

## Kapitola sedmá

# Řeč těla lhářů

**Z**abýváte-li se řečí těla lháře, je třeba, abyste si bedlivě všímali všech změn a posunů v jeho dýchání, na pokožce, v držení těla, v postoji, na pažích, rukou a nohou. V této kapitole zjistíte, jaké jsou charakteristické znaky řeči těla, které mohou napovědět, že někdo nejedná poctivě.

### Změny v dýchání

Jednou z prvních věcí, kterých si často všimnete, když vám někdo lže, je změna dechu. Jsou-li lidé klidní a uvolnění, při nádechu a výdechu se jim pohybuje břicho směrem nahoru a dolů. Jestliže ale někdo lže nebo alespoň tak vypadá, často dýchá tak, že se mu zvedá a klesá horní část hrudníku a ramena, místo abyste viděli pravidelný pohyb jeho břicha.

Nezřídka se u něho projevuje viditelné napětí v horní části hrudníku, prozrazující úzkost. Nejpatrnější to bylo, když Lance Armstrong při rozhovoru s Oprah Winfrey přiznal, že dopoval. Ačkoli v mnoha věcech, které prozradil, působil upřímně, občas byl v ramenou při nádechu a výdechu viditelně napjatý. Možná šlo o chvíle, kdy v odpovědích na zvědavé otázky Oprah nemluvil čistou pravdu.

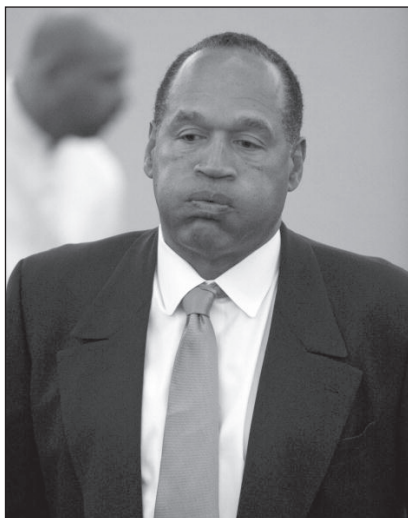


*Fotografie 7-1: Lance Armstrong během interview s Oprah. Na jeho ramenou i horní části hrudníku je patrná zřejmá tenze.*

*Zdroj: Getty Images Entertainment.*

Pokud někdo lže, často najednou nafoukne tváře a při výdechu je splaskne. Tím dostává více kyslíku. Jeho autonomní nervová soustava je vyčerpaná, protože v těle je najednou příliš mnoho kysličníku uhličitého. Proto se takový člověk zhluboka nadechne a pak si odfoukne, aby se tyto dva plyny v těle vyvážíly. Lháři to pomůže získat znovu klid, protože se zbaví nahromaděného napětí vzniklého lhaním. Toto odfouknutí je tedy velkým varovným signálem, chceme-li odhalit lháře.

Zde je fotografie O. J. Simpsona u porotního soudu Clark County Regional Justice Center v Las Vegas v roce 2008, druhý den soudního přelíčení, kdy se vybírala porota. Simpson byl obžalován za vloupání, přepadení a útok. Povšimněte si, jak se mu zvedá a rozšiřuje hrudník, jak se mu plní plíce vzduchem a nafukují tváře a on se chystá zhluboka vydechnout, aby se pravděpodobně zbavil přebytečného stresu a napětí.



*Fotografie 7-2: O. J. Simpson energicky odfukuje během soudu v Las Vegas, kdy byl obžalován z vloupání, přepadení a útoku.*

*Zdroj: Daniel Gluskoter, Splash News.*

Díky předchozím zkušenostem se soudem, získaným během přelíčení u trestních i občanských soudů za smrt Nicole Simpsonové a Rona Goldmana, si byl Simpson dobře vědom toho, jak je výběr členů poroty důležitý pro výsledkem soudu. Jeho náhlé hrudní dýchání a mocný výdech jsou důkazem stresu, který zřejmě prožíval během volby poroty.

## Změny na pokožce

Když lidé lžou, často si můžete povšimnout změn pokožky, jako je její zbarvení nebo pot na povrchu. Lidé se světlejší pletí mohou zčervenat, zrudnout, na pleti se jim někdy objeví skvrny. Zčervenání je obvykle zjevné na tvářích a na nose, ale i po celém obličejí, od čela přes uši až po krk. Tón pleti bývá lehce zarůžovělý až rudý. Změna barvy pleti je důsledkem zvýšeného množství adrenalinu a souběžných změn v cévách a kapilárách. Lidé tmavší pleti naopak zblednou nebo jejich pleť získá popelavý nádech.



*Fotografie 7-3: Bývalý senátor a kandidát na prezidenta John Edwards se červená a potí (dva příznaky lži) a dokonce usmívá na policejní fotografii.*

*Zdroj: Splash News.*

Zde vidíme policejní fotografii bývalého senátora a prezidentského kandidáta Johna Edwardse pořízenou poté, co byl zatčen za finanční podvod. Na fotografii se snaží klamat tělem a vypadat, že je spokojený a všechno je v pořádku. I když se jeho ústa usmívají, je to pravděpodobně hraný úsměv (více o takovém úsměvu viz kapitola 8). Jeho „spokojený“ výraz je také v rozporu s jeho potmělou barvou pleti, patrnými skvrnami na obličeji a po stranách krku (na původní fotografii je začervenání viditelnější, obličej je výrazně růžovočervený).



*Fotografie 7-4: Na obličeji Lance Armstronga vidíme náhlé potemnění (na původní fotografii zčervenání) pleti na nose, tvářích, krku a uších ve chvílích, kdy odpovídal na otázky o svém dopingu.*

*Zdroj: Jennifer Lorenzini, Splash News.*

Lhářům zčervenají i uši, nos a tváře, pokud cítí, že jejich lež vyjde najevo. Ačkoli Lance Armstrong měl obvykle opálený obličej, kontrastní červeň jeho uší, po stranách krku, na nose a dokonce kolem úst byla projevem náhlé změny v autonomním nervovém systému, která způsobila zvýšený průtok krve. Kromě začervenání mohou také na čele najednou naběhnout žíly, protože se příliš rozšíří vlivem zvýšeného tlaku a průtoku krve.

## Pocení

Pot na tváři může být také známkou lži. Často se objeví na čele, nose, tvářích, bradě a nad horním rtem. Na obličeji Johna Edwardse na fotografii vidíme pot, který mu vyrazil na obličeji, když se snažil pro policii tvářit spokojeně. Pot na tváři je důsledkem toho, že se zvýší tělesná teplota, a tím také člověk zčervená. Tělo se pokouší ochladit, a proto se potí skrze póry na těle a obličeji.



*Fotografie 7-5: Prezident Clinton má nad horním rtem, na čele, tvářích a po stranách nosu viditelný pot ve chvíli, kdy americkému lidu lže o svých pletkách s Monicou Lewinskou.*

*Zdroj: Joyce Naltchayan, Getty Images.*

Jelikož se svaly nad horním rtem při lži napínají, často se v této oblasti objevují krupěje potu. Bývá to jasným znamením, že daná osoba lže. Ačkoli jsme všichni viděli, jak Clinton rozčileně ukazuje prstem, jen málokdo se k němu dostal tak blízko, aby si všiml, jak hodně se během řeči potí. Pokud se pořádně podíváte na tuto fotografii, opravdu si můžete všimnout kapek potu, které se mu lesknou nad horním rtem.

Nebyl to jen prezident Clinton, kdo se při lhaní potil. I Armstrong se potil během rozhovorů, a to ani nemusel jet na svém kole. Už v roce 2006 při rozhovoru pro rubriku *Outside the Lines* webové stránky ESPN.com byly nad jeho rtem po celou dobu patrné kapky potu. Tehdy bezostyšně tvrdil, že nebere drogy zvyšující sportovní výkon.