

# Unthink Unthink

第1章

思想本身无意义

47 BOOKS  
华章图书

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 先识人，后知己

迄今为止，人类探索周围世界的唯一有效方式就是实验。科学家将物体从高空抛落，为它们通电、加热、磁化、用亚原子微粒轰击物质。他们锲而不舍地重复，更换条件，换个温度或是时间，然后继续这种重复工作。

至于人类本身，我们是如此复杂的生物，但了解自己的方式仍然只有实验一途。想要研究心脏，就必须得切开一个；想要了解细胞，那就给它们染色，摆在显微镜下面，或是注入点什么进去。

我们的思想也不外乎如此。自省远非万能。我们并不清楚自己到底为何做出某些举动，我们甚至想不清楚我们为何要思考行为的原因。

只有实验可以揭示我们为何如此思考，如此行事，为何成为这样的我们。我们需要科学实验刺激人们，暗示他们，哄骗他们，恐吓他们，让他们坠入爱河。然后换个温度，换个地点，换件衣服或是换到一周中的另一天，再重复相同的事。若非如此，我们绝无可能认识自己。<sup>1</sup>

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 心有灵犀还是情难自已？ 也有可能他们读过这本书

人类总是在本能地模仿。我们重复朋友的口头禅，模仿他们的姿势，但这并非有意为之。我上大学时，根本没有意识到自己已经学会了一种新口音，直到放假回家的时候，我父母打趣我已经变成上等人了。假期快结束时，我变回了北方口音。可下次放假回家时，一模一样的情况又重复了一次。我做第一份工作时，发现包括我在内的所有人，都在开会时不自觉地交叉手臂。过了一会儿之后，我们又都靠到椅背上，而后我们又同时倾身向前。有可能我要再待上一阵子，变成资深员工后，才会理解英国石油员工变化身体姿势的小秘密。但更有可能的是，我们都在模仿他人的姿势，而自己毫无所觉。

尽管我们的模仿行为是不自觉的，但它仍有着重要的社交意义。约翰·巴奇和塔尼亚·沙特朗（那时还在纽约大学）研究了我们会在什么时候本能地互相模仿，以及背后的原因所在。<sup>2</sup>他们邀请被试志愿者与一名假装同样是被试的实验人员共同讨论摄影。这名实验人员会一直揉搓脸颊，或是抖腿。当研究者观看被试的实验录像时，他们发现那些实验人员抖腿的组别，

被试者也会有明显的抖腿行为。而在实验人员揉搓脸颊的组别内，被试者也会更频繁地揉搓脸颊。可是他们在实验结束后采访被试者时，没有一个被试者注意到了自己同组人员有任何特别的肢体动作。他们确实是在无意中做出这些行为的。

那些天生容易共情的人（或者至少他们的问卷结果在专业人士看来如此）会有更多的模仿行为。或是当我们想和某个人建立更友好的关系时，我们也会下意识地这样做。这是我们的无意识在互相对话。正因为我们没有意识到自己的所作所为，才让我们的无意识可以更坦率地表达态度。如果我们知道了自己释放的信号是什么意思，我们就会以此造假了。不信你看推销员那永远无懈可击的笑容和吸引注意力的能力。

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 西蒙的恋爱指南

当实验者微妙且不被察觉地模仿被试时，被试者更愿意反馈他们和实验人员相处良好，他们也更喜欢实验人员。而行为没有被模仿的被试者则没有这样的倾向。

一名法国的研究者好奇这样的技巧在浪漫关系中是否同样起效，<sup>3</sup>因此他选择了一场速配约会中的几名女性参与者，对她们进行培训。在部分约会中，他要求她们不明显地重复约会对象的话，并模仿对方的肢体语言。也就是说，如果对方问：“你真的这么做了？”她们就要回答：“对，我确实这么做了！”而不是简单地回答一个“是的。”如果对方抓抓耳朵，她们就也要在几秒钟之后抓抓耳朵。

在速配约会结束后，研究者向所有参与者发放表格，询问所有人对自己见过的人的印象，以及是否还打算继续和对方见面。盖冈教授发觉，那些有模仿行为的女性往往被评价为更加性感，并有更多男性打算与她们再次约会。

约会前，你可能会殚精竭虑于选家好餐厅，别说错话，还要穿上最有吸引力的衣服。但真正左右这场约会结果的，却可能是某些你和对方都根本没有意识到的东西。

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 真爱就是我变成了你的样子

如果你给了侍者一大笔小费，你大概自认为这个举动事出有因，无论是因为服务体贴，食物可口还是侍者的笑容足够甜美。但在荷兰的一次实验中，<sup>4</sup> 同意重复顾客要求的侍者却收到了比其他人多三分之一的小费（比如用荷兰语逐字逐句地重复“一份汉堡薯条”而非简单回答“好”或者“知道了”）。不仅如此，平均小费也高出了近 70%。有趣的是，绝大多数侍者并不了解这一点。如果没人告诉他们是否要模仿，他们整晚奔忙，却只能拿到本该赚到的钱的一小部分。

若非一旦教会侍者，他们就可以无声无息间拿走小费这件事实在令人顾虑，心理学家甚至都能证明模仿能够提升人与电脑间的关系了。<sup>5</sup> 在实验中，一个虚拟角色会告诉被试学生，让所有学生携带身份卡可以提升校园安全度。当实验者设定虚拟角色完全仿照被试的动作移动头部，但有 4 秒延迟时间时（这段短暂的延迟刚好可以让被试者注意不到模仿行为），被试就会对该虚拟角色更有好感，认为它更真实，甚至认为它的说法更有说服力。

模仿是一种无处不在的社交润滑剂，而你需要警惕，无论是约会对象，还是侍者，甚至是电脑，都在利用这种行为操纵你。

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 无处不在的比喻

有些比喻方式历久弥新。<sup>6</sup>比如我们始终将思想视作可食用的。例如，你现在读这本书也许是你充满对知识的渴求，或总是对新思想胃口贪婪。你希望自己能大口撕咬其中肥美的章节，也希望我供应的不是半生不熟的理论，导致你消化不良。

如果我们宣称思想给我们滋养，那么用同样的方式，我们也可以说人有温度。有些人可能对我们温暖，但冷淡的招待又会让觉得心寒。冷冰冰的言行举止、冰冷的眼神或是冰冷的微笑都会让我们觉得这个人脾气不够开朗，如果他们能有所改善，气氛才会融洽起来。这种比喻并非仅仅是有趣的文字游戏，实验证明，它深入到文字之后，影响着我们感知这个世界的方式。

在一项研究中，<sup>7</sup>被试本科生被要求回想一个场景，也许是他们被他人排斥的场景，也许是他们被他人接纳的场景。实验者告诉学生，实验室管理员想知道温度是不是刚刚好，他们感觉如何。那些回想起自己被冷待的被试对房间温度的估计大约比实际温度低三度。研究者还发现，比起没有遭遇冷待的人，

被集体排除在外的人会更渴望温暖的食物，比如热咖啡或是汤。

但是否反过来也是如此呢？如果天气和煦，我们是否会更加友善？可能确实如此。根据另一项实验，<sup>8</sup> 在研究者录入被试姓名等信息时，会交给被试一杯咖啡，可能是热的，也可能是冷的。接下来，被试会得到一个虚构的人的信息，然后令他们评价这个虚构人物的性格。那些握着热咖啡的人会认为自己的评价对象更温暖。而且手里拿着热东西的人明显更愿意为朋友选个礼物，而非仅仅奖励自己。他们不仅感觉旁边的人更温暖，他们自己也变成了更温暖的人。



Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 光鲜的推销员

冷暖比喻并不是唯一影响我们行为的表述。说到人际关系时，有时会说进展融洽流畅，但如果遇到粗俗伤人的对象，这段关系可能就要有摩擦了。在一项实验中，被试会在解完相同的简单谜题后读一段小短文，并对其中的社交关系进行评价。结果证明，相对于谜题印在更光滑纸张上的被试，<sup>9</sup> 谜题被印在砂纸上的被试会在后来的社交关系评价中做出更低的评价。他们彼此之间也会更倾向于建立公平的合作关系，比如和搭档公平地分享获得的奖券。

推销员的典型形象就很符合“平滑流畅”。说到推销员，我们脑海中浮现出的往往就是一个西装笔挺，头发梳得光滑平整，还有一口闪闪发光的洁白牙齿的形象。这些外在细节可能会有助于他们更顺利地推销商品。但再好好想想，拥有这些“标准的”推销员，会和你分享他的彩票奖金吗？

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 忘掉时尚潮流，红色 是每个人的性感色

除了将语言中的比喻和概念联系在一起外，我们也会将某些行为和视觉符号联结起来。例如，浪漫就和红色有着强烈的联系。罗伯特·伯恩斯写到他的爱是一朵红红的玫瑰，情人节时也少有蓝色或绿色的贺卡出售。如果克里斯·德·伯格唱到一位黑衣女士，我们会想到的往往是死亡而非爱情。红灯区工作的女性会被称为“猩红女士”（女性性工作者的另一种说法）。即使是庄重的女士，当她们希望吸引丈夫时，也会涂上红色的口红。

这种红色和浪漫之间的联系对我们的影响和语言一样有效。在一项实验中，<sup>10</sup>女士们会对一系列男士照片的吸引力打分，分值为1~9分。这些照片中的男士穿着不同颜色的服装，同时照片也被放置在不同颜色的背景板中。结果显示，穿着红色衬衣或是放在红色背景板中的照片会比其他条件相同但不同颜色的照片多得1分。

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 想着自己会孤独终老， 恐怕会愿望成真

单身对你自己而言可不是什么好状况，而希望继续保持单身的想法则对你身边的人有害。除去令人不适的孤独感之外，它也会作用到你的健康状况上。社会关系中的孤独状态会增加癌症和心血管疾病的患病风险，也许和孤独者处理压力的能力更糟有关。<sup>11</sup> 独自生活的痛苦也会增加自杀概率。

你可能会因此觉得独居者就会更友善，以结交朋友，或觉得他们会更愿意参与慈善活动，以遇到更多的人。但事实恰恰相反。已婚人士更愿意为慈善事业贡献时间，甚至驾车都会更谨慎体贴。但这种相关也许和多种因素有关。也许是因为友善体贴的人更容易找到爱情并在这种关系中获得成功。也许还有第三方因素，例如宗教既鼓励人们步入婚姻，也同时鼓励信徒帮助他人。

为了探索孤独的前景是会增加还是减少人们对他人的关怀，研究者设计了一系列道德上颇具争议的实验。<sup>12</sup> 他们谎称设计出了一套问卷，可以准确预测测试者单身的概率。参与测验的学生完成了测试，提交了反馈结果。事实上，这套问卷无法检

测出人们有多大概率找到幸福的另一半。尽管问题看上去很像是那么一回事，例如询问被试是否健谈，情绪化，外向，是主导型还是顺从型。

然而，研究者告诉一部分随机选择的被试，他们的结果显示他们很可能拥有长期稳定的婚姻，身边总是会有关心他们的人。同时告诉另一部分被试，他们是那种可能会孤独终老的类型。也许他们现在会有朋友，也许会结一次或几次婚，但这些关系总是无法持久，他们会随着年龄增长越来越孤独。

在测验结束后，研究者对被试提供表现关怀的机会。在一项实验中，他们说在为慈善事业募款，然后把被试单独留在捐款箱旁边。那些认为他们会被爱的被试的捐款数几乎是其他人的四倍。在另一项实验中，被试认为自己要进行第二次测试，这次是关于创造力的。但测试者在开始前打翻了一盒铅笔，那些认为自己将会拥有亲密关系的被试有三分之二都会帮忙把铅笔捡起来。对比明显的是，那些被告知自己未来将孤独的被试中只有六分之一伸出援手。<sup>13</sup>

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 绝不要和心理学家约会

科学家绝不是一场火辣约会的理想对象。几乎没有什么电影里讲述那些穿着实验服的怪咖能赢得女孩子的心。但我们现在知道了，科学家正在努力奋起直追。

如果你和一个费尽心思的心理学家约会，可以预想，他们肯定会穿着红色的衣服。他们会带你去一间暖气开得超高的餐厅，并且坚决拒绝门边的桌子。那里的餐具手柄光可鉴人。如果你触碰耳朵，他们也会照做。你说点什么，他们就会在几秒钟之后也提到类似的内容。当进入餐后甜点环节，他们建议你跳过冰淇淋，选择咖啡时，你几乎就可以确定这名潜在对象做好功课了。毕竟，他们希望这是一场“热烈”的约会。

但这都不是把心理学家列上约会黑名单的原因。真正的问题在于，心理学家无法以普通人的方式看待浪漫。他们无法将爱情视为神秘之事，谈论命运还不笑场或是梦想着丘比特之箭。去看看你的书架或是音乐收藏，可能其中充斥这样的内容。没错，这都是文学家或音乐家想要描述一对男女相遇时用到的。尽管科学家也同样被谜题所吸引，但他们会寻求答案，而且他们

知道如何去做。

我们知道红色会使人更有吸引力，并非因为它被写入歌曲，而是有人做了实验。我们知道模仿会使人更性感，是因为有研究者操纵了一场速配。想要知道一对男女相遇时会发生什么？唯一的办法就是介绍他们，摆布他们，然后观察。所以，如果你和一名心理学家约会，你永远都不会知道他/她是真的爱上了你，还是在对你做实验。



Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 信任感和大脑里的化学物质有关，但为此付钱的肯定是个轻信傻瓜

研究者曾进行过一场投资游戏，可以评估人们的信任程度。在游戏中，参与的玩家被试会获得一笔钱。他们可以拿着这笔钱离开，也可以把一部分钱交给另一位扮演托管人的被试。在托管人手中的钱总是会翻三倍。但是托管人可以选择是自己留下钱，还是返还包括原有金额在内任意数量的钱给玩家。因此，对于玩家来说，决策的关键就在于，你有多信任托管人。

一个版本的游戏里，托管人是匿名的。被试不知道自己的钱交给了谁，托管人也不知道自己收到的钱是谁的。所有被试都只会参与一次试验。因此，如果玩家足够理性，似乎他们就不应该把钱交给托管人。而对托管人来说，没理由他不把所有的钱都带走。反正他永远也不会遇到把钱交给他的人，甚至对方都不知道他是谁。玩家也一样，当意识到对方根本没理由把钱还给他时，就应当选择自己保留钱了。

然而，幸运的是，人们并没有真的这样想。在一次有 29 个玩家的实验中，没有一个人把钱全部自己留下来。其中 1/5 的人把所有的钱都交了出去，而他们的冒险得到了回报。托管人

平均返还的钱都要比他们收到的更多，这是个双赢的局面。

信任就是这样一种神奇的、不理性的因素，但也正是它使人际关系得以存在。而且现在你可以把它瓶装出售了——那就是催产素。催产素可以促进女性的哺乳和分娩，而且有助于调节母性行为。而男性和女性都会分泌这种激素。当被试在参与投资实验前接受一定剂量的催产素后，他们交给托管人的钱会显著增加。与接受安慰剂的对照组相比，他们交出全部金额的比例更是对方的两倍。<sup>14</sup>

你现在可以在互联网上买到催产素并不稀奇。一项相关产品的制造者建议商务人士在他们的办公桌和会议室中喷洒他们的商品，以获得“即时竞争优势”。并许诺说，如果你是一位单身男士，这会帮你赢得那些“你配不上的”女性。由于你的潜在约会对象或是合作伙伴未必有那么信任你，愿意闻那个你给他们的瓶子，因此制造商将产品做成了类似香水的喷雾，可以喷在衣服上。他们的想法是，激素可以不知不觉地悄悄侵入周围人的鼻子。

但在你把自己的信任交托给市场之前，有件值得注意的事，即任何人如果一天在自己的衬衣上喷好几次催产素，那么他本人所接触的激素量要比目标对象高得多。因此，如果你遇到了一个超级轻信的人，说不定就是喷了催产素呢——先不说那东西是否起效了。



Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 政治中的以貌取人

自民主制诞生伊始，人们就满怀忧虑：选民在投出选票时是真的理智吗？柏拉图在《理想国》一书中曾宣称，真正的领袖（当然，也就是哲学家）往往难以在选举中脱颖而出。他以水手选船长为例论证了这一点。柏拉图认为掌管船只的领袖能力无法后天习得，也与航海技能的熟练与否并不相关，而领袖能力恰恰是一名船长应有的能力。可惜，当把选择权交给水手时，结果却通常是他们选出了技术最好的水手。

有一项研究就建立在这种质疑的基础之上。研究者试图了解儿童选择领袖人物的能力如何，是否能胜过成年人。于是他们调查了600名年龄介于5~13岁之间的瑞士儿童，让他们想象自己即将出海远航，需要为航程选择一位船长。<sup>15</sup> 候选的“船长”其实就是当时法国议会选举中互相竞争的各位候选人。结果证明，受孩子们偏爱的“船长”七成都在真实的选举中获胜。

这项研究也许揭示了，我们在生命的早期阶段就已经发展出了政治理解，说不定我们还可以降低投票年龄。但孩子们的政策偏好呢？研究者又得出了什么结论？他们会偏爱降低税费

的船长，因为那样就可以从父母那里得到更多的零用钱？抑或是他们会支持那些增加（或削减）教育经费的船长？

事实上，研究者对此一无所获。他们并没有告诉孩子们候选人的政策，或是他们的能力。因为孩子们用于判断船长，甚至预测了真正选举的信息的，只有候选人的照片而已。



Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 大脑也会无中生有

我们通过不同的途径接近真相。我们阅读，思考，道听途说或是亲身经历。可其他人有时会说谎，他们会略过重要的细节，我们的想法有时也会出现偏差。这样说来，似乎最可靠的方式就是亲身经历。我们的记忆就像是事实的仓库，热气腾腾的真相未经转手便直接被储存其中：我们所记住的，即是真实发生的。可实际上真相并非如此，我们有时也会从他人那里获取自己从未经历的“记忆”。

伊丽莎白·洛夫特斯和她的同事用一项古老的实验证明了这一点，并让我们意识到对记忆的盲目依赖会多么危险。<sup>16</sup> 他们让志愿者被试观看一段道路交通事故的视频片段，然后将被试随机分为几组并询问其中一组：“车辆互相冲撞到一起时，速度有多快？”接下来，他们又用同样的问题分别询问其他组，只是把“冲撞”这个动词替换成“碰撞”“磕碰”“接触”和“撞击”。结果证明，听到了“冲撞”这个词的被试普遍回答的车速要更高。

一周之后，研究者再次联系这些参与实验的被试，就他们

对这场交通事故的记忆做更深入的询问，尤其强调了场景中是否存在碎玻璃。那些在第一次的问题中听到“冲撞”一词的被试，错误地回忆出事故现场有碎玻璃的人数是听到其他动词的被试的二倍。仅仅是一个看似无关紧要的动词，就会如此改变人们的记忆，甚至在之后，他们的记忆还会凭空虚构出全部的细节以自圆其说。

这是一项该领域早期就出现的实验。在此之后，实验者对操纵人们的记忆变得更加轻车熟路，也更敢于尝试。他们曾让参与者回想起了抢劫者手中根本不存在的螺丝刀。<sup>17</sup>而在更富有争议性的实验中，他们甚至为被试植入了从未发生过的童年记忆，包括被丢在购物中心，乘热气球飞行，还有在迪士尼遇见兔八哥（华纳兄弟旗下的一个动画角色）。<sup>18</sup>

科幻剧《X档案》曾风靡一时，而也正是在那段时间里，宣称自己被外星人绑架的报案数量出现了急剧上升。当然，其中有一部分人在催眠或治疗后恢复了过来。尽管这听上去像是某种跟风之举，但那些不幸的被绑架者在谈到自己记忆时的苦恼，与唤起了真正创伤经历的人别无二致。<sup>19</sup>记忆是如此捉摸不定，和满是噪点的UFO目击照片一样无信誉可言。的确，也许真相就在某处，但可别指望它就在你的脑袋里。

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 悄无声息的日久生情

我们大多数人都很幸运，可以生活在自己喜爱的事物之间。如果有个女人说她墙上挂的画都是她厌恶的，她的伴侣正是她所鄙视的，她每天都吃着不喜欢的食物，她每天都听会把她逼疯的音乐，我们恐怕会觉得这个人有点问题。可仔细想想，我们到底是真的生活在热爱的人和事之间，还是我们不得不喜欢上了身处其中的环境呢？那些爱国者是刚好有幸生于他热爱的国度，还是因为他生息于此，才爱上了这个国家？

儿童在生活中少有选择权，但似乎大多数也都活得很开心。我自己就觉得妈妈做的饭比全世界其他任何人做的都好吃（她试图在我的土豆泥下面藏豆芽的时候除外），但有一次这确实让我很尴尬。我去一个意大利朋友家里做客，晚饭的时候他妈妈亲手做了意大利面，而我则出于恭维说出了这样的话：“几乎比得上我们家里做的拿坡里意大利面了。”当时我还以为自己这么说显得特别有风度呢。

事实证明，我们都偏爱自己母亲的烹饪手艺，绝非是每个人都幸运到了刚好降生在合适的家庭中，也不是基因动了什么

奇奇怪怪的手脚，只不过是年复一年地面对相同的东西，让我们对它的好感度增加了。关于这一现象曾有过一系列实验，最初有一项实验就是罗伯特·扎伊翁茨<sup>20</sup>要求人们大声朗读出一系列他宣称是土耳其语的形容词，而事实上这些只是毫无意义的词汇（比如 Iktitaf, Dilikli, Civadra）。念完之后，他会问被试觉得哪些词是褒义词，哪些是贬义词。其中有一部分词汇在列表中出现得比较频繁。而实验者发现，一个单词出现得越频繁，被试就越容易认为这个词是褒义词。

数百个实验都发现了相同的状况：反复暴露在同一种刺激中会增加我们对它的好感<sup>21</sup>。因此，一首歌我们听得次数越多，就会越觉得它悦耳；一件艺术品我们看得越久，便越欣赏它（不过，过度暴露也会导致相反的效应）。对同一种论点接触得越多，就越容易接受。甚至在看过多次某个人的照片之后，我们会更喜欢这个人（古往今来的无数独裁者已经为我们亲身演示了这种影响）。

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 无意识的从众之举

想要对别人的行为未卜先知，就要先对控制他们行为的思想稍作了解。而且按道理来说，控制他人行为的思维规则也同样控制着我们自己的行为。所以，理论上来说，如果我们足够自知，就应该顺理成章地能够了解他人。可事实并非如此，我们依仗着做出预测甚至是试图影响他人行为的判断却往往是错误的，有时竟会离谱到效果恰恰南辕北辙。

下面这个关于亚利桑那州国家公园的例子大概就是如此。那座迷人国家公园里的许多古老的树木已经石化了。随着时间变迁，矿物将有机物取而代之，森林变成了真正的化石丛林。这场景着实难得一见，因此许多游客都希望能带些纪念品回家去。令人愤怒的是，每年都有14吨的石化树木就这样被当作纪念品装进了参观者的车子。工作人员树立起指示牌，期望能遏制这种盗窃行为。但研究人员对这种做法提出了质疑，他们认为这其实提醒了观光客，告诉他们每年都有大量的盗窃在发生，每个人都只是拿了一小点，最后却变成了总量惊人的破坏。这种提示毫无益处。

研究者自有一套理论，即我们会机械地模仿他人。即使是在重大的事情上，我们的立场也会被别人的举措所动摇。根据这一理论，那些暗示着人们“大家都在盗窃”的标牌只会助长这种行为的发生，尽管我们本意并非如此。这就和那些自杀预防活动，饮食失调帮助项目或是高中酒精泛滥教育课程一样，它们的出现是为了减少上述行为，结果却只是让目标听众了解到自己身边有多少自杀案例，厌食症患者和酒瘾学生。结果和目标竟然完全相悖，而也许这套理论为我们解释了为何如此。

为了检验这一理论，他们在公园里人流众多的道路沿途放置了石化树木的碎片，同时在不同的道路两侧换上了不同的标语牌。<sup>22</sup> 其中一种标语牌直白地告诉徒步者：“不要把这些化石碎片带离公园。”另一种则写着：“曾有大量的旅客从公园带走了化石碎片，而这影响到了整片化石森林的自然状况。”旁边还会配有三名游客取走纪念品的图片。

实验结果如下：在没有任何指示牌的道路旁边，化石被盗率为3%；在指示牌上明确写出不要带走化石的地方，盗窃率轻微地下降至不到2%；而在那些写出了前人所做危害（跟公园原有标语一样）的道路沿途，比率发生了惊人地攀升，8%的石化木材被带走了。



Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 个体是人，群体是数

为慈善事业捐款可以让我们感觉良好。<sup>23</sup>在人类大脑里，有些脑区被称为奖赏中心。当获得食物、金钱，或是看到作弊者受到惩罚时，这些脑区就会被激活。而当我们决心为慈善事业破费时，这些区域也同样会兴奋起来。所以，那些大脑中这部分奖赏区域最为活跃的人也会倾向于捐出更多的钱。

以色列的研究者曾经在大学生中做过一项研究。他们会告诉一部分被试有一个孩子病了，告诉另一部分人有八个生病的孩子，<sup>24</sup>但医疗费用相当昂贵，要至少30万美金才能让孩子活下来。（对第一种情况他们说的是30万美金才能救一个孩子，第二种情况下则是30万美金救八个孩子。）与此同时，两组学生中都有部分人被告知了孩子的姓名、年纪，并看到了孩子（们）的照片，剩下的人则没有得到这些信息。接下来，被试可以向医疗中心捐款。结果研究者发现了两个有趣的现象。首先，那些知道了名字和照片的学生表现得慷慨得多；其次，要对一群孩子感到同情似乎比同情单独某个孩子更难。知道自己要帮助的是一个明确的个体的学生，捐款意愿是帮助对象有八个孩

子的学生的二倍，尽管似乎后一种情况可以帮助更多人。

可是，如果人们仅仅是因为情感更被触动就对效益更低的情况大发善心，那么慈善机构是否可以引导人们变得更加理性呢？美国的一个研究小组进行了尝试，他们将被试分为两组，一组的捐助对象是面对饥饿的小女孩（这些被试会看到一名叫作罗基娅的女孩的照片），另一组则会接收到更泛化的信息，比如听到非洲一场旱灾的具体情况并被告知数以百万的人们等待援助。<sup>25</sup> 罗基娅接到的捐款是另一组的两倍。然后研究者重复了实验，不过这次在捐款之前，研究者就告诉了被试，比起冷冰冰的数字，研究证明人们对某个具体的受害者更慷慨。不幸的是，被试并没有翻倍捐款给非洲数以百万饥饿的灾民，他们把捐给罗基娅的钱减到了原来的一半。<sup>26</sup>

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 男人公正，女人慈悲

2008年，金融系统崩盘，一时间每个人都想亲手杀死身边的银行家。示威游行的人们对着那些西装革履的魔鬼代言人的画像大声诅咒，烧毁它们，高高挂到路灯杆上。当游行队伍经过工作场所时，银行甚至会警告自己的雇员留在家里别来上班或是低调着装，以免愤怒的示威者有机会亲手抓住一名真正的交易员。尽管吊死他们也不会让损失的金钱去而复返，但这种行为带来的满足感却和得到了赔偿相差无几。为什么会这样？

伦敦大学学院的一队研究者做了一项相关实验，他们在被试做一系列游戏时测量他们的大脑活跃程度。<sup>27</sup>而被试不知情的是，他们的对手是被安排过的，有一部分人会公平游戏，而有一些则会作弊。游戏规则如下：如果你的对手公平游戏，你们两个就有可能都会赚到钱；但如果他作弊，那么他会赚得更多，而你会亏掉。

在游戏中，研究者会电击参与者的手，电流很小，但是可以体验到痛感。当一名公平参与游戏的玩家被电击时，被试大脑中相同的区域也会有反应，就像他们自己感受到了疼痛一样。

但当作弊者被电击时，这种同情反应就消失得无影无踪了。

此外，我们大脑中有一个叫作伏隔核的区域，通常参与到愉悦感相关的活动中。举例来说，如果你赢了钱，伏隔核就会兴奋起来。但研究者却发现，当被试看到作弊者受到惩罚时，伏隔核的神经细胞也会兴奋。

但实验结果还有一点小小的微妙之处。关于银行业有一项不太严重的批判就是，它们的女性雇员比例较低。我不清楚性别平等会不会让抗议队伍焚烧画像时感觉更好，或是吊死女性金融从业者是否可以节省绳子的长度。但在伦敦大学学院的调查中，研究者发现不同性别对他人收到电击伤害的反应确实有所差异。我前文中所提到的结果都是男性被试的实验数据，而女性被试会对所有遭受电击的人都表现出同情，哪怕是对作弊者也是如此。尽管同情程度不如对那些公平的玩家，但并非毫无感觉。同时，看到作弊者受惩罚就会幸灾乐祸的反应也仅仅出现在男性被试身上。

对于那些被憎恨着的银行家，这些结果有什么意义呢？也许在这场浩劫之后，他们应该会非常关注女性就业的某一方面问题。至少，他们会发自内心地希望，那些决定他们命运的职位是由女性来担任的。

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 道德归道德，理性归理性

哲学家没有实验室，因此他们用思维实验取而代之。在雅典的晚宴上，或是伴着烟斗和波尔多葡萄酒的剑桥，他们想象出一幅场景，然后描绘各种可能性。然后他们会制定出一些规则，来解释这些思维实验中出现的结果。接下来，他们会制造出更多的情境，拷问自己的规则系统。其中颇具影响力的一组就是电车难题和天桥困境。

想象一下你是20世纪20年代芝加哥的一名警察。某天你接到一条线索，吉米·哲学家·里卡（假人名）为了报复警方对他妓院的突袭，把六个人绑架到了火车道上。你赶到现场，发现有五个人被绑在了一条铁轨上。火车尖啸着越来越近，铁轨就在你脚下震动。你向尖叫的受害者跑去，发现只要把火车转到另一条侧轨上就可以避免悲剧的发生。然而当你准备扳下变轨手柄时，你看见了第六个人：他被绑在了备用的侧轨上。火车已经近在眼前，如果你无所作为，玫瑰岗公墓<sup>⊖</sup>又会增加五座墓碑。你要不要扳下手柄呢？

⊖ 芝加哥一处大众墓园。——译者注

大多数人会说你应该这么做，而且应该当机立断。这大概是最基础的道德计算的一个例子了：五个人的生命更胜于一个人的。但另一个类似的场景会对这种理性提出质疑。现在切换一下场景，想象一下你是赶到了一座可以俯瞰铁轨的天桥上。仍然有五个受害者被绑在火车即将驶过的铁轨上。而在你旁边，同样目睹着这场即将到来的悲剧的，还有一个非常胖的人。火车汽笛的鸣响声里，他不停地抬手擦去额头上冷汗。你打量着他，发现这确实是个大块头。如果你把他从桥上推下去，毫无疑问他会死。但他也会挡住火车，铁轨上的五个人就会得救。那么这次，你会牺牲一个人来拯救五个人吗？

这一次绝大多数人的答案都变成了不。也许区别就在于，在第二个场景中，你把一个人当作了达到目的的手段。而在第一个场景中，被牺牲者只是不幸处于了那个位置，而非他的死亡本身拯救了其他人。想要弄清这是否是决策背后的原因，就要引入第三种电车难题了。在这一场景中，火车在环形轨道上行驶，六个人被绑在轨道上。五个是瘦子，最后是一个胖子。火车按顺时针方向行驶。火车会压过五个受害者，但他们的尸体会绞在车轮里，让火车停下来。最后的胖子就会幸免。现在你有机会改变火车的行驶方向，让它变成逆时针行驶。胖子会最先被火车撞到，但其他五个人就可以活下来。在这个场景中，选择改变方向就是将一个人的生命作为拯救其他五个人的手段，但大多数人却认为这是绝境中的最佳选择。<sup>28</sup>

对这样的思维实验进行思考，并询问人们在各种场景中的

选择，显示我们大多数人做出的道德选择并不能用任何哲学体系或原则加以解释。如果我们真的有一套理性规则用来做出道德决策，我们也并不了解它到底是什么，而这本身就说明它其实并不理性。



Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 道德？主要是情绪

普林斯顿大学约书亚·格林领导的研究小组，对同样的电车难题和类似的两难道德困境进行了实验。<sup>29</sup>但他们这次没有再试图建立起一套拜占庭法典般的规则来解释我们的理性，而是在被试回答问题时扫描他们的大脑。他们认为将一个大块头从天桥上推到铁轨上，会比改变火车方向来牺牲他造成更大的反感情绪。

意料之中的，当面临情绪上的困惑时，大脑中同情绪相关的区域会更加活跃。然而，研究者同时也关注了那些与简单决策相关的脑区，和情绪道德都无关的，例如在商店购物或是计算参加会议的最佳旅行方式时会用到的位置。这些脑区在处理低情绪相关的伦理问题时会被激活，例如设计疫苗接种程序。疫苗的接种可以预防致命疾病，但副作用可能会造成少量死亡案例。而在高情绪相关的伦理问题中，这些脑区就不太活跃了。例如杀死一名人质，以拯救自己和他人。

当问题提出的方式可以让我们和困境之间产生距离时，我们会更容易接受多数人利益高于少数人的原则。但当我们不得



不想想象亲手将一个大块头推向死亡，闷死一个孩子或是砍下一个人的头时，我们对于两难困境的选择就会截然不同。似乎我们是有道德准则的，但它们只在情绪不参与其中时才会起效。的确，情绪反应异常的脑损伤患者会更倾向于遵从道德计算，为拯救数量最多的人而选择背书，哪怕必须做出令人厌恶的行为，比如选择让一位儿童去死。<sup>30</sup>但重要的道德困境往往都会触发情绪，而这时的普通人就会让情绪介入到道德决策中，而将准则置之一侧。

而一直以来，哲学家真正在做的，就是用他们那些更加复杂的规则，将无关情绪的冷冰冰的决策与那些感性无法置身事外的决策区分开来。他们正在尝试着把情绪影响我们决策的方式也打包封装起来，建立起一套情绪的准则。但不同人的情绪反应各不相同。没有任何哲学家之间能够达成共识，因此虽然这个问题已经争论了上千年，可还在原地踏步。

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 道德总是理由，而非原因

美国最具争议性的一大道德议题就是死刑的废留。辩论双方都持有强有力的论点。对于部分人来说，死刑是公正社会的根本基础。而另一部分人则将其视为残酷和不文明的标志。而对心理学家来说，它则提供一种看待行为中动机驱动论证的有趣方式。

斯坦福大学的科学工作者征集了一批死刑的支持者和反对者。给他们出示一系列针对死刑是否具有威慑性的研究结果。<sup>31</sup> 这些研究是研究者设计的，但结果却显得似是而非。部分结果明显支持死刑具有威慑力，可以恐吓潜在杀人者。例如恢复了电椅刑罚的州谋杀率有所下降。而另一部分结果则显示死刑并没有威慑效果，例如对比相邻州之间的数据，对杀人者处以注射死刑，电刑或是枪毙的州反而谋杀率更高。

死刑的支持者发现，否认死刑威慑力的研究毫无可信用度。但他们并不认为是自己先入为主的想法导致了这种观点。（而这恰恰可能是一项有力的论点，即他们已经对己方观点的相关研究了解甚深，因此一项对立研究并不能使天平倾斜过去）他们

认为研究设计薄弱，甚至可以指出瑕疵之处。例如研究覆盖的时间周期不够长，或是脱离环境地单独拿出了谋杀率，那里明明应该考虑所有犯罪率。同样是这群人，认为那些支持了死刑威慑力的研究结果就很说得过去，甚至还可以解释这些研究设计的精妙之处。然而，反对者则对同样的材料做出了完全不同的解读。他们指摘那些证明死刑威慑力的研究中方法多有漏洞，并宣称支持他们原有立场的研究设计更完善，也更可信。之前我们就提到过，我们会先选择支持哪位政治家，然后再找出理由支持他们的立场，而非真正被论点所说服。这就是我们的道德立场。

面对相互冲突的信息，每一方都相信证据支持了自己的原有立场。他们的论证并没有真正用于判断死刑是正确的还是错误的，而是用来解释数据如何支持了他们的决策。

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 我们的天性是律师，而非法官

心理学家经常会将两种推论方式进行对比：一种是法官式的，另一种是律师式的。理论上，法官和陪审团会先冷静地听取证据，然后衡量其是否有力，再判断被告是否有罪。（然而由于法官和陪审团都是人，情况往往不会这么理想化。每个律师都会建议自己的客户穿着精干的西装出庭，洗净头发，遮住文身。这暗示着观感印象会对审判起到潜移默化的作用。）

而律师扮演的角色则截然不同。他们从客户是无辜这一点出发，任务就是证明事实就是如此。他们会争辩某些法律适用于当前案件，某些则不适用。他们将证据赋予不同的权重，他们甚至也许还会提出，目击者的记忆是错误的。如果这些都不起效，他们可能会宣称客户的行为是无意的。退无可退时，也许颇具讽刺意味，他们会声称情绪遮蔽了客户的判断，他是被挑衅的，因此不对自己的行为负责。

我们用于道德判断中的论证过程更像是律师的这一套，而非法官的那种。我们的情绪就是客户，而大脑就扮演了那个不用其极的律师，为它的决策辩护，而掩盖了情绪真正的痕迹。

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 损失越大，越需要替罪羊

当我们评判某人时，只知道对方造成了伤害是不够的，了解他是否有意为之也同样重要。如果一位母亲把孩子留下单独画画，回来时发现颜料洒满了地板，她不能仅仅因为看见一片狼藉就教训孩子。母亲还得弄清楚他到底是有意把颜料弄得到处都是，还是在拿画笔时不小心碰到了。

当这位母亲判断她的宝贝是否有意弄脏地板时，这件事发生在厨房还是新客厅地毯上不应当有所影响。已造成的伤害与是否蓄意无关。然而，根据我的亲身童年经历，犯下的错误越小，“妈妈我不是故意的”这种理由越有用。

并不是只有我妈妈会根据行为的结果来评判肇事者的责任，人人如此。

想象如下场景：<sup>32</sup>一家公司的老板权衡了开展一项新项目的利弊。他的智囊团告诉他，这个项目可以增加利润，但会伤害环境。他想了想，也许还吸了一口雪茄，吐出烟气，然后说：“我才不在乎什么见鬼的环境。尽可能多地赚钱才是关键，启动这个项目吧。”下属匆匆离开，开始执行命令，公司收益颇

丰，而环境遭受了巨大损害。在这个故事里，项目是否合理并不是问题的关键，关键在于老板是否有意地破坏了环境。面对这类故事时，绝大多数被问到的人都认为他的确是在刻意地伤害环境。

但另一个不同的故事中则恰恰相反。同样是一位老板考虑相同的事情。他被告知项目会赚钱，同时也有助于环境。董事长说：“我才不在乎什么见鬼的环境。尽可能多地赚钱才是关键，启动这个项目吧。”项目运作起来，公司获得了利润，环境也得到了提升。那么这位董事长是有意改善环境的吗？在这种情况下，大多数人的回答都是否定的。

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 存在一个有罪者， 问题就更严重

如果我们认为一件事伤害越大，我们就越有可能归咎于造成这件事的人。但换种方式呢？如果某个人明显犯了错，而非事情本身偶然发生，我们是否会增强对于伤害的判断呢？如果母亲看到她亲爱的小宝贝故意打翻了颜料，相比于无意碰翻，她是否会觉得颜料更难处理？研究者们逐渐发现，确实会的。

在一项实验中，<sup>33</sup> 被试会读到一则小故事。其中有个叫弗兰克的男人在一家不错的餐厅享受丰盛的一餐，吃完之后，他没付账就离开了。部分被试读到的故事里，弗兰克很享受赖账这种事，竭尽所能地逃单。另外的被试读到的则是，他只是接到了一个电话，通知他他女儿出了事故，受伤严重。震惊中的弗兰克立刻离开了餐厅，完全忘记了账单这回事。

一周之后，被试被问起这则故事。毫无疑问，那些认为弗兰克有意逃单的被试认为他更值得谴责，而他们记得的账单额度也变化了，比真实值高出了10%。看来我们的律师大脑不仅仅会用可疑的论证赢得官司，还会和篡改证据的腐败警察相处甚欢。

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 藏在我们本性中的 的受害者有罪论

2010年5月，伊朗教士卡其姆·赛迪奎将地震归罪于放荡女性的言论登上了全球的新闻媒体。那年更早些时候，电视福音传教士帕特·罗伯森受到的关注更胜一筹。他声称发生在海地的灾难是天罚，因为岛民将灵魂出售给了魔鬼。而这些言论，事实上只是人人皆有的表现<sup>34</sup>的极端案例。<sup>35</sup>

生存在一个不公平的社会里是件艰难的事。我们很小的时候就学会，行为会带来后果。如果我们努力工作，好好表现，就会被奖励，反之亦然。但如果回报并非一定会到来，我们的遭遇就像随机奖券一样，那干吗不整天赖在床上呢？

但如果世界是公平的，又要如何解释生命中发生的那些可怕的事呢？无论是车祸，失业或是被抢劫？我们要怎么看待疾病？有人说患病是因为倒霉，他们会同情那些被疾病击倒的人，而且伤害越严重，对受害者的同情就越显著。但如果世界是公平的，那么就该是那些最讨厌的人才会身染恶疾。如果我们本能地倾向于相信世界是公平的，那么就很可能鄙视那些身患重症的病人。正如赛迪奎和罗伯森认为地震受害者有错一样。



研究者设计了一项实验，而结果正是如此。<sup>36</sup> 他们虚构了一种疾病，叫作哈尔玛，并对参与实验的大学生被试提供疾病相关的信息。但不同被试接受的信息是不同的。有些被试了解到的是，医生无法遏制疾病的传播。而另一部分被试则被告知这种疾病是可治愈的。稍后，研究者会就这项疾病以及一位虚构的患者进行提问。结果显示，当被试认为疾病是可治愈的时候，他们关于世界公平的渴望会远胜于对患者的同情，因此他们会贬低病人（例如评价他不够勇敢，行为不当或是不够明智）。其他研究者也在社会对艾滋病患病者的态度上发现了相同的效应，而那些病人往往正是贫困和强奸罪行的受害者。也许我们没有厚颜无耻到将自然灾害归罪于可怜的受害者的邪恶，但与之本质相同的黑暗面，却扎根在我们每个人深处。

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 科学和宗教都爱洗浴

去除污秽是大多数宗教的核心内容。基督徒通过洗礼去除罪孽。锡克教徒也有类似的洗礼，他们会在为新的罪恶忏悔后进行这项仪式。穆斯林在祈祷前清洗。犹太教徒不会让不洁净的事物进入神殿的内院。而在恒河中洗澡更是印度教徒信仰中的重要部分。

在文学中，这一意象同样重要。莎士比亚作品中最著名的场景之一邓肯被谋杀后，麦克白夫人试图洗净双手。但是对于无信仰的、标准的 21 世纪人呢？他们肯定不会把清洁和洗净罪孽联系起来吧？

在一项由麦克白引发灵感的实验中，研究者要求被试回想一件过去的事。<sup>37</sup> 部分被试需要回想的是一件自认为不道德的经历，而另一部分则需要回想一件自己认为是符合道德的事。然后他们要描述自己体会到的感觉或情绪。在此之后，研究者会感谢他们参与实验，并赠送小礼物。被试可以从一支铅笔和一块杀菌湿巾中间二选一。

有趣的是，回想道德行为的被试中有 1/3 选择了湿巾，而回想起不道德行为的被试中则有 2/3 选择了湿巾。没有一个被试意识到，礼物的选择也是实验的一部分，或是他们的行为已经被自己的肮脏思想影响到了。



Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 大脑是个一物多用的行家

污秽和不道德在我们的语言中紧密相连。我在互联网上搜索关于一位非常讨厌的极右翼政客的文章，发现记者和主流政治人物在笔下将他称为令人作呕的，恶心的，令人憎恶的，讨厌的，肮脏的，恶劣的，污秽的。所有这些修饰词都有一个共同点，那就是我们也会用它们来形容不喜欢的食物，或是蛆虫和粪便等污染物。

对于这些不同种类的厌恶感，不仅仅是加以描绘的词汇相同，我们连用到的面部表情都是相同的。<sup>38</sup> 研究者们分别测量了不同情况下脸部表情的肌肉运动，例如尝到恶心的食物，看到排泄物的照片时或是在游戏中被欺骗时。结果发现这些情况下，我们的面部肌肉运动完全相同。尝到的饮料越苦，照片越恶心，游戏中的欺骗行为越恶劣，肌肉的活动就越大。

恶心感也许会帮我们避开坏掉的食物，但使之起效的过程可能同样作用于道德。恶心感是我们对某些事物产生的强烈厌恶心理，不过程度是可变的。第一次尝到气味浓郁的奶酪可能有点难受，但后来却有可能克服。

而这正是道德中所需要的，我们需要对不道德的行为强烈厌恶。但就像饮食习惯一样，道德也会将文化因素纳入其中。有时，对于道德上是否令人不适并非一成不变。

大脑并没有为道德建立一套全新的工具，它直接把我们已经为坏掉的食物和腐烂尸体等污染物建立起来的系统迁移了过来。<sup>39</sup>但与此同时，那些关于非道德相关厌恶感的怪癖，无论是语言领域、面部表情还是沾染到污垢后的清洗欲望，也都一道被打包搬运了过来。不过，我们似乎都对这些毫无道理的古怪习惯处之泰然。



Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 心理学杀死宗教

宗教的教义不可能都是真理。但即使哪一个是错的，它仍然拥有数以百万的信徒。人们为其改换生活方式，为其死去，并一掷千金修建寺庙和神坛，对伪神顶礼膜拜。

如此成功地存续发展，并改变人们的行为方式，这些宗教一定用到了某些非常有力的技巧。尽管这并不意味着有某位超级愤世嫉俗的领袖人物，坐在宝座上翻阅最新的心理学期刊，然后才对信众发表演说或是修改礼拜词。但那些不懂得将适当工具组合起来的宗教一定会飞快消亡，毕竟每年都有新的教派或团体成立。因此，对不同宗教间的相同点和差异进行研究意义重大。哪怕其领袖人物不过是个虚张声势的骗子，研究本身也对我们的内在本质有所揭示。

如果心理学家有着无限的资源，在不同的大学中进行教派研究会相当迷人。研究者可以不断地修改自己的教派教规，要求每周集会唱圣歌或是去掉这条规矩，可以向信徒许诺荣耀或以死亡震慑不信者，可以坚持禁欲主义，也可以举办全校最棒的派对，等等。然后他们可以统计信徒数，以及他们会为了维

护信仰走到哪一步。信徒会为其奉献时间和金钱吗？会为之去死吗？或是为之杀人？（出于伦理考虑，研究者可以为信徒提供假子弹。）

物理学家的粒子加速器能拿到数十亿英镑的经费，甚至冒上毁掉整个星球，可能创造出黑洞的风险。听上去似乎很不公平。他们的研究怎么都不可能比理解人类本身更有趣和更重要，所以心理学家至少应该拿到几百万，去研究一些真正的大问题。<sup>40</sup>

幸运的是，在美国，福音派基督徒似乎已经替我们做了实验。新教会定期成立。有些非常庞大，牧师会上电视，还可以派传教士到拉丁美洲去。而有些就连集会都要到其他建筑中租用地方，勉强维系。也许正是一群富有魄力的科学家到处分发启动基金，然后对它们的成功和失败进行追踪记录呢？

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 精神病患者，还是 柏拉图的哲学王

在柏拉图的《蒂迈欧篇》中，他讲到宇宙的生成，众神之父为我们每个人都创造了一个神圣的中心。次一级的神则完成了接下来造人的任务，他们为人类创造了头颅，将神圣中心置于其中。为了避免使神圣的灵魂被污染，他们将道德的部分置于躯干内。愤怒、勇气和欲望栖身于胸腔，基础的食欲则藏在躯干更下的位置。在那里，它们带来的烦恼最小。这位苏格拉底最著名的弟子宣称，如果想要过上正义的生活，我们就必须用神圣的理性掌控这些欲望和感觉。

在柏拉图的文章看来，如果我们没有情绪、渴望或是食欲，避免邪恶或是高尚地生活都会变成一件容易得多的事情。但我们已经在前文中看到，人类的道德决定往往依赖于情绪。也许这正是我们并不完美的象征：理性成了情绪的奴隶。理性并未能履行它的职责，成为欲望的统治者，反而对其俯首称臣。柏拉图本人也曾认真思考过这种可能性。他认为理性打破束缚，夺回应得统治权的动力非常强大。而那些失败者将会遭受可怕的惩罚，也就是转世成为一名女人（而如果她们再次失败，则



会转生为动物)。但真的可能有这样的人吗？从不被情绪所困扰，只用理性就做出道德决策？

答案是可能的，因为确实有这样的人存在。精神病患者的智商往往高到超出常人，而且他们也明白什么是对什么是错。但他们同时有着特定的感情缺陷。他们无法像大多数人一样对他人产生共情，当他们面对令人不适的画面如残缺的面孔时，他们也不会产生和普通人一样的有冲击力的厌恶反应。<sup>41</sup>在美国，大约有1%的人被医学鉴定为精神疾病患者，但他们同时占据了服刑人员数量的15%~25%，甚至在暴力犯罪中所占的比例还要更高。<sup>42</sup>所以柏拉图大概应该更乐观点看待情绪，对理性少点敬畏之心。

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 自由意志，是 人类选择的善良

自由意志似乎是道德的先决条件。如果我无法控制自己行善还是作恶，那么又怎么能对自己的行为负责呢？同样，如果我要为行为承担责任，这些行为就必须是有意识有理由的。大脑中无意识过程调控了儿童的成长速度，因此再苛刻的父母也不能因为孩子长得太快穿不下旧衣服而责备他。如果一只水母蛰我，或小狗咬我，我不会谴责它们不道德，毕竟它们没有理性，只不过凭本能行事。但如果自由意志的存在与否决定了人们在作恶之后是否应当被谴责，那么相信自由意志与否就已经决定了人们是否会作恶。

人们对自由意志的信念显然相当圆滑。看看这些自以为是自由意志的说法你就知道了。“避免诱惑需要运用自由意志。”或如决定论的支持者所说，“说到底，我们不过是演化所设计出的生物计算机，由基因搭建，被环境编程。”而人们的立场就被这些言论摆布，飘忽不定。我们不清楚为什么会这样，也许大多数人就没怎么思考过这个问题。但现在来想想看，如果我们认为自由意志对道德是必要前提，那么认定自己没有自由意志的人是否会做出不道德的行为呢？

为了搞清楚这一点，研究者做了一项测验。他们让被试答题，每答对一道题就可以获得一美元。<sup>43</sup>但测验是完全自主的，被试会为自己打分，并在从罐子里拿钱之前把答卷扔进碎纸机。那些在开始前读过自由意志论述的被试为自己的试卷打分，并拿走的钱平均为7美元。（在测试者打分的实验中，被试的平均正确率就是7道题。）而那些开始前读到决定论立场论述的被试则平均带走了11美元。在其他测验中也显示，越不相信自由意志的被试表现得越冷漠，攻击性越强，甚至在没有报酬的算术测试中也会作弊。这项结果非常令人不安。因此自20世纪60年代起，认为命运远在自己掌控之外的人数就在不断攀升。<sup>44</sup>尽管那些相信自由意志者在学校里表现得更好，很擅于处理压力，而且陷入抑郁的可能性更低。

这本身就指向了一个道德问题。我在本书中向你描述的实验，很可能会说服你，我们并没有自由意志，至少大多数人认为是这样的。这样的做法是否不道德呢？我是否有可能毁了你的生活，摧毁你的诚信？那么这本书和类似的书籍是否应当被学校图书馆列为禁书，以免污染我们的儿童？甚至有观点认为应当在未出版前就把手稿付之一炬，既能够避免决定论世界观对读者造成的伤害，也能防止这些读者继续影响他们身边的人，以及由至所带来的连锁效应。

我自然不同意这种想法，但我绝不会假装自己相信自己在书中提到的观点。它们绝对是那种律师式的，目的驱动式论证的产物。

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 我们对无理抉择的理性 内核有着感情上的依恋

我们对于食物和污秽的情感反应能够迁移到道德中，听上去似乎是天方夜谭。我们大多数人坚信的是，道德原则出自理性思考。柏拉图的深刻反思和孩子般逃避晚饭的本能喜恶就像遥遥对立的两个极端，而我们认为，道德来自柏拉图这一端。

数千年来，哲学家都在试图构建起一个，我们甚至是他们自己都可以信任的，可以用于管理道德的框架。然而，他们蔚为壮观地失败了。

那些在昏暗房间里叼着烟斗的哲学家的问题在于，道德并非空中楼阁。它存在于真实世界中，因此也必须在真实世界中加以研究。平凡的人们都会自责，会为慈善事业捐款或是给孕妇让座。哲学家可以争论不休，如果一个理想的康德人存在，他会在这样或那样的情况下做何举动；或是一个完美的功利主义者在另一种情况下表现如何。但这样的理想人物并不存在，从未存在也绝不会出现。这种争论就只能是茶余饭后的游戏，就像问二维世界的人如何呼吸或是如果时间倒流，怎么下棋最好一样毫无实际意义。

对我来说，思考我们这些现实中的人道德观念从何而来，何时会按其行事，何时又不会，要有趣多了。有些哲学家也举手赞成，大卫·休谟写到，“人们已经从对自然哲学的假说和系统的狂热中痊愈了，从此他们只信任从经验中所得到的理论。同样，对所有的道德研究也该进行类似的改革，无论如何奇妙精巧的道德体系，只要并非基于事实和观察，都应加以摒弃。”<sup>45</sup>

对休谟来说，伦理无疑该划归科学家。如果他的建议成真，伦理学家现在就是科学系而非哲学系的一部分了，就像天文学家、物理学家和化学家一样。当然，关于到底能不能把上千个无法养活自己的哲学家扔到大街上，然后把他们的工资发给那些真正可以完成工作的人，绝对是个道德困境。

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 艺术和哲学是科学未至之处

文艺复兴画家会学习生理学和透视。但一旦科学家可以准确无误地做这些事，艺术家就转移阵地了。人们曾经把奔马画成腿全部分开的样子，但后来摄影师利用科技展现了马奔跑的真正状态。而那些障碍赛马的老照片在现在看来，也显得奇怪。

哲学家曾书写事物的本质。可当物理学家搞清原子时，他们就转去思考别的东西了。

如今大把的文学作品在探讨人性动机。在某些情况下，人们会怎么做？怎样才是道德之举？而心理学家已经开始对我们的道德决策有所了解，文学家能找到下一个主题吗？

Unthink  
And How to Harness  
the Power of Your  
Unconscious

## 多数人愿意了解计算机和汽车，却不愿了解自己

题目中所说的那些人对大脑的观念无比幼稚，却对此心满意足。哪怕这观念和小孩子对圣诞树下礼物来历的看法相差无几。这种小孩子式的观念几乎时时发挥作用：她给圣诞老人写了封信，然后就得到了想要的东西。大同小异地，你的大脑是宽容的，而你就幻想自己已经理解了绝大多数时候的所作所为。

我不清楚一个小姑娘知道圣诞老人不存在后，会因此得到什么。但我知道，了解你的思想如何运作可以帮你更有效地运用它。我们可以填平现实和想当然之间的差异，并据此改变我们自己的行为，以及他人的。

