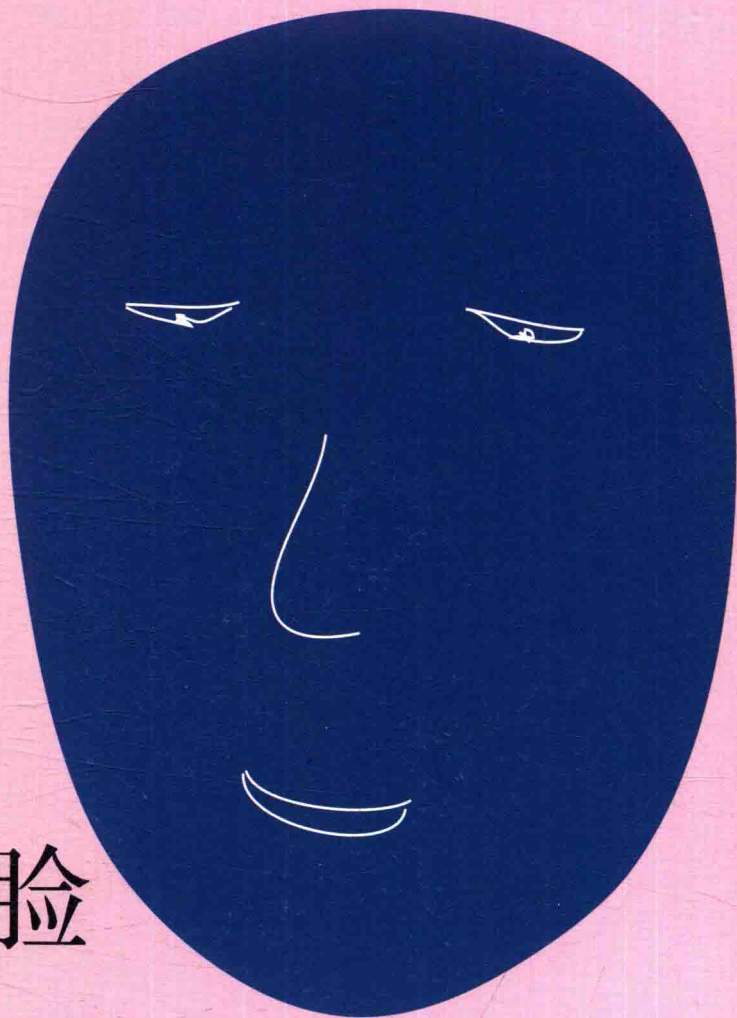




看——脸

华 沙 —— 著

“看脸”的世界，我们到底在看什么

知乎神经科学、心理学大神华沙开启全新看脸思维的必读书

前沿社会心理学研究成果，心理学博士科学解读人类拼颜值、外貌控背后的秘密
掌握外形优化的根本技巧，让你看上去更有吸引力

看——脸

“看脸”的世界，我们到底在看什么

华 沙——著



湖南文艺出版社
HUNAN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE



博集天卷
CS-BOOKY

图书在版编目(CIP)数据

看脸 / 华沙著. — 长沙: 湖南文艺出版社, 2016.10

ISBN 978-7-5404-7796-7

I. ①看… II. ①华… III. ①心理学-通俗读物 IV. ①B84-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第226338号

©中南博集天卷文化传媒有限公司。本书版权受法律保护。未经权利人许可, 任何人不得以任何方式使用本书包括正文、插图、封面、版式等任何部分内容, 违者将受到法律制裁。

上架建议: 心理学·通俗读物

KAN LIAN

看脸

作者: 华沙

出版人: 曾赛丰

责任编辑: 薛健 刘诗哲

监制: 毛国峰 李娜

特约策划: 钟慧峥 张园园

特约编辑: 马玉瑾

营销编辑: 贾竹婷 雷清清

装帧设计: 仙境

出版发行: 湖南文艺出版社

(长沙市雨花区东二环一段508号 邮编: 410014)

网 址: www.hnwy.net

印刷: 北京盛通印刷股份有限公司

经销: 新华书店

开 本: 700mm × 995mm 1/16

字 数: 196千字

印 张: 19

版 次: 2016年10月第1版

印 次: 2016年10月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5404-7796-7

定 价: 45.00元

质量监督电话: 010-59096394

团购电话: 010-59320018

前言

这是一本关于面孔的书，关于心理学家、神经科学家探索人类识别、了解面孔的书。虽然说只是“看脸”，但背后的原理并不像书名一般简单粗暴，以至于我要花如此篇幅介绍两个看似简单的问题。在本书内，我尽我最大能力为大家做好两件事情：第一是展示一些研究面孔中已发现的现象；第二就是阐明在这些现象背后科学家已知的原理。

我也和你们一样，对我们身处的这个“看脸的世界”感到好奇。作为一位研究大脑对面孔认知的科研工作者，我既兴奋又紧张：兴奋于可以站在巨人肩膀之上俯瞰科学成果；紧张于我深刻理解前人研究的艰辛和犀利，知道推进对于大脑的理解是有多么困难。不过科研是美丽的，在穿过光荣的荆棘路之后，风景和感受都让人舒畅。在此，让我们稍稍略过科研的困难部分，放眼于科研的美丽，一起享受和了解关于面孔的科研成果。

这本书的结构不复杂，内容都是以章节形式排布开，你很容易找到自己感兴趣的内容。具体章节内，我会一一解释大问题下的几个小问题。在一些小问题上，实际的结论都需要至少上百篇研究作为理论支持，而这几百篇论文可能合在一起还没有把问题解释

清楚，仍待我们继续探索。这就是科研的魅力，在未知海域寻找宝藏。希望我在每一小节的叙述能让你一览科学所发现的瑰丽宝藏，至少也能丰富你的生活。

第一章大致描述了面孔到底能够传达什么信息，这是一切的开始。在第二章我大致介绍了我们面孔的构成和生理学意义上的特征，假如没有灵巧的面孔，我们又怎能传情达意？第三章是关于其他动物对于面孔的认知，在这颗星球上，我们并不是唯一读懂面孔的幸运儿，不少可爱的动物会和我们一样依靠面孔生存。第四章可能难度比较大，大体介绍了大脑怎么处理接收到的面孔信息。第五章介绍了我们如何识别别人的身份，倘若不能依靠面容分辨朋友和陌生人，生活会挺麻烦。

后面的几章算是我个人的科研“主场”，都是我兴趣所在。一开始吸引我进入面孔研究的是表情识别——每一位学习心理学的学生都会经历“想要学会读心术”的过程，我也不例外。不过事实上，对于表情的阅读，大脑费尽了心思，这会在第六章具体为大家阐述。反正“读心术”我没有学会，却意外地进入了科研的世界。后来，吸引我的是面孔的各种社会特征——美丽的面孔之所以让我们倾心，不只是因为一些数学和结构上的美丽，还在于其背后的生理学意义，以上会在第七章向你介绍。

在书的最后，我还写了一篇个人意义很强的结语，并附上了所有引用文献。希望每一位读者能带着问题来，拿着知识去。我研究资历尚浅，难免有所纰漏，望大家不吝赐教！

现在，我们一起来探索一下这个看脸的世界吧！

目录

Contents

1

Chapter

我们阅读面孔的时候，到底在看什么？

通过面孔，我们能察觉什么？ / 004

面孔是最为特殊的信息 / 009

我们会分辨不了面孔吗？ / 012

面孔真的挺特别 / 017

2

Chapter

看脸的“历史”

感觉器官的聚集之处？ / 022

鼻子和耳朵有什么特别之处？ / 024

灵巧的嘴 / 025

“科技”改变了面孔 / 028

灵活的面孔 / 030

眉目真能传情 / 034

这就是面孔 / 038

3

Chapter

动物“行星”

人类的亲戚，灵长类动物们 / 043

人类最好的朋友 / 051

猫咪能够看懂脸吗？ / 060

绵羊也盯着你的脸 / 068

小小的总结 / 075

4

Chapter

大脑“眼中”的面孔

大脑为了面孔“尽力了” / 079

识别面孔的神经模型 / 084

整体还是局部 / 090

倒置的面孔，不只是倒过来 / 095

奇奇怪怪的照片，道出了面孔识别的特点 / 100

“撒切尔效应” / 104

模糊中都能判断清楚 / 108

露出多少能被看清楚？ / 116

大脑尽力了 / 120

5

Chapter

面孔与身份：“你是谁？”

外国人的面孔真难辨认！ / 126

利用面孔“地图”来“计算”面孔 / 129

为什么漫画很好辨认？ / 136

不管笑还是哭，你还是你 / 138

身份识别就是对比图片吗？ / 143

身份识别要“动”脑 / 146

“前女友细胞” / 158

别人眼中的你 / 168

6

Chapter

诉说“情绪”的面孔

表情为什么可以传递情绪？ / 176

包含表情的面孔在我们心中是什么样？ / 181

大脑是怎么加工表情情绪的？ / 187

“面无表情”也会有情绪吗？ / 195

表情是跨文化通用的吗？ / 198

识别一个人和一群人的表情 / 210

为什么母亲见到孩子就会唠叨？ / 216

7 这是一个什么样的人

Chapter

面孔的美丽可以被研究吗？ / 230

吸引力有衡量标准吗？ / 232

对称与面孔的美丽 / 236

平均的面孔更美丽？ / 240

他和她的面孔 / 244

不同的环境，不同的选择 / 251

家中的“故事” / 258

“我该怎么做，能够更好看？” / 260

靠谱还是不靠谱 / 264

他好欺负吗？ / 269

这并不是终点 / 273

参考文献 / 275

结语 / 291

1

Chapter

我们阅读面孔的时候， 到底在看什么？

阅读面孔这项看似与生俱来的能力也许对你来说从来不是个值得思考的“问题”，可它却吸引了越来越多的科学家挖掘其背后的奥秘。是什么吸引了他们呢？

每个人都能够判读他人的面孔，都是“面孔专家”：你可以轻松分辨身边坐着的这位是不是你的恋人，只要专心，你也能够推定他（她）的心情是好是坏；你可以毫不费力地“寻找到”貌美的异性并且盯着看，你也可以在“探测”到对方目光之后别开眼睛“装作看风景”；你可以通过面孔替朋友挑选“最好看”的相亲对象，你也能轻松地在打车软件上推荐“最靠谱”的司机。这一切在生活中随时随地都可能发生，你注意到自己如此“厉害”的分析能力了吗？

阅读面孔这项看似与生俱来的能力也许对你来说从来不是个值得思考的“问题”，可它却吸引了越来越多的科学家挖掘其背后的奥秘。计算机（比如机器学习以及计算机视觉）科学、认知神经科学、神经科学、发展心理学、社会心理学，甚至行为经济学的学者们正乌泱乌泱地拥进“面孔”研究。是什么吸引了他们呢？

阅读面孔可以说是人类不需要学习却发展最充分的一种能力，从社会交往及人类进化角度来说，它也是一项至关重要的能力，更是深入涉及大脑活动的一种行为。通过研究面孔，计算机科学家可

以提升机器学习的效率；认知神经科学家可以理解视觉、认知以及人际交往的处理方法和秘密；神经科学家可以探索大脑对于复杂、多层次信息的特别处理方式以及大脑的构成；发展心理学家可以了解儿童的社会化以及智力的“成熟”过程；社会心理学家可以寻找人际交往和第一印象的暗中联系；而经济学的学者甚至能从中搞清楚复杂的经济模型。

对于科学家而言，阅读面孔是一个宝藏。那么，我们普通人也有了解它的必要吗？常言道“察言观色”，正是在告诉我们读懂别人的面孔挺重要的。尽管我们并不是科学家，也不需要和他们一样在实验室研究面孔，但并不妨碍我们通过他们的发现去理解面孔，了解我们每个人都拥有的“专家级”社交能力。所谓“知己知彼，百战不殆”，就让我们一起看看对于面孔我们到底了解多少吧。

雷蒙德·卡佛在他的小说集《当我们谈论爱情时我们在谈论什么》里通过速写一般的短篇小说表达了他对爱的理解。在这里，我也想借用这个标题的句式，谈一谈我们看到一张面孔时，我们到底看到了些什么。

通过面孔，我们能察觉什么？

无论是嘈杂的地铁站台上，拥挤的餐厅内，还是人潮翻涌的商场里，无时无刻不在发生着一件事情，那就是寻找一个人：第一次约会需要在站台寻找到对方，要是找不到就会把姑娘气走；室友在食堂给你占了座，要是找不到室友的面孔只能站着吃；去幼儿园接自己的孩子，你也得从一群小朋友里面准确找到你的宝贝，不然你可能就要被扭送到有关部门。判断“看到的面孔属于谁”，对大多数人来说不费吹灰之力。甚至你可能从来没有意识到这还能成为一个问题。

然而，当你没法识别出重要的人的面孔时，问题就来了。希腊悲剧中的俄狄浦斯，在听闻预言自己将杀死父亲的阿波罗神谕后，为了保护养父母的安危，离开了熟悉的城市。然而在他流浪到底比斯城的时候却误杀了自己的亲生父亲，亲自践行了自己的厄运。要是俄狄浦斯在神谕里能提前知晓亲生父亲的相貌，这一场悲剧没准儿就可以避免。谁让俄狄浦斯没有识别出他的相貌呢？

判断出迎面走来的人是谁，仅仅是阅读面孔的开始。随着“他

是谁”的信息在你脑中出现，随之出现的不只是他的名字，还有你对他的记忆。葛优是国内最顶尖的喜剧演员之一，许多年前，早已以笑星身份成名的葛优饰演了一部历史正剧中的角色，虽然角色很严肃，然而观众一看到他，还是不自觉地笑了起来。他在剧中越严肃，大家笑得越开心。观众一旦在内心判断出“这个角色由葛优饰演”，他们就会回忆起有关葛优这位优秀喜剧演员的喜剧演出片段。尽管观众们并没有在生活中接触过他，但仅凭之前的观影经验，观众们就能知道他是个幽默、有趣、能轻松令观众捧腹大笑的人。正是这些有关情绪的记忆让我们“无视”他对这个严肃角色的精彩演绎，依旧选择捧腹大笑。我们对于他人的记忆、情绪，甚至遥远的故事，都会在认出他的那一瞬间迸发。

我们不光可以轻松辨别“他是谁”，我们还能同时辨认出“他有什么意图”。小时候，一旦考试成绩公布，相信很多人都会听到父母说：“你这次考得不错啊！”然而，你的父母是真的在夸奖你吗？只要瞥一眼他们的表情，你就知道接下来即将面对的是好吃好喝，还是铺天盖地的批评。

就像我们拥有能够迅速判断身份的能力一样，我们也拥有迅速判断他人情绪的能力。当我们看到“害怕”表情的时候，我们的大脑会自动分析和理解这张面孔所传递的信息，甚至会把更多的注意力投放在这样的面孔之上。就如Rose（露丝）和Jack（杰克）在泰坦尼克号上注定相爱一般，对面孔所传递出的不同情绪进行判断对你来说可谓“无法抗拒”。

面孔能传递信息的丰富程度远超我们的想象：通过一瞥，任何

人都能判断对方是谁、脸上是什么表情、在看哪里、适不适合交往等等。那么我们到底可以从一张脸上得到什么信息呢？

身份和表情是面孔传递出的最为基本的信息。我们首先可以确定对方是认识的人还是陌生人。举一个小例子：我相信你绝对不会把对女朋友说过的情话一模一样、一个语气地说给传达室的大爷。针对不同的人，我们不自觉地运用不同的方式来交流。

表情情绪可以透露出对方对某件事情的态度。班主任板着面孔训人的时候，你肯定不敢开小差。然而，当我们眼前出现一张充满支配力的、健壮男性的面孔，你的大脑可能就会运转起来，通过他的表情来判断他是善是恶：如果他正带着温和笑容凝视远方海鸟的话，我们不会感觉到害怕；但是如果他带着狞笑看着我们，就算你胆子大，相信也会感觉到一丝寒意。

面孔与眼神朝向在社交中也很重要，通过分析它们，我们可以判断对方到底在注意着什么东西。在夹娃娃机面前，如果你不能准确判断女朋友盯着哪个娃娃，你怎么去赢得她的芳心呢？不少动物因为没有办法识别其他动物的眼神，所以难以实现“跨物种”交流；同样，对于部分人类，由于发展缺陷（比如自闭症光谱）导致眼神的交流理解困难，不只会让他们无法融入社会，甚至会让他们没法学习。倘若眼神不再重要，凡·高的自画像也许就不再摄人心魄。

除了眼神，唇语阅读也是一个关键的面孔识别“任务”。虽然大多数人并不是唇语专家，但在不经意间，我们经常需要用到它。我也不是唇语专家，然而在一次看电影的时候，音画不同步让我感

觉浑身不对劲。后来我才知道，正因为唇语阅读在暗中进行，所以它和画面的时间差让我不自觉地感受到了一种不自然。在生活中，唇语阅读也有作用：在吵闹的宴会上，如果你听不清楚其他人的话，只要能注意到对方的唇语，你依然可以主动集中精力和对方好好聊天。

当然面孔的认识不止这几项，对方的性别、大体年龄、肤色、对称性以及许许多多的第一印象也在此范畴内。第一印象包括了人的吸引力程度、可信赖程度、支配力、健康程度等等。各种层次的第一印象主宰了我们的感受，也决定了我们交流的方向。前几年有一个社会新闻，尽管事情令人啼笑皆非，我们却能管中窥豹，了解面孔吸引人的程度有多高：一起车祸中车子被撞的那位司机怒气滔天，想要找肇事司机理论，然而当他发现肇事司机是一位美貌的姑娘时，他不但不要赔偿，还替她说话，“谁让她好看呢”。倘若这位肇事司机长相一般，整件事可能就是另一番景象了。这样的例子比比皆是，对于社会特征判断潜移默化地影响着我们的。

在某种程度上，明星代言的广告都利用了我们心中对于这些明星的记忆：时尚服装会由最符合品牌特性的明星代言；化妆品广告大多由美貌、有气质的女星展示；运动服装应该是体育明星的代言主场；商业以及金融的广告则往往会选择中年沉稳的表演大师代言。美貌、可信赖程度、男性化或女性化的程度也会在面孔识别中成为我们考量对象的标准。虽然它们不如身份或者记忆那么显著，但是这些关乎社会性的特征（social traits）常常会在暗中发力，有时还会干扰到我们的判断：在法庭上，被告的美貌竟然与最终量刑轻

重有关，被告越美，量刑会越轻。看来美貌不光能让一个人赢得恋人的青睐，还能让他获得社会的“谅解”。

短短一瞥，海量的“运算”就在你内心展开，各方面的判断都会左右你的决定。我们可以从面孔中得到这么多信息，它本身就是最为特殊的信息。