

中文、英文、德文、韩文、俄文

2015全球同步出版



镜与灯人文译丛

此心安处

日常生活中的心理地理学

Places Of The Heart

[加拿大] 科林·埃拉德 著
赵 凯 张慧君 茅佳惠 译



江苏凤凰教育出版社
Jiangsu Phoenix Education Publishing Ltd.





镜与灯人文译丛

此心安处

日常生活中的心理地理学

Places of The Heart

[加拿大] 科林·埃拉德 著
赵 凯 张慧君 茅佳惠 译



江苏凤凰教育出版社
Phoenix Education Publishing, Ltd.

**PLACES OF THE HEART: THE PSYCHOGEOGRAPHY OF EVERYDAY
LIFE By COLIN ELLARD**

Copyright: © 2015 BY COLIN ELLARD

**This edition arranged with THE BUKOWSKI AGENCY LTD
Through BIG APPLE AGENCY, INC., LABUAN, MALAYSIA.
Simplified Chinese edition copyright:**

2015 JIANGSU PHOENIX EDUCATION PUBLISHING LTD

All rights reserved.

书 名 此心安处
著 者 [加拿大]科林·埃拉德
译 者 赵 凯 张慧君 茅佳惠
审 校 赵 凯
责任编辑 严明瑗
出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏凤凰教育出版社(南京市湖南路1号A楼 邮编 210009)
苏教网址 <http://www.1088.com.cn>
照 排 南京凯建图文制作有限公司
印 刷 镇江中山印务有限公司(电话 0511-86917816 86917818)
厂 址 丹阳市朝阳路1-3号
开 本 787毫米×1092毫米 1/16
印 张 12.5
版 次 2015年10月第1版 2015年10月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5499-5506-0
定 价 24.00元
网店地址 <http://jsfhjycbs.tmall.com>
新浪微博 <http://e.weibo.com/jsfhjy>
邮购电话 025-85406265, 85400774 短信 02585420909
盗版举报 025-83658579

苏教版图书若有印装错误可向承印厂调换
提供盗版线索者给予重奖

图书在版编目 (C I P) 数据

此心安处 / [加] 埃拉德著 ; 赵凯, 张慧君, 茅佳
惠译. -- 南京 : 江苏凤凰教育出版社, 2015. 10
(镜与灯人文译丛)
ISBN 978-7-5499-5506-0

I. ①此… II. ①埃… ②赵… ③张… ④茅… III.
①文化地理学 IV. ①G07

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第255367号

“镜与灯人文译丛”编委会

主 编：许 钧 吴文智

副主编：顾华明 王瑞书 朱永贞

编 委：许 钧 吴文智 顾华明
王瑞书 朱永贞 许 多
吴葆勤 张 平 孙兴春

作为一个外国文学翻译者与研究者,有太多的机会接触大量外国文化,并深深为世界各民族文化的缤纷多彩、丰富浩荡所折服。在这世界文化丰富多彩的浩浩荡荡中,各民族文化的独特性与多元化彼此交融、互相渗透,并在此过程中不断发展着和变化着。这种发展与变化又进一步促发了各民族文化之间的激荡、交流、碰撞、吸收、借鉴、扬弃、融合与改造,进一步催发出更加无愧于时代和人民的优秀文化作品,使得各民族文化在不断丰富自己内涵的同时,也丰富着全人类的文化宝库,使之日新月异,从而推动了人类社会的不断向前、不断发展。

在这样一种浩浩荡荡的交融与发展中,无论是个体,还是群体,任何把自己禁锢、封存、隔绝起来,意欲独善其身的做法与想法,无疑都是愚昧的、不可取的。只有置身其中,勇敢面对,从这种交融与碰撞中博采众长,吸取自己发展所需要的营养才是正确选择。问题是,面对这样丰富多彩、浩浩荡荡的海一样的文化大潮,如何更加方便和自如地去选择我们自己的需要,并不是那么容易做到的事情。毕竟,就大多数人来说,直接阅读国外文化作品,依然要受诸多条件,特别是语言障碍的限制与影响。因此,不断推荐、翻译与出版更多的优秀国外文化作品给我们的广大,正是我们翻译工作者与文化出版人责无旁贷的职责。这套

由江苏省翻译协会与江苏凤凰教育出版社联手打造的《镜与灯人文译丛》，就是肩负着这样的职责，来为我们新时期的民族文化创新与未来文化发展战略服务的。

《镜与灯人文译丛》取名于美国文学理论家艾布拉姆斯的著作《镜与灯》。镜者，映像其中，意在反映外在事物；灯者，明示外物，意在指示外物的发展变化。《文丛》之所以取名于此，一者表达入选著述皆为对外在现实或精神世界的心灵映照，一者意为入选著作可提供理论上或思想上的指引。

综观世界各民族文化，不论是古代的，还是现代的，也不论是东方的，还是西方的，一切文化思想的形成，都是人类智慧的结晶，都是人类文明发展的象征。研究借鉴世界各民族文化，对于光大人类文明，开拓智慧领地，扫除愚昧落后，振兴本民族文化，无疑具有重要意义。人们只有用人类创造的一切知识来丰富自己的头脑，才能成为无坚不摧的力量驾驭者。对于国外文化中的科学理性精神、现代人文精神与人道主义、近代民主政治与法制思想、现代市场经济理论、西方现代理论、可持续发展的思想和战略等，我们要以充分的民族文化自信，敢于敞开胸怀，大胆接纳，在激荡中学习借鉴，在碰撞中扬弃升华，在交融中丰富发展。我们完全有能力坚持“以我为主、为我所用”的原则，博采各种优秀文化之长，向世界展示中国现代文化建设的成就。我们也完全有能力把我们的民族文化建设成符合时代要求的、代表人类文化发展最高水平的社会主义现代化文化。这，就是我们中华民族的文化自信。

《镜与灯人文译丛》译介西方优秀、积极的社会学、心理学、哲学或跨学科的著作，旨在反映当前国外理论界与学术界的优秀成果和研究方法。镜，鉴也，景也。借鉴国外精华思想，领略国外学术风骚，是出版

的重要使命。灯,光也,明也。引入国外优秀学术成就,照亮未来学术之路,亦是出版的重要责任。江苏凤凰教育出版社秉承多年专业出版的理念,积极探索学术领域的发展和进步,举大教育概念,行大教育事业,始终致力于开发教育学术领域的先进思想,展示人文领域的先进成就。

《镜与灯人文译丛》的引进出版得到了江苏省翻译界各位专家学者的全力支持和有益指导,相信本《文丛》的出版必定会给我们的文化界与学术界带来不凡的亮点。

长江学者,南京大学教授、博士生
导师,中国翻译协会常务副会长



2014.9.19 于南京

目 录

导 言	001
第一章 自然之地	015
第二章 情感之地	033
第三章 欲望之地	055
第四章 无聊之地	074
第五章 焦虑之地	088
第六章 敬畏之地	107
第七章 空间和技术——机器中的世界	124
第八章 空间和技术二——世界上的机器	140
结论:再次回家	158
注 释	166
致 谢	186
译后记	188

导 言

6岁那年,在我还未曾思考想要如何度过这一生的时候,父亲带我参观了巨石阵。大约是50年前,那时巨石阵还尚未采取任何形式的监管,甚至连围墙都没有。在一个春天的清晨,空旷的索尔兹伯里平原上,我和父亲漫步于巨大的石柱间,用手掠过石柱光滑的表面,静默不语。此时不需要任何言语,只要在那里就已足够。那时我年龄小,还不能清楚地理解那把我们与遗址创建人分开的时间的鸿沟。而成年之后,受到多年的学校知识教育的洗涤,积累了复杂的情感联系之后的我,想要站在一座简单的纪念碑之中接受情感的洗礼却变得更加的困难。我知道我正处于一个古老而重要的地方,也很清楚那些雕刻、搬运这些巨石的人们所付出的劳动,这些巨石就是对他们建造这一伟大建筑的有力证明。那时,我对有关巨石阵的神秘之事还是知之甚少。尽管我对巨石阵的好奇愈发浓烈,当我第一次置身于此,关于它为何而存在的所有问题都变得无关紧要起来。我沉浸在体验到的情感中,这种渺小感比一个小男孩在一个陌生的地方牵着父亲的手所体会到的更为强烈。我所体会的是一种让人呼吸加快的渴望,这种渴望源于我意识到正漫步于别人出于一些伟大且不能跟我分享的目的而设计出来的巨石之间所产生的。我想行走于石柱之间,想与它们的高峰比肩,想要触摸它们。然而与此同时,我也产生了一种美妙而又惊奇的感觉,那就是我们本不应该出现在这儿,因为这些巨石的建造者似乎随时会回来。

我的父亲,作为一名建筑工人,他那天可能有另一种不同的体验。我很小的时候只模糊地知道父亲是干什么谋生的。直到青少年时期,才更充分地了解了他的工作。我明白了父亲是很难不经过计算,在心

里默记已经使用的材料的大小和形状,考虑结构的坚固性和使它矗立的元素以及如何简化人类的使用等一系列问题的思考,就看出建筑结构的。我的父亲是一名建筑估料师,他的工作是去了解建筑师蓝图的计量、成本和价值,并且在实际工作中确保最终的建筑能实现建筑师的设想,同时花费也不超过预算。我想他可能体验过对建筑物的简单情绪反应,这种反应和他根植于工程学、建筑学和经济学上的复杂的知识性反应是相分离的。

多年后,我发现自己也处于一个极其相似的情境中,我仿佛能感受父亲那天在索尔兹伯里平原的感觉。某种程度上我是一个建筑 and 设计的痴迷者,为建筑物设计和街景画对我的感觉和思想的影响而着迷。我热衷于环游世界来直接感受这些影响。换个更专业的说法,我是一名研究建筑物如何影响其使用者的实验心理学家。我采用了一组广泛的科学工具来获取一个局内人如何看待人类对地方的反应。我能辨别建筑物的主人在何时集中注意以及关注什么,我知道他们的感觉是兴奋、无聊、快乐、伤心、焦虑、好奇或者惊恐。我的任务其实是设法弄清楚我父亲如此细心测量的砖头和灰泥,与后来目睹这些建筑的人的内部心理活动之间的关联。

我在一条分界线上不断来回跨越,一边是6岁时单纯的对建筑世界好奇和情绪化的反应,另一边是作为一个研究这个领域的成年科学家的批判性反应。我写这本书的一个主要目的就是想同时描绘出这条分界线的两端。几乎世界上每个人每天都在体验着建筑空间,例如我们的家、工作场所、机构建筑、娱乐和教育场所。我们都模糊地有着一个共同感觉,即环境的设计对我们的思考和行动方式施加影响。我们常寻求一些特别的环境,因为想要体验它们带来的影响(例如教堂或者游乐园)。尽管我们都从情感的层面来感受和回应建筑设计,且身处其中时这些感觉会影响我们的行为,但通常却没有时间或者并不想要通过剖析我们日常生活中对地方的反应来更好地理解它们。

现在世上的人们比以往任何时候都更加渴望理解“地方”是如何发挥作用的,以及协助构建更合心意的地方。一方面,是由于我们都知道自己正处于巨大变化的危险边缘。城市化、拥挤、气候变化以及能源失

衡是我们正面临的挑战,迫使我们去重新思考要如何来塑造我们的环境。这不仅仅是为了我们的生存,也是为了保护我们的心灵健康。另一方面,这种想要参与到我们的生活环境的打造之中的新浪潮,源于供我们与他人联系,分享想法、图片,乃至我们的身心状态的设备,例如智能手机和互联网等。

无论规模大小,我认为要构建更好的地方的关键在于观察我们的生活经验以及包含这些经验的地方之间存在的复杂关系,这是每个人都能做的事;接下来要通过新的科学理论和现代科技的应用来使这些关系变得有意义。这种尝试近来显得更加迫切,因为从智能手机的位置感应应用到能够对路人进行生物测量的嵌入式感应器,我们用来研究人类对地方反应的同类型的科技越来越多地被运用于环境之中,来利用那些影响我们感觉、希望、需求和决策偏见的传统工具的设计。这些技术实际上进行了重新定义,从公共空间到墙壁的意义,无论如何,它变革了环境对我们产生影响的方式。任何有兴趣去了解地方是如何影响我们的人,都应该关注与传统以及影响我们行为的建筑地的古老方法融合的新科技影响我们行为的各种方式。

建筑的开端

影响人类情感和行动的环境设计由来已久,它的产生早于包括文字交流,城市和住宅区的设计在内的其他人类文明,甚至早于农业的产生。传统观点认为农业的产生对塑造现代人类社会的因素具有开创性的意义。这一文明根源于土耳其南部靠近乌尔法城的哥贝克力石阵的古遗址之中。这个有着超过 11000 多年历史的建筑物是由一系列的墙壁和厚石板搭建的石柱构成,其中一些石柱的重量超过 10 吨。^①对建筑师来说,这个遗址代表着目前已知的除了简单住屋外人类最古老的建筑。的确,哥贝克力石阵遗址相距巨石阵的时间,相当于巨石阵距离今日的时间那么长。作为人工艺术来说,哥贝克力石阵遗址更具价值。它们长期保留着建筑学起源的真理。在哥贝克力山顶遗迹之前,传统观点认为是动物驯化、殖民扩张和农业推动了建筑业的发展,进而促进

城市的产生。很显然哥贝克力山丘的建造先于时代的发展,这些石头是由捕杀和食用猎物的猎人们垒起来的,而非群居的农民。在这里挖掘出的墙壁是最早出现的,并非是为了保护个人的财产和家人免受敌人和大自然的迫害以及防止邻居窥视,而是出于某种其他目的建造的。

我们几乎无法穿过漫漫历史长河去了解哥贝克力石阵大量的墙壁和圆柱到底是为了满足建造者们的何种目的,但是从遗址中留下的并不充分的人类活动的证据,例如动物的骨头和柱上雕刻的人物、大型鸟类、蛇和食肉动物的壁炉等暗示我们这个地方过去或许是一个宗教圣所——很可能是一个跨越了数百年历史的,被参拜、改造、建筑又重建的朝圣场所。很显然,哥贝克力石阵不是人类居住的场所,而是一个供人们参观,或者是思考和做礼拜的地方。也许那些可怕的雕刻物是一些图腾,帮助它们的设计者在日复一日的猎人生涯中克服面对可怕挑战时的恐惧感。另一种可能是,哥贝克力石阵与巨石阵一样是一个治愈性的场所,这意味着促使人类进行建筑活动的最原始的一个驱动力来源于人类意识到自己的极限,代表着人类对宿命最初的抗争。某种程度上讲,很多建筑的历史,尤其是宗教建筑,可视为人类寻找逃脱死亡的方法的共同努力,这表明了我们对影响感情的建筑结构的力量的早期理解。

不管我们能从哥贝克力石阵遗迹的精心建设背后知晓些什么,在文字未发明的 6000 年前有一件事情是非常明确的:人类的特征(也许是唯一特征)或许能在那时发生的事情中找到源头——我们通过建筑来改变看法,影响思想和感情;我们通过这些方式试图组织人类的活动,发挥力量,并且在很多情况下赚取金钱。这样的例子随处可见,贯穿人类历史始终。

空间如何打动我们

我第一次参观圣彼得大教堂时,看到其他的游客拜倒在富丽堂皇的,满眼财富和非凡艺术品的巨型圆顶前。当然人们如此的反应绝非偶然。这样的建筑设计很明显是为了改变人们的感受,鼓励人们重新

评估他们与神圣宇宙的关系,解除他们对来世的恐惧,且希望在人们离开这里很久之后还能够对他们的行为施加影响。事实上,科学研究已经表明,置身于宏伟的场景面前,不论是美得惊心动魄的自然现象,例如漆黑的星空或者深深的大峡谷,或是人类的建筑艺术像教堂的天花板,都能够对我们自身的情感和对待他人的方式,乃至对时间流逝的感知产生重大的影响。^②

我们日常生活的地方并不总是如此庄严。当我们走进法院的时候,哪怕只是去付个停车费,只要我们面对着高高的屋顶,华丽的装饰,巨大的圆柱和壁柱之时,在厚重的权威面前,所有一切都会营造出一种自我的渺小感。心理学研究同样表明,那样的空间形式不仅影响我们的感觉,也通过使我们更加顺从,更好地适应强大的意志力来影响我们的态度和行为。

当我们在逛商场或者百货公司的时候,我们也许是想寻找某一特定的商品,比如一个搅拌机,但是很快我们就发现自己几乎进入了一个防御性很低的被催眠状态,降低了戒备心,很想花钱买一些我们不需要的东西。这种零售空间的设计,并不是自然而然的,而是出于精心设计。自从我们有可支配收入来买我们不想或不需要的商品后,商人们便像参与军备竞赛一样尽可能地攫取我们的剩余财富。

当我们怀着巨大的挫折感走在宽阔的郊区街道上,或者走过千篇一律的房子时,我们体验到时间缓慢地流逝和一种厌倦的状态,与 20 世纪 60 年代感觉剥夺实验的先驱者们感受到的状态并没有不同。与此不同,繁忙的都市街道中商品琳琅满目,食物香气四溢,人们熙熙攘攘,让我们情绪高昂。这种对空间的不同反应很容易从我们的身体上表现出来,包括我们的姿势,眼神以及头部活动,甚至我们的大脑活动。无论我们去哪儿,我们的神经系统和心理状态都受到我们经历的影响。尽管我所描写的这些例子看起来是老生常谈,但是建筑环境对人类体验的微妙且艺术性的影响向来都如此之深。除了设计师和建筑师们使用了比以往任何时候都要多的材料和方法外,人文科学的指导原则也越来越多地渗透到设计之中,如社会学、心理学、认知科学和神经科学。神经科学强大的新方法能够通过外科医生的手术刀来探寻我们精神生

活的物理基础。建立在对认知科学长达一个世纪的细心实验研究基础上的关于内部心理活动的新知识,让我们不断地接近对非常微妙的精神体验基础构建模块的理解,使我们能解释和预测我们在混乱的日常生活场景中的行为。与此同时,无创伤、远距离探索个体精神和情感生活的科技正在加速发展。我们被大量的新设备淹没,它们通过心跳、呼吸频率、面部表情、眼球转动、汗腺,甚至是我们插拔手机的动作来读懂我们的思维。这些技术对研究者来说是个好消息,他们竟相对各种规模的环境(从房屋内部构造到城市街景)如何塑造我们的情绪和行为进行准确解释。另外,这些新技术还为一个古老的“游戏”提供了前所未有的新手段,这一“游戏”像哥贝克力石阵一样古老,它就是我们为了塑造自己的行为,刻意地修饰对某一地方的自然反应。

新的情感科学

大部分历史中,对人类精神的组成的普遍解释中显示出包括理解、思考、推理和决定在内的认知与感觉、渴望和情感的领域间的巨大差异。我们在日常谈话中仍然将“感情与理智”区分开来,我们的文学、电影作品和电视节目中也充满了理性与情感之间史诗般的战争与对立。我们的语言本身的蛛丝马迹就暴露出了我们的偏见。例如我们说的“冷静”思考,就很好地论证了笛卡尔提出的,不同于推动我们大部分日常生活发展的冲动、直觉和内驱力的一种状态。莎士比亚的戏剧、简·奥斯汀的小说和陀思妥耶夫斯基最伟大的作品全部都充满了感情与理智之间的斗争。在更现代的经典之作《星际迷航》中,外星人像科学官史波克或者生化人百科一样,能够做出完全理性的、缺乏感情的行为,且这些行为通常是自适应的。

历史告诉我们,科学理论都遵循着同样的趋势。神经科学的理论早就已提出了对大脑新皮层主权的支配地位是我们人类的标志。新皮层是承载较高级功能的大脑外层皮质,对它的形容词通常都意味着纯粹的理性。大脑认知层活跃的下方是有时被称为“爬虫类脑”的,动物的冲动和本能的储存地,促使我们去寻求被称为行为动机的“四个层

次”的喂养、战斗、逃跑和繁殖。在日常谈话和科学界都存在一个隐性的假设,就是我们大脑的两个轨道——动物本能存在的深层内部和进化后更好的外壳之间是相对立的,处于一个永恒的、敌对的推挽之中。这常是我们从祖先进化中继承来的多愁善感的不良情感状态。但是尽管我们思想中存在这样深深的偏见,神经科学和心理学却显示了感情和思想之间的一种不同的关系。安东尼奥·达玛西奥对曾被认为是理性思维的最高境界的前额叶区域遭受局灶病变的个体进行了出色的研究,显示这种病变造成了适应性决策和行为的不足,因为这种病变切断了我们的情感和认知自我之间的重要联结。事实证明,我们有时用来指导决策且通常都比较正确的“直觉”,或者用达玛西奥的话来说就是“躯体标志”,实际上产生于我们更深层的情感性的大脑之中,它们构成了让我们做出明智的目标和计划的重要途径^③。判断力看起来非常合理地深深植根于我们的情感状态中。在使用脑成像和脑电波测量等新技术进行的调查的支持下,我们了解了情绪在从脑损伤结果中调节理性行为中所起的重要作用。我们大脑中处理情感的区域是广泛分布的。它们涉及了很多方面,从包括我们心脏状态的接收身体感觉传入的脑干结构,到更高层的皮质,同时还混合着丰富的产生知觉和记忆的结构。这些发现对我们全面理解大脑如何产生适应性行为的重要性是远没有被高估的,但这样的经验对那些从寻找影响我们的方法中有既得利益的学说并不起作用。例如神经经济学蓬勃发展的新领域,在很大程度上是建立在人类行为到目前为止仅仅遵循逻辑原则的概念的基础之上的,同时也建立在一些全面细致了解的基础上,即我们在决定该做什么时还必须考虑作为一个以自然选择的原则生存的生物思维机器的特殊地位,且要服从于可能鼓励繁殖成功的各种偏见,尽管它们并不符合纯粹的逻辑。在这些偏见中情感的角色是至关重要的。目前,市场上神经经济学原则的应用尚且是一种超出了其可理解范围的努力,但是这种理论与应用之间的差距很快就会缩短的。

这些关于感情在指引日常行为中的关键作用的新想法对我们心理地理学的理解同样也产生了巨大的影响,即我们的环境是如何影响我们的。尽管地方影响情感而情感又影响决策已经远不是一个新鲜的想

法了,思想和情感的深刻的混合物的发现显示这些影响改变我们所做的和我们是誰的程度被大大低估了。但是更多的新神经科学显示,我们内在的特质和结构与我们周围的科技之间有更为紧密的联系。

镜像神经元、化身和科技

神经生理学家贾科莫·里佐拉蒂 20 世纪 90 年代早期在帕尔玛大学工作期间,在恒河猴的前额叶层区域发现了一种新的神经元。^④用极细的电极获得的单个神经元的记录显示里佐拉蒂和他的团队发现当猴子们伸手去够一口食物,用手抓住并放进嘴里时,一些细胞被高速触发。这些细胞、编码和可能在组织中发挥作用的复杂类型的动作,在灵长类动物(包括我们自己)的大脑中并不少见。尽管关于里佐拉蒂的细胞更显著的发现是,它们在猴子看另一个猴子完成同样的动作时也会被触发。他们有此发现的时候,这些细胞对广泛的科学观众来说就不再重要了。事实上,里佐拉蒂最初尝试在著名的《自然》杂志上发表他的发现,却遭到了拒绝,因为这一发现被认为不能激发读者的兴趣。不过随着时间的推移,加上其他关于大脑镜像系统的发现,里佐拉蒂的发现已经被公认为是通向理解心理学关键问题显著新方法的切入口,例如我们理解和同情他人行为的精细能力,但更普遍的是我们的头脑与环境相联系的方式。里佐拉蒂的发现表明,我们的大脑是建立在为理解他人,也许特别是感受他人,而在自己行为模式中模仿他人的方式之上的。例如大脑成像的研究表明,当我们看到有人的面部表情表现出某种情绪时,我们用来产生同样的情绪的大脑区域也会变得活跃。好像表明为了跨越空间边界来理解别人在想什么,我们必须镜像反映他们的表现来感受他们的感觉。此外,那些整体情感表达方面有脑损伤的人在对他人的情感表达方面也存在认知困难。这样的镜像神经元系统似乎为我们提供了一种突破壁垒去与他人(甚至是其他类型的物体)建立扩大的联系的方法。在橡胶手错觉中,将一个模型手近距离放在参与者身边,用一个感应程序让参与者将模型当作自己身体的延伸来看待。感应程序包括他们在观察到实验者在轻拍模型手的同时,自己