

内 容 简 介

这是本将电影与心理学相结合的大众心理学读物。以电影为切入点，落脚在心理学，共26个心理学主题。从A写到Z，每个字母各成一篇，如从众心理、欲望心理、非理性等。每个主题都会涉及电影和心理学知识，颠覆大众的常规认知。如用进化心理学分析择偶时为何倾向白富美、高富帅，用孤独感解析中国没有乔布斯的原因，揭示催眠术背后的科学根据。难能可贵的是，这一本填补了国内电影心理学空白的跨界研究，不仅没有一点学究式的晦涩感，其笔触通俗风趣，韵味十足地将前沿的心理学展现给大家，透彻而幽默的表达使图书在出版前就深受网友的欢迎，百万读者期盼的开智盛宴，如期而至。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

迷人的假象：光影中的心理学秘密 / 魏知超著. —北京：电子工业出版社，2014.8

ISBN 978-7-121-23596-2

I. ①迷… II. ①魏… III. ①电影—艺术心理学—研究 IV. ①J90-05

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第134302号

责任编辑：张毅 插画：王灵恩

印刷：三河市鑫金马印装有限公司

装订：三河市鑫金马印装有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开本：720×1000 1/16 印张：18 字数：317千字

版次：2014年8月第1版

印次：2014年8月第1次印刷

定 价：39.80元



凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：(010) 88254888。

质量投诉请发邮件至zllts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：(010) 88258888。

自序：这不是弗洛伊德的错

Preface

我学心理学算是半路出家。那会儿读了一些闲书，其中就包括几本弗洛伊德的著作，算是与心理学结上了缘。尽管我到后来才明白弗洛伊德的研究几乎不能算是科学心理学，不过那时几乎所有对心理学有兴趣的门外汉都是从弗洛伊德开始读起的——大概现在也还是如此吧。这不是弗洛伊德的错，只怪当代心理学的科普工作做得还不太到位。

很多人以为心理学是读心术。每次我告诉别人我是学心理学的，对方总是这么回应的：“那我不能跟你说太多话，是不是我一说话你就能知道我脑子里在想什么？”

根本就不能。即便是借助于脑电、磁共振成像这些心理学研究里算是有点高端的设备，我们也只能大致推测出你是不是在惊讶，是不是有点兴奋，是不是在撒谎……这是有点儿读心术的意思，但离幻想小说里那种把你心里默念的那句话复述出来的读心术还差很远。

还有很多人以为心理学就等于心理咨询。在我告诉那些人我不能读心之后，他们接着一定这么说：“我最近有件事想不开，能不能帮我开导一下？”

这我也做不到。我接触的大多数心理学研究其实与心理治疗并没有直接的关系。事实上，在国内的心理学界，所谓的“科学心理学”跟“心理咨询”几乎已经分裂成两个学科了。做科研的心理学老师觉得心理咨询师的治疗方法几乎没有

多少科学根据，一边苦逼地做实验发着论文争取着项目，一边盯着咨询师的高额收入干瞪眼，然后将他们鄙视为江湖郎中；而心理咨询师反过来鄙视学院派的研究“与现实完全脱节”，严谨归严谨，可是毫无用处。

我猜大部分读者可能都是站在心理咨询师这边的。在很多人看来，心理学的作用不就是人们想不开时帮他们纾解烦恼吗？据说在国内的很多心理学课上，老师凡是讲到心理学题材的电影，就必举《雨人》（*Rain Man*）和《爱德华大夫》（*Spellbound*）这两部电影为例，而这两部影片中的心理学主题都涉及心理异常。这很容易给人一个强烈的印象——心理学等同于心理异常及其咨询与治疗。

这是极其狭隘的误解。除了心理异常和心理咨询，心理学还有许多类别。我在本书中展示的，大多就是一些在生活中会时常涉及但却未必被我们自己真正了解的心理机制。它们大多跟心理异常无关，却与我们每个人的生活息息相关。在本书的正文中，我也不会再提起《雨人》和《爱德华大夫》这两部电影，因为我不希望继续误导读者狭隘地理解心理学，我希望呈现的是一个比心理异常和心理咨询广阔得多的世界。我自己学的就是学院派心理学，而我一点都不觉得它“与现实完全脱节”。恰恰相反，它渗透在生活的每一个环节之中。

我有时候觉得自己的命运有点诡异，不停地跨界而且好像还一直跨错界：我有严重的鼻炎，嗅觉不灵，本科却被调剂到化学系，做实验时有啥有毒气体泄漏的话我一定第一个死；我记性非常不好，读研时却又拜入国内心理学界研究“记忆”的大牛门下，一学就是七年，一路混到博士毕业；我非常内向、普通话不标准又大舌头，毕业后却成了大学老师，现在成天吐沫横飞地讲课。

不过，我其实很以跨界为荣，当了老师后一直自诩为文理兼备、文艺和科学两头都硬的大好青（中）年，在课堂上一边跟学生讲心理实验如何编程，一边讲莫言的《檀香刑》有多重口味。几个学期前突发奇想，觉得应该把时间上的纵向跨界变成空间上的横向跨界，把自己的心理学专业知识与对电影的兴趣结合起来，于是开了一门叫“心理学与电影鉴赏”的选修课，借电影来介绍心理学知识。

有一回在这门课上介绍完自己的经历后，我说我学了化学，后来放弃了，化学知识都还给了老师；我现在虽然教心理学，但因为半途出家，直到现在也经

常是以门外汉的角度来看它，所想所说经常与纯粹科班出身的人大相径庭；我写影评，却几乎对电影制作的理论和技术一无所知。

有学生接应道：“你是三界不入的妖怪。”

归纳得真到位。我的确就是一个三界不入的妖怪。但也许妖有妖的自在，怪有怪的优势。这也是我决定写这本书的原因。纯粹的影评，我写不过专业的影评人，纯粹的科普，我写不过果壳的“心事鉴定组”，我只好在夹缝中求存，以影迷的姿态看心理学，以心理学老师的姿态聊电影。好在能同时摆出这两种姿态的人并不多。我希望读者借着这本书发现一些大家再熟悉不过的电影里隐藏着的一些不为人知的知识，更重要的是，希望读者借着这本书发现：心理学在多数时候居然是一门挺靠谱的科学。

本书的诞生要感谢很多人。我能成为这样一名跨界的写作者，得益于父母的教养方式。成长过程里的多数时候父母对我的兴趣爱好和生活方式不过多干涉，让那些那时候看起来没什么实际用处的兴趣爱好得以在心中生根发芽，而他们每每又在人生的关键环节略加点拨提拉，让我不至于误入歧途。养育之恩，无以为报。本书写作时太太身怀六甲，不但要承受怀孕的各种身心压力，还要费心为我的写作创造温馨舒适的环境。同为心理学出身的她还为这本书贡献了诸多创意和灵感。本书能顺利完稿，老婆大人和即将诞生的宝宝有一半的功劳。也感谢岳父岳母在我写作的过程中照顾我与太太的起居。本书的插画作者王灵恩是一位天才的工业设计师，感谢他跨界为本书绘制了数十幅精彩有趣的漫画。本书的写作过程受到宁波大学心理学系领导和诸位同事的关心和大力支持，在此致以真诚的感谢。

我掌握的心理学思维方式与知识有赖于两位恩师的悉心教导。在华东师大的七年里，我有幸拜入杨治良、郭秀艳伉俪门下学习心理学知识，这是我人生一个重要的转折。杨老师宽厚谦和，凭着渊博的学识和睿智的思维，每每三言两语的指教即有醍醐灌顶之效。郭老师待我如亲人，学术上给予我最专业的指导，工作上给予完全的信任，生活上给予无微不至的关怀。两位恩师的恩情，弟子终身铭记。

特别感谢本书的编辑林飞翔先生。本书开头的几个篇章本来只是我博客上的帖子，蒙林先生慧眼识中，极力促成此书的出版。过去这大半年来林先生为此书颇费心血，若不是他的督促和鼓励，若由着我这重度拖延症患者的脾气行事，此书可能至今还只是博客上的几篇帖子。

魏知超

2014年4月于宁波大学

本书为教育部人文社科项目（编号 12YJC190030）成果。本书的写作过程受到“浙江省社科联社科普及课题项目（编号13ZD16）”资助。

目录

Contents



Adam 亚当与夏娃的战争 / 1

被误解的进化论 / 2

携带着远古基因的现代人 / 6

“看得见”的基因 / 6



Belle “高富帅”与“白富美” / 9

基因间的军备竞赛 / 10

帅的“贱”逻辑 / 12

女人都爱“富” / 16

屌丝的希望 / 18

花心与男人的择偶偏好 / 20



Consciousness 意识的神奇力量 / 25

笔仙，笔仙，请出仙洞 / 26

笔仙的第一个秘密 / 32

笔仙的第二个秘密 / 33

笔仙的第三个秘密 / 34

笔仙的第四个秘密 / 34

eath 逃避死亡的N种办法 / 36

死亡离我们有多远? / 36

恐怖谷假设 / 38

排斥死亡的本能 / 41

人类特有的恐惧感 / 42

假如你不再恐惧 / 44

ternity 永生不死有可能吗 / 47

人有灵魂吗? / 48

没有人可以感知死亡 / 50

克隆能让你永远活下去吗? / 51

“复活的一天” / 55

ate 命运掌握在你手里吗? / 57

“失控”是件恐怖的事情 / 59

越是内心怯懦，越要张牙舞爪 / 61

打造可以掌控的小世界 / 64

overning 如果命运无法掌控 / 67

回到过去看未来 / 68

宿命论的缓冲效果 / 74

I haunting 人到底能不能见到鬼 / 77

能不能见鬼，与鬼无关 / 78

只需欺骗眼睛就可让灵魂出窍 / 79

次声波与灵异体验 / 81

让你魂游天外的脑刺激 / 82

灵性体验的科学解释 / 84

Illusion 读心有法，命运难测 / 87

为什么笔仙能读出旁观者的心思 / 88

为什么通灵师能通晓你的前世今生 / 96

预测未来及其风险 / 99

Judgment 你还敢相信自己的判断吗？ / 102

渴望发现规律的大脑 / 103

一厢情愿的巧合 / 106

泄露天机的大数法则 / 108


趋势背后不一定有原因 / 110

Karma 在轮盘赌桌上等好运 / 113

下雨的时候没伞，带伞的时候没雨 / 114

天下没有免费的晚餐 / 118

平衡的复仇 / 120

 linkage 万物皆关联，哪怕这只是个错觉 / 122


凡是接近或相似的就必有关联 / 123

人皆有之的巫术思维 / 125

好人用苹果，坏人用PC? / 127

看恐怖片为什么有快感 / 128


无厘头的爱情 / 129

 Manipulation 操控人心的技巧 / 133

用联觉提升感受力 / 134

经典条件反射 / 135


利用对比效应 / 137

 Nothingness 自由意志的幻象 / 141

魔法和科学是一回事 / 142

思维如何被感受劫持 / 145

“你”并不是大脑指令的发出者 / 146

 Opponent 对抗欲望的平衡 / 149

当下与未来总在对抗之中 / 150

心中住着一只野兽的好人 / 154



Positive 正能量太多 / 158

对负能量更敏感是人的天性 / 159

追求幸福的人更容易得抑郁症 / 162

拖延症该怎么治 / 165



Quantum 量子心灵 / 168

“你”就是一个矩阵 / 169

机器也有意识？ / 172

I see Everything / 174



Reality 被蒙蔽的双眼 / 177

是大脑看见，而不是眼睛看见 / 179

隐身术：我们只看得见注意力的中心 / 181

障眼法：我们只看得见此时此地的“当下” / 184

你从未见过真实的世界 / 187



Solitude 双面孤独 / 189

害怕孤独 / 190

渴望孤独 / 194



Taboo 越禁忌，越美好 / 198

爱情动作片的第一重境界 / 199

爱情动作片的第二重境界 / 201

爱情动作片的第三重境界 / 207



Utmost 最强大脑 / 209

智能与功耗的权衡 / 210

大脑“内存”很有限 / 211

我们如何简化世界 / 213

简化的效用 / 218



Vagueness 脑补暧昧 / 220

暧昧引发脑补 / 221

脑补的放大效应 / 223

暧昧的终结就是失望的开始 / 225

梦露的裙摆 / 226



Wonderland 梦游仙境 / 228

Q1: 可以进入别人的梦境吗? / 229

Q2: 梦会泄露我们的秘密吗? / 230

Q3: 你能记得自己的梦境吗? / 233

Q4: 为什么要到梦里植入观念? / 233

Q5: 失去平衡可以让我们从梦中惊醒吗? / 235

Q6: 我们能在梦里健步如飞吗? / 235

Q7: 梦中的时间流逝速度会变慢吗? / 237

Q8: 我们可以控制梦境吗? / 238

Q9: 现实有没有可能是一个梦? / 240



enophobe 他人即地狱 / 242

世上最爱我的人就是我自己 / 243

凡我所想的就必是对的 / 245

凡我所做的就必是对的 / 247



esterday 往事如烟 / 251

重构过去: 你的许多经历可能都是虚假的 / 252

遗忘过去: 难以忘记的身体记忆 / 256

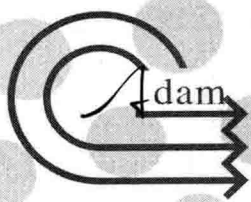


zealot 幸福发烧友 / 262

越安逸, 越不幸福 / 263

让人蛋疼的细节 / 266

“专注”本身就是一种幸福 / 269



亚当与夏娃的战争

两性之间的战斗绝对不是杜撰。尽管有性生殖是生物进化过程的核心，但是她的成功往往意味着他的失败，结果就是一场没完没了的战争以及为了取得胜利而机关算尽的景象。

——奥利维雅·贾德森《性别战争》

导入：性别战争的遗迹

《饺子》里杨千嬅有这样一段台词让我印象非常深刻：“男人20岁的时候喜欢20岁的女人，男人30岁的时候喜欢20岁的女人，男人40岁的时候喜欢20岁的女人，男人50岁的时候还是喜欢20岁的女人。”男人永远只爱年轻女子，可女人的青春总是太短暂，转眼间已年华老去。这句台词道出的是女人永恒的哀怨。而另外这边，男人的哀叹也不遑多让。《来自星星的你》席卷亚洲，片中的都敏俊教授一夜之间俘获了全中国女人的心，而男人们则在抱怨：有钱、多金、长得帅而且还纯情专一，现实世界里有这样的男人吗？

女人要求男人从一而终，而男人的眼睛永远盯着年轻貌美的女子；男人抱怨女人嫌贫爱富，可“高富帅”身边永远不缺美女——这似乎是男女之间永恒的矛盾。这矛盾并非男女之间一时一地的争斗，而是一场已经绵延了数百万年的性别战争的遗迹。

被误解的进化论

要看清男女之间在进化史上的这场性别战争，我们得先来看看“进化”本身是怎么回事。心理学在近二十余年来兴起一门叫“进化心理学”，它认为人的心理机制跟生理结构一样，是“适者生存”的产物。人的心理机制，要么是进化过程中直接有助于我们祖先繁衍的，要么就是进化的副产品。也就是说，达尔文的进化论里用来解释人的生理结构是如何进化的那些道理，用在“心理”的进化上，也完全成立。我们的心理机制，是在漫长的进化历程中被选择出来的。男欢女爱的心理机制自然也是如此。而进化论本身的核心观点是：

只有那些对后代生存率有帮助（有提升）的基因才可能生存下来。

要理解这句话，不妨来看这样一个例子。

有人说，由于现代人越来越仰仗于电脑，所以人类进化的方向是这样的：由于敲键盘越来越多，所以人的手指会越来越长；由于经常盯着电脑屏幕看，所以眼睛会越来越大；由于经常需要处理电脑上大量的数据，所以脑袋也会越来越大。按照这个说法，人类最终会进化成一副E.T.外星人的德性。类似的预测基本上每隔一段时间就会在网上更新一个版本。



人类最终会进化成E.T.的样子吗？

实际上，这种预测跟达尔文的进化论一点关系也没有，它反而像是当年被达尔文进化论取代的“用进废退”理论。用进废退理论是说，某种生物越频繁使用某个器官，那个器官在其后代就越发达（“用进”），而越不去使用的器官就越退化（“废退”）。我到现在都还记得，我上幼儿园时老师就是这么跟我们解释长颈鹿的脖子为什么会那么长的。她说，长颈鹿的祖先脖子本来不是那么长，后来因为环境变了，矮的树叶没有了，只有高的地方还有树叶吃，于是长颈鹿的祖先们就拼命伸长了脖子去吃高的树叶，久而久之，它们的脖子就变得越来越长了。虽然我现在知道这完全是错的，但当年这位老师要向着一群还流淌着鼻涕口水的小屁孩解释进化论，也真是难为她了。

而达尔文的进化论是这么解释长颈鹿进化之谜的。“短脖子鹿”之所以能进化成长颈鹿，只是因为当年短脖子鹿群体中本来就有那么一小撮脖子长一点的“怪胎”（这是随机的基因突变导致的，没什么特定原因让它们变成这样）。这群长脖子怪胎由于能吃到更多高一点的树叶而能生下更多的孩子。而它们的孩子