

# 怕死

## 人类行为的驱动力

The Worm at the Core  
On the Role of Death in Life

谢尔登·所罗门 (Sheldon Solomon)  
[美] 杰夫·格林伯格 (Jeff Greenberg) 著  
汤姆·匹茨辛斯基 (Tom Pyszczynski)  
陈芳芳 译



机械工业出版社  
China Machine Press



# 怕死

## 人类行为的驱动力

The Worm at the Core  
On the Role of Death in Life

[美] 谢尔登·所罗门 (Sheldon Solomon) 著  
杰夫·格林伯格 (Jeff Greenberg) 著  
汤姆·匹茨辛斯基 (Tom Pyszczynski) 著  
陈芳芳 译



机械工业出版社  
China Machine Press

## 图书在版编目 (CIP) 数据

怕死: 人类行为的驱动力 / (美) 所罗门 (Solomon, S.), (美) 格林伯格 (Greenberg, J.), (美) 匹茨辛斯基 (Pyszczynski, T.) 著; 陈芳芳译. —北京: 机械工业出版社, 2016.1

书名原文: The Worm at the Core: On the Role of Death in Life

ISBN 978-7-111-52687-2

I. 怕… II. ①所… ②格… ③匹… ④陈… III. 死亡 - 心理学 - 研究 IV. B845.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 321633 号

---

本书版权登记号: 图字: 01-2015-5225

Sheldon Solomon, Jeff Greenberg, Tom Pyszczynski. The Worm at the Core: On the Role of Death in Life.

Copyright © 2015 by Sheldon Solomon, Jeff Greenberg, and Tom Pyszczynski.

Simplified Chinese Translation Copyright © 2016 by China Machine Press. This edition is authorized for sale in the People's Republic of China only, excluding Hong Kong, Macao SAR and Taiwan.

No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or any information storage and retrieval system, without permission, in writing, from the publisher.

All rights reserved.

本书中文简体字版由 Random House 授权机械工业出版社在中华人民共和国境内 (不包括中国香港、澳门特别行政区及中国台湾地区) 独家出版发行。未经出版者书面许可, 不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何部分。

## 怕死: 人类行为的驱动力

---

出版发行: 机械工业出版社 (北京市西城区百万庄大街 22 号 邮政编码: 100037)

责任编辑: 董凤凤

责任校对: 殷虹

印刷: 北京市荣盛彩色印刷有限公司

版次: 2016年3月第1版第1次印刷

开本: 170mm × 242mm 1/16

印张: 14.75

书号: ISBN 978-7-111-52687-2

定价: 39.00 元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社发行部调换

客服热线: (010) 68995261 88361066

投稿热线: (010) 88379007

购书热线: (010) 68326294 88379649 68995259

读者信箱: hzjt@hzbook.com

版权所有 · 侵权必究

封底无防伪标均为盗版

本书法律顾问: 北京大成律师事务所 韩光 / 邹晓东

*The Worm  
at  
The Core*  
推荐序

死亡虽是终点，但人生的意义却不会因此湮灭；死亡虽是宿命，但看待死亡的视角却可以让人们获得拯救。

——欧文·亚隆，《直视骄阳》

人类进化到有自我意识开始，关于死亡这个话题的思考就没有停止过。当我们的祖先最初意识到人类是一种生命体，同所有生命体一样受制于自然的力量，最终都会结束时，这种对死亡的意识就无时无刻不在影响着人们，成为人类行为的根本驱动力。

古代的宗教、神话、祭祀与仪式，都是在创造一种超自然的世界，在那个世界里有神灵，可保佑人类永生不死。当苏格拉底喊出“认识你自己”的箴言之时，人类的理性被唤起，思辨和理性的力量开始在人类面对终极话题中发挥作用。古希腊哲学家伊壁鸠鲁认为对死亡的恐惧是非理性的，他说：“我在，死亡就不存在；死亡来临时，我就不在”，因而死亡和我们没有关系。这种逻辑思辨和理智思考的影响一直持续到近代的存在主义哲学。存在主义哲学创始人之一海德格尔在《存在与时间》中指出，正是由于有了恐惧的情绪，才让人类有可能成为本真的存在，恐惧没有具体的对象，是人类有限性的表现，它使人类看到自身的终极——死亡。所以，在他看来死亡是一种人类时间的有限性，正是带着对自身时间有限的畏惧感，人类才可能成为本真的自己。至此为止，死亡以及伴随死亡的畏惧都属于宗教和哲学话题。人类在幻想死亡的不存

在时，通过创造一个灵魂永生的乐园和神灵的保佑来将死亡逐出我们的世界，建造出宗教和神学的大厦，同时在运用理性和思辨的力量来正视和剖析这种与生俱来的恐惧中创造出许多伟大的哲学思想。

现代随着科学技术的日益发展，我们对于物质世界的认识越来越深刻，这包括我们人类自身这个物质身体。科学证据越来越成为人类的信仰，过去那些灵魂不灭的宗教信念越来越被怀疑，而伴随死亡的恐惧与焦虑又一次成为潜在的驱动力，推动人类去发明另一种工具来应对它。这个时候，心理学在此作为一种社会科学与自然科学的结合应运而生。

最初十分关心死亡这种人类终极话题的心理学分支是从存在主义哲学中演变过来的存在主义心理学。与哲学更关注死亡概念和死亡意义不同，心理学更关注死亡焦虑影响下人类的行为，因而心理学的成果更有可能贴近我们每一个人的生活。尽管是如此宏大的终极话题，但它背后影响到我们每一个小的行为，可能是不通过心理学研究就难以意识到的。如果说哲学的任务是告诉人们死亡的本质和伴随死亡恐惧的本质的话，那么心理学的任务就是解答人类在面对死亡恐惧时会有怎样的行为，以及如何面对死亡的恐惧中更好地生活。存在主义心理学的代表人物欧文·亚隆从他的心理治疗临床经验中总结和创造了诸多精妙的方法，体现在他关于应对死亡焦虑的著作《直视骄阳》中，比如通过亲密关系寻求人生的意义，创造自己对于这个世界的“波动影响”。

这些创造性的应对方法建立在大师的临床经验和观察之上，它可能很大程度上适合解决你的问题，但也很有可能让你觉得并不一定合适。正如欧文·亚隆自己所说，在临床工作中要“为每一位来访者创造一种独特的技术”。每一个人面对一种情绪体验的时候，可能需要的解决办法并不一样，这是心理学临床工作中的一个非常重要的关注点。所以目前心理学在科学研究的进程上越来越多地强调实证的方法，通过越来越精妙的实验设计和统计方法，力图找到人类心理机制的共同部分。本书便开创了这一先河，运用现代科学的实证方法探索人类几千年来苦苦追求而不得答案的终极话题。死亡是一个宏大的主题，所以需要—个庞大的研究团队和研究项目。过去的30年，作者和他们的团队都在研究对于死亡的恐惧是如何影响人类事务的，直到今天，他们得出了丰硕的成果——我们眼前的这本书。

也许，你现在正在遭受死亡焦虑的困扰和侵袭，又或许，你意识中并没有多少关

于死亡的担忧和恐惧。但本书并不是教你一招可以立即消除对于死亡的恐惧。任何一种情绪不论积极还是消极，它都不会消失，只是它是否出现在了恰当的情境中，以及我们对此的行为反应是否有益于我们的生活和健康。就比如一条凶狠的大狗向你扑过来，如果你没有出现恐惧和害怕的消极情绪，你可能就很平淡地待在原地，无法做出及时的逃跑等应激反应，从而受到它的伤害。所以，认识死亡焦虑以及它带给我们的潜在影响，不仅是为了消除这种焦虑和恐惧，而是当它在我们内心深处悄悄地产生影响，让我们在无意识中做出糟糕的行为反应时，我们能够认识到——原来是这“生命中死亡的力量”悄悄地把我们推向了悬崖。而当你能够觉察到它的力量时，它会带你获得全新的成长。

曾旻于北京师范大学

2015年11月8日

*The Worm  
at  
The Core*  
序言

一切事物的背后最终都是躲不掉的死亡，都是囊括一切的黑暗……我们需要的是和死亡无关的生命……不会泯灭的善，超越自然之万事万物的善……我们大多数都是如此……只要稍稍表现出易怒的弱点，潜伏于内心深处快乐之泉的深层恐惧就会彻底暴露，将我们全部变成忧郁的形而上学者。

——威廉·詹姆斯，《宗教经验种种》

1973年12月的一天，下着雨，天灰蒙蒙的，为《今日心理学》杂志供稿的哲学家山姆·金（Sam Keen）翻过不列颠哥伦比亚省本拿比一家医院的围墙，准备采访一位临终病人。医生说，他撑不了几天了。金走进病房的时候，这位濒死的病人不乏讽刺地对他说：“我就要死了，你来的正是时候。我写的那些关于死亡的内容可以测试一下了，我也有机会让大家看看一个人是怎么走向死亡，怎么接受死亡的了。”

这位躺在病床上的就是文化人类学家欧内斯特·贝克尔（Ernest Becker），他的整个职业生涯都在著书立说。他从人类学、社会学、心理学、哲学、宗教、文学及流行文化多个角度入手，旨在弄清一个自古困扰着大家的问题——是什么让人们有如此的行为？

在他最新的著作《拒斥死亡》一书中，贝克尔总结说，人类的行为很大程度上都

是来自一种无意识的努力，这种无意识的努力就是拒绝和超越死亡。贝克尔认为，这本书才是他第一本“成熟的著作”。他对山姆·金说：“我们构建性格和文化，只是为了遮掩我们意识到内心无助时的崩溃和对于必然到来的死亡的恐惧。”现在，贝克尔躺在临终的病床上，解释说，他一生的工作就只剩向死亡妥协了——此刻，它正回头看着他，咧着嘴笑呢。

1974年3月6日，欧内斯特·贝克尔与世长辞，享年49岁。和很多空想主义者一样，贝克尔也是英年早逝。两个月后，《拒斥死亡》获得了普利策奖。

回到20世纪60年代晚期，贝克尔还是一位反叛的知识分子，他备受学生欢迎，讲座也向来座无虚席。然而，当时大学的同事及校方的管理者却不怎么垂青这位跨学科的思想家，整个学术界的边边角角、公共话语、通俗文化，他无一不涉猎，对校方的学术及政治正统形成了挑战。

就这样，贝克尔成了学术界的浪子，从美国雪城大学（1960～1963年）辗转到加州大学伯克利分校。当学校人类学系拒绝跟他续约时，学生主动提出支付其薪水。在旧金山州立大学（1967～1969年）待了一段时间之后，贝克尔在不列颠哥伦比亚的温哥华西蒙弗雷泽大学（1969～1974年）找到了学术归属感，在此期间，他完成了《意义的生与死》(*The Birth and Death of Meaning*)的第2版和《拒斥死亡》两本著作，《逃离罪恶》(*Escape from Evil*)也于其去世后出版。

几年之后，即20世纪70年代晚期，本书的三位作者在美国堪萨斯大学参加实验社会心理学博士生项目时见到了彼此。很快，我们便发现，大家对于理解引导人类行为的根本动机都感兴趣。研究和讨论最终让我们将注意力放在了两个基本的人类行为倾向之上：其一，我们会被迫保护自尊；其二，我们强烈需要维护相对于其他群体的优越性。

但是，直到20世纪80年代，偶然发现了贝克尔的著作，我们几位年轻的教授才明白了人类种种傲慢与偏见的基础。正如罗塞塔石碑一样，这些书对我们来说也是一种启示。贝克尔将深刻的哲学散文题材和直白的外行话相结合，解释了对于死亡的恐惧是如何引导人类行为的。数年来我们潜心研究、教授，却一直没有完全理解的众多社会心理学的重要现象都因受他启发而有了进展。为什么我们会如此拼命地想要获得自尊？为什么我们害怕、讨厌，有时甚至想要干掉和我们不一样的人？突然间，我们对这些问题有了一定的理解。



在 1984 年美国实验社会心理学协会的会议上，我们按捺不住青春的热情，激动地将贝克尔的观点与其他社会心理学家分享。我们向大家介绍了“恐惧应对理论”，之所以这么命名，是为了以贝克尔的说法为基础——人类拼命想要人生有意义，很大程度上是为了应对对死亡的恐惧。当提到我们的理论广受社会学、人类学、存在哲学及精神分析的影响时，与会人员开始离场；当谈及克尔凯郭尔、弗洛伊德、贝克尔等人的观点时，著名的心理学家们纷纷朝会场的出口涌去。

这样的结果让我们茫然，但是，我们依然不屈不挠，给美国心理学协会的王牌期刊《美国心理学家》写了一篇文章。几个月后，我们收到了反馈：“我一点儿也不怀疑，这篇文章任何心理学家都不会感兴趣，在世的、已故的都是如此。”就这么一句评价，很简洁。但是，我们不停地和编辑联系，反复请他解释为什么我们的观点没有价值。我们的质询还没结束，可是编辑已经离职了，最终，第二位更具同情心（或者说遭到更多围困）的编辑倒是给了我们一定的方向。“也许你们的观点有一定的正确性，”他说，“可即便如此，你们也得找证据加以论证，否则，没人会重视。”这时我们才渐渐明白，在实验社会心理学研究生期间的训练就是最好的准备。

过去的 25 年，我们都在研究对于死亡的恐惧是如何影响人类事务的。一开始，我们在自己的学生中间做了实验。后来，在我们理论的吸引下，世界各地的同行纷纷加入其中。如今，其他学科的心理科学学家及学者也在广泛研究恐惧应对理论，并有了一系列的发现，这远远超出了贝克尔的预期。

现在有足够的证据表明，威廉·詹姆斯一个世纪之前就提出的说法确凿无疑，即死亡的确是人类内心最深的恐惧。意识到我们人类终将死亡对于我们的思想、情感、行为以及生活的方方面面都有深刻且普遍的影响——无论我们是否意识到，事实都是如此。

在人类历史的长河中，对于死亡的恐惧引导着艺术、宗教、语言、经济、科学的发展。它让埃及的金字塔高高耸立，让曼哈顿区的世贸双塔遭到了破坏。它促成了全球的大小冲突。从更为个人的层面来说，认识到死亡将至，使得我们钟爱昂贵的轿车，将自己晒成不健康的肤色，刷爆信用卡，像疯子一样飙车，渴望和假想敌大打出手，渴望出名，哪怕转瞬即逝，即便要在《生存挑战》电视系列节目中喝牦牛的尿液也在所不惜。死亡让我们对自己的身体有了不适感，对性有了矛盾感。如果不改变应对策略，意识到死亡不可避免也会招来我们自身的灭亡。

对死亡的恐惧是人类行为的主要驱动力之一。在本书中，我们将向读者介绍，这种恐惧是如何引发人类种种行为的，我们中的多数人都远远没有意识到这件事。实际上，这种驱动力之大，甚至在努力回答“人类为何做出这样的行为”这一问题时，不把对于死亡的意识作为核心要素都远远不足。

在本书中，我们将介绍恐惧应对理论以及和人类学、考古学等其他领域相关发现结合在一起的研究。在阐明观点的时候，我们列举了历史例证，也囊括了当今例证。在描述研究本身时，我们尽可能地避免学术术语，并将冗长的技术细节尽可能简要概括。为了让一些关键实验的叙述更为生动，我们从个体被试的角度去描述，当然，我们对他们的名字已经做了处理。

在第一部分，我们介绍了恐惧应对理论的基本原理以及应对恐惧的两大支柱：文化世界观和自尊。在第二部分，我们深入探讨古代历史，旨在回答“我们的祖先是怎样发现死亡这一问题的”“他们是如何应对的”等问题。在第三部分，我们从个人努力和人际努力两个层面讲述死亡终至这一暗示的影响。最后一章是该书作者对于理解现代世界、应对死亡这一现实意义的几点想法。

我们将继续贝克尔的知识之旅，旨在揭示认识到我们终将死亡对于人类最高尚、最讨厌的追求的各种潜在影响，并指出这些见解将如何促进个人成长及社会进步。

The Worm  
at  
The Core  
目 录

推荐序

序言

---

第一部分 应对恐惧

第 1 章

如何应对对死亡的恐惧 // 2

如何应对恐惧 // 7 审判妓女 // 9

第 2 章

事物的格式 // 14

对于心理安全的需求 // 15 信任与磨难 // 18 感受事物的格式 // 19  
孩子是如何发现死亡的 // 21 避开死亡 // 24 欲哭无泪 // 26 团结在国旗周  
围 // 27 唤起与生俱来的恐惧 // 30 可怕的距离 // 33

第 3 章

自尊：坚毅的基础 // 35

自尊是什么 // 36 自尊是如何缓解焦虑的 // 37 死亡和自尊寻求 // 42  
自尊心不足的折磨 // 43 缺乏自尊的代价 // 48 真自尊和假自尊 // 50 “食  
物很美味” // 53

---

## 第二部分 不同时代的死亡

### 第4章

#### 猿人：从灵长动物到人类 // 58

人类认知的黎明 // 59 死亡终至的恐惧和超自然的创造 // 61 仪式：  
用行动表现的美好梦想 // 63 祭品和死亡仪式 // 65 艺术与超自然 // 67  
哥贝克力石阵的神秘之处 // 69 神话和宗教 // 72 跨越“令人瞠目结舌的  
鸿沟” // 73

### 第5章

#### 真实的永生 // 75

视死如视生 // 78 灵魂简史 // 81 祈求长生的炼丹术 // 84 现代的永生  
主义者 // 86

### 第6章

#### 象征性永生 // 94

家族才是永恒 // 97 声名远扬 // 98 富裕生活：财富的诱惑 // 102 英  
雄民族主义和魅力型领导者 // 108 “只要我们无法确保获得永生，我们  
便将无法获得安宁” // 112

---

## 第三部分 现代死亡

### 第7章

#### 人类毁灭本性的解析 // 116

贬低与非人化 // 120 文化的同化与吸收 // 121 妖魔化与毁灭 // 125  
2001年9月11日：攻击与反击 // 128 实验室里的“奇爱博士”（核  
武器科学怪人） // 133 太阳底下没有什么新鲜事 // 136 人类处于危险  
境地？ // 137

## 第 8 章

### **身体与心灵：艰难的结合** // 139

人类把自己与动物区别开来并且蔑视动物 // 140 肉体的死亡 // 142  
为了美，我们必须承受痛苦 // 143 “性与死亡是孪生子” // 148 “放荡的  
女人” // 152

## 第 9 章

### **死亡早晚将至** // 157

死亡：眼不见，心不乱？ // 159 无意识的力量 // 165 死亡对你的健  
康是有危险的 // 167

## 第 10 章

### **盾牌上的裂痕** // 176

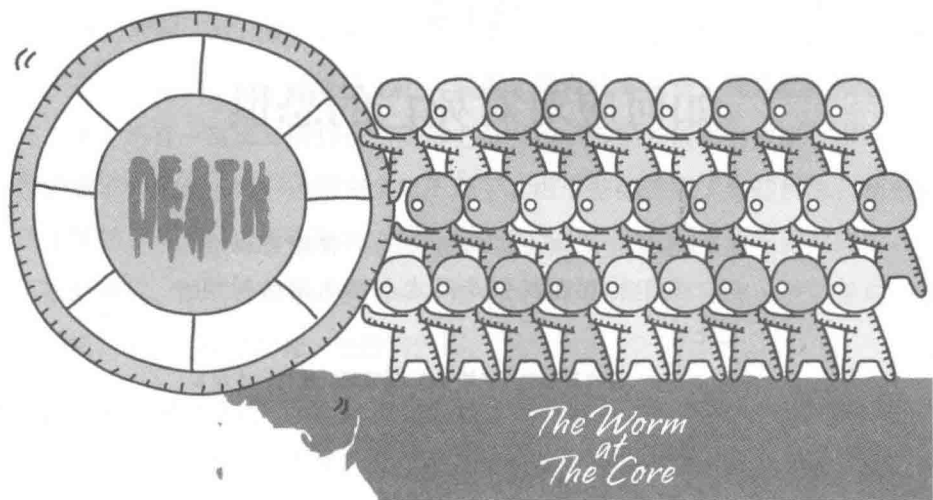
精神分裂症：对死亡的挑战 // 181 恐惧症与强迫症：死亡的转移 //  
182 创伤后应激障碍：粉碎的盾牌 // 187 抑郁症：可以看见的死亡 // 190  
自杀：死亡的实现 // 193 酒精、毒品和麻醉药：死亡的扩散 // 194 修理  
“盾牌”上的裂痕 // 196

## 第 11 章

### **生与死** // 202

但愿我能在死亡之前醒来 // 205 伊壁鸠鲁学派的办法 // 208 死亡恐  
惧的持续 // 209 与死亡达成妥协，接受不可避免的死亡现实 // 211 文化  
世界观：岩石与硬地 // 215 关于死亡的最后一些想法 // 218

### **致谢** // 220



第一部分

# 应对恐惧

*The Worm  
at  
The Core*

第1章

## 如何应对对死亡的恐惧

摇篮在深渊上方轻轻摆动，常识告诉我们，我们的存在仅仅是两次永恒之间的瞬间光亮。

——弗拉基米尔·纳博科夫，《言说，记忆：实录》

1971年的平安夜，17岁的朱莉安娜·柯普科（Juliane Koepcke）和她的母亲玛丽亚（Maria）——一位德国的鸟类学家一起从秘鲁的首都利马乘飞机跨越亚马逊丛林地带，除她们之外，机上还有90名乘客。母女俩准备前往普兰帕，同朱莉安娜的父亲汉斯·威廉海姆·柯普科（Hans-Wilhelm Koepcke）——一位卓越的动物学家一同庆祝圣诞。突然，一道闪电击中了飞机的燃料箱，整架飞机瞬间断裂，消失在一片浓烟和灰烬中，此时，飞机距离下方广袤、荒芜的热带雨林仅有两英里<sup>⊖</sup>。

从机舱弹出去之后，朱莉安娜发现自己正在广阔无垠的天空中飞翔，周围的一切都被静谧笼罩。由于安全带依然紧扣，此时座椅仍在身下，她感到自己的身体连同座椅不停地在空中翻滚，那片雨林就像华盖一样，也在不停地旋转。

---

⊖ 1英里=1.609344千米。——译者注

她朝着地面快速俯冲，无疑，等待她的似乎就只有死亡了。茂密的枝叶阻断了原本的跌落过程。朱莉安娜最终昏迷了。

再次醒来之后，她先把依然紧扣的安全带解开，接着便四处摸索起来。脚上只有一只鞋子了，眼镜也不见了。她摸了摸自己的锁骨，发现已经断裂。此外，腿上还有一道深深的口子，胳膊上也有伤。本来就近视的双眼，有一边已经肿成了一条缝，另一边则完全睁不开了。由于脑部受到了剧烈震荡，她感到无比眩晕。不过，由于深陷极度的震惊，这个时候她反倒觉察不到疼痛了。她不停地喊啊，喊啊，希望找到母亲，可是，根本没有任何回应。她发现自己还能行走，于是，便站起身，慢慢向外挪。

在接下来的11天里，朱莉安娜都在踉跄前行，慢慢穿越这片亚马逊雨林——凯门鳄、狼蛛、毒蛙、电鳗以及淡水黄貂鱼的家园。倾盆大雨，在泥浆中匍匐前进，酷热难耐，时常被成群的虫子叮咬……这些，她都忍过来了，最终，她来到了一条小溪边。父亲曾经教导她说，大多数人都会临水而居，想到这个，她沿着小溪慢慢前行，最终找到了一条大河。她蹚进水虎鱼和黄貂鱼泛滥的水里，半游半漂地顺流而下。

强烈的震惊救了她的命，她并不觉得饥饿，只觉得整个人似乎都被裹进了棉花。不过一窝又一窝的蚊虫叮咬让她很受折磨，她想在树下休息，可睡着几乎是不可能的了。伤口上长满了蛆虫，被蚊虫叮咬的地方也严重感染了。在水中漂浮时，亚马逊特有的强烈日光将她晒伤了，此时，她全身开始爆皮、流血。然而，她还在麻木地向前。

最终，她找到了一艘汽船，并且镇定自若地用一个小油箱里的汽油浇死了伤口上的很多蛆虫。几天之后，汽船的主人在他们的小屋附近发现了她，并将她带到了最近的城镇，距离小屋七个小时的路程。

在那场坠机事故中，她是唯一的幸存者。

我们都听过人们排除万难最终战胜死亡的故事，比如当纳聚会、泰坦尼克





号的幸存者，从德累斯顿、广岛、长崎的空袭中逃过一劫的人们。诸如此类的故事都说明了一点：所有生物与生俱来就有自我保护的生理本能。几十亿年来，大量复杂的生命形式一步步进化，都在用自己的方式尽可能久地生存、繁衍，将基因一代代传下去。鱼用鳃呼吸，蔷薇用刺保护自己，松鼠知道把橡树果埋起来，留以数月之后食用，白蚁靠啃食木头为生。为了实现生存这一最基本的生理需求，不同物种几乎穷尽了各种方式。

你发现壁橱里有一只蝙蝠扑打着翅膀四处乱飞，于是准备拿网球拍结束这个黑暗中的生命，那么一场激战就在所难免了，因为蝙蝠为了存活会竭尽所能。即便是蚯蚓也会不遗余力地与死亡抗争，这一点用蚯蚓作为鱼饵的人可以证实。你把它一分为二，它还活着；试图将它穿在鱼钩上，它会拼命挣扎；即使鱼钩刺入身体，它也会在你的手上排便。

然而，人类与蝙蝠、蚯蚓不同，因为我们知道，不管怎么做，最终都会输掉与死亡的斗争。这样的观点确实让人极度不安。我们畏惧死亡，这种畏惧可能有诸多原因：担心死后身体会腐烂、变臭，最终化为泥土；不舍与深爱的人分离；不愿因出师未捷、壮志未酬而抱憾；甚至偷偷怀疑生命的尽头根本没有张开双臂等待我们的慈爱上帝。然而，掩盖在所有这些忧虑之下的却是最根本的生理需求——存活。朱莉安娜·柯普科和其他幸存者的经历说明，我们会想尽一切办法存活下来。然而，我们又都知道，这一需求终将无法满足。

我们怎么就陷入了这样的困境呢？就存活这一最根本的生理需求而言，人类和其他的生命形式是一脉相承的，但与它们相比，彼此之间又在多个方面有着天壤之别。从生理方面来看，人类并不那么突出：形体不算大，感觉系统不算敏锐，速度也不如猎豹、狼和马；人类没有尖锐的爪子，只有脆弱无力的指甲；没有锋利的牙齿，连牛排烤老了都嚼不动。

但是，我们的祖先，一小支非洲原始人类的群体，却实现了高度群居，多亏了他们大脑皮质的一代代进化，才有了今天高智商的我们。进化发展催生了合作和劳动分工，并最终引领我们的祖先发明了工具、农业、烹饪、住房及其