

普  
华  
文  
化

# 怎样证明你是正常人

## 让人大开眼界的进化心理学

轻松破解让你汗颜的本能、欲望和怪癖  
韩国人气最旺的超好玩心理学

【韩】全忠焕（전충환）著  
千太阳译

人民邮电出版社  
POSTS & TELECOM PRESS

· 心理学与生活 ·

# 怎样证明你是正常人

让人大开眼界的进化心理学

오래된 연장통

【韩】全忠焕 (전중환) 著

千太阳 译

人民邮电出版社

北 京

## 图书在版编目 (CIP) 数据

怎样证明你是正常人：让人大开眼界的进化心理学 /  
(韩) 全忠焕著；千太阳译. —北京：人民邮电出版社，  
2014.8

(心理学与生活)

ISBN 978-7-115-36194-3

I. ①怎… II. ①全… ②千… III. ①心理进化论—  
通俗读物 IV. ①B84-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 135393 号

오래된 연장통 by 전중환 (Jeon Joong Hwan)

Copyright © 2014 by Jeon Joong Hwan

All rights reserved.

Original Korean edition was published by ScienceBooks Publishing Co., Ltd. in 2010.

Chinese translation rights arranged with ScienceBooks Publishing Co., Ltd.

### 内 容 提 要

人们为什么在唱赞歌的时候流眼泪？为什么会对自己虐式的幽默节目拍掌大笑？为什么在和领导面谈之前总是很自觉地整理自己的衣领？为什么要褪毛，而不是像其他哺乳动物那样留着厚厚的“毛外套”？

《怎样证明你是正常人：让人大开眼界的进化心理学》并不是为了解释暴龙的指甲，也不是为了告诉你天才是怎么诞生的，而是立足于达尔文的进化论，结合进化心理学界最新的研究成果和最具前瞻性的假说，从科学的角度透视那些时而枯燥乏味、时而让人紧张激动的日常生活。作为一种非常有用的观察和分析工具，进化心理学能帮助你重新理解人类做出的各种正常、不正常及极端的行为，揭示出让你目瞪口呆的人性的真面目。

如果你不甘平庸，满脑子都是奇思异想，总是喜欢刨根问底，那么，这本书中就有你想知道的答案。

◆ 著 【韩】全忠焕 (전중환)

译 千太阳

责任编辑 姜 珊

执行编辑 郭光森

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>

三河市海波印务有限公司印刷

◆ 开本：880 × 1230 1/32

印张：7

2014年8月第1版

字数：100千字

2014年8月河北第1次印刷

著作权合同登记号 图字：01-2013-6936号

定 价：45.00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

## 题词

谨以此书献给与我共享着进化性利害关系的妻子安  
晓怡和儿子全河俊！

## 推荐序

### 为什么会沉迷于进化心理学

写这本书的全忠焕博士，是韩国最早正式研究进化心理学的学者。当初我还在首尔大学的时候，他在我的研究室中通过对蚂蚁的研究获得了硕士学位，然后发表了《欲望的进化》（*The Evolution of Desire*）、《凶手在隔壁》（*The Murderer Next Door*）、《危险的激情》（*The Dangerous Passion*）等论文。借助这些研究成果，他去了读者们非常熟悉的美国得克萨斯大学心理学教授戴维·巴斯（David Buss）的研究室，在那里获得了博士学位之后回到了韩国。巴斯教授虽然与我同岁，但是当我还在哈佛大学学习博士课程的时候，他已经是那里的心理学助教了。1985年，巴斯教授去了密歇根大学心理学系。过了几年，我也结束了博士课程，成为了密歇根大学的生物学教授。我们在这里再次相遇。然后又在差不多同一个时期，他去了得克萨斯大学的心理学系。而我则回到了韩国，在首尔大学的生

怎样证明你是正常人

物学系工作。巴斯教授与这本书中介绍的勒达·科斯基德斯（Leda Cosmides）、约翰·托比（John Tooby）、史蒂芬·平克（Steven Pinker）等研究者们，都是开辟了进化心理学这门新的心理学分支学科的著名代表。而通过全忠焕博士，巴斯教授和我的缘分有了一个更坚固的基点。

回顾过去的 20 多年，韩国的确有很多人想学进化心理学，而且这是随着时代的变化而出现的现象。1990 年下半年，我从美国回到韩国，在首尔大学安定下来。当时有很多学生来找我，说自己要研究蚂蚁或者蜜蜂等社会性昆虫，也有学生说想要研究海豚。全忠焕博士就是这些学生当中的一个，虽然与蚂蚁等社会性昆虫相比，他更关心人类的心理进化。

尽管在很长的一段时间里，无论在韩国哪个大学的心理学专业，都没有教授研究进化心理学，但这门学问却在诸多学生和普通人心里扎下了根。浏览一下本书的小标题，我们大体上就能知道，为什么那么多人都对进化心理学如此痴迷。通过学习进化心理学，我们能够获得一种全新的视角，以此更透彻地观察和认识每天都在发生的事情，并且对自己的行为进行反思。因此，进化心理学其实一直在我们身边。

进化心理学的另一个魅力是，这门学问本身就属于科学的范畴。进化心理学是以达尔文的进化论为基础，通过认知科学、大脑科学、电脑科学等尖端科学的帮助而进行研究的统摄型科学。那些所谓的神明事先已经做好了准备，或者那些所谓的世

界本来就是如此的模糊不清的解释会把我们所有思考的种子全部抢走。但是由于在伊甸园中贪吃了智慧的果实而被驱逐出去的我们，不可能就这么接受世界上所有的事情，所以会不停地对此提出疑问并且想要找出这些疑问的答案。病菌和红色恶魔之间到底存在着怎样的关系？人类真的是为了变得更性感才褪掉体毛的吗？人类是不是也有发情期？包括这些问题在内的很多问题都是本书要探索并尝试解决的。

进化心理学将我们生活中会遇到的所有问题都当成研究对象。这样一来，这门学问最终还是回到“人类到底是什么”这种最为根本的问题上。我认为，进化心理学不应该只是心理学中很小的一个范畴。就像科斯基德斯预测的那样，总有一天，进化心理学会成为真正的心理学。其实，在心理学中，有相当一部分内容是以自然科学的形态出现的，而这部分内容进一步向前发展就是进化心理学。2003年，在某个纪念DNA双螺旋结构被科学家们发现50周年的演讲中，美国著名分子生物学家詹姆斯·沃森（James Watson）发表了生物学和心理学将于21世纪相遇的预言。他还曾一度认为我们的命运和天上的行星有关，但是时至今日，我们却认为这与我们体内的DNA有关。我们所做的所有研究，都是为了寻找人类的本性和存在的意义。所以很难怀疑在不太遥远的未来，进化心理学必定会站在心理学正中央的推论。

进化心理学并非像发展心理学或者积极心理学那样，是很

怎样证明你是正常人

自然地心理学领域中长出来的一个分支，而是由那些社会生物学家、进化人类学家、认知科学家和心理学家们聚集在一起，对人类本性进行分析的过程中诞生的一门跨学科的学问。我也希望自己能跟上这种学问的主要发展动向，于是在1990年的后半，我与巴斯教授共同进行了一项研究，并将两篇论文发表在国际学术杂志《人际关系》(*Personal Relationships*)上。

2009年，马果·威尔逊(Margo Wilson)非常遗憾地离开了我们。在她生前，每次遇到她和她的丈夫以及一生的同僚马丁·达利(Martin Daly)的时候，他们都会提起西方对于杀人的生物学分析和研究已经进行了很长的时间，可是在东方连可以参考的资料都没有。受到这样的打击之后，我通过对18世纪、19世纪和20世纪发生在韩国的杀人事件的分析研究，于2003年出版了名为《关于杀人的进化心理学》的书籍。通过这一系列努力，我成为了进化心理学界中最具代表性的学术杂志《进化心理学》(*Evolutionary Psychology*)的编辑委员。

全忠焕博士回国之后，在梨花女子大学担任行为生态学研究室的研究人员。2009年，他成为了庆熙大学的教授，开始培养继承人。虽然进行这方面研究的环境并不是那么完善，但是有关进化心理学的资料还是能以最快的速度被翻译出来。很多时候，由于专家们没有考虑到一般读者的阅读习惯，没有用通俗易懂的语言深入浅出地介绍进化心理学，所以专家和读者之间很难沟通的现象经常发生，但是全忠焕博士成功地避免了这



种情况。这主要是因为他的书本身就有很大的吸引力，无论是10岁以上的青少年还是年迈的老人，都能对他选取的素材产生共鸣。从卢洪哲和韩艺瑟的角度出发，他的讲述一下就达到了“只要笑就会有福气降临”的效果。将很难理解的内容讲解得非常有趣，这并不是是一件简单的事情。在这方面，全忠焕博士具备其他学者所欠缺的天赋。而且据我所知，网络上有一大批一直在追捧他的书的热情粉丝。相信正在阅读这本书的读者们也会被他的文字所吸引。

梨花女子大学教授 崔在天

## 自序

### 达尔文的透镜

我为了研究蚂蚁，到冠岳山采集了爪哇厚结猛蚁（*pachycondyla javana*），然后拿到研究室中，研究家族内有血缘关系的蚂蚁之间相互撕咬殴打的行为，最后凭借这项研究获得了行为生态学的硕士学位。之后为了获得博士学位，我在2000年的时候给位于不同地方的6所美国大学投递了申请书。其中有三处和心理学有关，有两处和人类学有关，还有一处和生物学有关。可以说，我是一个在各个不同领域自由穿行的人，是一个能将所有学问都统一起来的研究者。事实上，研究进化心理学的教授们，除了致力于心理学之外，还有很多人研究人类学、生物学等科学，所以，我只是按照他们的方式进行研究而已。

非常幸运的是，得克萨斯大学奥斯汀分校戴维·巴斯研究室的心理学教授巴斯先生邀请了我，所以才有机会去得克萨斯留学。

听到我要留学的消息，同期同窗和前后辈们都说要给我开

## 怎样证明你是正常人

一个欢送会。可是当他们知道我要去学心理学之后，都表示难以理解——那种认为我的选择很荒唐的眼神直到现在还历历在目。大家都问我：“那么，你是以本科生的身份入学吗？”当我回答说我要学的是心理学专业的博士课程的时候，他们担心地说道：“了不起啊，但是突然换了专业，毕业之后会很难找工作的。”由于进化心理学本来就是一门非常新的学问，所以回到韩国之后一定很难找到工作，对此我在一定程度上同意他们的看法，但是我对于他们所说的转换专业并不认同。我认为我没有换过专业，一次也没有。达尔文的进化论简单明了地解释了地球上存在的所有生命。我在研究完爪哇厚结猛蚁之后，一直在研究人类。进化心理学是生物学领域中的一个分支，所以我既是进化心理学者，也是一名进化生物学者。

那么，进化的理论是否真的能够很好地说明心理和行为？与那些被本能支配的动物不同，人类是以理性为基础进行文化创造和传承的。这一度被人们认为是一个常识。但是，在达尔文所写的《物种起源》出版 150 年之后，这样的“常识”却被推翻了。

建立于进化生物学之上的达尔文革命不仅对人文科学和社会科学产生了巨大的影响，还给艺术、文学、法律、宗教、经济、道德等人类所有的知识体系笼罩了一层新的光芒。2009 年初，为了纪念达尔文诞生 200 周年和《物种起源》出版 150 周年，世界性的学术杂志《自然》(Nature) 准备了有关进化生物

学的特刊。这期杂志将那些介绍了人类本性并通过进化的方式进行说明的最新研究，按照不同的比例进行了编排。其中的文章包括《是什么让我们进行选择》、《我们为什么会相信》、《对艺术遗传因子的辩论》、《罗曼蒂克的科学：我们为什么会相爱》等，光看题目，我们也能对里面的内容有一个大概的了解。所以《时代周刊》（*The Time*）、《经济学人》（*The Economist*）、《新闻周刊》（*Newsweek*）、《纽约时报》（*The New York Times*）等西方优秀的大众媒体，都争先恐后地以特别新闻的形式把这些从进化学的角度进行的研究报道出来。史迪芬·平克、理查德·道金斯（Richard Dawkins）、麦特·瑞德里（Matt Ridley）、丹尼尔·丹尼特（Daniel Dennett）等学者对人类行为进行的分析，就是建立在进化论的理论之上。他们运用简明扼要的语言解释这门科学的书籍，受到了西方读者的广泛关注。而在过去，进化心理学一直被认为与科学无关。

这股关于进化心理学的热潮还蔓延到了韩国。很多关于进化生物学或者进化心理学的书籍都已被翻译成韩语，读者很容易在书店买到。巴斯教授为心理学本科生们写的《进化心理学》（*Evolutionary Psychology*）教科书甚至也被翻译成了韩语。《教授新闻》曾报道：“时至今日，人们对于社会生物学和进化心理学的热情空前高涨。各种网站、博客、电视频道和新闻，几乎每天都会对这方面的内容进行报道，比如人们可以从进化心理学或者社会生物学的观点出发，对男性和女性的行为进行

说明，对此很多人都表示惊叹。”应该说，各种各样的报道扩大了进化心理学在学界和社会范围内的影响力。

但是在国内学术界非常缺乏进化心理学方面的专家的实际情况下，普通读者即使对人类心理进化的研究感兴趣，也很难找到能够正确引导这种好奇心并且能系统地对其进行指导的人，这确实是一件非常困难的事情。如洪水般席卷而来的有关进化学的大众书籍，几乎都是翻译版本，所以读者很难从中找到真正的好书。虽然我们可以在网络上搜索有关进化心理学方面的内容，但上面的很多信息都是不正确的。在国内，我遇到的很多心理学系的学生们经常会这样说：“当我向我们的教授询问有关进化心理学的问题时，总是看到教授一脸错愕。当时我也感到很震惊，看来进化心理学很难享受到心理学的待遇，是吗？”而生物学系的学生们则对我说出了这样的话：“虽然我对人类的行为有很大的好奇心，可是我们系的教授却说在生物学的学习中，为什么要研究人类的行为和心理。教授还用一种非常奇怪的眼神看着我。”

有鉴于上述情况，这本书就是为了将进化学融入到我们的日常生活中而进行的努力。它并不是为了解释暴龙的指甲，或者打击宣称创造科学的伪科学时使用的那种不合时宜的概念。进化是从科学的角度解释那些时而枯燥、时而让人紧张激动的琐碎的日常生活有用工具。这本书会告诉我们，我们为什么会刘在石自虐式的幽默拍掌大笑，为什么会为了不让电视剧

中的主人公死去而在电视台的公告板上糊墙纸，为什么在和领导进行面谈之前总是很自觉地整理自己的衣领，为什么在咖啡馆喝咖啡的时候喜欢找一个有窗户的角落坐下，为什么会在唱赞歌的时候流泪。诸如此类的问题，我们都能在这本书中找到答案。

所以，这并不是一本研究进化心理学的基本概念，或者整理其主要研究成果的入门书籍。在这本书里，我将幽默、消费、道德、音乐、宗教、艺术、文化、文学等看起来与进化理论毫不相干的各种元素放在进化的透镜下进行观察，结果发现了很多让我自己都难以置信的事情，而这本书就是对这些事情的大略速写。如果需要购买厚重的入门书籍，那么您还是放下这本书吧。如果让我推荐的话，您可以购买史迪芬·平克的《心智探奇》（*How the Mind Works*）、罗伯特·赖特（Robert Wright）的《道德动物》（*The Moral Animal*）、艾伦·米勒（Alan Miller）和金泽哲（Satoshi Kanazawa）合著的《生猛的进化心理学》（*Why Beautiful People Have More Daughters*）等书籍。

进化心理学家证实，人类的心理并不是那种超越性的灵魂或者理性地驱使我们世俗身体的介质，也不是那种外形能够无限制地依照外界的社会结构或者文化的变化而被揉捏和塑造的黏土。追求那种高层次的非物质性精神世界，期待着华丽场景出现的人们可能会对此失望，但是要明白，人类的心理就像装满了锯、锥子、锤子、钳子等工具的非常久远的工具箱。我们

为什么会来到这个世界上？人生的意义是什么？神（如果有的话）是一种怎样的存在？人类的心理并没有被设计得非常善于解决这些深奥且抽象的问题。我们该选择什么样的配偶？该如何躲避暴风雨？如何逃脱肉食动物的威胁？对于这些具体且现实的问题，人类的祖先经过数百万年的进化过程，已经找到并留给了我们很多解决方法，所以我们的心理适合解决这类问题。

锯可以切断木板，锤子能够打洞——就像这些能够完成特殊工作的工具一样，人类的心理也装满了各种各样的能够解决适应性问题的特殊的心理“工具”。到了现代，虽然有了电锯以及可以变换角度的锯，但是在人类心理的工具箱中，那些比较尖端的现代工具并没有被包含在内，因为这是一个只有锯、锤子、锥子等传统工具的非常久远的工具箱。所以时至今日，这个工具箱偶尔也会发生一些问题。

我曾在亚太理论物理中心（APCTP）发行的杂志《十字路口》（*Crossroads*）上以“达尔文的透镜”为主题开了一个连载的专栏，这本书就是以这个专栏为基础编写而成的。感谢亚太理论物理中心的郑材胜教授、李权宇教授、姜洋邱教授在那么长的时间里一直连载我的文章。我在梨花女子大学担任研究员的时候，安善英老师、金荣震老师和张理权教授对我关怀备至，在此表示感谢。我还要感谢 moonji 网站的周一宇室长、韩国庆北大学的崔正奎教授、同德女子大学的张大益教授对进化心理学的热忱关怀。此外，我还要特别感谢把社会生物学引进韩国

的李炳勋教授，感谢您对我不间断的鼓励和支持。当完成了进化心理学的学业，准备回国的时候，我非常担心是否能在国内找到工作。但是庆熙大学的同僚和教授们，让我非常幸运地免除了对这个问题的担忧，再次感谢你们对我的关心和照顾。我也要感谢为了编辑这本书而日夜操劳的 SCIENCE BOOKS 编辑部的各位工作人员，在此向你们致以最真挚的谢意。

当然，我最需要感谢的是把我培养成进化心理学者的两位恩师。当我去找正在梨花女子大学任教的崔在天教授，告诉我我想要研究人类生物学的时候，他并没有忽略我这个大三的本科生，而是非常认真地教我，不断地激励我。在学习硕士课程的时候，他不断地教育我要抓住机会，打下坚实的进化生物学基础。与其他从心理学出发学习进化心理学的同僚们相比，我接触到了更广泛的知识领域，练就了用更宽广的视角看待问题的能力。而这一切都与崔在天教授的悉心教导有着不可分割的关系。巴斯教授是进化心理学这个新领域的创建者之一，能够师从他学习进化心理学，是我的荣幸，所以一定要向他表示深深的感谢。如果能有更多的人通过本书对进化心理学产生兴趣，相信巴斯教授也会非常开心。

全忠焕



# 目 录

## 第一章 我们都是进化的产物

/ 1

举个例子吧，因为人类无法分解植物细胞壁中的纤维素，所以不管肚子有多饿，我们看到硬硬的树桩都不会产生什么反应，而这就是自然选择的过程设计出来的结果。看到树皮之后嘴里不停流口水，然后开始吃树皮的人是无法成为我们的祖先的。事实上，地球上也有看到树桩之后会流口水的物种，比如能够分解纤维素的白蚁，它们一生都生活在腐烂的树木中，依靠吃树皮生存。

## 第二章 为什么男人更喜欢冒险

/ 17

在找工作的时候，公司是否位于环境污染非常严重的城市，几乎不会对男性有任何影响，但是却会对女性产生非常负面的影响。对金融进行投资的时候，女性更喜欢选择分红利率较低但很安全的产品，而男性则会选择危险性较高但是分红利率也很高的产品。与女性相比，男性在健康方面的意识很差。在家里，男人会随意把袜子脱掉；如果看不到自己的牙刷，他们甚至会随手拿起别人的牙刷刷牙。