

普
华
文
化
Psychology

心理学与生活

Why the Toast Always Lands Butter Side Down:

THE SCIENCE OF
MURPHY'S LAW



无处不在的 墨菲定律：

为什么越担心的事越会发生

【英】理查德·罗宾逊 (Richard Robinson) © 著 钱 峰 © 译

要迟到了，偏偏一路红灯

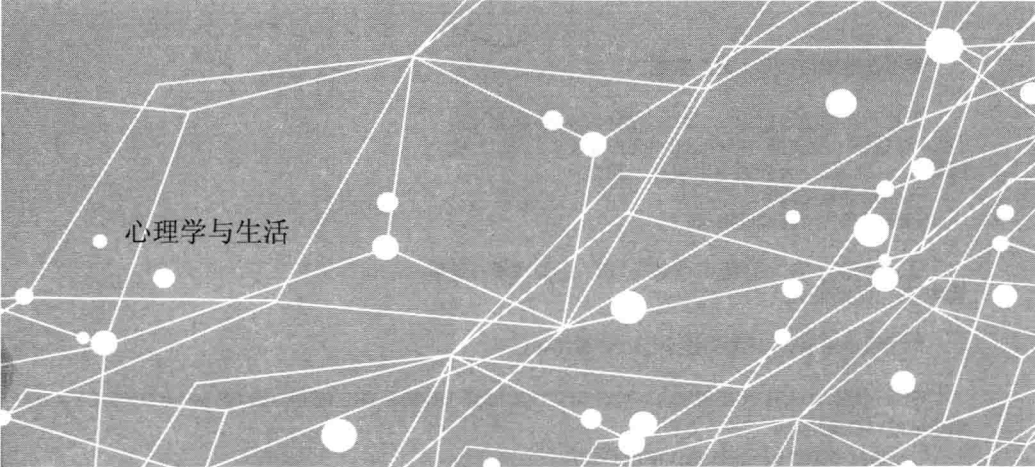
刚洗完车，就下雨了

自己排的那一队，永远行进最慢

.....



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS



心理学与生活

无处不在的墨菲定律： 为什么越担心的事越会发生

Why the Toast Always Lands Butter Side Down:
The Science of Murphy's Law

[英] 理查德·罗宾逊 (Richard Robinson) 著

钱 峰 译

人 民 邮 电 出 版 社
北 京

图书在版编目(CIP)数据

无处不在的墨菲定律：为什么越担心的事越会发生
(英)理查德·罗宾逊(Richard Robinson, R.)著；钱峰译. — 北京：人民邮电出版社，2014.7
(心理学与生活)
ISBN 978-7-115-35831-8

I. ①无… II. ①理… ②钱… III. ①心理学—通俗读物 IV. ①B84-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第104611号

WHY THE TOAST ALWAYS LANDS BUTTER SIDE DOWN: THE SCIENCE OF MURPHY'S LAW by
RICHARD ROBINSON

Copyright ©2005 by RICHARD ROBINSON

This edition arranged with CONSTABLE & ROBINSON LTD.

through BIG APPLE AGENCY, INC., LABUAN, MALAYSIA.

Simplified Chinese edition copyright© 2014 POSTS & TELECOMMUNICATIONS PRESS

All rights reserved.

本书中文简体字翻译版由CONSTABLE & ROBINSON LTD.经由大苹果著作权代理有限公司授权人民邮电出版社独家出版发行。未经出版者预先书面许可，不得以任何方式复制或节录本书任何部分。

版权所有，侵权必究。

内 容 提 要

为什么你一洗车就下雨？为什么你一次又一次地在同一个地方转错弯？当你遗失某件东西的时候，你总是一次次地在同一个地方寻找，这是为什么呢？为什么在你找了第四次或第五次的时候，它突然在那个地方出现了？……如果你有这些疑问，那么这显然体现了你作为高级灵长类动物能够思考的优越性。

英国的明星科学宅男理查德·罗宾逊的这本《无处不在的墨菲定律：为什么越担心的事越会发生》向我们阐述了这些疑问背后隐含着的科学事实：我们现代人的大脑构成及各部分的职能与数百万年前的原始人类没有任何区别。我们还一直是遵循着从林时代形成的思维模式来处理事情。本书剖析了墨菲定律在人们生活、工作等方面运行的心理机制，并解答了上述问题。书中语言风趣幽默，读者能在轻松的阅读氛围中了解墨菲定律的神奇之处，进而将其应用于生活的方方面面。

本书适合所有想了解墨菲定律及更多心理学知识的读者阅读、使用。

◆ 著 [英] 理查德·罗宾逊 (Richard Robinson)
译 钱 峰
责任编辑 乔永真
责任印制 杨林杰

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
大厂聚鑫印刷有限责任公司印刷

◆ 开本：880×1230 1/32 插页：1
印张：8.25 2014年7月第1版
字数：93.3千字 2014年7月河北第1次印刷

著作权合同登记号 图字：01-2013-7359号

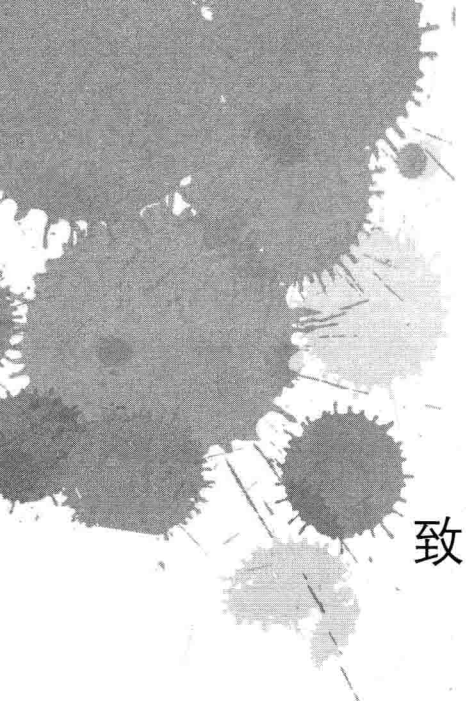
定价：35.00元

读者服务热线：(010)81055656 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

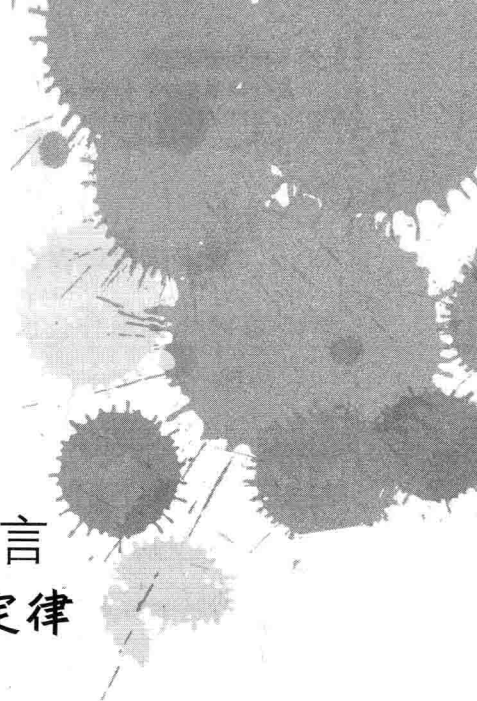
广告经营许可证：京崇工商广字第0021号

献给爸爸，迟到的敬意总比没有的好。



致 谢

几乎我遇到的每个人和我曾经碰到的哪怕是最简单的事物都为本书的写作做出了贡献。特别要感谢以下这些人：罗里·菲詹（Rory Fidgeon）和山姆·哈顿（Sam Hutton）对本书进行了审阅，比尔·帕里什（Bill Parish）审阅了本书中的数学部分。塞齐、菲利普、朱迪和莱奥妮（Thirzie, Philip, Judy 和 Leonie）在我努力写书时常常帮助我。向他们献上我的敬意。



序 言

墨菲定律

定律中的定律——墨菲定律，位于其他所有定律之上，它就像是宴会上的不速之客。不管你从事哪个行业，墨菲定律都会绊倒你，耽搁你，让你有挫败感。你越努力，受到的阻碍就越大。

可能出错的事终将出错

和所有伟大的定律一样，墨菲定律的公式也极其简单。和所有伟大的定律一样，它也是不言自明的事实。你和它相处的时间越长，就越会发现它牢牢地掌控着地球。你无法避开它，就像你无法避免干面包片涂黄油的那一面落在地上一样。墨菲定律及其衍生定律在各方面阻碍着你，你是不是经常感到：

不可能出错的事也会出错；

**想把事情做得更好，只会让它变得更糟；
害怕事情出错而什么也不做，即便如此，也还是会出错。**

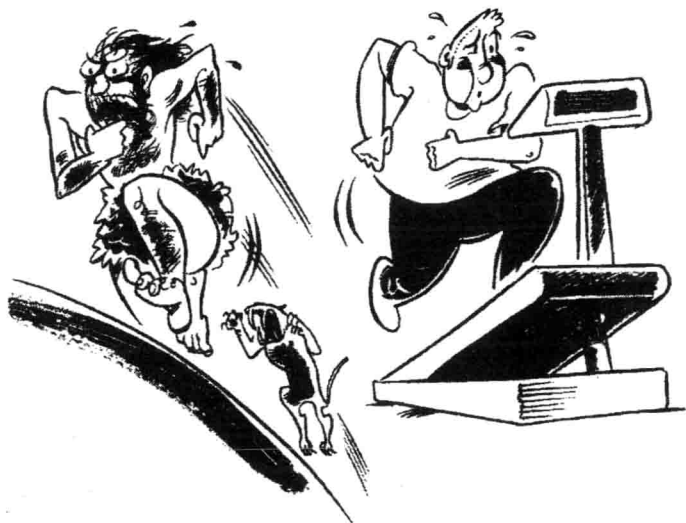
1949年，美国加利福尼亚州爱德华空军基地的工程师在进行碰撞实验时发现了墨菲定律。随后，这一定律迅速流传开来。该定律的踪影无处不在：人们突然发现公交车总是三三两两一起到站；越想找到的东西越找不到；重要的东西如果掉地上了，一定会滚落在最重的橱柜下面……这要说下去将没完没了。不只是物品，人和动物也是如此：在别人面前，总是发挥不出自己的水平；手里拿满了东西，鼻子开始痒了……这些事情在我们每个人身上都可能发生过吧？

有没有合理的解释呢？这就是本书接下来所要告诉你的。事实上，进一步观察墨菲定律能让我们深入了解自我，了解日益复杂的生活。

丨现代世界的墨菲定律丨

墨菲定律是纷繁复杂的现代社会的产物。如果你想找到没有墨菲定律存在的纯真世界，那你恐怕需要穿越回300万年前的旧石器时代。要了解当时的生活到底什么样，不妨朝窗外看！想象一下，将所有房子、花园、汽车和公路全部移走，直到地面露出基岩。接下来，移除所有的人。之后，种上树——种很多很多的

树，再增加几只山羊。此时，你已经穿越回旧石器时代了。我们祖先所拥有的所有东西就是从这些树、石头和山羊中制造出来的。用那些原材料做不出太多东西来，因此也没有太多东西会出错。所以，我们的曾，曾，曾，曾……曾祖父难得遇见“墨菲先生”。他们的世界和他们父母、祖父母与远祖——狐猴的世界完全一样。数百万年来，狐猴、猴子、猿和人类在一步步地进化，快乐地生活在简单、稳定、舒适的环境中。



与如今嘈杂的世界相比，在过去几百年的时间里，现代人已经从原始山峦中开发出 92 种有趣的元素。这可以组成 $9\ 292$ 种地球上原来不存在的分子，这些分子又能创造出 $9\ 292 \times 9\ 292$ 种小发明，这又将带来 $9\ 292 \times 9\ 292 \times 9\ 292$ 种令人发狂的问题。为了存放这些

小发明，现代人开始在旧石器时代的猎场上建造居民区、大型商店和娱乐场所。公元前 2000 年，一个十口人的普通家庭可以居住在和现代厨房差不多大的空间里，并摆放着他们的工具和玩具。如今，西方人通常会购买第二套住宅，只是为了存放他们的小摆设而已，他们声称没有这些摆设就活不下去。同样，4 000 年前简单的部落制度被大城市丰富、复杂的社会结构所替代。社会结构是人口激增带来的结果。现代的中型城镇能够容纳旧石器时代的所有人口。

从旧石器时代开始，我们走过了漫长的道路，但我们的智力却没有任何进化。我们的大脑仍旧处于旧石器时代的睡梦中。当旧石器时代的思维遇见现代世界时，墨菲定律就出现了。能用旧石器时代的思维来适应“塑胶年代”（Plastic age）吗？它一定会狼狈不堪，就好比我们用儿童安全限制的眼光去看成人摔跤一样。每一次的社会进步都将我们推向了墨菲定律的尴尬境地。

写这本书的目的就是为了回答两个问题：第一，无生命的物体为什么能随心所欲？第二，为什么人类会对此深感头疼？

本书的后半部分将探讨无生命的物体。依我的经验来看，人们对着无生命物体的嚷嚷占据了一天中的大部分时间。当你从洗衣机中拿出衣物时，你发现它们再次被卷入了被套，如果这时你能对此做出合理解释的话，你就会镇定很多。（事实上，被套中的衣物可以引领我们深入了解这个世界：为什么街上的垃圾呆在路边；为什么马尾藻海看起来像一片草原；为什么城里人搬住乡

村。)第九章对 80 个常见且令人困惑的现象给出了理智的解释。但是这又带来了一个问题：如果存在科学的解释，为什么我们还会对所有事情感到迷惑不解呢？

答案就在于我们自身，墨菲定律常常被旁观者看在眼里。我们的思维认为这个世界正在密谋反对我们，其实此时的世界是完全无辜的。因此，本书的第一章将探讨大脑是如何害得我们得出这么错误的结论的。

I 拼 图 I

了解世界就像做拼图游戏一样。我们看着拼图图块，将它们与盒子上的参考图案比较，然后尝试把它们组合起来。对于思维拼图而言，拼图图块就好比我们的感觉器官传送到大脑的信息。“参考图案”是大脑用以分析信息的期待和记忆。将所有拼图组合在一起是整个大脑的任务，这个过程中所有的阶段都受到了墨菲定律的可恶影响。

第二章我们将讨论我们的感觉器官如何获取拼图图块。当你一步步拼图时，就会发现这张感官拼图的难度非常大。一秒内图片变化十次（这是大脑认识外部世界的更新频率）。其次，这幅拼图有一百万个拼图图块，每十分之一秒就有一百万个神经脉冲涌向我们的大脑。拼图图块如浪潮般朝我们涌来，我们还必须要



理解它们的含义。然而，我们所能做得做好的就是在它们匆匆而过时抓住其中几块，然后试着猜测图片的其余部分。

在第二章，我们可以看到自己是多么容易出错。我们会揭示一些过滤输入的技巧，比如习惯性和注意机制。

第二章和第三章中故意设计了幻象，用以传递错误信息，阻碍感觉器官。在实验室（或在本书中），我们可以对这些错误一笑而过，因为我们知道它们将要到来。但在大街上，当我们并未预料到它们的到来时，它们就可能会打倒我们（在一些事例中，这毫不夸张，和数以万计的人一样，我撞上了一扇本不应在那里的玻璃门）。墨菲定律之所以产生的原因就在于我们没有能力看到眼前的事物。

理解了如何获取拼图图块以后，我们要考量它们（第三章），我们的大脑必须弄懂它们的含义。第四章探究了“参考图案”的作用，

即我们的记忆。在思维拼图中，日常生活的视觉和味觉给我们提供了搜寻记忆库的线索。那个点是眼睛吗？蓝色的片状是天空的一部分吗？记忆告诉我们应该期待什么。但当墨菲定律出现时，我们又会忽略事实而信赖期待：深夜时房间角落里的阴影会让我们联想到人的轮廓。那是窃贼吗？墨菲定律认为你越需要睡眠，角落中的影子越会变成窃贼的模样，可能还拿着一把大刀。有时我们的记忆会完全失灵——我们走进房间想找某样东西，但却像傻瓜一样在那里徘徊，因为我们忘记了自己为什么在那里（认为这是逐渐衰老现象的老年读者会深感欣慰，因为这也会发生在十岁的孩子身上）。

下一步涉及建立联系。在第五章，拼图被组合到了一起。这时墨菲定律将我们击倒的概率也大大地提高了，因为我们不擅长将拼图正确地组合起来。这时，我们能清楚地看到思维拼图和木制拼图存在的巨大差异：木制拼图只有一种正确的拼法；大脑拼图似乎可以无限弯曲，像是由果冻制成的一样。因此，如果两种事实无法组合起来，我们可以很容易地将其弯曲和改造，直至组合起来。强制地将两块不合适的拼图组合起来会造成大问题。例如，如果你是带来坏消息的人，你就要当心了。暴君喜欢射杀信使并非虚构。他们将“信使”和“坏消息”拼凑到一起，认为前者应该对后者负有责任，于是就射杀了信使。

即使最后我们把拼图组合起来了，但事情也远没有结束。拼图及其周围还存在着浓厚的、火热的、令人激动的东西——情绪。

第六章将研究情绪的重要作用。这不仅指强烈的感情——爱、恨、恐惧，还包括所有情绪，从渴望的第一个吻到第九十九个哈欠。任何东西都与情绪有关，不管它是巨蟒还是花园的浇水管。现代脑部扫描研究显示，当眼睛第一眼看到某样东西时，首先做出的反应是（这发生得太快，太不知不觉，我们都没有注意到它）我们是否该逃跑。想象一下接受高等教育的我们，看着花园的浇水管怀疑是否要害怕地逃跑，这似乎有点荒唐。但是乍一看，水管和蟒蛇太像了，如果这个细长的东西变成巨蟒，在还没觉察时我们就会逃跑，而且我们还会感谢使我们这样行动的条件反射。大脑中负责条件反射的器官是杏仁核，它是情绪的基地。它就像埃及法老一样统治着一切。情绪支配着我们如何奇怪地看待事物。俗话说，“拿锤子的人，看什么都像钉子”。这对人类和动物都很适用——马看到水管会立刻逃跑，在理智告诉它们那是水管之前，情绪已经告诉了它们快跑。

第七章将探讨社会环境中的墨菲定律。许多墨菲定律适用于社交场合。每个人独处时和与群体在一起时的状态完全不同，这使心理学家感到绝望。即使你在他们独处时进行了深入调查，一旦你看到他们和朋友在一起的状态时，你还是会恨不得丢弃所有制作的图表。当一个宅男和一群人出去看球赛或参加彩弹游戏时，他那夸张的大声尖叫，也会让他的家人大跌眼镜的。

身处群体中的人们往往更容易相信那些最不可思议的事情——这就是政治的基石：“我最好的朋友是德国人”可以为“打

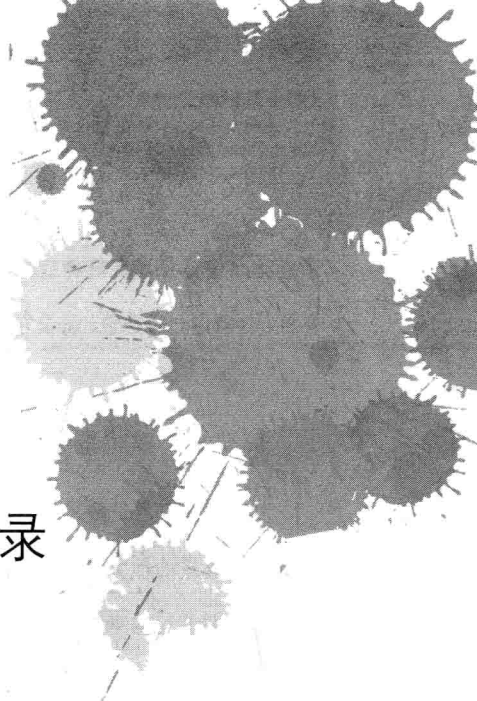
死那些纳维亚移民”让路。人类作为一个成功的物种，可以在需要为自己的党派、军队、部落或公司击败敌人时，将自己的个性藏在内心最深处。然而到了和平时期，他们就有可能丧失凝聚力。任何目睹过委员会运作的人都能体会某些群体行为的陌生感。因此，墨菲定律出现的第六个地方是委员会、人群、聚会和家庭。



第八章将探讨将拼凑世界的正确步骤颠倒过来后可能发生的事情——其所导致的悲剧每天都在世界各地以不同的形式频繁上演。

第九章将关注无生命的物体，以发现我们在它们身上赋予了多少活力。我希望你能在书中找到一些生活奥秘的答案。你可能会在你不知道有问题存在的地方找到答案。我希望你可以思考书中没有提供答案的那些问题。我相信本书出版后，我一定会想起我忘记提及的几件非常重要的事情。

祝你们阅读愉快!



目 录

第一章 墨菲定律的幕后推手——大脑 //001

本章通过图解的方式概括了大脑各部分的职能，但这也是警告：这些图解过于简单，这意味着它们肯定是不准确的。读这本书时，你应该注意，任何容易理解的事物一定是错的，因此要批判性地看待这份图解。

第二章 为什么我们如此容易犯错 //009

注意机制在决定应该关注哪个或忽略哪个维度时，问题就出现了。我们建立了一系列期待，试图寻找它们，同时我们把其他事情分流出去。这是很危险的做法——如我们将看到的，这将为以后引发很多问题。

第三章 “墨菲先生”如何影响我们对事物的感知 //037

你已经看过、闻过、尝过、听过、感觉过这个世界了，但你对它的

了解仍旧停留在混乱的神经元嘈杂声中。现在你需要稍微整理下周围的资料，刺激它、感受它、测量它，发现它是如何影响我们对事物的感知的。

第四章 被“墨菲先生”操纵的记忆 //057

大笨狼怀尔沿着隧道追赶走鹃。它看到了隧道尽头有一点光亮，记忆告诉它隧道的尽头有灯，这应该就是那盏灯——任何人都会这么想。但另外一种记忆告诉你没那么简单，这光亮可能是迎面而来的火车的车前灯。最终大笨狼怀尔被火车撞死了。我们是不是也经常碰到这种情况呢？

第五章 我们都是天真的科学家 //081

我们想要做的是了解正在发生的所有事情，运用天真科学把所见所闻写成可信的故事。这是指运用因果定律——任何事都由其他事引发，然后它再导致后面的事情发生。问题是要找出什么事原因，什么是结果，而在这时常常会出现墨菲定律。

第六章 情绪眼中的世界 //099

情绪一般分为六大类：惊奇、快乐、厌恶、恐惧、生气和难过。其中四种是不愉快的情绪，所以我们生活中总碰到一些不愉快的事情就不足为奇了。你的大脑一直被恐惧占据着，没有空余的时间浪费在进展顺利的事情上。

第七章 谁也逃不开的公众舆论 //131

所有事情都来源于镜像神经元。它创造了模因，模因形成了我们的文化，我们依靠文化规范来告诉我们应该如何思考。不管怎样，我们似乎被部落、宗族、家庭、朋友、教会或国家包围着。

第八章 颠倒的世界 //191

在生活中，很多时候事情发生的顺序完全颠倒了，这就导致了很多问题。如果事情按照我们所想的顺序发生，那么哈利·斯坦利被武装警察射杀的悲剧将永远不会发生。

第九章 各种奇怪现象的科学解释 //195

纯科学对世界上的奇怪现象解释得越多，越使世界失去活力。如火星那样，事实上它是灰色的，沉闷且没有生气。抱歉！我们希望它是红色的、浪漫的、住满人的。

第十章 让墨菲定律成为我们理解生活的重要部分 //239

如果你现在对墨菲定律已经非常敏感，你会发现，和以前相比，它们出现在你日常事务中的概率更高了。墨菲定律只是生活的一小部分。如果积极地看待它，它可以成为我们理解生活的重要部分。

附录 研究大脑的新武器——功能磁共振成像 //245