



**Cuprins:**

**Introducere ... 1**

**Partea I: Artă citirii chipului**

**1: Să începem cu începutul ... 5**

**2: Urechile ... 30**

**3: Sprâncenele și ochii ... 46**

**4: Nasul ... 67**

**5: Gura și filtrumul ... 79**

**6: Fruntea ... 93**

**7: Obrajii ... 107**

**8: Maxilarul și bărbia ... 120**

**9: Părul și linia părului ... 129**

**10: Alunițele ... 141**

**11: Vederea de ansamblu ... 145**

**Partea a doua: Cum să interpretați expresiile faciale**

**12: Expresiile feței spun mai multe decât dumneavoastră ... 158**

**13: Semne de înșelăciune ... 196**

**14: Citirea chipului în viața cotidiană ... 205**

**Concluzie ... 214**

**Anexă: Istoria citirii feței ... 220**

**Note ... 226**

**Bibliografie ... 230**



...schimbători" și „cineva cu un nas mare și rotund bea prea mult". Mi-o amintesc pe bunica spunându-mi că cineva cu o aluniță pe obrazul drept va avea o viață fericită și de succes. Succesul nu va veni la fel de ușor unei persoane cu o aluniță pe obrazul stâng. Această persoană ar putea atinge succesul, dar numai prin multă muncă și efort. În această carte veți afla dacă aceste credințe vechi sunt sau nu adevărate.

### **Cele cinci elemente**

Vechii astronomi, astrologi, geomanceri, medici și cititorii de fețe chi-nezi foloseau cele cinci elemente care sunt: lemn, foc, metal, apă și pământ. Se credea că interacțiunea dintre aceste cinci elemente a creat totul în univers. Elementele pot fi aranjate în moduri diferite. Ciclul de producție este creativ și arată că fiecare element se naște din elementul precedent: Lemnul arde și produce foc. Focul produce Pământ. Pământul produce Metal. Metalul poate fi lichefiat pentru a produce Apă. Apa hrănește și produce Lemn. Fiecare element are un număr de asociații cum ar fi o culoare, un anotimp, o direcție și, util din punctul nostru de vedere, un tip de față.

#### **Lemnul**

**Culoare: Verde**

**Sezon: Primăvara**

**Direcție: Est**

**Tipul feței: lungă, subțire și dreptunghiulară, dar cu o frunte largă și tâmpile adâncite. Nas drept și sprâncene înguste. Cuvinte cheie față: dreptunghiular**

Lemnul este creativ, inovator, sociabil și îndreptat spre comunitate. Persoanele cu o față Lemn sunt optimiste, entuziaste, cu mintea îndreptată spre viitor. Ele sunt logice, bine organizate, competitive și disciplinate. Le place responsabilitatea și muncesc din greu. Au, de asemenea, potențialul unui lider și se simt frustrați ori de câte ori sunt îngrădiți sau limitați în vreun fel. Ele sunt, în mod firesc, persoane blânde, înțeleghătoare și generoase.

#### **Foc**

**Culoare: Roșu**



**Sezon: Vară**

**Direcție: Sud**

**Tipul de față: secțiunea de mijloc largă, cu o bărbie ascuțită, fruntea îngustă, și ochii strălucitori. Păr și sprâncene groase. Cuvinte cheie față: triumfiular**

**Focul încălzește și înveselește, dar poate, de asemenea, arde și distruge. Oamenii cu o față de Foc sunt entuziaști, curajoși, pasionali, egocentriți, empatici și agitați. Această neliniște interioară este adesea dezvăluită de mișcările rapide, uneori nervoase ale trupurilor lor. Oamenilor de Foc le place să stabilească obiective valoroase pentru ei înșiși. Le place, de asemenea, să își asume riscuri și trebuie să fie mereu activi pentru a fi fericiți.**

**Pământ**

**Culoare: Maro, galben**

**Sezon: Vară târzie**

**Direcție: Centru**

**Tipul de față: față mare, pătrată sau alungită, cu un maxilar puternic, gură generoasă și buze pline. Urechile și nasul sunt cărnoase. Cuvinte cheie față: pătrat**

**Pământul este răbdător, sincer, metodic și just. Persoanelor cu o față Pământ le plac activitățile de rutină și sunt de încredere, stabile, practice și conștiincioase.**

**Le displac schimbările și întâmplările neașteptate. Ele sunt, de asemenea, înțeleghătoare, răbdătoare, grijulii, stabile, modeste și prietenoase. Au tendința de a fi rigide și încăpățânate.**

**Metal**

**Culoare: Alb, auriu Sezon: Toamna Direcție: Vest**

**pag. 48-49**

**Persoanele cu sprâncenele subțiri sunt la fel de inteligente, dar preferă să facă un singur lucru odată. De asemenea, ele sunt mult mai echilibrate și mai puțin pasionate în ceea ce privește interesele lor față de persoanele cu sprâncene groase.**



## Ridicate sau joase

În fizionomia tradițională chineză, persoanele cu sprâncenele situate jos și aproape de ochi se spune că sunt ambițioase, nerăbdătoare și dispuse să ajute pe alții. Lor le este ușor să se înțeleagă bine cu alții și sunt abordabili și prietenoși.

Persoanele cu sprâncenele atât de apropiate de ochi încât par să îi apese sunt nerăbdătoare, dezordonate, ușor de supărat și predispuse să se agite.

Adolf Hitler (1889-1945), dictatorul german, este un exemplu bun de persoană cu sprâncenele situate extrem de aproape de ochi.

Se spunea că persoanele cu sprâncene ridicate sunt distante și detașate. Cu toate acestea, erau, de asemenea, tolerante, generoase și sociabile. Obişnuiam să cred că detașamentul și distanța sunt asociate cu persoanele cu sprâncene ridicate deoarece acestea pot părea ca și cum le-ar fi ridicat intenționat, cu intenție interogativă.

Cu toate acestea, asta a fost înainte să stau de vorbă cu o prietenă de-a mea care conduce o agenție matrimonială. Într-o zi m-a sunat ca și cum ar fi făcut o descoperire uimitoare. Mi-a spus că mai mulți clienți bărbați s-au plâns de faptul că unele dintre femeile cu care ea le-a făcut cunoștință erau reci și distante. Ea a observat că toate aceste femei aveau sprâncene situate departe deasupra ochilor. A început să acorde o mai mare atenție sprâncenelor clienților ei, și a constatat că bărbații cu sprâncenele ridicate se înțeleg bine cu femeile cu sprâncenele ridicate. De asemenea, bărbații cu sprâncene joase se înțelegeau bine cu femeile care aveau sprâncene joase. Prietena mea descoperise, de una singură, ceva ce cititorii de chipuri chinezi știau de mii de ani.

Sprâncenele unite, care crează o singură linie, aparțin unor persoane cărora le place să îi provoace pe alții și care se pun frecvent în pericol. Din fericire, multe din aceste persoane învață să își corecteze comportamentul pe măsură ce se maturizează. Am întâlnit multe persoane care au descoperit că viața lor a devenit mult mai ușoară după ce au smuls firele de păr din mijloc. În mod normal, eu nu susțin modificările aduse în mod intenționat feței, dar fac o excepție în privința persoanelor cu sprâncene unite.

Veți vedea, uneori, oameni cu sprâncene la niveluri diferite. Acești oameni sunt extrem de sensibili, fiind greu să socializați cu ei.

În tehnicile tradiționale chinezești de citire a feței, cu cât distanța dintre ochi și sprâncene este mai mare, cu atât viața persoanei respective va fi mai fericită.

Persoanele cu o distanță mare între ochi și sprâncene sunt capabile să ceară și să primească ajutor de la alții. Persoanele cu o distanță mică între ochi și sprâncene rareori primesc un astfel de ajutor, acestea trebuie să lucreze din greu pentru a-și atinge țelurile.

pag. 183-184

...altora că persoana nu are încredere în sine sau nu este sigură pe sine.

**Zâmbetele pot fi folosite și pentru a ascunde alte sentimente și emoții. Persoana care pierde finala unui turneu important de tenis va zâmbi cu curaj pentru a-și ascunde adevăratele sentimente. Oamenii care au de-a face cu publicul toată ziua, în fiecare zi, folosesc zâmbetele pentru a face interacțiunea cu alții să pară mai plăcută. Însoțitorii de zbor folosesc zâmbetele în acest fel, dar zâmbetele lor au menirea și de a încuraja orice pasager căruia îi e teamă de zbor. Toate aceste zâmbete sunt utile și servesc un scop, dar ele nu sunt zâmbete autentice.**

**La sfârșitul anilor 1960, un grup de cercetători din Birmingham, Anglia, au înregistrat un număr mare de zâmbete diferite<sup>12</sup>. Primul dintre acestea a fost un zâmbet simplu, care este un zâmbet blând în care dinții nu sunt expuși. Acest mod de a zâmbi apare atunci când cineva zâmbește pentru sine.**

**Al doilea zâmbet apare atunci când oamenii se întâlnesc. Incisivii superiori sunt vizibili, iar cei doi oameni fac, de obicei, contact vizual.**

**Al treilea zâmbet este numit un zâmbet larg. Acesta apare atunci când oamenii se distrează și zâmbesc, dar și râd. La acest zâmbet atât incisivii superiori cât și cei inferiori sunt vizibili, iar contactul vizual este rar.**

**Al patrulea zâmbet este numit un zâmbet alungit, pe care oamenii îl folosesc din politețe. Buzele se întind pentru a crea o formă alungită. Este utilizat atunci când oamenii se prefac că se simt bine.**

**Al cincilea zâmbet este zâmbetul „îmi-pare-bine-de-cunoștință”, care se folosește atunci când vă întâlniți cu străini. Buzele sunt curbate în sus, iar gura este ușor deschisă, dezvăluind incisivii superiori.**

**Un zâmbet exagerat, în care sprâncenele nu exprimă nimic, este folosit pentru a ascunde frică și anxietate.**

**În urmă cu aproximativ 150 ani, în 1862, un neurolog francez numit Guillaume-Benjamin-Amand Duchenne de Boulogne (1806-1875) a efectuat o serie de teste pentru a afla diferența dintre un zâmbet adevărat și unul fals. El a stimulat electric diferiți mușchi faciali și a fotografiat diferitele contracții musculare produse. El a descoperit că un zâmbet fals este produs de mușchiul zigomatic mare care se întinde de la pomeți la colțurile buzelor. Acest mușchi trage buzele în lateral și în sus, creând un zâmbet fals. Un zâmbet autentic a fost produs de acțiunile mușchiului zigomatic mare și mușchiului orbicular, care înconjoară ochii. Duchenne a scris: „Emoția care exprimă bucurie sinceră este exprimată pe față de contracția combinată a mușchiului zigomatic mare și a mușchiului orbicular. Primul se supune voinței, dar al doilea este acționat doar de emoțiile dulci ale sufletului.”**

**Cu alte cuvinte, un zâmbet veritabil încrețește marginile exterioare ale ochilor, ridică obraji și activează marginile exterioare ale gurii. Un zâmbet autentic este un cadou minunat. Este contagios, și, dacă primiți unul, sunt șanse mari să vă simțiți fericiți și să îl întoarceți.**

**Un zâmbet fals activează doar marginile exterioare ale gurii. E greu să falsificați un zâmbet autentic. Majoritatea oamenilor au un zâmbet social pe care îl folosesc cu oamenii care nu le sunt deosebit de apropiați, și își păstrează zâmbetul autentic pentru cei la care țin.**

**În mod uimitor, chiar și copiii pot produce zâmbete sociale și autentice, fapt dovedit de un experiment la care au luat parte treizeci și cinci de bebeluși. Cercetătorii au descoperit că un copil în vârstă de zece luni ar putea zâmbi la un străin fără a utiliza mușchii din jurul ochilor.**

Cu toate acestea, atunci când mama copilului apare în câmpul său vizual, bebelușul va produce un zâmbet autentic.

Puteți deosebi cu ușurință un zâmbet fals pe fața oricui dacă analizați întâi persoana pentru puțin timp, observând modul în care aceasta îi salută pe ceilalți. Cei mai mulți oameni vor primi un zâmbet fals, dar cei pe care persoana îi place cu adevărat vor primi un zâmbet autentic

Cunoscând aceste aspecte, veți ști părerea persoanei respective. Veți putea, de asemenea, determina cât de mult sunt luate în considerare ideile dumneavoastră. Dacă primiți un zâmbet fals, ar trebui să lăsați baltă subiectul pe care îl tratați și să urmăriți un curs diferit al discuției.

În 1906, dr. Israel Waynbaum, un fiziolog francez, a constatat că, dacă cineva zâmbește în mod intenționat, el/ea se va simți imediat mai optimist și fericit. În același mod, încruntarea intenționată creează sentimente negative. Robert Zajonc (1923-2008), profesor emerit de...

pag. 210-211

...peste umărul dumneavoastră sau în jurul camerei, sau face orice altceva pentru a indica lipsa de interes, e timpul să treceți mai departe.

În cazul flirtului, există un alt gest facial care trebuie urmărit: aranjarea. Acest lucru este făcut atât de bărbați, cât și de femei. Un om s-ar putea să își atingă părul, să își aranjeze cravata sau gulerul cămășii, să își frece bărbia sau să își frece obrazul. O femeie s-ar putea juca cu părul, l-ar flutura în aer sau l-ar aranja după urechi, și-ar putea masa gâtul, și-ar aplica ruj, s-ar juca cu cerceii sau ar putea rearanja un articol de îmbrăcăminte.

Când i-am spus unei prietene că voi include această secțiune în carte, a spus că trebuie să fiți dispuși să faceți primul pas. „Majoritatea oamenilor sunt prea timizi pentru a face acest lucru,” mi-a spus ea. „Vă puteți da seama că își doresc să o facă, dar au rețineri. Dacă faceți prima mișcare, veți cunoaște mai mulți oameni, și va fi mult mai distractiv.”

### Situații sociale

Mulți oameni le place să fie invitați la petreceri, deoarece le oferă șansa de a cunoaște alți oameni și eventual, de a-și face noi prieteni. Alți oameni urăsc petrecerile, deoarece se tem că nu vor întâlni nicio persoană care să le placă și vor sta degeaba într-un colț.

Oamenii din primul grup probabil folosesc deja un bun limbaj al corpului. Zâmbesc, păstrează un bun contact vizual, dau din cap atunci când ascultă și au o postură deschisă. Limbajul corpului persoanelor din al doilea grup le spune tuturor că nu se simt confortabil, sunt emotivi și își doresc să fi rămas acasă. Aceste persoane au o postură închisă (cu brațele încrucișate, mâinile împreunate sau stând cu brațele și picioarele încrucișate, eventual cu o mână acoperindu-le gura și bărbia), fac puțin contact vizual sau chiar deloc și nu reușesc să zâmbească.

**Dacă vă simțiți confortabil în ceea ce privește ideea de a merge la un eveniment social, unde veți cunoaște puține persoane, faceți unele cercetări înainte. Dacă este posibil, aflați unele lucruri despre oamenii care vor fi acolo.**

**Nu cu mult timp în urmă, mi s-a spus că cineva care proiecta parcuri eoliene urma să vină la o petrecere la care fusesem și eu invitat. Am făcut cercetări pe internet despre parcurile eoliene, astfel am putut să-i pun câteva întrebări interesante și sper, inteligente, legate de munca ei.**

**Ar trebui, de asemenea, să citiți un ziar sau să vizionați câteva emisiuni la TV, pentru a vă permite să contribuiți la conversație. În plus, ar trebui să aveți câteva comentarii amuzante legate de munca dumneavoastră, deoarece este ceva obișnuit pentru oameni să-i întrebe pe alții cu ce se ocupă.**

**Când ajungeți la petrecere, trageți adânc aer în piept înainte de a intra, zâmbiți plăcut, stați în poziție dreaptă, cu capul sus și intrați. Nu vă țineți brațele încrucișate, țineți-vă mâinile departe de față. Plimbați-vă prin cameră, căutând fețe prietenoase. Când găsiți o persoană care pare deschisă și prietenoasă, uitați-vă în direcția aceea și faceți-i un compliment, sau salutați pur și simplu. Odată ce cealaltă persoană a răspuns, vă puteți prezenta sau face o remarcă cu privire la alimente, muzică, numărul invitaților sau orice altceva. Puneți întrebări și ascultați răspunsurile. Dezvăluiți-i ceva despre dumneavoastră, și permiteți conversației să se dezvolte treptat.**

**Dacă sunteți la o petrecere formală vă puteți alătura unui grup de două sau trei persoane care sunt angajate într-o conversație. Apropia-ți-vă de ei și fiți atenți la ceea ce spun. Zâmbiți, dați din cap și păstrați mereu contactul vizual. Când apare o pauză în conversație, puteți face un comentariu sau întreba ceva. Desigur, dacă vă puteți da seama că este o conversație privată, trebuie să vă mutați la un alt grup, deoarece nu vreți să interveniți în viața personală a altora.**

**Firește, este posibil să nu vă puteți înțelege prea bine cu prima persoană cu care vorbiți. În acest caz, va trebui să încheiați conversația după câteva minute. Ar trebui să faceți acest lucru într-un mod plăcut. Faceți un comentariu pozitiv la ceea ce a spus persoana. Acest lucru îi spune persoanei că ați fost atent. Spuneți că mergeți să vorbiți cu un prieten, că vă luați ceva de mâncare sau de băut. Vă puteți oferi să îi aduceți persoanei o altă băutură. Dacă faceți acest lucru, vă puteți întoarce cu paharul, puteți zâmbi și merge mai departe.**

**Mulți oameni intră în panică la gândul de a pune capăt unei conversații neinteresante dacă nu cunosc pe nimeni altcineva în încăpere.**