

古籍典藏 · 原文与白话译文

《冰鉴》

人相 · 共 8 章节 · 7 章含白话译文

《冰鉴》，作者曾国藩。是一部纵横中外的人才学教科书，一部关于识人、相人的经典文献，是曾国藩总结自身识人、用人心得而成的一部传世奇书，是曾国藩体察入微、洞悉人心的心法要诀。

www.luckclub.cn · 古籍典藏 · 内容仅供文化学习研究

第 0 章

目录

原文

冰鉴 - 目录

第一神骨

原文

第一神骨

邪正看耳鼻，真假看嘴唇；功名看气概，富贵看精神；
主意看指爪，风波看脚筋；若要看条理，全在语言中。

第一神骨

语云：“脱谷为糠，其髓斯存”，神之谓也。

“山蹇不崩，唯百为镇”，骨之谓也。

一身精神，具乎两目；一身骨相，具乎面部。

他家兼论形骸，文人先观神骨。

开门见山，此为第一。

文人论神，有清浊之辨。

清浊易辨，邪正难辨。

欲辨邪正，先观动静；静若含珠，动若木发；静若无人，动若赴的，此为澄清到底。

静若萤光，动若流水，尖巧而喜淫；静若半睡，动若鹿骇，别人而深思。

一为败器，一为隐流，均之托迹于清，不可不辨。

凡精神，抖擞处易见，断续处难见。

断者出处断，续者闭处续。

道家所谓“收拾入门”之说，不了处看其脱略，做了处看其针线。

小心者，从其不了处看之，疏节阔目，若不经意，所谓脱略也。

大胆者，从其做了处看之，慎重周密，无有苟且，所谓针线也。

二者实看向内处，稍移外便落情态矣，情态易见。

骨有九起：天庭骨隆起，枕骨强起，顶骨平起，佐串骨角起，太阳骨线起，眉骨伏犀起，鼻骨芽起，颧骨若不得而起，项骨平伏起。

在头，以天庭骨、枕骨、太阳骨为主；在面，以眉骨、颧骨为主。

五者备，柱石之器也；一则不穷；二则不贱；三则动履稍胜；四则贵矣。

骨有色，面以青为贵，“少年公卿半青面”是也。

紫次之，白斯下矣。

骨有质，头以联者为贵。

碎次之。

总之，头上无恶骨，面佳不如头佳。

然大而缺天庭，终是贱品；圆而无串骨，半是孤僧；鼻骨犯眉，堂上不寿。

颧骨与眼争，子嗣不立。

此中贵贱，有毫厘千里之辨。

白话译文

开篇口诀：辨别一个人品行端正还是邪佞，从耳鼻观察；判断真诚还是虚伪，看嘴唇；能否建功立业，看气度风概；是否富贵命格，看精神状态；是否有主见，看手指指甲；是否多经波折，看脚筋；要了解一个人的逻辑条理，全在言谈之中。

论神：古语说“谷粒脱壳成糠，精髓仍在其中”，这就是“神”的含义——形体可以消散，精气却是本质。“山岳屹立不崩，是因有坚实根基镇守”，这就是“骨”的含义。人的全部精神，集中体现于两眼；人的全部骨相，集中显露于面部。其他相术兼论形体仪态，文人相士则首重神气与骨相，开门见山，以此为第一要务。

观察神气，清浊易辨，邪正却难辨。要辨别邪正，先看动静之际的神态：静如口含明珠，动如树木萌发；静时旁若无人，动时目标明确——这是神气澄清到底的人。静如萤火微光，动如流水飘逸，心思灵巧却趋附谄媚——这是浮滑之人。静如半睡不醒，动如受惊的鹿，疏远他人却心机深沉——这是城府极深之人。前者是败器，后者是暗流，两者外表都披着“清”的外衣，不可不加辨别。

精神在振奋时容易看清，在断续之间却难以识别。松懈之人，在不做事时才露出本性；专注之人，在静止时仍保持内在连贯。道家所谓“收拾入门”，说的就是：从未完成的事上看其是否粗疏，从完成的事上看其是否细密。小心谨慎者，从其未完之处看——粗节宽目，若不经意，这叫“脱略”（粗疏中见大气）；大胆果断者，从其已成之处看——慎重周密，毫无苟且，这叫“针线”（细密中见真章）。这两种观察都是向内的功夫，稍移于外便只剩表面情态，而情态是最容易伪装的。

论骨：骨有九处隆起为贵：天庭骨（额骨）高隆，枕骨（后脑）强劲，顶骨平正而起，佐串骨（颞部）有角感，太阳骨（太阳穴）如线清晰，眉骨如伏犀之势，鼻骨如嫩芽挺立，颧骨须得自然而起，项骨（颈后）平伏而起。头部以天庭骨、枕骨、太阳骨为主；面部以眉骨、颧骨为主。五处齐备，是栋梁之才；具一处不至穷困；具两处不至卑贱；具三处行事稍胜常人；具四处便可称富贵。

骨有颜色，面色以青色为贵，“少年公卿半青面”正是此意；紫色次之；白色最下。骨有质地，头骨以联贯浑厚为贵，碎散次之。总体而言，头部无恶骨，面部再好也不如头骨好。但头大而缺天庭骨，终是卑贱之相；头圆而无串骨，多半是孤苦僧道之命；鼻骨上冲侵犯眉骨，父母难得长寿。颧骨与眼争高下，子嗣难以有成。此中贵贱之别，差之毫厘，失之千里。

关键词

神： 人的内在精神气韵，生命力的外在呈现，主要凝聚于眼神之中，是相术观人的第一要素。

骨： 头面部骨骼的形态与质感，反映一个人的天赋根基与命格底色，是相术观人的第二要素。

清浊： 神气的品质分级。清者灵秀纯正、气脉连贯；浊者混沌暗昧、气息散乱。

邪正： 性情的内在朝向。正者坦荡自持，邪者心机暗藏，两者皆可寄于"清"的外表之下。

九起： 头面部九处骨骼的隆起形态，是判断命格高低的具体骨相标准。

现代启示

曾国藩以"神骨"立篇，实则提出了一套穿透表象的观人方法论：骨相对应稳定的先天禀赋，神气对应可变的后天状态，两者结合才能立体判断一个人。这与现代心理学中"非语言沟通"和"行为观察"的研究逻辑高度契合——人最真实的状态，往往藏在无意识的细节里，而非刻意展示的正式场合。

尤其值得关注的是"向内看"的方法：不看得意时的表现，而看落寞时的状态；不看做了什么，而看怎么做、细不细、有没有收尾。这种"逆着光线看"的思路，在识人用人上至今仍有极强的实用价值。

你上一次真正观察一个人，是在他风光时，还是在他失意处？

第二刚柔

原文

第二刚柔

既识神骨，当辨刚柔。

刚柔，则五行生克之数，名曰“先天种子”，不足用补，有余用泄。

消息与命相通，此其较然易见者。

五行有合法，木合火，水合木，此顺而合。

顺者多富，即贵亦在浮沉之间。

金与火仇，有时合火，推之水土者皆然，此逆而合者，其贵非常。

然所谓逆合者，金形带火则然，火形带金，则三十死矣；水形带土则然，土形带水，则孤寡终老矣；木形带金则然，金形带木，则刀剑随身矣。

此外牵合，俱是杂格，不入文人正论。

五行为外刚柔，内刚柔，则喜怒、跳伏、深浅者是也。

喜高怒重，过目辄忘，近“粗”。

伏亦不佞，跳亦不扬，近“蠢”。

初念甚浅，转念甚深，近“奸”。

内奸者，功名可期。

粗蠢各半者，胜人以寿。

纯奸能豁达，其人终成。

纯粗无周密，半途必弃。

观人所忽，十有九八矣。

白话译文

认识神气骨相之后，还须辨别刚柔。刚柔由五行生克决定，称为“先天种子”（天生的命格基底）——禀赋不足则以外部条件补益，有余则疏泄平衡，与人的命运消长相通，是相对直观的道理。

五行存在“合法”：木合火、水合木，属于顺势相合（顺合），顺合之人多富，即便显贵也起伏不定。金与火本是相克，有时却能相合，水土、木金之间亦然，此为逆合，逆合之人往往贵不寻常。

但逆合有方向之别：金形带火可成大贵，反之火形带金则三十岁前难逃凶险；水形带土可成大器，反之土形带水则孤寡终老；木形带金可成大器，反之金形带木则刀剑随身。其余牵强拼凑者，皆属杂格，不入正

论。

以上为外刚柔（五行形貌）；内刚柔则体现于喜怒表达、情绪显伏与思维深浅之中。

喜时高亢、怒时厚重、过目即忘，此人近于"粗"（粗疏冲动）；情绪压抑而不坚韧、外显而无力上扬，近于"蠢"（迟钝懦弱）；初见肤浅、深思后见精深，近于"奸"（城府深沉）。

内有城府者功名可期；粗蠢各半者以寿胜人；城府深而能豁达者终成大器；纯粹粗疏无谋者必将半途而废。善观旁人所忽之细节，识人准确率十有八九。

关键词

先天种子： 五行禀赋中天生的刚柔倾向，是命格底层基础，不足则补，有余则泄。

顺合： 五行按相生顺序相合（如木生火），力量平和，多出富贵但起伏不定。

逆合： 五行相克却反而相合（如金克火却合），张力极大，配置得当则贵不寻常。

外刚柔： 通过五行形貌所呈现的刚柔特质，属于可直接观察的外在指标。

内刚柔： 通过喜怒情绪与思维深浅所体现的内在性格结构，比外在更难辨、更关键。

现代启示

《冰鉴》区分"外刚柔"与"内刚柔"，实质是在说：五行形貌是先天底色，情绪模式与思维深浅才是命运的真正变量。这与现代心理学高度吻合——一个人的情绪调节能力和延迟满足能力，往往比出身、外貌更能预测长期成就。曾国藩识人，正是擅长从对方"初念"与"转念"的落差中，判断其是否具备深谋远虑的特质。粗与蠢或许一目了然，但"初浅转深"的城府却极难在短时间内察觉——这恰恰是识人最难、也最有价值的一关。

你身边有没有这样的人：初见时平淡无奇，甚至显得有些迟钝，却在关键时刻展现出令人意外的深度？

第三容貌

原文

第三容貌

容以七尺为期，貌合两仪而论。

胸腹手足，实接五行；耳目口鼻，全通四气。

相顾相称，则福生；如背如凑，则林林总总，不足论也。

容贵“整”，“整”非整齐之谓。

短不豕蹲，长不茅立，肥不熊餐，瘦不鹳寒，所谓“整”也。

背宜圆厚，腹宜突坦，手宜温软，曲若弯弓，足宜丰满，下宜藏蛋，所谓“整”也。

五短多贵，两大不扬，负重高官，鼠行好利，此为定格。

他如手长于身，身过于体，配以佳骨，定主封侯；罗纹满身，胸有秀骨，配以妙神，不拜相即鼎甲矣。

貌有清、古、奇、秀之别，总之须看科名星与阴鹭纹为主。

科名星，十三岁至三十九岁随时而见；阴鹭纹，十九岁至四十六岁随时而见。

二者全，大物也；得一亦贵。

科名星见于印堂眉彩，时隐时见，或为钢针，或为小丸，尝有光气，酒后及发怒时易见。

阴鹭纹见于眼角，阴雨便见，如三叉样，假寐时最易见。

得科名星者早荣，得阴鹭纹者迟发。

二者全无，前程莫问。

阴鹭纹见于喉间，又主生贵子；杂路不在此路。

目者面之渊，不深则不清。

鼻者面之山，不高则不灵。

口阔而方禄千种，齿多而圆不家食。

眼角入鬓，必掌刑名。

顶见于面，终司钱谷：出贵征也。

舌脱无官，橘皮不显。

文人有伤左目，鹰鼻动便食人：此贱征也。

白话译文

身形以七尺为衡量基准，面貌则须结合阴阳两极来评判。胸、腹、手、足与五行相应，耳、目、口、鼻贯通四方之气。各部位协调相称，福气自然而然生；若相互背离或勉强凑合，则不过是平庸之辈，不值一提。

仪容贵在一个“整”字，但“整”并非整齐划一的意思。矮不像猪蹲伏，高不像枯草杆矗立，胖不像熊贪吃，瘦不像寒雀瑟缩——这才是“整”。背部圆润厚实，腹部突出而平坦，手掌温软弯曲如弓，脚底丰满、足弓藏实——这也是“整”。

五官短小者多出贵人，两者过于粗大反而不显贵；步履沉稳如负重者易居高位，走路轻浮如鼠者好追逐利益。手臂长于常人，身躯高挑，若再配以好骨骼，必主封侯；指节罗纹丰满，胸廓有秀骨，若再配以神采飞扬，不入相也能金榜题名。

面貌有清、古、奇、秀之分，但最终要以“科名星（仕途运势的面部光气）”与“阴鹭纹（积德行善的眼角纹路）”为主要依据。科名星在十三至三十九岁间随时可见，阴鹭纹在十九至四十六岁间随时可见。两者兼具是大人物；得其一也属贵相。科名星出现于印堂眉间，时隐时现，或如钢针，或如小丸，常带光气，饮酒后和发怒时尤易看见。阴鹭纹出现于眼角，阴雨天容易浮现，形如三叉，闭目假寐时最易察觉。有科名星者早年得志，有阴鹭纹者晚年发达；两者全无，前途不必再问。阴鹭纹若出现在喉部，另主生育贵子；其他旁门另作别论。

眼睛是面部的深渊，不深邃则不清澈；鼻子是面部的山峰，不高耸则不灵动。口型宽阔而方正者禄位丰厚，牙齿多而圆润者衣食无忧。眼角延伸入鬓者，必掌管刑名法务；头顶骨显露于面部者，终究主管钱粮财务。舌形松弛外脱者无官运，皮肤粗糙如橘皮者难以显贵。文人若左眼受损，属仕途有碍之征；鹰钩鼻煽动翕张者，此为贪婪刻薄之相。

关键词

整： 冰鉴对仪容的核心标准，指各部位比例协调、气韵自然，而非形体上的规则整齐。

科名星： 出现于印堂眉间的光气征兆，古人认为与功名仕途直接相关，饮酒或情绪激动时最易显现。

阴鹭纹： 眼角出现的三叉形纹路，古人认为与积德行善有关，象征厚道之人晚年必有福报。

五短： 四肢与身躯均短小的体型，古人认为此类体型重心稳固、气聚不散，反而多出贵人。

两仪： 即阴阳，中国哲学基本范畴，此处指面貌须在刚柔、动静之间取得平衡，不可偏执一端。

现代启示

这段文字的底层逻辑并非迷信，而是一套“整体协调”的观察系统。现代心理学与行为科学同样证明：一个人的内在状态会通过体态、面部微表情乃至皮肤光泽外化出来——长期保持良好心理状态的人，印堂确实更有光泽；乐于助人、性格开朗的人，眼角笑纹更为丰富。所谓“科名星”与“阴鹭纹”，与其说是命相预测，不如理解为对一个人精神能量状态的直觉判断。

真正的气质不是某个五官的优劣，而是各部分协调统一所散发出来的整体感。冰鉴一再强调“整”字，正是在告诉我们：局部的修饰终究掩盖不了整体的失衡。

****思考**：** 你在判断一个人的气质时，究竟是被某个局部特征所吸引，还是被一种说不清楚的“整体感”所打动？

第四情态

原文

第四情态

容貌者，骨之余，常佐骨之不足。

情态者，神之余，常佐神之不足。

久注观人精神，乍见观人情态。

大家举止，羞涩亦佳；小儿行藏，跳叫愈失。

大旨亦辨清浊，细处兼论取舍。

有弱态，有狂态，有疏懒态，有周旋态。

飞鸟依人，情致婉转，此弱态也。

不衫不履，旁若无人，此狂态也。

坐止自如，问答随意，此疏懒态也。

饰其中机，不苟言笑，察言观色，趋吉避凶，则周旋态也。

皆根其情，不由矫枉。

弱而不媚，狂而不哗，疏懒而真诚，周旋而健举，皆能成器；反之，败类也。

大概亦得二三矣。

前者恒态，又有时态。

方有对谈，神忽他往；众方称言，此独冷笑；深险难近，不足与论情。

言不必当，极口称是，未交此人，故意底毁；卑庸可耻，不足与论事。

漫无可否，临事迟回；不甚关情，亦为堕泪。

妇人之仁，不足与谈心。

三者不必定人终身。

反此以求，可以交天下士。

白话译文

容貌是骨骼气质的延伸，往往能弥补骨相的不足；情态是精神气质的延伸，往往能弥补神气的不足。

观察一个人，长期接触时看其精神，初次相见时先看其情态。

出身大家的人，即便显得羞涩拘谨，也自有一份气度；小家子气的人，越是活跃跳闹，越暴露出浅薄。

情态大体也分清浊，细节之处更见取舍高下。

情态有四种：弱态、狂态、疏懒态、周旋态。

如飞鸟依恋于人，情致委婉动人，这是弱态；不修边幅，旁若无人，这是狂态；举止随意自如，应对问答漫不经心，这是疏懒态；城府深沉、轻易不开口，善于察言观色、趋利避害，这是周旋态。

这四种情态皆出于人的本性，并非刻意做作。弱而不媚俗，狂而不喧哗，疏懒而真诚，周旋而行事有力，皆能成才；反之，则是败类。

以上所论是一个人的常态（恒态），此外还有处于特定情境下的临时表现（时态）。

正在交谈，目光却神游他处；众人称赞某事，此人独自冷笑——这类人深险难近，不值得与之谈情义。

言语未必恰当，却极力附和称是；尚未深交，便背后肆意诋毁——这类人卑鄙猥琐，不值得与之共事。

遇事模棱两可，临到关头又拖延迟疑；与己无甚干系，却动辄垂泪——这类人妇人之仁（指心肠软弱、优柔寡断），不值得与之推心置腹。

然而这三种时态的表现，不必据此断定一人终身。

能与以上三种相反的人，便可广交天下贤士。

关键词

情态： 一个人在日常举止、应对进退中自然流露的精神状态，有别于容貌。

恒态： 一个人稳定的、习惯性的行为模式，体现内在性情底色。

时态： 特定情境下才显露的临时表现，往往暴露人品的真实面目。

弱态： 举止柔和、情感细腻的气质类型，贵在弱而不谄媚。

周旋态： 善于处理人际关系、城府较深的气质类型，贵在机敏而不失正直。

现代启示

曾国藩在《冰鉴》中提出的“情态观人法”，放在今天依然有实用价值。他强调的核心逻辑是：一个人的情态类型本身无所谓好坏，关键在于“度”——弱不至媚，狂不至哗，懒不至伪，圆滑不至于失去原则。这与现代心理学中“人格特质无优劣之分，极端化才是问题”的观点不谋而合。

更值得注意的是他对“时态”的警惕：一个人在无压力状态下可以表现良好，真正的品性往往在细节情境中才显形——比如别人受到称赞时你是否冷笑，还未深交便是否背后毁人。这恰恰是今天识人、选人时最难把握、也最关键的维度。

你身边是否有这样的人：平时印象不错，却在某个小细节上让你突然感到不对劲？那个瞬间，你是否认真追问过自己：那究竟是“时态”暴露，还是自己的误判？

第五须眉

原文

第五须眉

“须眉男子”。

未有须眉不具可称男子者。

“少年两道眉，临老一付须。”

此言眉主早成，须主晚运也。

然而紫面无须自贵，暴腮缺须亦荣：郭令公半部不全，霍黠姚一副寡脸。

此等间逢，毕竟有须眉者，十之九也。

眉尚彩，彩者，杪处反光也。

贵人有三层彩，有一二层者。

所谓“文明气象”，宜疏爽不宜凝滞。

一望有乘风翔舞之势，上也；如泼墨者，最下。

倒竖者，上也；下垂者，最下。

长有起伏，短有神气；浓忌浮光，淡忌枯索。

如剑者掌兵权，如帚者赴法场。

个中亦有征范，不可不辨。

但如压眼不利，散乱多忧，细而带媚，粗而无文，是最下乘。

须有多寡，取其与眉相称。

多者，宜清、宜疏、宜缩、宜参差不齐；少者，宜光、宜健、宜圆、宜有情照顾。

卷如螺纹，聪明豁达；长如解索，风流荣显；劲如张戟，位高权重；亮若银条，早登廊庙，皆宦途大器。

紫须剑眉，声音洪壮；蓬然虬乱，尝见耳后，配以神骨清奇，不千里封侯，亦十年拜相。

他如“辅须先长终不利”、“人中不见一世穷”、“鼻毛接须多滞晦”、“短髭遮口饿终身”，此其显而可见者耳。

白话译文

“须眉男子”——须眉（胡须与眉毛）是男子的代称，没有须眉的人，不算完整的男子。

俗话说“少年凭两道眉，晚年靠一把须”，意思是眉毛主早年运势，胡须主晚年运势。

但也有例外：面色紫红却无须者自有贵气，腮骨突出却少须者同样荣显——唐代名将郭子仪（令公）须髯不全，汉代名将霍去病（嫖姚）面容寡淡，皆为一代功业之人。不过这类情况终究少数，须眉俱全者，十

人中占九人。

眉毛贵在有“彩”。所谓彩，是指眉梢末端能反射光泽，有灵动之感。贵人眉有三层彩，次者一二层。眉的气象称为“文明气象”（文雅光明之气），宜疏朗爽利，不宜沉滞凝重。一望有乘风翔舞之势者，为上等；如浓墨涂抹、死板无光者，为下等。眉头斜竖者上，下垂者下。眉长要有起伏，眉短要有精气；眉浓忌浮光散漫，眉淡忌枯燥无神。形如剑者掌兵权，形如扫帚者赴刑场。眉压眼皮、散乱无序、细带媚气、粗而无文，皆为下乘之相。

胡须多寡，关键在于与眉毛相称。须多者宜清、宜疏、宜内敛、宜参差错落；须少者宜光洁、宜有力、宜圆润、宜顾盼有情。

卷如螺纹，聪明豁达；长如松绳，风流荣显；劲如张戟，位高权重；亮若银条，早登朝堂——皆为仕途大器之相。

面色紫红配剑眉，声音必洪壮；须发蓬乱如虬龙绕至耳后，若再配以神骨清奇（神情骨相兼具清雅奇异之气），不能封侯，也必十年拜相。

另有口诀：腮旁辅须先长者终不利；人中（鼻下唇上竖沟）不显者一世贫穷；鼻毛接须者多滞晦；短须遮口者饿终身。此皆显而可见之征兆。

关键词

须眉： 胡须与眉毛合称，古人以此代指男性，亦为运势与气质的外显载体。

三层彩： 眉梢末端光泽的层次感，层数越多表示气色越佳、贵气越盛。

文明气象： 眉毛呈现疏朗明亮、通透有神的整体气质，与凝滞晦暗相对。

神骨清奇： 神情气质与骨相结构兼具清雅奇特之感，《冰鉴》中的最高综合评价。

廊庙： 朝廷官署的代称，“早登廊庙”即年少得志、步入仕途核心。

现代启示

《冰鉴》论须眉，本质是一套“细节外化内在”的观察体系。眉毛是否有神、胡须是否与整体面貌协调，古人视之为精气神的自然流露。这与现代心理学中“第一印象”的研究逻辑高度吻合——人在数秒内便通过面部细节形成判断，且这种判断往往具有相当的稳定性。

当然，命运不由须眉决定。但“仪容折射状态”这一逻辑仍有现实意义：一个人的精神状态、自律程度与生活习惯，往往会不自觉地投影在外貌细节之上。相术观察的，或许不是面相本身，而是面相背后那个活生生的人。

你平日里对一个人的第一判断，有多少源于真实了解，又有多少其实来自外貌的直觉投射？

第六声音

原文

第六声音

人之声音，犹天地之气，轻清上浮，重浊下坠。

始于丹田，发于喉，转于舌，辨于齿，出于唇，实与五音相配。

取其自成一家，不必一一合调，闻声相思，其人斯在，宁必一见决英雄哉！

声与音不同。

声主“张”，寻发处见；音主“敛”，寻歇处见。

辨声之法，必辨喜怒哀乐；喜如折竹，怒如阴雷起地，哀如击薄冰，乐如雪舞风前，大概以“轻”为上。

声雄者，如钟则贵，如锣则贱；声雌者，如雉鸣则贵，如蛙鸣则贱。

远听声雄，近听悠扬，起若乘风，止如拍琴，上上。

“大言不张唇，细言不露齿”，上也，出而不返，荒郊牛鸣。

急而不达，深夜鼠嚼；或字句相联，喋喋利口；或齿喉隔断，啾啾混谈：市井之夫，何足比较？

音者，声之余也，与声相去不远，此则从细曲中见耳。

贫贱者有声无音，尖巧者有音无声，所谓“禽无声，兽无音”是也。

凡人说话，是声散在前后左右者是也。

开谈多含情，话终有余响，不唯雅人，兼称国士；口阔无溢出，舌尖无窈音，不唯实厚，兼获名高。

白话译文

人的声音，好比天地间的气息：轻盈清亮的自然上扬，沉重浑浊的自然下沉。声音起于丹田（腹部气海），经喉咙发出，由舌头转动，经牙齿分辨，从嘴唇传出，与宫商角徵羽五音各有对应。但不必字字合乎音律，关键在于自成气质——只要听到声音，便能想见其人风貌，又何必非得见面才能判断英雄气概？

声与音有所不同。“声”主张扬，要在起声处体察；“音”主收敛，要在收尾处感受。辨别声音须辨喜怒哀乐：喜声如折竹，脆而爽；怒声如地底闷雷，沉而压；哀声如轻击薄冰，细而颤；乐声如雪花迎风飞舞，轻而散。总体而言，以轻为上品。

洪亮有力的声音，若如钟鸣则贵，若如锣响则贱；柔细的声音，若如野雉啼鸣则贵，若如青蛙乱叫则贱。

最上品者：远听声势雄浑，近听绵长悠扬，起声如乘风而起，止声如抚琴收弦。“大声说话唇不大张，细语轻言齿不外露”，亦属上品。

若声音出口即散、不知回响，如同荒郊野牛嚎叫；若语速急促却字字不清，如同深夜鼠在黑暗中啃咬；或字句连绵却喋喋不休，或喉齿脱节含混不清——此等皆是市井粗人，不足评议。

"音"是声的余韵，与声相近，却要从细微曲折处感受。贫贱之人有声无音，轻浮机巧之人有音无声，正所谓"禽鸟有声而无余音，走兽有音而无人声"。

说话时，若一开口便情意充沛，话说完后仍有余韵缭绕，不仅是风雅之人，更具国士之风；口若宏阔却字字不溢，舌尖灵动却无轻浮之声，不仅显得厚重踏实，更能赢得高远名望。

关键词

声： 声音张扬外放的部分，指起声发音时的力度与气势，在发声起点处体察。

音： 声音收敛内敛的余韵，指声音止息后的残响与回味，品质高者余音绕梁。

丹田： 腹部气息汇聚之处，传统认为声音的根基在此，丹田发声者气足有底。

五音： 宫、商、角、徵、羽，中国传统音律的五个基本音阶，对应五行与人的性情。

有声无音： 声音虽有却无余韵，古人认为此为气质浅薄、境界不足的象征。

现代启示

声音是一个人内在状态最难伪装的外露。现代心理学研究证实，声音的频率、节奏、共鸣方式，与一个人的情绪管理能力、自信程度乃至健康状态密切相关。《冰鉴》将"有音无声"与"有声无音"分别对应轻浮与粗鄙，本质上是在说：真正有分量的人，既有起声时的底气，又有收尾时的余地——既不强撑，也不消散。这与今天演讲培训中反复强调的"气息控制"和"停顿的力量"不谋而合。所谓"话终有余响"，不只是声学现象，更是一种表达的克制与留白。

你上一次被某人的声音深深打动，是因为它的洪亮，还是因为它说完之后留下的那片沉默？

第七气色

原文

第七气色

面部如命，气色如运。

命固宜整齐，小运亦当亨泰。

是故光焰不发，珠玉与瓦砾同观；藻绘未扬，明光与布葛齐价。

大者主一生祸福，小者亦三月吉凶。

人以气为主，于内为精神，于外为气色。

有终身之气色，“少淡、长明、壮艳、老素”是也。

有一年之气色，“春青、夏红、秋黄、冬白”是也。

有一月之气色，“朔后森发，望后隐跃”是也。

有一日之气色，“早青、昼满、晚停、暮静”是也。

科名中人，以黄为主，此正色也。

黄云盖顶，必掇大魁；黄翅入鬓，进身不远；印堂黄色，富贵逼人；明堂素净，明年及第。

他如眼角霞鲜，决利小考；印堂垂紫，动获小利，红晕中分，定产佳儿；两颧红润，骨肉发迹。

由此推之，足见一斑矣。

色忌青，忌白。

青常见于眼底，白常见于眉端。

然亦不同：心事忧劳，青如凝墨；祸生不测，青如浮烟；酒色惫倦，白如卧羊；灾晦催人，白如傅粉。

又有青而带紫，金形遇之而飞扬，白而有光，土庚相当亦富贵，又不在此论也。

最不佳者：“太白夹日月，乌鸟集天庭，桃花散面颊，预尾守地阁。”

有一于此，前程退落，祸患再三矣。

白话译文

面部的骨相如同命格，气色则如同运势。骨相固然需要端正，短期运势也应当通达顺畅。因此，即便面骨生得再好，若气色晦暗不发光，珠玉和瓦砾也就没有区别；藻彩若不能展现，锦绣与粗布也被同等视之。

气色大处可以主宰一生祸福，小处也能预示三个月内的吉凶。人以气为根本，向内表现为精神状态，向外则呈现为气色。

气色随时间变化各有规律：终身气色是"少年时清淡、壮年时明亮、盛年时艳丽、老年时素净"；一年之中是"春青、夏红、秋黄、冬白"；一月之中，初一之后气色蓬勃生发，望日（十五）之后则内敛沉潜；一日之中，早晨气色青润，午间饱满，傍晚渐收，入夜趋静。

对于仕途中人，黄色是最吉祥的正色。黄气覆顶，必能夺取大魁；黄气入鬓，入仕不远；印堂（两眉之间）现黄色，富贵逼人；明堂（鼻准）素净明亮，来年可望及第。此外，眼角霞光鲜亮，可在小考中获利；印堂隐现紫气，近期有小利进账；两颊中间现红晕，主生育佳儿；两颧红润，骨肉亲族中将有人发迹。

气色最忌青色与白色。青色常见于眼底，白色常见于眉端。但二者各有细分：因心事忧劳而见青，色如凝墨，沉滞不动；因祸患突至而见青，色如浮烟，飘忽不定；因沉溺酒色而见白，色如卧羊，软弱无神；因灾晦催逼而见白，色如傅粉（扑了白粉），干枯毫无光泽。

另有特例：青中带紫者，若是金形（面色白润方正之人）遇之，反而主飞黄腾达；白色而有光泽者，若土庚之命（五行属土、庚金之人）遇之，亦主富贵，此二者不在常论之列。

最不吉利的四种气色是：太阳穴和月亮穴被白气夹住，天庭（额头）出现乌暗之色如鸟集聚，桃花色（浮红）散漫于面颊，以及预尾（颧骨下方）至地阁（下巴）出现晦色滞留。以上四者若有其一，前程必将退落，祸患接连不断。

关键词

印堂： 两眉正中间的区域，相术中主官运、福禄，是观察气色的重要部位。

明堂： 鼻准（鼻头）及鼻翼所在区域，主财帛、健康与仕途运势。

天庭： 额头正中偏上的区域，相术中主早年运势与贵气高低。

地阁： 下巴及颏部区域，主晚年运势、部属关系与根基稳固与否。

金形： 五行面相中的一种，指面色白润、轮廓方正之人，性格坚毅，对应肺金。

现代启示

《冰鉴》这一章的核心逻辑，其实是一套将"外在可观测信号"与"内在状态"相对应的系统。抛开命理的外壳，其底层思路与现代医学、心理学并不陌生——面色苍白往往提示贫血或惊恐，两颧潮红可能是高热或情绪激动，眼底青黑常见于睡眠不足或肝肾亏虚。曾国藩将气色纳入识人体系，本质上是在训练一种细致的观察力：透过一个人当下的神态气色，推断其近期的身体状况、心理压力与精神活力。

这种能力在今天依然实用。面试官、医生、谈判者，无不在有意无意地读取对方的"气色信号"。

值得思考的是：你上一次真正仔细观察一个人的面色，是什么时候？你是否忽略了那些早已写在对方脸上的信息？