поэтому современный мужчина с легкостью разыщет пивной бар, расположенный в другом конце города, но не способен найти носки в шкафу или еду в холодильнике.

Женский взгляд может передать разного рода увлеченность мужчиной: от холодного любопытства либо робкого интереса до дерзкого сексуального призыва.

## Рот и губы

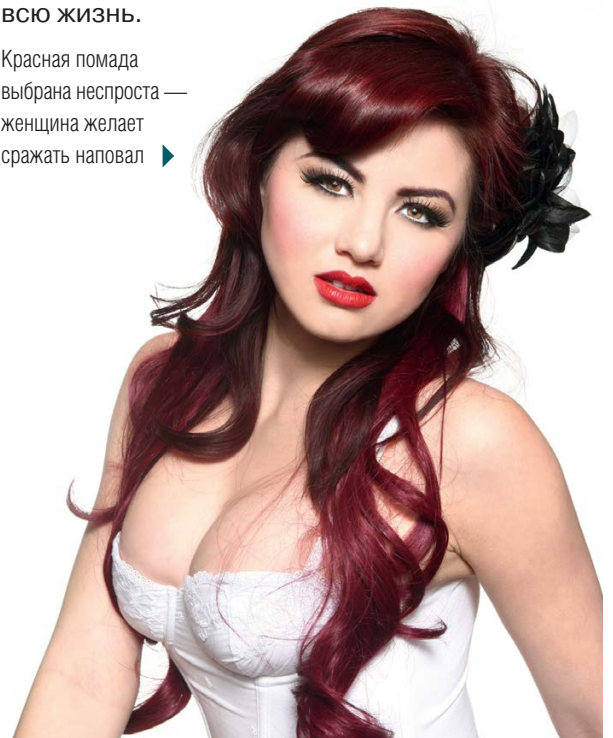
Как вы считаете, что чаще всего не устраивает в себе представительниц прекрасного пола? На этот вопрос легко ответить, если из-

учить статистику пластических операций. Ее данные говорят о том, что большинство дам стремится изменить свои губы. Чаще всего за образец они выбирают рот знаменитой Анжелины Джоли. Актриса который год входит в десятку самых сексуальных голливудских див. Мужчины от нее просто без ума, а ее губы называют роскошными и манящими.

Тем, кто не решается на пластические операции, косметические фирмы предлагают для привлечения мужского внимания обилие тонов губной помады, но коварные соблазнительницы всего мира по-прежнему останавливают свой выбор на ярко-алом. Дело в том, что красный цвет помады на подсознательном уровне используется для имитации покрасневших половых губ сексуально возбужденной женщины.

Искусство привлечения противоположного пола — тонкая наука, имеющая множество нюансов. Ее можно сравнить с алхимией: недодержал — не получил нужный эффект, передержал — все испортил и получил совершенно обратное ожидаемому. Недоиграли — вас не заметили, переиграли — вас обозвали хамом или сочли легкодоступной женщиной. Мера превыше всего! Именно она поможет не только завоевать понравившегося человека, но и удержать его рядом с собой на длительное время, возможно, на всю жизнь.

Красная помада выбрана неслучайно — женщина желает сразить наповал ▶



# Практическое применение физиогномики

## Способности

Почему так много людей выбирают неверный жизненный путь? Все начинается в детстве. Чаще всего виноваты родители, которые всегда «лучше знают», что нужно для их чада. Разумеется, они руководствуются самыми благими намерениями (хотят, чтобы дети пошли по их стопам либо овладели хорошо оплачиваемой престижной профессией), но при этом изо всех сил препятствуют развитию у детей одних способностей, усиленно формируя совсем другие. Навык определения у человека тех или иных способностей по форме лица и другим физиономическим признакам весьма полезен не только родителям, но и работодателям при отборе персонала, педагогам для дифференциации процесса обучения, и вообще всем — для выбора правильного жизненного пути.

**Квадратное лицо** указывает на наличие решительных идей. Люди с такой формой

лица обладают непреодолимым желанием докопаться до сути вещей, поэтому они неумолимо все рассматривают и исследуют под разными углами. В них присутствует сила наблюдения и мощь анализа, которая заставляет браться за решение сложнейших проблем. Все свои начинания они доводят до конца, поскольку характеризуются постоянством, терпением и отличаются упорством. Их способности наиболее развиты в таких областях, как философия, математика и точные науки.

Недостаток фантазии и неспособность идеализировать жизнь делают людей с квадратным лицом абсолютно невосприимчивыми к искусству. Им присущ скептицизм, а постоянные сомнения — прямой путь к материализму.

Винсент Ван Гог — голландский постимпрессионист. Живописью он начал заниматься в довольно зрелом возрасте, а до этого продавал книги в магазине, был служащим торговой фирмы, учителем, помощником проповедника. Его творческий путь был совсем коротким, около десяти лет, но за этот срок Ван Гог создал свыше полутора тысяч гениальных произведений. И не удивительно, стоит только посмотреть на форму его лица (треугольник), глубоко посаженные глаза, маленький подбородок, и сразу становится понятно — этот человек обладал несомненными способностями к искусству.



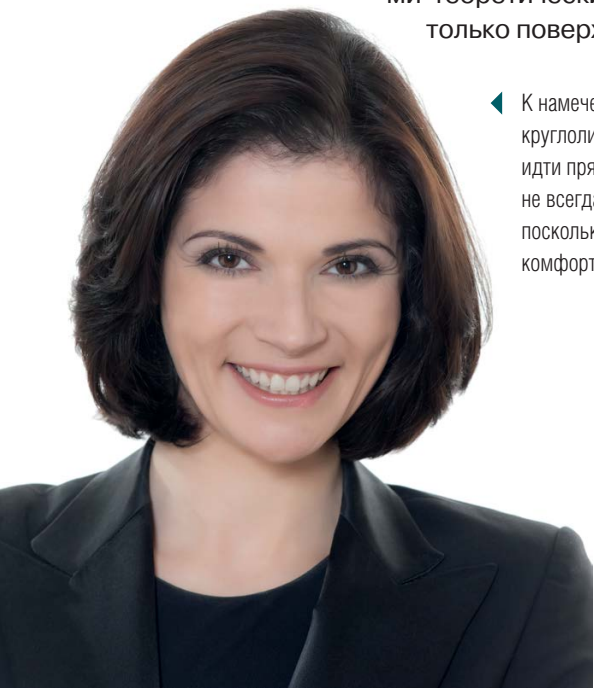


Эгоисты от природы, эти люди нечувствительны, не сострадательны и не отличаются снисходительностью. Они справедливы, но не великодушны, любезны, но любезность эта основана на трезвом расчете. Их сердцем правит голова, им недоступно чувство любви.

Люди с квадратным лицом способны долгое время обходиться без общения. Они прекрасно переносят одиночество, но умеют дорожить отношениями с партнером и семьей. Особую трепетную любовь они испытывают к своим детям.

**Круглое лицо.** Людей такого типа отличают инициативность и энергичность. Они весьма деятельны. Моментально приводят в исполнение все планы. Их ждет успех там, где требуется быстрота реакции и смелость. Склонные командовать, они не особенно любят подчиняться, а поспешность их суждений и действий не дает им занять прочное лидирующее положение. Кроме того, круглолицые люди достаточно прямолинейны, но недостаточно решительны в отношениях. Способности таких людей лежат в практической области. В теории они не сильны, поскольку не обладают необходимыми фундаментальными теоретическими знаниями, только поверхностными.

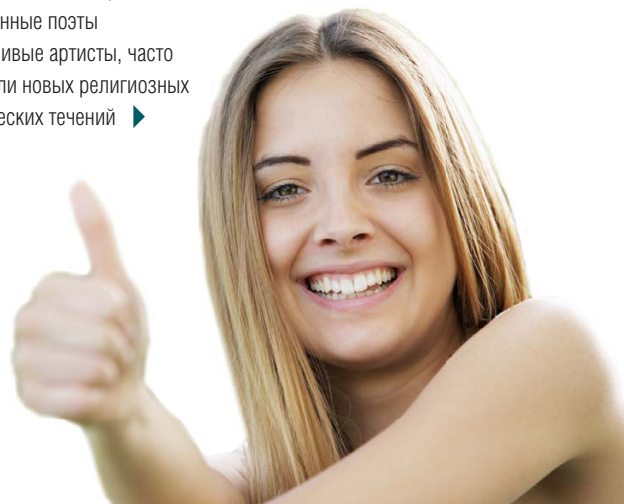
◀ К намеченной цели круглолицые люди способны идти прямым путем, но не всегда достигают ее, поскольку слишком любят комфорт и личное удобство



Круглолицые люди любят поговорить на свободные темы. Они могут быть распочительными, являются большими поклонниками гастрономии, любвеобильны, но не терпят обязательств.

**Овальное лицо.** Обладатели такого типа лиц отличаются интеллектом, подвижностью и сильной впечатлительностью. У них насыщенная, но неустойчивая жизнь, наблюдается довольно частая смена идей и желаний. Такие люди беспрестанно развиваются и весьма быстро увлекаются новыми проектами, но порой их мечты так стремительно меняются, что они не успевают воплощать их в жизнь, а лишь наслаждаются ими в своих фантазиях.

Люди с овальным лицом — вдохновенные поэты и талантливые артисты, часто основатели новых религиозных и мистических течений ▶



Люди с овальным лицом часто начинают заниматься множеством дел одновременно и в результате мало что доводят до конца. Бывая слабохарактерными, в то же время они нелегко поддаются управлению, поскольку постоянно находятся во власти какой-либо идеи и обладают большим упрямством и сильным духом сопротивления.

Обладатели овальных лиц легко ускользают от любого ига, делая вид, что подчиняются ему. Они не отличаются особой храбростью и подвержены различным страхам. С людьми сходятся легко, но ни к кому не привязываются, поскольку чувствуют себя всегда на порядок выше по уровню развития и интеллекта.

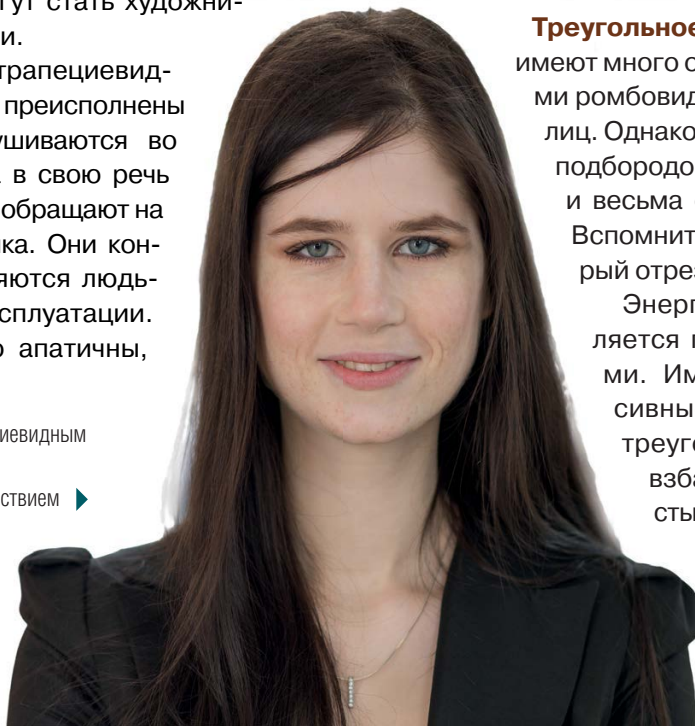
Такие люди влюбчивы и романтичны, ветрены и капризны, наделены фантазией, избретательны в повествовании, любознательны и любопытны. Они умеют принимать и быстро обрабатывать информацию, присваивая ее себе и ловко выдавая за плоды собственного интеллектуального труда. Это люди ума и вдохновения. Они верят в чудеса и не хотят понимать ничего как в практике, так и в теории. Про таких говорят «мягкотелые интеллигенты».

Носителям овальных лиц близки оккультные науки, у них есть способности к хиропрактикам и медитации, предрасположенность к предчувствиям и пророчествам. Их склад ума интеллектуален, а интуиция развита. Такие люди могут становиться экстрасенсами и магами.

**Трапециевидное лицо** указывает на завидный здравый смысл своего обладателя. Практицизм — одна из главных черт таких людей, они реалисты в полном смысле слова. При этом начисто лишены воображения и никогда не могут стать художниками или поэтами.

Обладатели трапециевидной формы лица преисполнены тщеславия, вслушиваются во время разговора в свою речь и мало внимания обращают на слова собеседника. Они консервативны, являются людьми расчета и эксплуатации. Беспечны, часто апатичны,

Желание людей с трапециевидным лицом — наслаждаться беззаботностью и спокойствием ►



Люди с трапециевидным лицом отличаются понукостью и безмерным чувством такта, но умственный кругозор у них весьма узок и не выходит за рамки известного им «положительного». Это приверженцы патриархальных семейных устоев и ценностей.

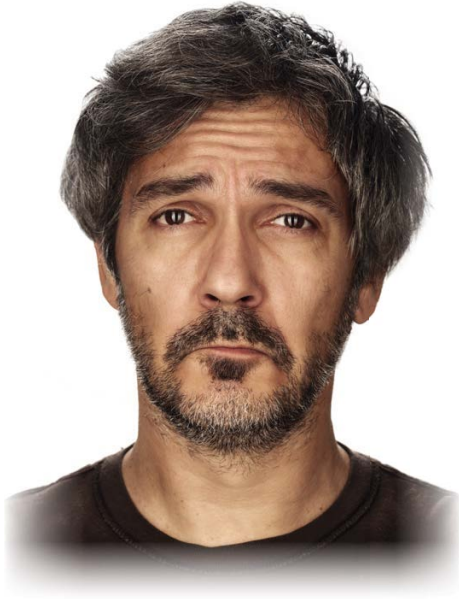
почти всегда ленивы, абсолютно всегда нерешительны. Их способно сбить с толку всякое нововведение, а все неизведанное внушает страх.

Люди такого рода умеют уважать человеческую личность, для них важно общественное мнение. Им знакомо чувство чести. Они любят общаться, устраивать семейные праздники, дружеские вечеринки, посещать театрализованные представления.

Носители трапециевидной формы лица знают, что такое чувственная любовь. Не любят огорчений и стараются избегать проблем. Они хорошие администраторы и совсем плохие исследователи.

**Треугольное лицо.** Люди этого типа имеют много общих черт с обладателями ромбовидного и трапециевидного лиц. Однако маленький заостренный подбородок выдает причудливый и весьма своеобразный характер. Вспомните хотя бы Ван Гога, который отрезал себе ухо.

Энергия таких людей проявляется порывистыми вспышками. Им свойственны импульсивные поступки. Обладатели треугольных лиц отличаются взбалмошностью, склонностью к внезапным капризам.



▲ Человек с лицом-треугольником непоследователен в действиях и неустойчив эмоционально

Они торопятся привести в исполнение свои проекты, пока очередной приступ импульсивности не разрушил все сделанное. Бросаются к новой цели без предварительной подготовки и обдумывания, но могут быть осторожными. Находчивые в выражениях, одаренные острым, живым и неординарным умом, они часто являются хорошими рассказчиками.

Любовь к прекрасному в таких людях борется со склонностью к скептицизму. Они теоретики и успеха могут добиться лишь в областях, связанных с художественным мировосприятием, созданием другого, параллельного, нереального мира, живущего по своим непредсказуемым правилам и законам.

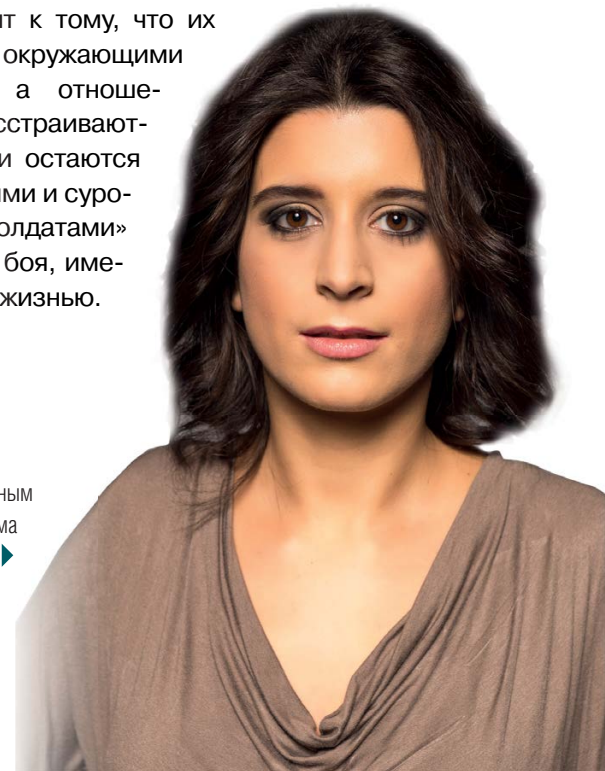
Люди с лицом-треугольником — насмешники, но эта веселость лишь маска. В их душе постоянно живет меланхолия и непонятная тоска. Они пребывают в состоянии печали и разочарования. Порывы энергии и всплески энтузиазма сменяются полным упадком сил.

**Ромбовидное лицо.** Такие люди тоже более сильны в теории, чем в практике. Характеризуются предвзятостью и склонностью к решительным действиям, но их ум не отличается активностью. Они стремятся к власти, но получить ее могут лишь путем больших заслуг. Нередко одновременно выступают мечтателями и мыслителями, философами и идеалистами, но чаще всего это реалисты.

В глубине души люди с ромбовидным лицом — пираны. Однако жизнь ставит их в положение исполнителей, и они мирятся с этим и воплощают свое предназначение весьма добросовестно. В них присутствуют склонность к азарту и рискованным мероприятиям, любовь к путешествиям и мечты о приключениях.

К любви такие люди относятся очень серьезно, что служит источником их бесконечных забот и огорчений. Странность характера и раздражительность, которую они испытывают из-за двойственности своей натуры, часто делает их (и тех, кто рядом) несчастными. Некоторая заторможенность и придирчивость обладателей ромбовидного лица часто приводит к тому, что их связи с окружающими рвутся, а отношения расстраиваются и они остаются одинокими и суровыми «солдатами» на поле боя, имеющем жизнь.

Люди с ромбовидным лицом весьма постоянны ▶



# Лидер ли я?

Данной теме посвящены многочисленные тренинги, выяснением этого вопроса занимаются специальные школы, об этом издано бесчисленное количество книг. Люди платят огромные деньги лишь за то, чтобы узнать, имеют ли они задатки лидера и как они могут их развить. А иногда достаточно просто внимательно посмотреть на себя в зеркало.

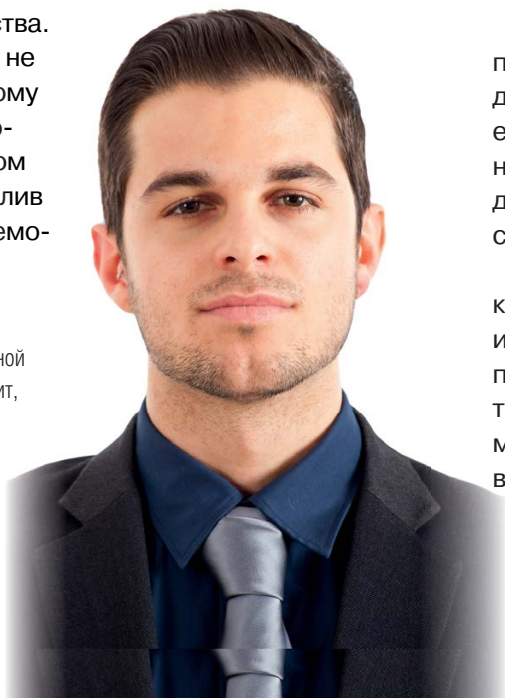
## Форма лица

**Овальная (продолговатая) форма.** Лоб и челюсть одинаковой ширины. Эта форма считается аристократичной и является признаком человека интеллигентного. Ею может обладать лидер-интеллектуал. Его характеризуют спокойный характер, дальновидность, наличие организаторских способностей. Человек с таким лицом вполне может занять высокое положение.

**Ромбовидная форма** принадлежит человеку упрямому, догматичному, жесткому, нередко даже жестокому. Он хороший исполнитель приказов, но жаждет власти и вполне может ее достичь. Проявив все присущие ему качества и воспользовавшись несметными запасами внутренней энергии, такой человек способен дослужиться до генерала и достичь небывало-

го могущества. Этот лидер не станет никому потворствовать, в целом он справедлив и вполне демократичен.

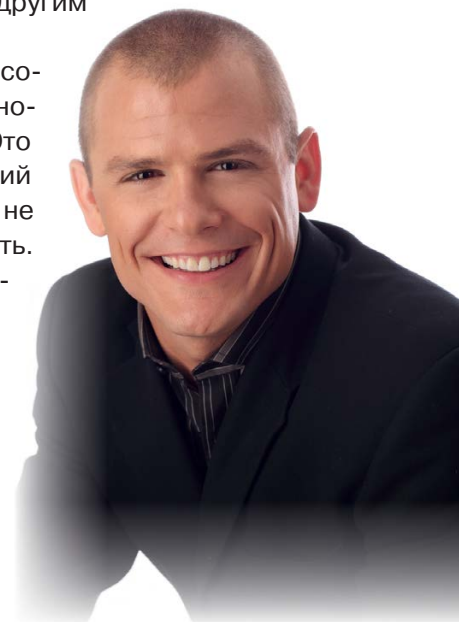
Лицо ромбовидной формы — значит, вы имеете дело с лидером-демократом ▶



**Квадратная форма** — доминантный тип. Оно говорит об успехе. Такое лицо у людей мужественных и несколько грубоватых, упрямых и вспыльчивых, основательных и последовательных. Человек с квадратным лицом обладает твердым характером, доходящим до непреклонности. Он краток и резок в суждениях, поскольку, перед тем как высказать свое решение, обязательно тщательно обдумает его. Этот лидер не переносит, когда ему противоречат, критикует идеи окружающих и навязывает другим свое мнение.

**Круглая форма** ассоциируется с беззаботностью и беспечностью. Это милый человек, любящий радости жизни и вовсе не стремящийся командовать. Он активный, коммуникабельный, веселый, добродушный, но слишком любит комфорт, чтобы стремиться к подвигам.

Уютное домашнее кресло человек с круглой формой лица не променяет ни на какое лидерство ▶



**Трапециевидная форма** говорит о восприимчивости и артистизме. Но бойцовский дух в таком человеке выражен слабо. Считается, что лица трапециевидного типа в основном бывают у женщин, причем мягких, покладистых, ориентированных на домашний уют, семью и семейные ценности.

**Треугольная форма.** Люди, имеющие такое лицо, живут в своем мире, полном чувств и мечтаний, где нет места даже малейшему притязанию на лидерство. Они интересуются только собой. Им нелегко ужиться с другими представителями человечества, да они вообще и не жаждут этого.

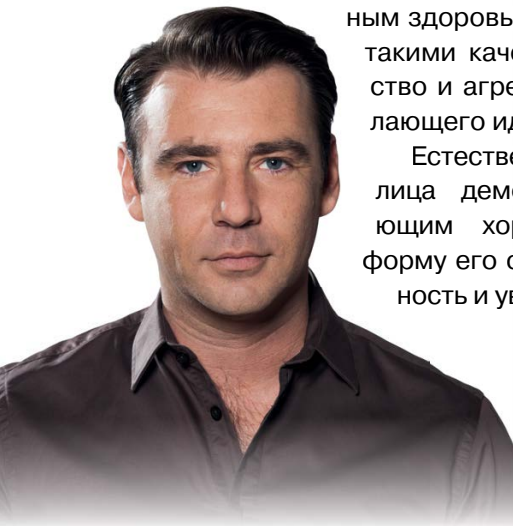
## Цвет лица

Розовое, красное и смуглое лицо сообщает о том, что человек, скорее, способен быть лидером. Белый, бледный или бледно-красный цвет говорит об обратном.

**Розовое лицо** — признак здоровья, уравновешенности и рассудительности.

**Красный цвет** характерен для человека, возможно, не отличающегося отменным здоровьем, но обладающего такими качествами, как упрямство и агрессивность, и не желающего идти на уступки.

Естественный **смуглый цвет** лица демонстрирует окружающим хорошую физическую форму его обладателя, энергичность и уверенность в себе.



◀ Смуглый цвет лица бывает у людей, активно стремящихся отстаивать свои убеждения

Загар на лице — это уверенность в себе и успешность обладателя. Именно поэтому сегодня модно зимой посещать солярий, а летом отправляться на море.

## Волосы

Если **волосы мягкие**, человек не годится в лидеры, поскольку обладает повышенной чувствительностью, эмоциональностью и состраданием к ближнему. А последнее качество ни в бизнесе, ни в политике не приветствуется.

Другое дело, если **волосы жесткие**. Человек вполне может иметь лидерский потенциал, поскольку все необходимые качества для этого у него присутствуют.

Человек с мягкими от природы волосами не годится на роль лидера ▶



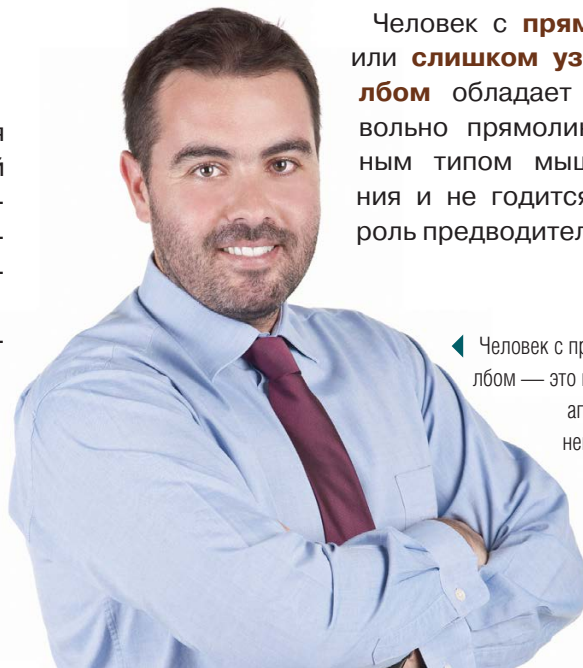
Цвет волос в данном контексте большого значения не имеет. Более жесткими обычно являются темные волосы. А самые мягкие волосы у натуральных блондинов.

## Лоб

Обладатель **крутого лба**, безусловно, лидер, но, скорее, оппозиционный. Он старается во всем находить альтернативные методы, не любит систематизацию, жесткие процедуры и ограничения.

**Покатый лоб** указывает на возможное лидерство, но в довольно консервативной форме. Такой лоб указывает на быстроту ума, но не на его гибкость.

Человек с **прямым** или **слишком узким лбом** обладает довольно прямолинейным типом мышления и не годится на роль предводителя.



◀ Человек с прямым лбом — это натура априори негибкая

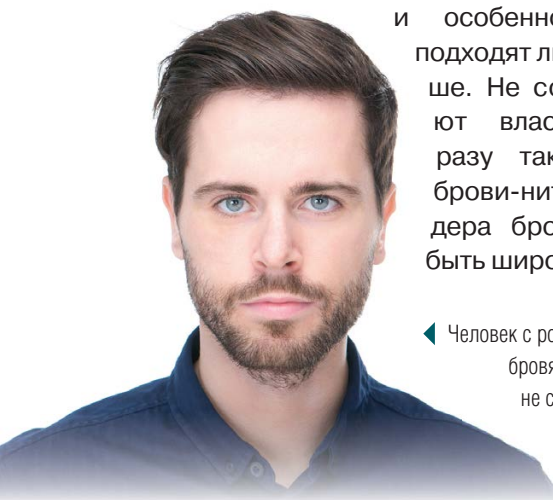
Не стоит примерять на себя роль предводителя людям, не имеющим ярко выраженных надбровных дуг. А вот если лоб лидера имеет к тому же костный гребень или утолщение между бровями, его шансы занять высокую позицию резко повышаются.

## Брови

Брови у лидера должны быть ломаные. Они свидетельствуют о желании держать все под контролем, стремлении быть всегда правым и несомненных организаторских способностях.

Брови полумесяцем, и особенно прямые, подходят лидеру меньше. Не соответствуют властному образу также тонкие брови-ниточки. У лидера брови должны быть широкие.

◀ Человек с ровными и тонкими бровями, скорее всего, не справится с ролью лидера



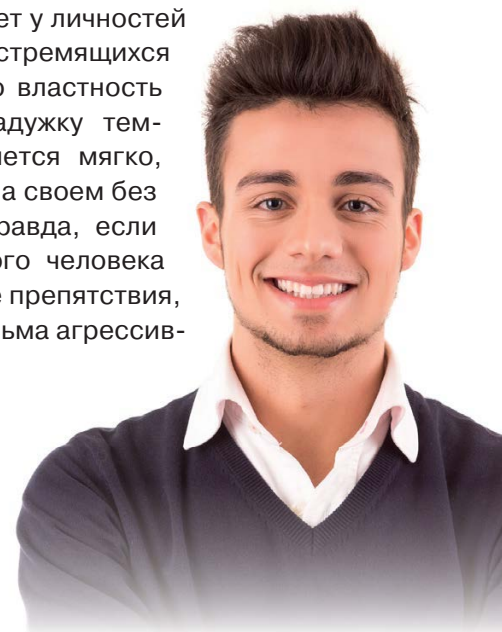
## Глаза

Лидеру лучше иметь близко находящиеся или глубоко посаженные глаза, с некрупной, четко очерченной радужкой, расположенной ровно посередине. Они выдают человека властного, обладающего большим авторитетом, который вполне может стать значимым политиком.

Цвет глаз для лидера предпочтителен стальной, карий, а лучше черный. Послед-

ний чаще всего бывает у личностей самостоятельных, стремящихся к господству. Однако властность людей, имеющих радужку темного цвета, проявляется мягко, они умеют настоять на своем без лишней грубости. Правда, если на пути к цели такого человека встречаются серьезные препятствия, то он может стать весьма агрессивным.

Из темноглазых людей могут получиться демократичные лидеры ▶

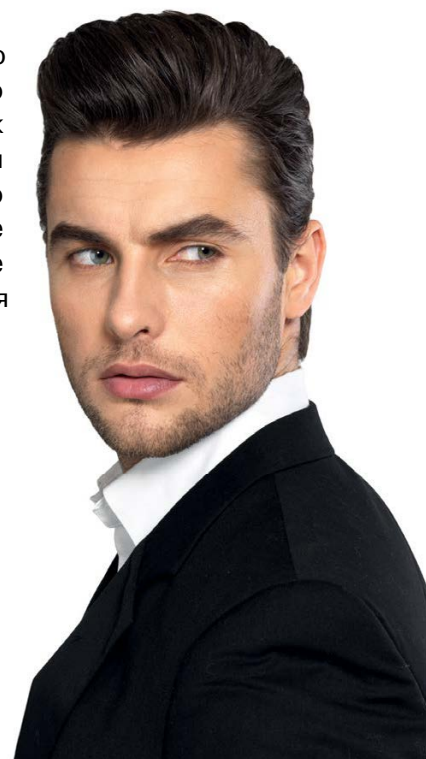


Глаза лидера обыкновенно излучают доброжелательность, но взгляд порой делается пристальными, жестким и властным. На большинство людей это действует нужным образом.

## Скулы

Скулы у потенциального лидера должны быть ярко выражены. Такой человек сразу привлекает взгляды и всеобщее внимание. Его воспринимают в качестве сильной личности даже в случае, если он сам себя таковым не считает.

Лицо лидера отличается высокими скулами ▶



## Нос

Наличие лидерских качеств можно предполагать у обладателей римского носа, а также прямого длинного или носа с горбинкой.

## Рот

Рот у лидера должен быть большой и симметричный, губы сжаты. Это сообщает о богатом арсенале личностных качеств, таких как решимость и целеустремленность. Хорошо также, если нижняя губа больше верхней.

*У обладателя большой нижней губы есть огромный дар убеждения. Он позволяет ему просто очаровывать слушателей и принуждать их безоговорочно верить в сказанное. Такой человек предпочитает*

*меньше говорить,  
а больше делать.*



◀ Чрезмерно пухлая нижняя губа — признак чрезвычайной щедрости, которая лидеру не очень подходит

## Нижняя челюсть

На роль лидера может претендовать человек, обладающий широкой челюстью. Он никогда не откажется от запланированного, даже если шансы на успех минимальны. Такие люди преданы идеалам и жестко придерживаются принципов. Желание доминировать в них является всепоглощающим.

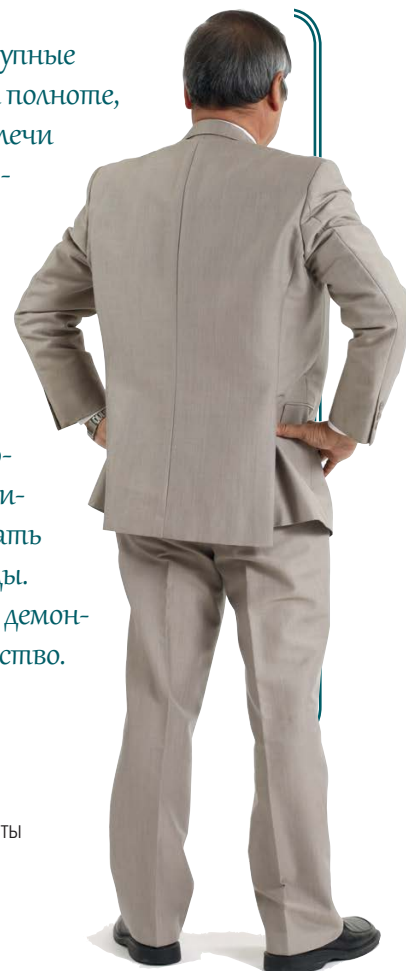
## Фигура и жесты

Одно важное замечание: стационарный физиогномический портрет личности ни в коем случае не может быть окончательным. Для полноты анализа и объективных выводов необходимо изучить не только строение и форму лица человека, но также его мимику, жестикуляцию и манеру общения с другими людьми. Размеры тела воспринимаются обществом не менее значимым показателем общественного положения. Многие лидеры используют это сознательно или инстинктивно: те, кто жаждет самоутверждения, расправляет плечи и за счет этого как бы вырастает и раздувается.

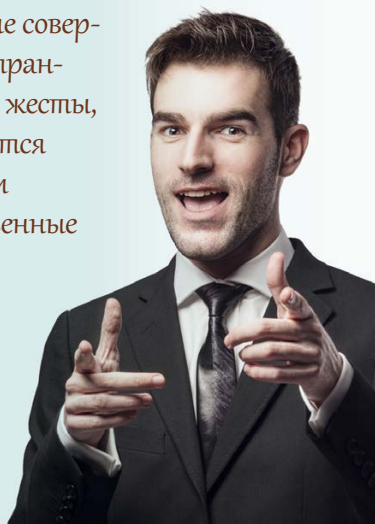
Даже не обладая крупной фигурой, человек, стремящийся утвердить свое лидерство, всегда старается расширить границы личного пространства за счет чужой террито-

*У лидеров часто крупные фигуры, склонные к полноте, плотные спина и плечи прямоугольной формы. Крепкие кости служат таким людям надежной опорой. Грудная клетка хорошо развита: сильные легкие и звучный голос просто необходимы, чтобы повелевать и отдавать команды. Спокойная походка демонстрирует достоинство.*

Лидер занимает много места: ноги расставлены, руки раскинуты или уперты в бока ▶



Люди, которые совершают в пространстве широкие жесты, воспринимаются окружающими как величественные и властные.



Лидер жестикулирует, не стесняя себя в движениях ▶

рии. Движения лидера широки и раскованы, жестикация активная и охватывает большой радиус.

Лидер часто расхаживает по комнате, делая большие шаги и захватывая тем самым все большую площадь. Как правило, это действует безотказно: со временем пространство вокруг него расчищается, а по отношению к остальным людям образуется некая «уважительная» дистанция.

Еще один эффективный способ дать понять окружающим, кто здесь хозяин, — поза. Люди, высоко оценивающие свой статус, си-

Разумеется, невозможно достичь положения лидера, изменив только язык жестов. Те, кто являются доминантами по натуре, используют характерные движения неосознанно. Однако, имея задатки лидера во внешности и характере, вполне можно научиться соотносить слова с невербальными сигналами тела и подкреплять их жестами, присущими доминирующему в обществе человеку.

дят небрежно раскинувшись, заложив руки за голову, развалившись в кресле и даже закинув ноги на стол. Они вполне могут хлопнуть подчиненного по плечу в знак одобрения.

## Профессия

Выбрать профессию непросто. Эта проблема знакома не только большинству школьников и их родителям. Многие взрослые сами неоднократно в течение жизни меняют род деятельности. И все равно часто оказывается так, что к работе душа не лежит, и, окончив престижное учебное заведение и несколько лет отмучавшись на рабочем месте, приходится все фактически начинать с нуля.

Сейчас профориентация школьников очень развита. Да и многие дети, не задумываясь, следуют по стопам родителей, заранее зная все тонкости будущей профессии и то, чего от нее можно ожидать. Однако по-прежнему немало среди нас тех, кто несчастлив лишь потому, что ненавидит свою работу, но не решается

К выбору профессии нужно подходить ответственно, иначе нелюбимая работа превратится в каторгу ▼





изменить жизнь и выбрать что-то другое, сомневаясь, верным ли будет сделанный шаг. Помочь с описанными выше трудностями поможет физиогномика.

Чтобы определить, есть ли у человека качества, необходимые для конкретной работы, нужно рассматривать его внешние признаки не по отдельности, а в совокупности. Так определить подходящую профессию гораздо легче.

Исследование собственных способностей и склонностей других людей поможет принять правильное решение и избежать в будущем досадных ошибок, стоящих порой весьма дорого. Психологические ис-

следования показывают, что по меньшей мере 80 % людей не довольны своей работой. Особенно печально, когда респонденты в возрасте 40–50 лет сообщают, что ненавидят то, чем занимаются, но вынуждены терпеть, чтобы прокормить семью. Эти люди считают годы до пенсии и страдают от нереализованности.

Попробуйте выступить в роли физиогномиста и идентифицировать те профессиональные сферы, которые лучше всего соответствуют вашим способностям и склонностям. Будучи уверенными в наличии необходимых талантов, вы сможете выстроить карьеру и осуществить жизненные мечты.

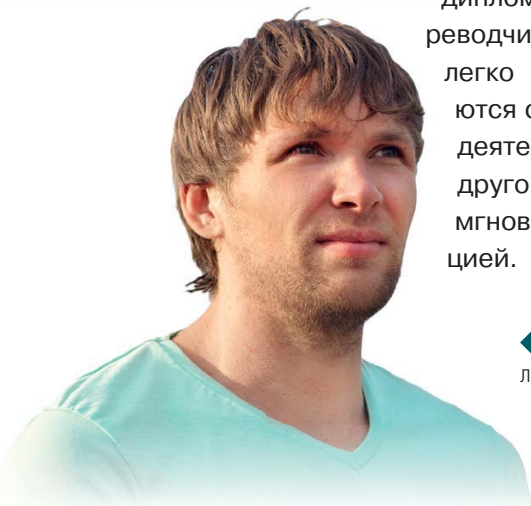
На лице каждого человека явно выражены признаки, указывающие на определенные врожденные способности ▼



## Форма лица

**Круглое лицо** с высокой переносицей, отчетливо выступающими скулами и живыми глазами сообщает об организаторских способностях своего обладателя и его стремлении к общению. Такие люди могут стать:

- предпринимателями — они расчетливы и предприимчивы, обладают терпением и дипломатичностью;
- психологами — они прекрасные собеседники и великолепно умеют слушать, к тому же их нелегко обмануть;
- детективами — они наблюдательны, внимательны, имеют аналитический склад ума и логический тип мышления;
- дипломатами и переводчиками — они легко переключаются с одного вида деятельности на другой, обладают мгновенной реакцией.



◀ Человек с круглым лицом умеет настоять на своем, уверенно движется к своей цели

**Трапецевидное лицо** с широким лбом и тупым подбородком свойственно людям артистичным, чувствительным и интеллигентным. Обладатели таких признаков могут стать:

- дизайнерами — они чувствуют пространство и обладают художественным вкусом;
- преподавателями и воспитателями — они прекрасно умеют ладить с детьми;
- социальными работниками — они создают комфортную психологическую обстановку;
- писателями — они интеллектуалы и обладают достаточно развитым воображением.



▲ Возможно, это будущая писательница или гениальный дизайнер

Людам с трапецевидным лицом не стоип решать денежные вопросы, им также не стоип заниматься бизнесом, экономической и финансовой деятельностью.

**Квадратное лицо** — у людей суровых, прямолинейных, открытых для общения, стремящихся к руководству и успеху. Представители такого физиономического типа могут выбрать профессию:

- политика — они обладают лидерскими качествами, организаторскими способностями и хорошо разбираются в международной обстановке;
- руководителя — они грубоваты, но справедливы, прирожденные командиры и обладают решительностью;
- крупного чиновника — они иногда производят впечатление тугодумов, но на самом деле тщательно продумывают все свои действия, анализируют нюансы и очень редко ошибаются в решениях.

**Треугольное лицо**, снабженное широким лбом, выступающими скулами, некрупным носом, глубоко посаженными глазами и маленьким подбородком, говорит о несомненных талантах в области науки и искусства.



▲ Обладателю треугольного лица свойственны эмоциональность и восприимчивость

Такие люди могут стать:

- учеными — они работоспособны и не завистливы к достижениям других;
- художниками и музыкантами — они эмоциональные, восприимчивые и импульсивные;
- креативными менеджерами — у них много идей, и они готовы щедро ими делиться.

**Овальное лицо** считается признаком аристократичности и высокого положения. Его обладатели могут быть:

- правителями — они справедливы, спокойны и дальновидны;
- туристическими менеджерами — они наделены организаторскими способностями и легко находят контакт с окружающими;
- адвокатами — они скрупулезны и обладают обостренным чувством справедливости.

На овальном лице написаны скрупулезность и организаторские способности ▶



**Ромбовидное лицо** принадлежит природным исполнителям. Такие люди способны быть:

- военными — они обладают логикой, способны четко выполнять распоряжения;
- спортсменами — они чаще всего находятся в хорошей физической форме, энергичны, им нелегко пребывать в бездеятельности;
- бизнесменами и финансистами — им присущи упрямство, догматичность и воля.

Насколько человек прогрессивен, можно узнать, сравнив лицевую и затылочную части головы. Если первая больше — человек насто-

Увеличенная лицевая часть головы характерна для людей публичных, в частности актеров и профессиональных спортсменов. Яркий пример — американская поп-певица Мадонна, которая отличается своими смелыми, новаторскими проектами и обожает находиться в центре внимания.



ящий новатор, он нуждается в признании и одобрении аудитории, всю жизнь играет на публику и стремится быть в центре внимания. Подобный признак можно заметить у лидеров стран или организаций. Они динамичны, действуют решительно, живут завтрашним днем.

## Лоб

По форме лба хорошо считывается склонность к консерватизму или реформаторству. У людей, не склонных к переменам, она округлая, у тех, кто обладает страстью к преобразованиям, — квадратная. Это можно использовать в сфере образования и здравоохранения. Такой человек может выбрать профессию инженера-электронщика или ботаника.

Люди с крутым лбом незаменимы в творческой сфере ▶



Бугристый лоб с многочисленными выпуклостями указывает на широту воображения. Причем чем ярче выражены эти выпуклости, тем явственнее способность мыслить образами. Данное качество пригодится во многих сферах, например в актерской профессии (умение вживаться в роль) или писательском деле.

Если лоб скошен назад, человек способен быстро думать и мгновенно давать ответ. Ему подходят профессии пожарного, полицейского, медработника, комика или агента по продажам. Если лоб крупной, человек способен выдавать оригинальные идеи, что весьма кстати для дизайнеров, модельеров, художников и т. д.

## Уши

Форма уха может указывать на множество различных способностей. Но если внешний край ушной раковины округ-

лый, это прежде всего говорит о хорошем музыкальном слухе. Природная музыкальность дает человеку возможность не только стать исполнителем, танцором или композитором, но и успешно работать в области звукорежиссуры, быть настройщиком музыкальных инструментов или изучать, скажем, голоса птиц, а то и попробовать себя в роли музыкального критика.

Прямая линия завитка раковины указывает на способность к новаторству. Такие люди — генераторы идей, им нравится начинать с нуля новые проекты. Это первопроходцы и выдумщики, чьи способности можно использовать в креативном планировании.

Люди, у которых мочки ушей крупные, интересуются растениями и животными. Они могут стать прекрасными ветеринарами, садовниками, селекционерами, биологами и специалистами по защите окружающей среды.

Высота расположения ушей выдает степень идеализма в человеке. Если уши расположены низко — перед вами идеалист. Если они находятся выше уровня ноздрей, их обладателю свойственна реалистичность.

◀ Круглая форма верхнего края ушной раковины поможет распознать будущего музыканта



## Брови

Брови, образующие пирамидку ближе к внешнему краю, так называемые ломаные, имеют люди, обладающие способностью к проектированию. Они могут похвастаться пониманием того, как устроены те или иные вещи: дизайн интерьера, производство искусства, план здания или ведение бизнеса. Им дано мгновенно разложить любое явление на составляющие, а потом собрать детали воедино. Такие люди склонны к целостному восприятию, а потому могут смело выбрать профессию архитектора-проектировщика, дизайнера, фотографа или руководителя пресс-центра, заняться разработкой проектов или планированием разного рода мероприятий.

Если брови имеют форму полумесяца, у личности есть явные способности к инженерии и конструированию. Такому человеку нравится процесс соединения частей в единое целое. Он не видит конечный результат так отчетливо, как обладатель ломаных бровей, но ему определенно нравится собирать головоломки. Данные качества хороши для машиностроителя, звукооператора, плотника, мастера по свету, веб-дизайнера, конструктора одежды, флориста. Человек с округлыми бровями может заниматься как

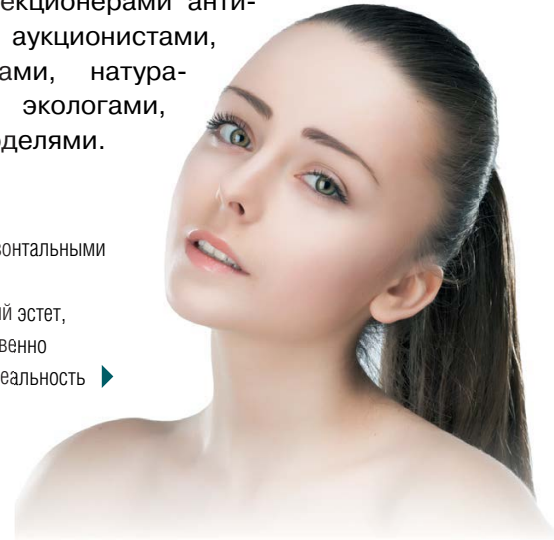
сбором конкретного оборудования, так и координированием проектов.

Прямые брови указывают на наличие эстетического вку-

◀ Природные способности людей с ломаными бровями позволяют им заранее увидеть в законченном варианте то, что находится в стадии разработки

са и чувство гармонии. Такие люди являются настоящими ценителями прекрасного, живут в окружении красивых вещей, но очень редко создают что-либо сами. Они могут быть коллекционерами антикварами, аукционистами, кинозвездами, натуралистами, экологами, а также моделями.

Человек с горизонтальными бровями — это впечатлительный эстет, склонный чувственно воспринимать реальность ▶

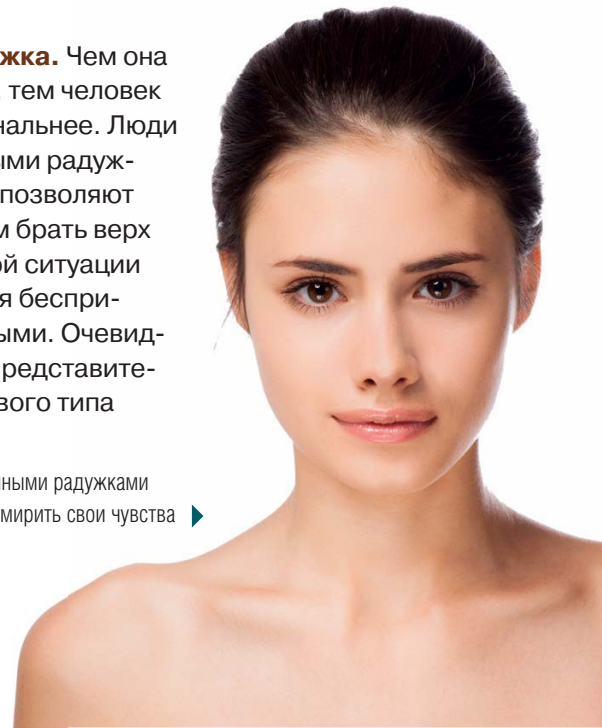


Если у человека брови подняты высоко, он более осмотрителен в своих действиях и суждениях. Если они расположены низко, их обладатель реагирует на ситуацию мгновенно.

## Глаза

**Радужка.** Чем она меньше, тем человек эмоциональнее. Люди с крупными радужками не позволяют чувствам брать верх и в любой ситуации остаются беспристрастными. Очевидно, что представителям первого типа

Люди с крупными радужками способны усмирить свои чувства ▶



не стоит руководить, например, крупным бизнес-проектом, зато вполне можно организовать театральный коллектив или открыть школу танцев. Представителям второго типа, наоборот, прямой путь в политику и бизнес — они умеют быть беспристрастными и рассудочными.

*Обладатели светлой радужки хорошо работают самостоятельно. Люди с темным цветом глаз имеют отличную реакцию. Обратите внимание, сколько темноглазых людей среди футболистов и представителей других активных видов спорта.*

**Взгляд.** Чем он глубже и яснее, чем больше в нем блеска, тем большим обаянием обладает человек. Такой взгляд нужен людям, работающим в сфере продаж. А если у человека к тому же низко расположены брови — он просто обязан податься в торговлю. Кроме того, он может выбрать карьеру дипломата, священника, психолога и, конечно, актера.

**Расстояние между глазами.** Люди с близко расположенными глазами, обладают быстрой реакцией и делают все по правилам. Они более внимательны к деталям, эмоциональные и пылкие. Часто становятся религиозными лидерами и возглавляют различные движения. Из них могут получиться отличные инспекторы, адвокаты и врачи. Такие люди в работе не допускают ошибок и не выносят небрежности. У них сильно развито чувство справедливости.

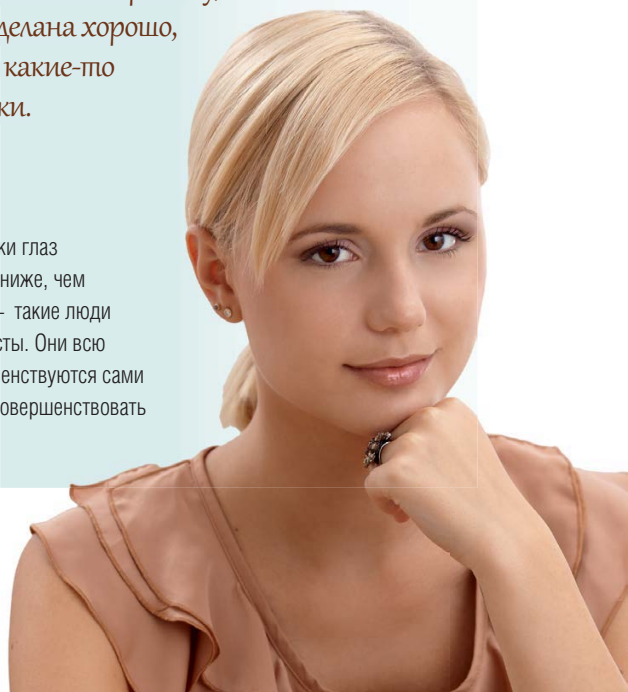
*Из людей с близко посаженными глазами получаются превосходные бухгалтеры, учителя и инструкторы — они всегда сосредоточены и отлично справляются с работой, где важны детали.*

Люди, у которых глаза широко расставлены, отличаются невозмутимостью и терпением. Эти признаки важны для бизнесменов и политических лидеров, а также представителей профессий, требующих постоянного контроля над многочисленными сферами.

**Уголки глаз.** Если внутренние уголки глаз располагаются на одном уровне, перед вами обычный человек. А вот если один уголок выше другого — это указывает на неординарность мышления, свойственную людям творческим. Им ничего не стоит найти новые решения и сгенерировать новые идеи. Обладатели таких глаз могут стать писателями, работниками киноиндустрии, дизайнерами, художниками, фотографами и изобретателями.

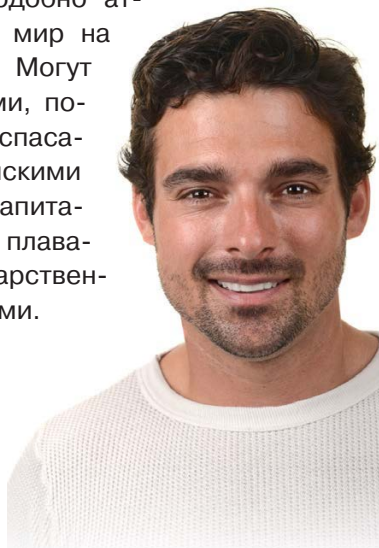
*Если у человека внешние уголки глаз расположены ниже, чем внутренние, — это природные криптики. Они склонны замечать все недочеты в деятельности других. Им подойдет профессия редактора, оператора, хирурга, искусствоведа, литературного, музыкального или кинокриптика, пилота и профессионального водителя. Приподнятые вверх уголки глаз свидетельствуют о низком уровне криптичности. Эти люди, скорее, обратят внимание на работу, которая сделана хорошо, нежели на какие-то недостатки.*

Внешние уголки глаз расположены ниже, чем внутренние — такие люди перфекционисты. Они всю жизнь совершенствуются сами и пытаются усовершенствовать других ▶



**Глубина посадки глаз.** Люди с глубоко посаженными глазами весьма обстоятельны. Они воспринимают чрезвычайно серьезно все: обязанности, жизнь, весь мир. Принимают на себя ответственность за других и, подобно атлантам, держат мир на своих плечах. Могут быть инженерами, полицейскими, спасателями, армейскими командирами, капитанами дальнего плавания либо государственными правителями.

Людам с глубоко посаженными глазами стоит поручать ответственные дела ▶



## Веки

Положение век, точнее, степень их открытости, определяет склонность к анализу. Если верхнее веко полностью, или почти полностью закрывается нависающей над ним кожной складкой, это указывает на огромные аналитические способности. У такого человека всегда много вопросов, он должен собрать все относящиеся к делу факты и подвергнуть их тщательному рассмотрению, прежде чем действовать.

Если такие веки сочетаются с близкорасположенными глазами, прямым носом и острыми чертами лица, такой человек будет изучать



◀ Человека, у которого верхнее веко полностью или почти полностью закрывается кожной складкой, всегда интересуют детали

предмет досконально до тех пор, пока не обретет уверенность в том, что владеет полной информацией. Он может стать шахматистом, составителем кроссвордов, представителем любой технической специальности, химиком, биологом, геологом, врачом (особенно диетологом), следователем и исследователем в любой области или агентом спецслужб.

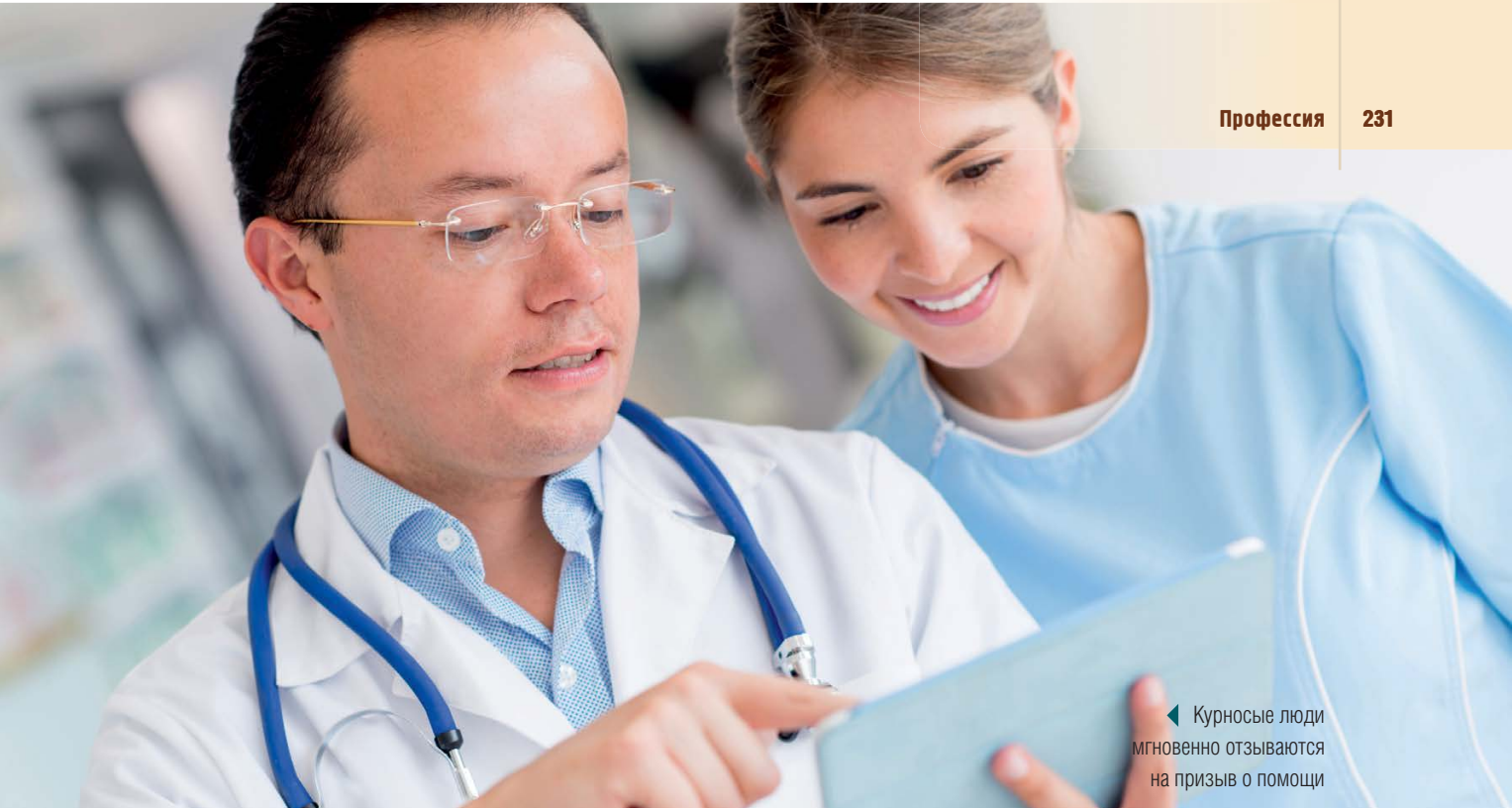
Люди с полностью открытыми веками предпочитают действовать, едва уловив идею и не уточняя детали. Они оценивают ситуацию мгновенно и скорее интуитивно, чем на основе анализа. Могут быть хорошими менеджерами и организаторами в тех областях, где решения принимать нужно быстро, не тратя времени на долгие разговоры и многочасовые совещания.

## Нос

**Курносый нос** означает готовность помогать другим. Таким людям стоит искать себя в профессиях, связанных с уходом за больными, волонтерством, консультированием. У них врожденные качества сиделки. Лучшие профессии для курносых — врач или медсестра, сиделка, официант, священник, секретарь, сотрудник благотворительной организации, работник социальной службы или сферы услуг.

*Курносым представителям человечества не стоит вести собственный бизнес, поскольку они не умеют говорить нет и не могут быть суровыми с должниками. А если они еще обладают пухлой нижней губой и плотно прижатыми к голове ушами — то вообще готовы работать без вознаграждения, лишь бы помочь нуждающимся.*

Так называемый **римский нос** — удлинённый, с загнутым вниз кончиком — указывает на то, что его владелец стремится главенство-



◀ Курносые люди мгновенно отзываются на призыв о помощи

вать. Люди с подобными носами часто озабочены материальным положением и постоянно ищут способы увеличить свое богатство. Из них выходят отличные бизнесмены. Они настолько ловко умеют управляться с деньгами, что добиваются в финансовом мире грандиозных успехов. При этом могут превосходно контролировать чужой труд.

Классический пример успешного бизнесмена с римским носом — Билл Гейтс.

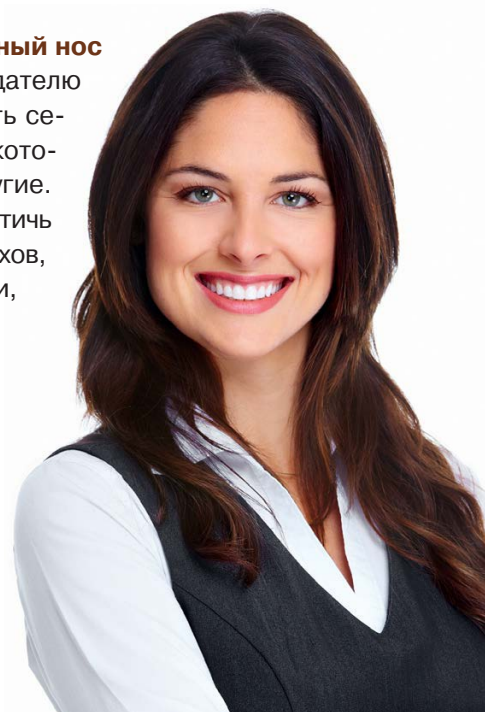


Человеку с **прямым носом** свойственны в равной степени качества руководителя и подчиненного. Ему можно становиться биржевым маклером, бухгалтером, руководителем среднего звена, адвокатом или банкиром.

Если нос крючком — человек очень скуп. Он изо всех сил цепляется за материальные ценности: живет скромно, но умирает миллиардером.

**Длинный заостренный нос** сообщает, что его обладателю очень нравится получать секретную информацию, которой не располагают другие. Такие люди могут достичь весьма больших успехов, работая следователями,

Обладатели длинных носов скрупулезны и вьедливы, они способны пустить в ход любые средства, лишь бы добыть секретные сведения ▶





Нос картошкой, как и очень длинный, означает любопытство. Чем он круглее, тем сильнее данное чувство. Но это не праздный интерес, а здоровая любознательность — качество, которое позволяет человеку достигнуть высокого положения. Нос картошкой у бывшего президента США Билла Клинтона.

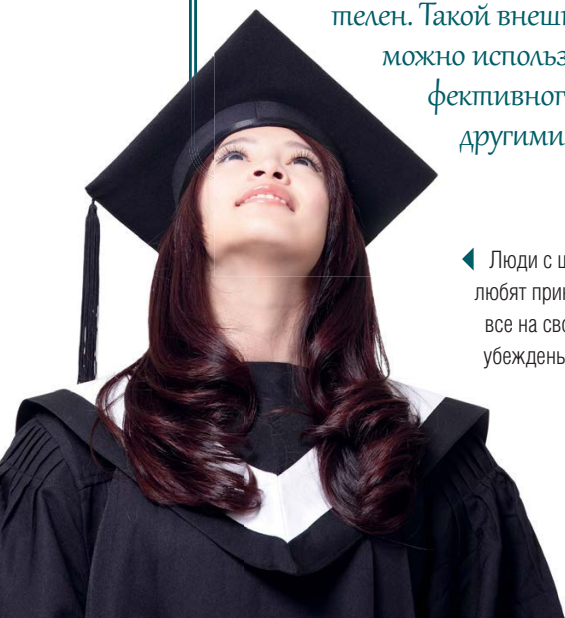


разведчиками, частными детективами, сотрудниками госбезопасности и журналистами.

Если у обладателя острого носа к тому же заостренные черты лица, то к вышеназванным качествам добавляются быстрая реакция, пе-

Ширина крыльев носа указывает на уверенность в себе. Чем она значительнее, тем более человек независим и решителен. Такой внешний признак можно использовать для эффективного руководства другими.

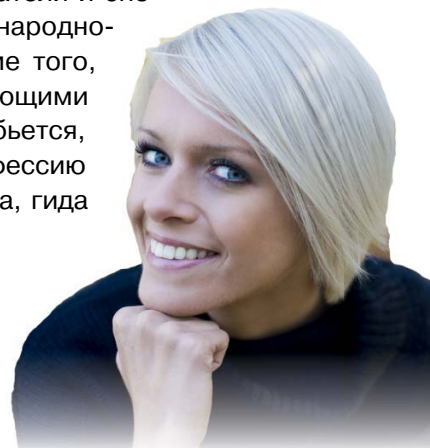
◀ Люди с широкими крыльями носа любят принимать решения и делать все на свое усмотрение, поскольку убеждены, что им лучше известно, чего хотят окружающие



дантичность и аккуратность. Ему подойдет профессия стоматолога, диетолога, фармацевта, адвоката или спортивного тренера.

## Скулы

Выступающие скулы — признак авантюризма. Чем ярче они выражены, тем больше человек жаждет приключений и перемен. Из таких людей получаются хорошие исследователи, первооткрыватели и специалисты по международному маркетингу. Кроме того, человек с выступающими скулами много добьется, если выберет профессию туристического агента, гида или стюардессы.



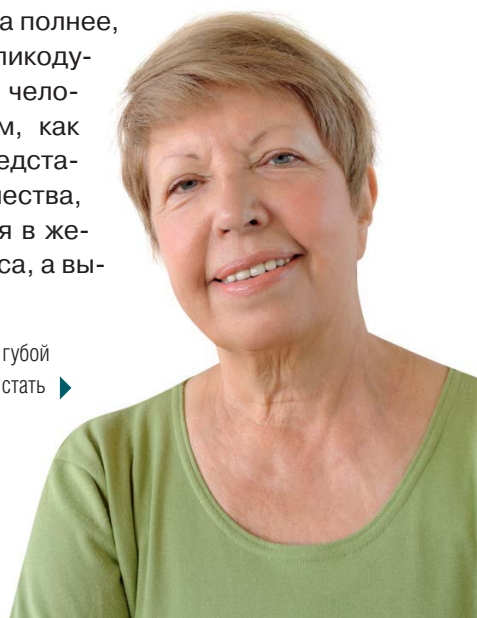
Человек с ярко выраженными скулами жаждет приключений ▶

## Губы

**Верхняя губа** выдает любителя поговорить. Чем она толще, тем более словоохотливее ее обладатель. Ему подойдет любая профессия, связанная с общением: политик, ведущий, адвокат, спикер, журналист, преподаватель, переводчик, чтец-декламатор.

**Нижняя губа** указывает на щедрость. Чем она полнее, тем большим великодушием отличается человек. Таким людям, как и курносым представителям человечества, лучше не соваться в жестокий мир бизнеса, а вы-

Человеку с полной нижней губой акулой бизнеса никогда не стать ▶



брать себе профессию, требующую умения отдавать что-либо другим, например знания.

Расстояние между верхней губой и носом говорит о склонности принимать происходящее близко к сердцу. Чем оно короче, тем восприимчивее человек к критике и тем лучше он желает выглядеть в глазах окружающих. Таким людям можно становиться модельерами, специалистами по эстетике и этикету, консультантами по цвету, стилю и красоте.

Если губы очень сильно выступают вперед, это говорит о том, что человек импульсивен. Данное качество, в сочетании со скошенным назад лбом, — настоящая находка для профессий быстрого реагирования. Таким людям можно становиться врачами скорой помощи, пожарными, дикторами, ведущими прямого эфира, аукционистами, переводчиками-синхронистами, жонглерами и дрессировщиками.

## Подбородок

Чем **шире подбородок**, тем более властный его обладатель. А если он имеет широкое лицо, то ему на роду написано стать сильным лидером. Такие люди очень решительны, умеют брать на себя ответственность, внушать уважение и одним движением брови заставлять повиноваться.

Человек с **узким подбородком** отличается строптивостью. Он всегда сопротивляется, если им командуют и автоматически дает отпор любому давлению. Ему не стоит выбирать работу в коллективе, лучше трудиться самостоятельно, например писать романы, создавать сайты или мастерить что-то своими руками.

Обладателям узкого подбородка лучше работать в одиночестве ▶



**Прямоугольный подбородок** выдает любителя поспорить. Такие люди мгновенно реагируют не только на слова, но и на физические раздражители. Им можно становиться посредниками и адвокатами, гимнастами, боксерами или тренерами.

## Здоровье

Физиогномику в медицине используют давно. Постановку диагноза по внешним признакам практиковал еще знаменитый врач Гиппократ. А полтора столетия назад русский ученый Николай Иванович Пирогов составил атлас, который назвал «Лицо больного». Согласно его теории каждое заболевание оставляет на лице человека характерный отпечаток.

Физиономическая диагностика заболевания получила широчайшее распространение в Китае и других странах Востока. Без тщательного осмотра лица пациента китайский целитель не поставит окончательный диагноз.



▲ Физиогномика помогает диагностировать заболевания и выявлять предрасположенность к ним

## Брови

**Густые брови:** у мужчин — нормальный гормональный баланс, у женщин — недостаточная функция половых желез и раннее наступление климакса.

**Редкие брови:** у мужчин — недостаточная функция половых желез, у женщин — нехватка эстрогенов.

**Ранняя седина** — склероз мозга.

**Опущение одной брови** — односторонняя мигрень.

**Редкие брови от висков** — гипофункция щитовидной железы.

**Вертикальная морщина в межбровье** — хронический синусит.

**Сросшиеся брови** — вероятное нарушение мозгового кровообращения, предупреждение о возможных судорогах, эпилепсии, апоплексии.

## Глаза

**Замутненные глаза** — вероятность инфекции.

**Запавшие глаза** — истощение.

**Красные глаза** — простудное заболевание, конъюнктивит.

**Дрожащие глаза** — возможен множественный склероз.

**Желтоватые склеры** — нарушение функции печени, подозрение на гепатит.

**Красноватые прожилки** — застой крови в венах.

**Неестественный блеск** — гиперфункция щитовидной железы.

**Матовый взгляд** — сердечные проблемы.

**Остекленелый взгляд** — слабость организма.

**Пустой взгляд** — кишечные заболевания.

**Отсутствие слез** — нехватка витамина А.

## Веки

**Впалые верхние веки** — нервное перенапряжение.

**Припухшие верхние веки** — сердечные нарушения.

**Отвисшие верхние веки** — нарушение минерального баланса.

**Впалые нижние веки** — нервное истощение.

**Впалые фиолетово-сиреневые веки** — недостаток железа.

**Припухшие нижние веки** — нарушение функции почек.

**Пигментация нижних век** — геморрой.

**Впалые нижние веки темно-фиолетового цвета** — неврастения.

**Впалые нижние веки коричневатого цвета** — анемия.

**Припухшие красновато-синюшные веки** — нарушение деятельности мочевого пузыря.

**Припухшие зеленовато-серые веки** — избыток мочевой кислоты.

**Припухшие восковые веки** — сердечная недостаточность.

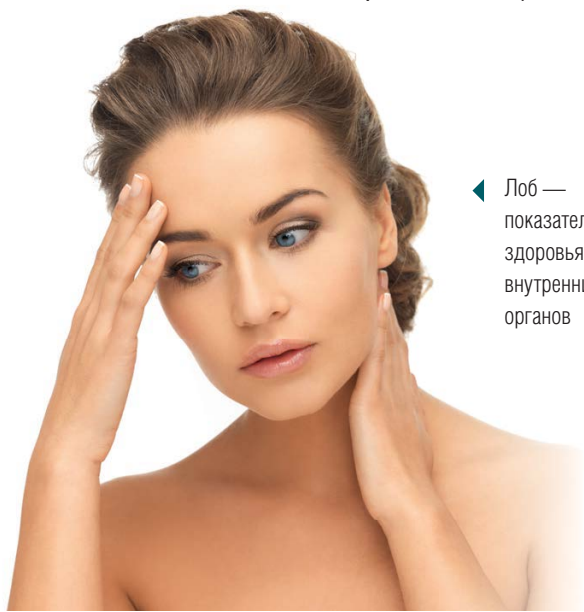
## Лоб

**Бледный лоб** — гипотония.

**Уплотнение кожи** — ослабление почек.

**Глубокие складки** — ослабление печени.

**Грязно-коричневые пятна у линии волос** — перегрузка печени (наблюдается при беременности).



◀ Лоб — показатель здоровья внутренних органов

## Нос

**Покрасневший нос** — гастрит.

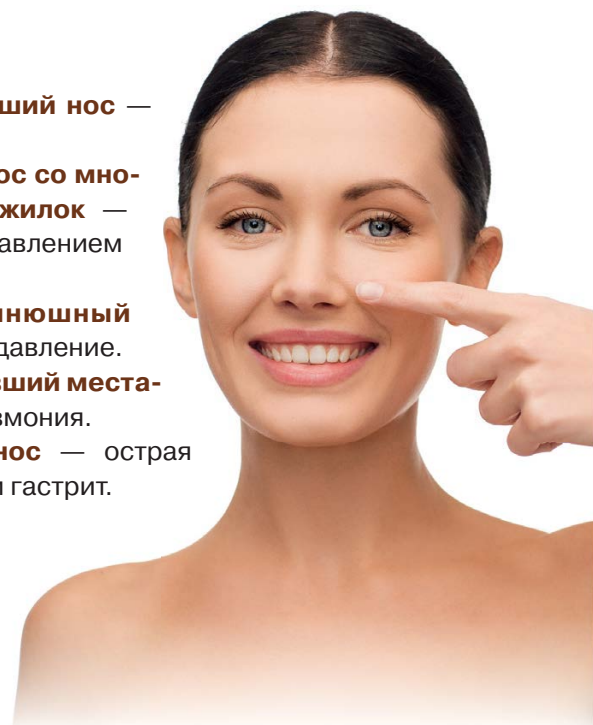
**Красный нос со множеством прожилок** — проблемы с давлением и сердцем.

**Красно-синюшный нос** — низкое давление.

**Побледневший места-ми нос** — пневмония.

**Бледный нос** — острая пневмония или гастрит.

Нос покажет состояние сердца, печени, селезенки, легких и желудка ▶



**Бронзовый нос** — поражение селезенки, печени.

**Поперечная складка на переносице** — гипофункция щитовидной железы.

**Припухшая переносица** — вероятное наличие полипов.

**Истончившаяся спинка носа** — невроз сердца или перегрузка щитовидной железы.

**Утолщенная спинка носа** — перегрузка печени.

**Обилие кровеносных сосудов возле носа** — тромбоз, воспаление вен.

**Прожилки на крыльях носа** — болезни печени.

**Синюшно-красноватые крылья носа** — заболевания сердца.

**Вогнутый кончик носа** — предрасположенность к язве желудка.

**Вертикальная черта на кончике носа** — хронические проблемы с желудком.

**Белый кончик носа** — язва или нарушение кровообращения.

**Сине-красный кончик носа** — раздражение слизистой желудка.

## Губы

**Напряженные губы** — желудочные боли.

**Сухие губы** — гастрит.

**Бледные губы** — язва, желудочные спазмы.

**Красно-синие губы** — сердечная недостаточность.

**Желтовато-коричневатые углы рта** — печеночная недостаточность.

**Прыщи в углах рта** — болезни желчного пузыря, печени, двенадцатиперстной кишки.

**Заеды** — нехватка железа.

**Морщины над верхней губой** — предупреждение о начинающихся гинекологических заболеваниях.

**Бледный губной желобок** — сердечная недостаточность, проблемы с сердечно-сосудистой системой.

## Кожа лица

**Бледная кожа** — гипотония, анемия, шок.

**Очень бледная кожа** — возможное нарушение пищеварения, болевые ощущения в области легких.

**Красная кожа** — гипертония, апоплексия.

**Периодические, внезапные покраснения** — климакс, возможное наличие злокачественной опухоли в тонкой кишке.

**Внезапно пожелтевшая кожа** — нарушение функции селезенки.

**Бронзовая кожа** — поражение надпочечников.

**Шелковистая глянцевая кожа** — подагра или ревматизм, болезни мочевого пузыря или почек.

**Сморщенная кожа** — проблемы с поджелудочной железой.

**Синюшно-красные губы, щеки и лоб** — бронхит или хроническая астма.

**Пигментация** — гормональная перестройка.

**Кожные угри** — нарушение пищеварения.

**Отечное и одутловатое лицо** — признак больного сердца.

**Аммиачное лицо, неадекватная мимика** — с большой долей вероятности признак шизофрении.

**Покраснения между скулами и носом** — нехватка магния.

Кожа лица отражает  
большинство болезней  
человека ▶



# Алфавитный указатель

## Б

Боди-лэнгвидж 123  
Борода 82  
Брови 33, 79–81, 99–101, 221, 228, 234  
    форма 33  
    ширина 34

## В

Веки 52, 230, 235  
    верхние 52–53  
    нижние 53–54  
Взгляд 46, 120–121, 213–214, 229, 234  
    разновидности 47–51  
Волосы 102–104, 209–211, 220  
    блондины 106–107  
    брюнеты 104–105  
    прикосновения 108  
    русоволосые 107  
    рыжеволосые 107–108  
    шатены 105

## Г

Глаза 34, 221, 234  
    расположение 35–36, 229–230  
    форма 39–46  
Голова 91  
    движения 94–97  
    прикосновения 93–94  
    размер 91–92  
    форма 92  
Губной желобок 71–72  
Губы 69–71, 121–122, 232–233, 235

## Ж

Жесты 124, 138–140, 187, 192–194, 222–223  
    агрессия 199–202  
    барьерные 182–186  
    вторжения 177–180  
    защиты 180–182  
    коммуникативные 187–188  
    несогласие 198–199

    принятие решения 197–198  
    руками 148–159  
    связанные с ушами 101–102  
    связь с возрастом 190–191  
    — — социальным статусом 191  
    сексуальное привлечение 202–214  
    ситуативные 188–190

## З

Здоровье 233–236  
Зрачки 47  
Зубы 73

## К

Конгруэнтность 192

## Л

Линия волос 31  
Лидерство 219–223  
Лицо 15, 18  
    асимметрия 24–25  
    выражение 118–119  
    зоны 22–24  
    прикосновения 87–90  
    форма 18–21, 215–218, 219, 225–226  
    тон 27  
    цвет 26–27, 220, 236



Лоб 28, 119–120, 227, 235  
морщины 32  
форма 28–31, 220

**М**

Мимика 109 *см. также* Эмоции базовые

**Н**

Надглазные мешки 54–55  
Ноги 160–170, 212–213 *см. также* Походка  
длина 161–164  
пальцы 165–168  
положение 168–170  
стопа 164–165  
Ноздри 62–63  
Нос 56, 121, 221, 230–232, 235  
кончик 61–62  
размер 56–57  
форма 58–59

**О**

Оценка:  
другого 197  
себя 195–196

**П**

Переносица 60–61  
Подбородок 77–81, 221, 233  
Походка 171–172  
Пространство личное 173–176  
Профессия 223–233

**Р**

Радужка:  
положение 36  
размер 37, 228–229  
цвет 37–38  
Ресницы 56  
Родинки 84  
у женщин 86–87  
— мужчин 85–86  
Рот 65–66, 221  
размер 66–68  
форма 68–69  
Руки 141–148, 211 *см. также* Жесты руками

пальцы 144–148  
форма ладони 141–144

**С**

Скулы 64, 221, 232  
Способности 215–218

**Т**

Тело:  
тип 130–138  
форма 125–129

**У**

Улыбка 74–75  
Усы 83  
Уши 97–101, 227 *см. также* Жесты, связанные с ушами

**Ф**

Физиогномика 8–14  
правила 16–17  
Френология 91

**Ч**

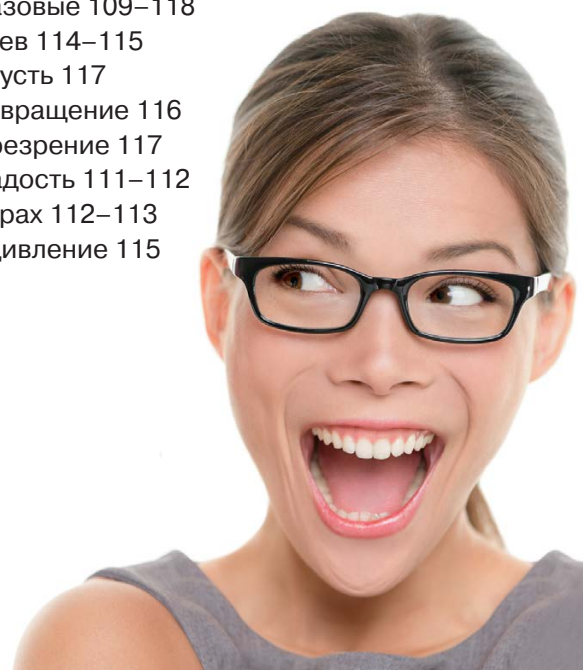
Челюсть нижняя 75–76, 222

**Щ**

Щеки 63, 65

**Э**

Эмоции:  
базовые 109–118  
гнев 114–115  
грусть 117  
отвращение 116  
презрение 117  
радость 111–112  
страх 112–113  
удивление 115



# БОЛЬШАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ЧТЕНИЕ ПО ЖЕСТАМ И ЛИЦАМ

## Елена Атай

Основную часть информации, около 80 %, человек передает с помощью жестов, поз, мимики, взглядов, то есть невербальных сигналов. И только 20 % приходится на слова, произносимые вслух. Вот почему так важно, знать принципы ЧТЕНИЯ ПО ЖЕСТАМ, открытые психологами и мастерами коммуникации, а также учитывать особенности черт лица, чему поможет искусство ЧТЕНИЯ ПО ЛИЦАМ, которое также называют физиогномикой.



Люди порой говорят о себе: «Я наивен». Это неверно. Вернее будет сказать: «Я невнимателен». Если воспринимать только речь собеседника, обращенную к нам, мы никогда не узнаем, что на самом деле он имел в виду.

### В этой книге:

- Древняя и современная физиогномика.
- Искусство чтения лица: от глаз до родинок.
- Что расскажут голова, уши и волосы.
- Как понять скрытые эмоции по выражению лица.
- Что говорит форма тела.
- Форма рук и ног и особенности характера.
- Как понять язык жестов: от знаков вторжения или защиты до символов, отражающих социальный статус.
- Характеристика личности по мимике и жестам: самооценка, согласие или возражение, сексуальное влечение.
- Практическое применение физиогномики: от выбора профессии до основ медицинской диагностики.

*«Взрослый несет ответственность за выражение своего лица»*

*(Конфуций)*

