



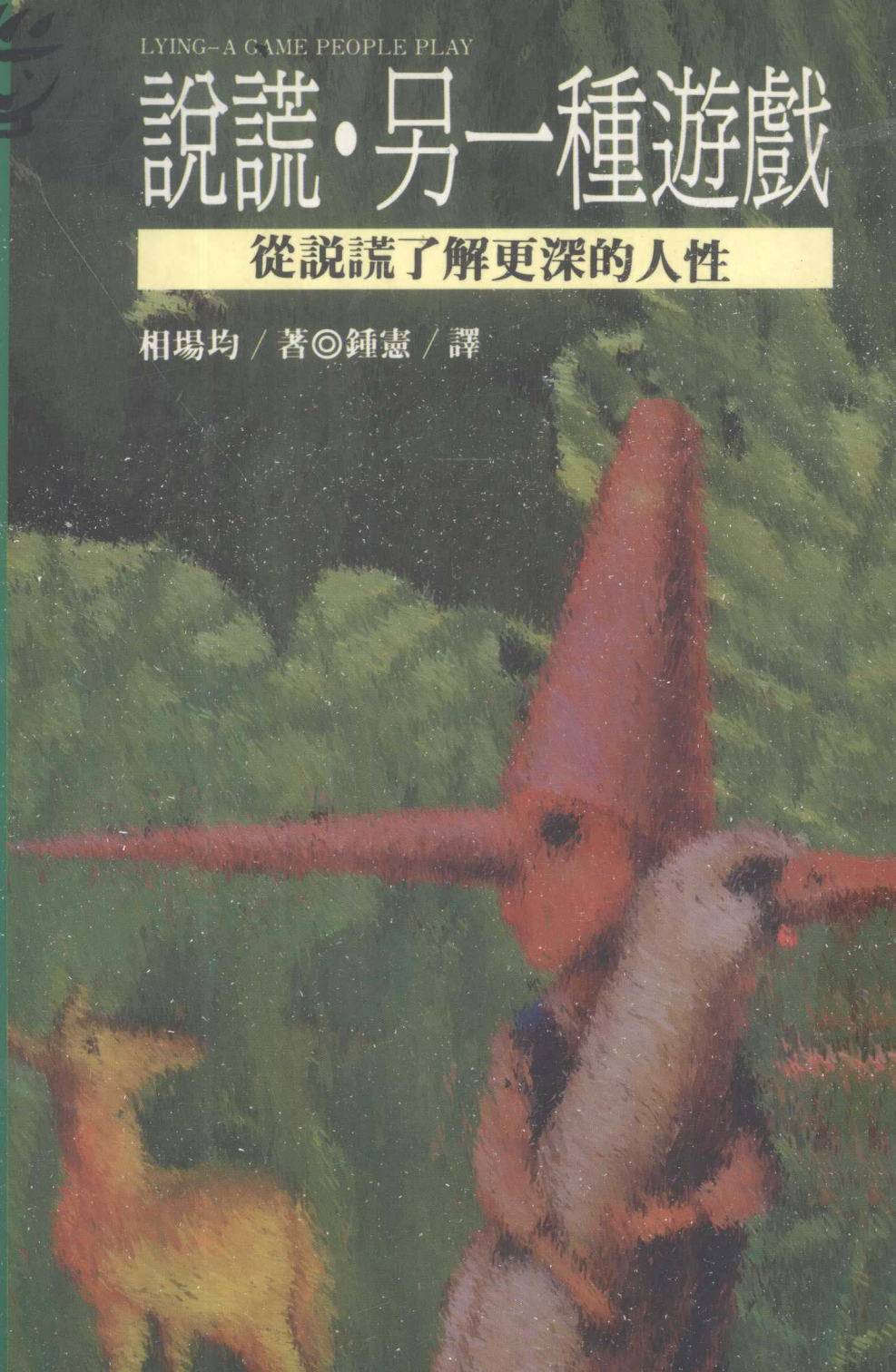
LYING—A GAME PEOPLE PLAY

說謊・另一種遊戲

從說謊了解更深的人性

相場均 / 著◎鍾憲 / 譯

大
衆
心
理
學
叢
書
/
吳
靜
吉
博
士
策
劃



吳靜吉博士策劃

大眾心理學叢書

每冊都包含你可以面對一切問題的根本知識

11

說謊・另一種遊戲

うその心理學

Copyright © Toshie Aiba 1965 Printed in Japan

Originally published in Japan by Kodansha Ltd.

Published by arrangement with Kodansha Ltd. in association with

Bardon-Chinese Media Agency

Chinese edition © 1996 by Yuan-Liou Publishing Co., Ltd.

大眾心理學叢書⑪

說謊・另一種遊戲

◆從說謊了解更深的人生◆

作 者／相場均
譯 者／鐘 憲
策 劃／吳靜吉博士
主 編／黃孝如
責任編輯／陳小微

發行人／王榮文

出版發行／遠流出版事業股份有限公司

臺北市汀州路3段184號7樓之5

郵撥／0189456-1

電傳／365-7979 電話／365-1212

印 刷／優文印刷股份有限公司

□ 1996年9月1日 新版一刷

行政院新聞局局版臺業字第1295號

售價 150 元（缺頁或破損的書，請寄回更換）

版權所有・翻印必究 Printed in Taiwan

ISBN 957-32-2053-9

（日文版 ISBN 4-06-115436-2）

うその心理學

説謊・ 另一種遊戲

相場均

著

鍾憲

譯

《大眾心理學叢書》

出版緣起

王榮文

一九八四年，在當時一般讀者眼中，心理學還不是一個日常生活的閱讀類型，它還只是學院門牆內一個神秘的學科，就在歐威爾立下預言的一九八四年，我們大膽推出《大眾心理學全集》的系列叢書，企圖雄大地編輯各種心理學普及讀物，迄今已出版達二百種。

《大眾心理學全集》的出版，立刻就在台灣、香港得到旋風式的歡迎，翌年，論者更以「大眾心理學現象」為名，對這個社會反應多所論列。這個閱讀現象，一方面使遠流出版公司後來與大眾心理學有著密不可分的聯結印象，一方面也解釋了台灣社會在羣體生活日趨複雜的背景下，人們如何透過心理學知識掌握發展的自我改良動機。

但十年過去，時代變了，出版任務也變了。儘管心理學的閱讀需求持續不衰，我們仍要虛心探問：今日中文世界讀者所要的心理學書籍，有沒有另一層次的發展？

在我們的想法裡，「大眾心理學」一詞其實包含了兩個內容：一是「心理學」，指出

叢書的範圍，但我們採取了更寬廣的解釋，不僅包括西方學術主流的各種心理科學，也包括規範性的東方心性之學。二是「大眾」，我們用它來描述這個叢書「閱讀介面」，大眾，是一種語調，也是一種承諾（一種想為「共通讀者」服務的承諾）。

經過十年和二百種書，我們發現這兩個概念經得起考驗，甚至看來加倍清晰。但叢書要打交道的讀者組成變了，叢書內容取擇的理念也變了。

從讀者面來說，如今我們面對的讀者更加廣大、也更加精細(sophisticated)：這個叢書同時要了解高度都市化的香港、日趨多元的台灣，以及面臨巨大社會衝擊的中國沿海城市，顯然編輯工作需要梳理更多更細微的層次，以滿足不同的社會情境。

從內容面來說，過去《大眾心理學全集》強調建立「自助諮詢系統」，並揭櫫「每冊都解決一個或幾個你面臨的問題」。如今「實用」這個概念必須有新的態度，一切知識終極都是實用的，而一切實用的卻都是有限的。這個叢書將在未來，使「實用的」能夠與時俱進(update)，卻要容納更多「知識的」，使讀者可以在自身得到解決問題的力量。新的承諾因而改寫為「每冊都包含你可以面對一切問題的根本知識」。

在自助諮詢系統的建立，在編輯組織與學界連繫，我們更將求深、求廣，不改初衷。這些想法，不一定明顯地表現在「新叢書」的外在，但它是編輯人與出版人的內在更新，叢書的精神也因而有了階段性的反省與更新，從更長的時間裡，請看我們的努力。

編輯室報告

人性的弱點，其實就是無法正視自己的弱點，尤其當它是屬於人性的黑暗面時，因為沒有人願意承認自己是不完美的。因此當讀者看到「說謊」二字時，剛開始可能會產生一股抗拒感，無法接受它。即使承認它的存在，大部分的人也都會認為：說謊者不是自己，而是別人。

對於一個多數人不常接觸的主題，作者為什麼會興起創作的意圖呢？曾留學美、德，受過東、西方不同文化薰陶的日本心理學家相場均，嘗試以廣寬、冷靜的觀察力，探討說謊這個現代人的通病，並以輕鬆、詼諧的筆調，調侃陷在「說謊」情境的人們一點也不自覺，正是因為他們本身也在說謊！

似乎沒有一個人能夠免於生活在充滿謊言的人際關係，即使「客套話」也有謊言的陷阱；中國人常會說：「薄薄小禮，敬請笑納」，大多時那份禮可一點也不輕啊！故作者在自序中就明白地表示，即使這是個心理學問題，我們不僅要從心理學和生理學的角度來探討，更須以哲學的觀點來看。希望讀者並非藉著本書的分析，來探尋人性的缺點，而是能夠對人性有更深的了解。其實不曾說謊的人，大概也就不像個人了吧！讀者在本書的第一篇中，可以感受到作者從人性面出發的意圖！

在本書的第二篇中，寫作筆調轉爲以較嚴肅而理性的態度，來分析人爲何說謊。藉此讀者不僅可以辨識謊言的存在，更可以進一步了解說謊者的心理動機。分析的角度可以分爲兩種，一是社會心理，二是個人心理。前者發生在羣衆心理或者藝術家所虛構的世界中，導因於他人或社會性的影響；後者則發生在外在環境變遷時，個人所採取的心理反應。

即使說謊不全是惡意的行爲，甚至有些具有幽默性的效用，但大多數的謊言都會對說謊者產生不良的影響，使他產生偏差行爲，甚至利用他人滿足自己的慾望。讀者必須辨識謊言的存在，以避免自己被說謊者利用——這可以從兩方面著手：一方面可以從語言中察覺，因爲有些習慣性用語自然而然就會浮現出謊言的本質，或者甚至於說謊者的性格特質。讀者可以仔細地閱讀書中一些特別標示的字眼，或者做做附錄中的測驗，便可發掘出使真相大白的重要線索。另一方面則可從生理反應中察覺，測謊器的設計原理便是利用這種不會說謊的身體反應。

善與惡並非是絕對的區分，應該只是在人的一念之間，作者曾強調，他並非以病態的合理主義或嚴苛主義，要求完全根除說謊行爲，而是認爲讓人性自然流露的社會，才會懂得欣賞自由的真正意義。如果讀者是充滿熱情的自由思想者，那麼讀完全書後，一定會覺得不枉此行！

（陳小微執筆）

說謊・另一種遊戲

目錄

《大眾心理學叢書》出版緣起

編輯室報告

作者序

第一篇 從人性面出發

第一章

現代人的通病——說謊／八

謊言傳遍全球各地／謠言是可怕的謊言／說謊者與利用者

第二章

人際關係中的謊言／三四

人為何要說謊／媒妁之言——相互說謊的契約／謊言流傳的速度

第三章

謊言的種類／四八

第四章

夢中的謊言／對自己說謊／歇斯底里與謊言／逃避現象／謊言與真相之間／謊言症——說謊病
謊言的效用／八〇
善意的謊言、必要的謊言／說謊的樂趣／謊言與藝術
／謊言與人道主義

第二篇 真相大白

第五章

謊言與記憶／一〇一
記憶的變形／記憶喪失

第六章

謊言與犯罪／一二二
動機是可創造的／說謊是竊盜的起始說

第七章

說謊的社會心理／一二四
羣衆心理／虛構的世界

第八章

說謊時的生理／一三四
身體不會說謊／何謂主題統覺測驗／身體與感情的謊言（詹郎二氏論）

第九章

說謊的個人心理／一五〇
壓抑／反動形成／同化／返老還童（退化）／合理化

作者序

以心理學的立場來探討說謊現象，將成為有關「人類的研究」，亦即，只因為是人類，有很多時候不得不有意無意地說些謊。倘若在人類的生活中完全去除這一部分，則這個世間就將變成病態的合理主義或者病態的嚴格主義社會，結果可能形成一個毫無生趣的人間。

甚至有人認為，戀愛是一種既欺騙對方、也欺騙自己的行為表現，縱然和對方說：「我永遠愛你，即使犧牲自己的生命也在所不惜……」，但這也許只是一時的情緒表現而已，只因為看到對方的容貌，確認對方的存在，瞬間有了這種傾訴的念頭。沒有人知道自己能否永遠的愛一個人，不過，只要當時確有那種感覺，即使那是謊言也無妨。

人們常常說這種不確實的話，因為儘管謊言與事實不符，卻是一種需求的表現，也是個夢，有其實際存在的價值。

謊言是與歇斯底里或暗示結合以解釋一切的現象，這種臨床心理學的说法或許是正確的，但對於了解人類的說謊卻易造成錯誤。

政治所以會牽涉到謊言，並非因為對政治的不信任，我認為這是人類社會一種自然形態的表現。像「我從不說謊」這種謊言，也可說是人間喜劇性的一面。

我們很難將說謊的問題當做一般問題來廣泛地探討。而另一個困難是，我們不僅要從心理學和生理學上來探討它，更須以哲學的觀點來看這個問題。

遊戲是人類生活中所必需的。以哲學的觀點來解釋遊戲的人間，就可掌握說謊的本質。有些人走路時喜歡邊走邊唱歌，有些人喜歡蹦蹦跳跳的，有的則邊走邊摘路旁的樹葉，這也是一種遊戲。大部分的人在前往目的地時不只是以雙腳做步行運動，而是一邊遊玩觀賞，一邊往前行進的。雖然遊戲和說謊的性質不同，卻有其極為相似的地方。語言的遊戲也是種說謊，不過，本質上以深奧的人性為基礎的謊言，與人類的悲喜劇有極大的關係。

筆者寫本書的用意並非認為說謊是不好的行為，而是為了使人們了解說謊的心理而

寫的。雖是站在冷靜的心理學者的立場，我卻非超脫於人類社會，高高在上地冷眼旁觀，而是同樣生活於充滿謊言的人際關係中，有時爲了戲弄別人而說謊，有時也會受騙上當。因此，希望本書不只是在分析說謊的心理，同時也有助於讀者了解謊言的真相。

有如詩如畫般美麗的謊言，同時也有政治性狡猾的謊言，謊言有時會與犯罪結合在一起，也有人因爲謠言的中傷而死於非命。我們必須了解有關謊言各方面的事，對於謊言了解得愈多，愈能發覺人的滑稽性，但也可能對人感到絕望，或者因爲還像個人而感到安心。

本書並未將說謊心理學與人性的問題加以分開，因爲本書不只是藉著分析來探尋人性的缺點，更希望藉此使讀者對人性有更深的了解。

相場均

第1篇 從人性面出發

人間之生動有趣，在於人類社會能以自然的形態表現，因此心靈不受禁錮，人性自然流露。雖然，性惡性善說的哲學爭論至今固然仍沒有結果，但一般人也不會因此天真的漠視它的存在。或許這正是作者在首章的用意——即使是說謊，也是現代人的通病，而非犯罪人才有的行為。

站在冷靜的心理學者的立場，作者藉著各章的分析，提醒讀者必須去辨識謊言的存在，同時也點明說謊並非是絕對不好的行為。有時候它是不得不存在，甚或能滿足人類的需求及帶來樂趣。因此作者不只是探索心理學問題，也希望引導讀者對人性有更深入的了解。

