

“一本心理学界最好的著作之一，它将成为这个领域的经典！”

——前美国心理协会主席 罗伯特·斯腾伯格

Intuition: Its Powers and Perils

直觉

你所不知的潜力与危害

[美] 戴维·迈尔斯 (David G. Myers) 著

章崇会 译

为什么女人的直觉比男人更敏锐、更准确？

为什么不常买彩票的人容易中奖，不经常赌博的人容易赢？

为什么当你正在想一个人的时候，这个人就打电话来了？



中国人民大学出版社
China Renmin University Press

直觉

你所不知的潜力与危害

Intuition: Its Powers and Perils

[美] 戴维·迈尔斯 (David G. Myers) 著

章崇会 译



中国人民大学出版社
China Renmin University Press

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

直觉：你所不知的潜力与危害/（美）迈尔斯著；章崇会译.

北京：中国人民大学出版社，2008

ISBN 978-7-300-08672-9

I. 直…

II. ①迈…②章…

III. 直觉-研究

IV. B017

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 164181 号

直觉：你所不知的潜力与危害

[美] 戴维·迈尔斯 著

章崇会 译

出版发行	中国人民大学出版社		
社 址	北京中关村大街 31 号	邮政编码	100080
电 话	010-62511242 (总编室)		010-62511398 (质管部)
	010-82501766 (邮购部)		010-62514148 (门市部)
	010-62515195 (发行公司)		010-62515275 (盗版举报)
网 址	http://www.crup.com.cn		
	http://www.ttrnet.com (人大教研网)		
经 销	新华书店		
印 刷	北京京北制版印刷厂		
规 格	160 mm × 230 mm 16 开本	版 次	2008 年 9 月第 1 版
印 张	14.5 插页 2	印 次	2008 年 9 月第 1 次印刷
字 数	199 000	定 价	39.80 元

版权所有 侵权必究

印装差错 负责调换

自由女神和理性火炬

解决问题的办法有两种：一种是，查阅海量资料，集思广益、聚精会神，怀着夸父逐日般的决心，愚公移山的精神，苦思冥想，不达目的死不罢休，用这种方法到最后还不一定能迎来枯木的春天；另一种办法是，睡觉做梦、游玩散步，甚至抽烟、饮酒、喝咖啡，神奇地等来了“直觉”，然后豁然开朗，出现了柳暗花明的奇迹。

这就是现在大多数人对“直觉”的认识。

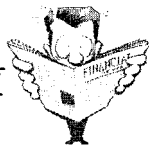
其实人们对直觉存在很多误解，它远不是“闪现在脑中的灵感”这么简单。我们的思维和行动受深层直觉思维的引导，充分体现了它细致入微、难以描述的力量。经过科学家们数十年的实验和研究，终于有一位很有建树的心理学界权威——迈尔斯，在前人研究的基础上，真正让我们了解了这个让人类“藐视”理性的神秘力量。我们恍然大悟，直觉思维虽然快速有效，但是也经常犯错，这个瞬间的“心灵光亮”既能引领我们发现惊奇的事件，也能误导我们进入危险的境地。

这本书绝非迎合猎奇心理的娱乐书籍。它虽然是心理学书籍，但是引用了很多通俗易懂的事例便于读者理解，并且整本书结构清晰，以科学的态度，客观地把“直觉”这一神秘莫测的事物解释地非常透彻。我们相信，阅读任何有思想性、科学性、艺术性的书，都要伴随着思考、回味、琢磨的过程，因此，建议读者不要因看到“信念固着”、“双重态度系统”、“内隐记忆”等专业术语就杯弓蛇影。如果您直觉地认为这本书虽然很有价值，但是感到有些深奥，请将自

由浮躁的心冷静下来，因为直觉也会错得离谱，因为挖掘真理的过程并不像睡觉做梦那么简单，因为我们的瞬间欲念，并不一定符合客观世界的真相。

正如作者在书中所说，“精明的人知道运用我们的直觉智慧，但也知道用理性的批判性思维来限制它……自由女神举起理性的火炬，表明我们应该理性地享受自由。”

一切为了您的阅读价值



常常阅读我们图书的读者一定都记忆犹新，2008 年前出版的图书中，都放置了一篇题为“一切为了您的阅读体验”的文章，文中所谈，如今都得到了读者的广泛认同，也得到了出版业内同行的追随。

在我们 2008 版的新书以及重印书中，读者会看到这篇“一切为了您的阅读价值”；而对于我们图书的新读者，我们特别在整本书的最后几页，放置了“一切为了您的阅读体验”的精编版。今后，我们将在每年推出崭新的针对读者阅读生活的不同设计和思考。

- 您知道自己为阅读付出的最大成本是什么吗？
- 您是否常常在阅读过一本书籍后，才发现不是自己要看的那一本？
- 您是否常常发现书架上很多书籍都是一时冲动买下，直到现在一字未读？
- 您是否常常感慨书籍的价格太贵，两百多页的书，值三十多元钱吗？

★ 阅读的最大成本

读者在选购图书的时候，往往把成本支出的焦点放在书价上，其实不然。时间才是读者付出的最大阅读成本：

阅读的时间成本 = 选择图书所花费的时间 + 阅读图书所花费的时间 + 误读图书所浪费的时间

★ 选择合适的图书类别

目前市场上的图书来源可以分为两大类，五小类：

1. 引进图书：引进图书来源于国外的出版公司，多为从其他语种翻译成中文而出版，反映国际发展现状，但与中国的实际结合较弱，这其中包括三小类：

a) 教科书：这类书理论性较强，体系完整，但多为学科的基础知识，适合初入门的、需要系统了解一门学问的读者。



b) **专业书**：这类书理论性、专业性均较强，需要读者拥有比较深厚的专业背景，阅读的目的是加深对一门学问的理解和认识。



c) **大众书**：这类书理论性、专业性均不强，但普及性较强，贴近现实，实用可操作，适合一门学问的普通爱好者或实际操作者。



2. **本土图书**：本土图书来源于中国的作者，反映中国的发展现状，与中国的实际结合较强，但国际视野和领先性与引进版相比较弱，这其中包括两小类，可通过封面的作者署名来辨别：

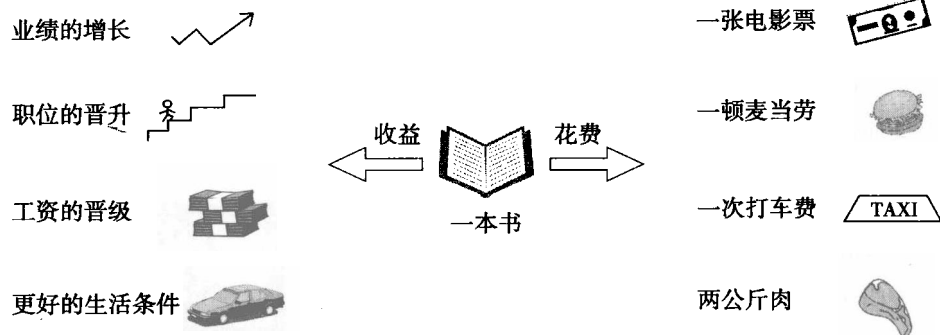
a) **“著”作**：这类图书大多为作者亲笔写就，请读者认真阅读“作者简介”，并上网查询、验证其真实程度，一旦发现优秀的适合自己的作者，可以在今后的阅读生活中，多加留意。系统地了解几位优秀作者的作品，是非常有益的。



b) **“编著”图书**：这类图书汇编了大量图书中的内容，拼凑的痕迹较明显，建议读者仔细分辨，谨慎购买。

★ 阅读的收益

阅读图书最大的收益，来自于获取知识后，应用于自己的工作和生活，获得品质的改善和提升，由此，油然而生一种无限的满足感。



引言 1

第一部分 直觉的潜力 13

1 无意识思维 15

为什么人们对婴儿期的经历没有记忆？

你能用右手写“3”的同时，一边逆时针移动你的右脚吗？

2 社会直觉 31

为什么在理性思考之前，一眨眼就喜欢或厌恶上一件艺术品、一位新同事？

女人为什么比男人的直觉更准确、更敏锐？

3 直觉性技能和创造性 49

日本专家是怎么凭直觉一眼辨认出小鸡的性别的？

为什么我们绞尽脑汁也想不起某个人的名字，而在做其他事情的时候，这个人的名字会突然闪现在我们的意识里？

第二部分 直觉的危害 61

4 直觉的过去与未来 63

记忆是对过去经历的完全复制，还是对过去经历的重建？

对未来的“预感”和“预言”是否真实可信？

5 关于能力和美德的直觉 80

为什么离婚的人都认为是对方的不对，管理者把差的绩效归于员工欠缺能力？

为什么人们通常在“道德”、“智力”上对自己有更高的评价？

6 现实直觉 93

为什么不孕的妇女在领养了孩子之后，真的就容易怀孕了？

为什么那么多著名的人都有令人讨厌的兄弟呢？

第三部分 实用直觉 117

7 运动直觉 119

运动员手热的时候，每投必中，“神奇手热”现象是怎么回事？

投篮是机会游戏，无关技术，就像扔硬币？

8 投资直觉 135

为什么音乐迷不愿花超过 30 美元的钱观看一场更特别的音乐会？

为何人们为失败的项目投资很多，但是仍然继续投资？

9 临床直觉 153

医生应该靠面谈诊断，还是查看病历档案？

精神病学医生怎样才能避免将假病人诊断为真的精神病人？

10 面试直觉 166

如何才能招聘到合适的人？靠第一印象，还是凭借测试工具？

因相爱而结婚的人比因“父母之命”而结婚的人更容易离婚？

目录 CONTENTS

11 风险直觉 176

每次下飞机时，你都感觉像是完成一次自杀失败的旅行？

为什么人类对蜘蛛、蛇、高度、风暴产生的威胁的直觉很准确，而对毒品、核事件、全球变暖带来的威胁却不是如此？

12 赌博直觉 189

一美元实现暴富梦想，还是一美元一场噩梦？

为什么不常买彩票的人容易中奖，不经常赌博的人容易赢？

什么数字更容易中奖？随机数字、重复的数字串、幸运数字，还是生日数字？

13 心灵直觉 200

“心灵感应”是怎么回事？为什么当你想一个人的时候，这个人就打电话来了？

为什么有的人能感知其他地方正在发生的事情？有的人能与过世的人交流？

用科学的实验来证实心灵事件是引狼入室？

译者后记 217

引言

作为研究型心理学家和心理科学的传播者，我倾尽毕生精力反复思考“主观和客观”、“感觉和事实”、“直觉和现实”之间的关系。我个人比较倾向于接受自发的预感、创造性思想和精神性的活动。我自己的经历就是一个很好的例子，40年前我曾经对一个少女一见钟情，凭着直觉我们步入婚姻的殿堂，至今我们仍生活在幸福之中。当求职者前来面试，直觉时常让我在几秒钟之内就做出了反应，在无法解释自己的感觉的时候，就把求职者拒之门外了。

但是，从科学和日常生活的角度来看，我也知道我的直觉有时候是错误的。比如我的方位直觉告诉我：里诺在洛杉矶的东边，罗马在纽约的南边，亚特兰大在底特律的东边，事实上我大错特错。物理学家理查德·费曼就曾经说过：“最重要的是，千万不要愚弄自己，因为自己是最容易被愚弄的。”

直觉是我们直观的认识，是一种无需观察和推理便可立即领悟的能力。普林斯顿大学的心理学家丹尼尔·卡尼曼（Daniel Kahneman）说：“直觉思维是感觉型的、迅速的、不费力的；逻辑思维则是推理型的、批判的和分析的。”

我们都具备一些未知的直觉潜力吗？我们真像莎士比亚所说的那样，“沉浸在自以为和上帝很像的想像里面”？我们平常雇用、解雇员工或投资时，应该预先接通我们的右脑吗？你相信自己有这种内在潜力吗？

我们是不是应该像怀疑论者那样把直觉看做自然存在的内在认识？或者，我们真如艾略特（T. S. Eliot）笔下“脑壳装满稻草的空心人”？聪明人经常相信一些愚蠢的事，所以我们就必须加入更多“左脑”的



直觉：你所不知的潜力与危害

理性？面对这些疑问，我们应该有更聪明的思考和行动，应该更深入地了解直觉与现实、直觉与自我创造性预感。

令人关注的直觉

2000 年，查尔斯王子在 BBC 的演讲中提到“心”的智慧：“在我们每个人的内心深处，都有一种直觉，它是由‘心’而生的，让我们允许‘直觉’这个最可信赖的向导来引导我们，使我们的行为符合地球和所有生命的长期利益吧！虽然智慧、共情和同情在实证主义的世界里毫无位置，然而传统的智慧时时在提醒我们，‘没有它们，我们还是人类吗？’……我们应该去倾听内心的声音。”

在如今这个后现代主义的时代，查尔斯王子得到了非常多的拥护。很多学者、流行作家、论坛专家正教育人们既要相信自己的头脑，又要忠实于自己的内心。如果你想培养你的直觉，这里有很多选择。阿波罗 14 号宇航员、思维科学的奠基人艾德加·米切尔（Edgar Mitchell）曾说过，“内在认识的体验和逻辑思维体验一样具体、实际”。让我们来做一次直觉的旅行，在这里，“先导性直觉将给你提供一个全面的课程，运用直觉能提升你生命中各个方面的体验”，去培养你“内在的、直觉的资源”。你能探索探讨“直觉”的网站，你能听《直觉训练》（*Intuition Training*）的录音磁带，你也能订阅《直觉》杂志（*Intuition*）来了解平常人可以培养的这种自然技能，你还能在其他杂志里读到很多关于“怎样让直觉来引导你”这样的文章（比如静下来聆听自己内在直觉的声音，学习锻炼你的直觉）。

现在有许多关于直觉的引导性的书籍都是发展第六感的，任选其中一本，你都会有所收获。去开发你的内在智慧，挖掘你的潜意识思维的潜力吧！

如果你正在寻找治疗性的书籍，《直觉的治疗师：寻找自己的内在医师》（*The Intuitive Healer: Accessing Your Inner Physician*）告诉你“个人化药方”就在你的直觉思维里，它能帮助你转化疾病。当然，你也能



在朱迪思·欧洛夫博士 (Dr. Judith Orloff) 的《直觉疗愈》(*Guide to Intuitive Healing*) 一书中找到“拥有健康的身体、情绪与性生活的五个实践步骤”，或者根据《直觉心灵》(*The Intuitive Heart*) 学习怎样信任你的直觉，让它成为你的生活向导和治疗师。

你想让孩子们体验“全脑式”学习吗？如果你是教育机构的管理者，我建议你读《直觉的原理》(*The Intuitive Principal*)；如果你是老师，我建议你学习《直觉思维的理解和教学》(*Understanding and Teaching the Intuitive Mind*)。如果你的孩子在学习上受到挑战，你可以考虑看看《提高阅读和学习能力的直觉方法》(*The Intuitive Approach to Reading and Learning Abilities*)。如果你想找家庭直觉教育的范本，《聪明的孩子：一个培养孩子直觉的精神性引导》(*The Wise Child: A Spiritual Guide to Nurturing Your Child's Intuition*) 是最好的选择。

如果你是一个生意人、管理者，或者投资者，可能《直觉经理人》(*The Intuitive Manager*)、《直觉生意人》(*The Intuitive Trader*)、或者《通向成功的实用性直觉》(*Practical Intuitive for Success*) 对你有一定的帮助。

你想拓展精神层面的意识吗？这里也有许多书籍可选，包括《通向精神领域的思考》(*Thinking as a Spiritual Path*)、《非凡的直觉》(*Divine Intuition*) 和《直觉生活：神圣之途》(*Intuitive Living: A Sacred Path*)。

或许你只是对智慧和有效率的生活感兴趣，你可以阅读《直觉前线》(*The Intuitive Edge*) 或者《应用直觉》(*Practical Intuition*)。可能你想更深地挖掘和研究直觉，应该从哪里开始呢？如果你是一个直觉型的人，我想你应该喜欢《你已经知道做什么》(*You Already Know What to Do*) 这本由莎伦·弗兰克姆恩特^①写的书。

^① Sharon Franquemont, 一个愉快的直觉训练者，她的书告诉我们“直觉是令人激动的感觉”。——译者注



直觉的潜力

正如美国著名杂志《优渥读者》（*Utne Reader's*）的评论：“直觉研究现在很热门”，但是我们能做什么来引导人们对“直觉”的理解呢？这些关于直觉的主题的专家和实践者，他们自称自己“富于直觉”，他们的直觉是有效的直觉吗？我们的意识有时被突如其来的念头入侵，如果我们倾听内在的这种安静细微的声音，我们能领悟到什么呢？我们能理解直觉对于认知科学就像职业摔跤与竞技体育之间的关系吗？很多人认为它们呈现的不仅仅是一个虚假的世界，更是用幻想的现实来替代现实中的事物。

正如我们知道的，当前科学对直觉的理解是有两面性的。物理学家尼尔斯·玻尔（Niels Bohr）认为：“不管是平凡的真理，还是伟大的真理，都有它的两面性。平凡的真理的反面是平常的错误，伟大的真理的反面则是巨大的危害。”人类的直觉也是一样，它有令人惊奇的潜力和危害。一方面，最近的认知科学揭示了令人非常关注的无意识思维其实是属于另外一种隐密的思维——这个说法，连弗洛伊德也从没提过。在我们认识到它的10年前，这种思维从没有“正式登台亮相”，其实只是隐藏起来没有被意识到而已。我们在后面的章节，如自动化加工、潜意识启动、内隐记忆、启发式策略、自发性特质推断、右脑思维、即时情绪、非语言交流和创造性这些内容里，将慢慢揭开“直觉”的神秘面纱。我们的思维、记忆和态度都有两个层次（有意识的、无意识的），这是一个双重加工系统（现在的研究者都这样称呼），即在我们的大脑里，有些是我们能意识到的，而更多的则只能靠直觉，它们属于无意识的。我们人类能感觉到的比能意识到自己所知的要多得多。

下面我们来看一些实例：

盲视。通常临床上有大脑视觉皮层损伤需要做手术的病人，或者中风患者，可能会出现失明的症状，他们说看不见眼前的物体。但是，当被要求去猜测眼前的棒子是竖直的还是水平的时，患者却通常能给出正



确答案。这时，如果你告诉他们全部猜对了，他们会感到很吃惊。很明显，这些人能清楚地感觉到这个物体，只是他们不能意识到自己知道。他们可能会伸出手来去握一只他们看不见的手，可见确实存在“双重加工”系统在隐秘地操作。

杜克大学心理学家大卫·米尔纳（David Milner）通过盲视患者的实验来解释大脑的两个视觉系统：一个系统给我们意识性的感受，它指引我们的行动；另外一个系统被他称为“内在的幽灵”。米尔纳描述一个脑部受损的妇女，这名妇女说自己能看到手背上的毛，但却看不见整只手。如果要求她用拇指和食指来估计一个物体的大小，她做不到，虽然她能用拇指和食指来探测。显然，她能用直觉感知到她意识不到的东西。

面孔失认症。在面孔失认症患者的大脑中，管理面部认知功能的那部分脑区有损伤，这种病人可能有完整的感觉^①，但知觉^②却不完整。他们能感觉到视觉信息，必要时能准确报告面部的某一特征，但就是无法辨认。当看到不熟悉的面孔，他们会没有任何反应；当看到自己喜欢的人的面孔时，他们的自主神经系统会让他们表现出排汗和心跳加快的反应，他们身体的反应显示他们认识。这足以证明他们虽然意识不到，但“内心”却能感觉得到。

日常知觉。想想你自己有一种想当然的能力，凭直觉去辨认一张脸。当你看相片时，你的大脑像一个即时执行多项任务的计算机，它把视觉信息分成几个维度，比如颜色、深度、运动特征和外形，这些任务操作同时进行，在整合不同维度信息之前动用不同的神经网络。如果破坏某一维度的神经网络，你就可能感觉不到这一维度上的特征，比如运动特征。最后你的大脑把它们再整合，并且与以前储存过

① 感觉是对直接作用于感觉器官的客观事物的个别属性在人脑中的反映，如闻到气味、尝到滋味、看到颜色、听到声音等。感觉是一种最简单的，人类低级的认识水平。——译者注

② 知觉是在感觉的基础上形成的，是由多种感觉器官联合活动的结果，是直接作用于感觉器官的客观事物的整体属性在人脑中的反映。因此知觉多半是各种感觉的统合，并且包括着当时的心情、期盼以及过去的经验与学得的知识，所以知觉是纯心理性的，对于同一种引起知觉的刺激情境，表现在每个人的知觉判断上，将会有很大的个别差异。——译者注



直觉：你所不知的潜力与危害

的人脸图像进行比较时，你会发现再怎么努力去辨认，有些人你是永远认不出来的。

与计算机相比，神经冲动（neural impulse）传导得确实比较慢，但我们的大脑远比任何计算机要高明。视觉研究者唐纳德·霍夫曼（Donald Hoffman）声称：“你可以买到能打败一个国际象棋大师的下棋机器，但是你买不到能胜过刚学步小孩的视觉的机器。”如果直觉是即时性认识，没有推理分析，那么知觉就是最卓越的直觉。

可见，人类智慧不仅仅是逻辑性的，思维也不仅仅是词语排序，理解更不仅仅是有意识的认知。认知心理学家乔治·米勒（George Miller）为了说明这个事实，告诉我们：面对大海，我们只能看到在海上航行的海轮上有两个乘客正靠着围栏。其中一个人说，“大海里确实有很多水”，他的朋友答道，“是的，但我们仅仅能看见海上面的东西。”

直觉的危害

直觉尽人皆知，它是人类决策系统里的重要部分，但是它的不足在于它经常犯错。下面，搁置你的理性思维和分析性工具，无需测量的工具，深呼吸，放松身体，停止雄辩的思维，进入第六感，倾听它在即时地、直接地向你轻轻诉说着什么……

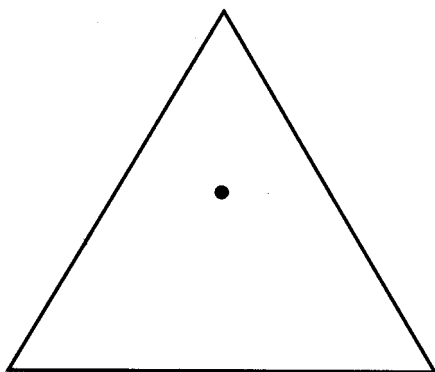


图 0—1 图中的这个点在三角形里的多高位置上