

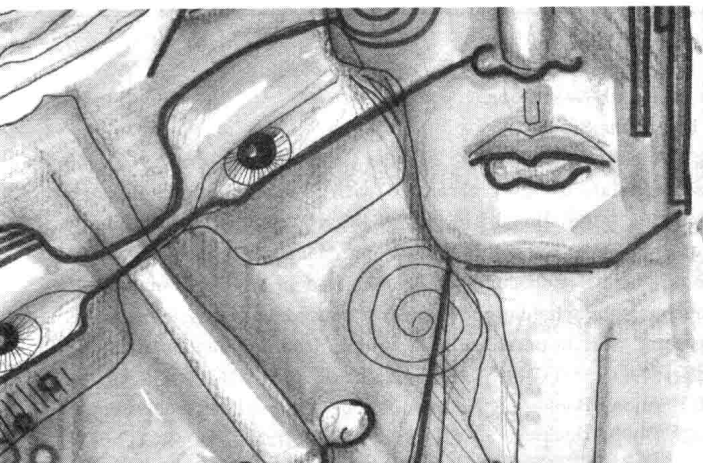
当良知沉睡

辨认身边的  
反社会人格者



[美] 玛莎·斯托特 (Martha Stout) 著  
吴大海 马绍博 译

 机械工业出版社  
China Machine Press



当良知沉睡  
辨认身边的  
反社会人格者

[美] 玛莎·斯托特 (Martha Stout) 著  
吴大海 马绍博 译



机械工业出版社  
China Machine Press

## 图书在版编目 (CIP) 数据

当良知沉睡：辨认身边的反社会人格者 / (美) 玛莎·斯托特 (Martha Stout) 著；吴大海，马绍博译. —北京：机械工业出版社，2016.7

书名原文：The Sociopath Next Door

ISBN 978-7-111-54188-2

I. 当… II. ①玛… ②吴… ③马… III. 人格障碍—研究 IV. R749.91

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 156618 号

---

本书版权登记号：图字：01-2016-0082

Martha Stout. The Sociopath Next Door.

Copyright © 2005 by Martha Stout.

Simplified Chinese Translation Copyright © 2016 by China Machine Press.

Simplified Chinese translation rights arranged with Harmony Books through Andrew Nurnberg Associates International Ltd. This edition is authorized for sale in the People's Republic of China only, excluding Hong Kong, Macao SAR and Taiwan.

No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or any information storage and retrieval system, without permission, in writing, from the publisher.

All rights reserved.

本书中文简体字版由 Harmony Books 通过 Andrew Nurnberg Associates International Ltd. 授权机械工业出版社在中华人民共和国境内（不包括香港、澳门特别行政区及台湾地区）独家出版发行。未经出版者书面许可，不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何部分。

## 当良知沉睡：辨认身边的反社会人格者

---

出版发行：机械工业出版社（北京市西城区百万庄大街 22 号 邮政编码：100037）

责任编辑：朱婧璇

责任校对：董纪丽

印刷：北京诚信伟业印刷有限公司

版次：2016 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

开本：147mm × 210mm 1/32

印张：8.25

书号：ISBN 978-7-111-54188-2

定价：39.00 元

---

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

客服热线：(010) 68995261 88361066

投稿热线：(010) 88379007

购书热线：(010) 68326294 88379649 68995259

读者信箱：hzjg@hzbook.com

版权所有·侵权必究

封底无防伪标均为盗版

本书法律顾问：北京大成律师事务所 韩光 / 邹晓东

这本书就像是在治疗一种让人不寒而栗的心理惊悚：在这个世界上，有些人终其一生都没有一丝怜悯之心……（但）玛莎·斯托特博士表示，这并不是一部虚构的小说。在这本极具争议的新作当中，斯托特断言，反社会人格者没有爱的能力，也没有共情能力……斯托特还详细描述了反社会人格者如何摧残和报复无辜的人们，例如他们会为金钱而结婚，中伤和构陷同事，或是仅仅以扰乱他人的生活为乐。

——萨拉·埃尔克，《沙龙》网络杂志

有些人做起事来毫无道德顾虑，他们的良知生来就是睁眼瞎……在斯托特的描述中，一些受人尊敬的专业人士只是为了蛊惑同事就可以讲出伤天害理的谎言……一些权威人物仅仅为了缓解无聊就会欺骗、诱惑乃至谋杀他人，而这就是反社会人格者的心智常态。该书是一本实用指南（也许会让人感到震惊），能够帮你辨识出毫无良知之人……（而且）它对我们绝大多数人天生具备的共情心态

做出了肯定，非常鼓舞人心。

——玛莎·贝克，女性月刊《奥普拉杂志》

斯托特的这本书对良知做了深入研究，并且精心地将其概念化，发人深思的同时给读者带来一种精神上的愉悦。她的发现——良知来自爱——正是我们这个时代需要了解的。

——玛丽·皮弗博士，《给年轻心理医师的 27 封信》和  
《拯救奥菲利娅》的作者

作为一名执业心理医师，斯托特见过太多生命被少数不良之人伤害的案例，所以她决定站出来提醒“善良的人们”。这本书为人们敲响了警钟，她号召并呼吁有良知的人们提高警惕，以便识别身边那些残酷无情之人。

——罗布·米切尔，《波士顿先驱报》

这本书对反社会人格者及其日常表现做出一番卓越的哲学审视……斯托特用文字刻画出的场面非常震撼，那些遭遇讨厌邻居或同事的读者或许会发现，自己正在密切留意作者给出的反社会人格行为清单，以及应对策略。该书内容发人深省，而且文笔有出乎意料的抒情之美。

——《科克斯书评》

斯托特为我们提供了一个看待反社会人格者，即那些毫无良知的人的全新视角……（她）给出了自我防卫措施——“对付日常生活中碰到的反社会人格者的 13 条法则”；除此之外，她还提供了一个可以展开激烈讨论的话题——良知在“正常”世界中所扮演的角色。

——琳恩 F. 马克斯韦尔，《图书馆杂志》

从一个极具毁灭性且自私自利的 CEO，一个冒牌心理医生，到一个卑鄙的老太婆，再到斯托特医生的一位女患者的杀人犯父亲，这些案例记录在真实的叙事过程中极具说服力……这是一本引人入胜的必读好书。一定要买！

——BookAuthority.com

当斯托特朝着探索良知本质的方向迈进时，反社会人格话题的启发性依旧在增长……斯托特的结论是：“非常简单，我们被设定为服从权威的人，甚至违背了自己的良知。”

——埃米·芬奇，《波士顿凤凰报》

一个人的良知就是他的力量。

——英国著名诗人约翰·德莱顿

本书内容并不透露真实个人信息。保密是心理治疗的核心准则，按照惯例，我采取了最为严格的防护措施来保证当事人的隐私安全。本书所涉及的案例当中，所有人名均为虚构，而且其他有可能辨识当事人身份的特征信息都经过修改。书中提到的一些人同意让我使用匿名讲述他们的故事，即便如此，这些案例也不会涉及任何可能暴露他们身份的信息。

“土拨鼠日”那一章的故事纯属虚构。除此之外，本书呈现的人物、事件以及对话都取材于我从事心理咨询工作 25 年以来的实践经验。为了履行保密承诺，本书所描绘的人物和情境都经过了一定处理，每个案例当事人的原型都源于很多个体。我会从概念上提炼这些人物的特征和经历，再对具体事实进行仔细修改，最后合成一个能够作为例证的人物。倘若与真实人物有所雷同，实属巧合。



赞誉

作者的话

导言 让我们设想一下 // 001

第 1 章 第七感 // 021

良知是什么 // 024

良知发展史 // 030

良知与超我 // 037

第 2 章 冰人：反社会人格者 // 042

超级斯基普 // 046

一场游戏 // 050

反社会人格者知道自己具有反社会人格吗 // 058

第 3 章 当良知沉睡时 // 062

道德排他 // 065

皇帝的新装 // 070

当良知划定界限 // 076

服从占六分，良知占四分 // 081

- 第 4 章 世界上最好心的人 // 083  
烟雾弹 // 090  
反社会人格与犯罪 // 097
- 第 5 章 良知为什么是半盲的 // 103  
反社会人格者的招数 // 105  
煤气灯下 // 113  
如何不让良知被蒙蔽 // 119
- 第 6 章 如何辨识残酷无情的人 // 124  
可怜的洛克 // 131
- 第 7 章 无罪感的病因：反社会人格是如何炼成的 // 143  
抚养方式 // 152  
文化影响 // 159  
冷血杀手 // 163
- 第 8 章 反社会人格者就在你身边 // 166  
良知约束对那些毫无罪恶感的人有什么作用 // 185  
尾声 // 193
- 第 9 章 良知的起源 // 194  
海因茨困境 // 202  
性别与文化 // 207  
连接全球的纽带 // 211

第 10 章 伯尼的选择：为什么拥有良知会更好 // 214

赢的失利面 // 215

仅仅是无聊而已吗 // 218

“良知过剩” // 225

第 11 章 土拨鼠日 // 232

第 12 章 良知最纯粹的形式：科学赞成道德 // 246

注释<sup>⊖</sup>

---

⊖ 注释见华章网站 <http://www.hzbook.com>，注册后搜索本书书名，可在相应的页面下载。



导 言

## 让我们设想一下

心灵的差异比相貌的差异还要大。

——法国思想家伏尔泰

试想，假如你毫无良知，不管干了什么坏事都没有一丝负罪感或自责，对陌生人、朋友甚至家人的福祉漠不关心；不管你做了何等自私、怠惰、有害或缺德的事情，心里都从未有过哪怕一丝羞愧。假设你对何谓“责任”一无所知，认为责任不过是那些容易上当受骗之人才会不假思索就接受的负担。现在，再设想一下，你有能力向别人隐瞒“自己的心理结构和他人截然不同”这一事实。鉴于所有人都认为良知是人类普遍共有的东西，所以你要隐瞒自己毫无良知的真相可以说是轻而易举。你无法用负罪感或羞耻心来抑制自己的任何欲望，而别人也绝不会发现你是一只冷血动物。你体内流淌的冰冷之血如此怪诞，完全超出常人的经验，所以人们甚至很少会揣测出你的心理状况。

换句话说，你的内心完全不受束缚，而且你的这种为所欲为不会引起良心的不安，是外人无从知晓的。你可以为所欲为，



相比那些受良知约束的人们，你拥有一种荒诞的优势，而人们往往对此一无所知。

那么此生你打算如何过活？你会利用这种巨大而隐秘的优势，以及他人（因良知约束而生）的劣势做些什么呢？答案在很大程度上取决于你拥有怎样的欲望，因为人心千万种，即便是无耻之徒，他们的欲望也不尽相同。不论有无良知，有些人喜欢按部就班的安逸生活，有些人则怀抱梦想和野心；有些人才华横溢、出类拔萃，有些人愚笨迟钝，而大多数人介乎其间，无论他们有无良知。人也有暴力或温和的差异，有些人嗜血成性，有些人则绝非如此。

你可能是一个热衷于追求金钱和权力的人，虽然良知无存，却聪明绝顶。你拥有积极进取的天性和聪明过人的才智，这可以让你获得巨大的财富以及影响力，而且你绝对不会像其他人一样因为良知的感召而产生动摇，毕竟他们不会为了出人头地而不择手段。不管你是经商、从政，还是从事法律、金融、国际事务等诸多有影响力的职业，你都会抱着冷酷的激情来发展自己的事业，不会容忍通常意义下的任何道德与法律约束。只要有利可图，你就会篡改账目并撕毁证据，你会在自己的员工与客户（或者你的选民）背后捅刀子，你会为了金钱结婚，你会预谋地对信任自己的人撒下弥天大谎，你会想方设法毁掉能力过人或能言善辩的同事，欺压没有发言权的弱势群体。你在做这些事情的时候完全不受任何约束，而你行事之所以如此自

由，是因为你毫无良知。

你会取得超乎想象、毋庸置疑的成功，甚至是全球范围内的成功。有何不可？以你的聪明才智和不受良知羁绊的阴谋诡计，没有什么事情是你做不到的。

但你或许依旧未能成功——假如你并不是那块料。没错，你野心勃勃，为了出人头地会不择手段（你干出的某些事，心怀良知的人可能连想都没想过），但你并不是智力超群的人。你的智力可能在常人之上，而且大家都认为你很聪明，甚至是非常聪明，但你心里清楚，你的才智或创造力尚不足以让你取得梦寐以求的、可以呼风唤雨的权柄，因此你憎恶整个世界，而且嫉恨自己周围的人。

你要是属于这类人，就会选择一个或一系列能够管控一部分人的职务，这样才能稍微满足一下自己对权力的渴望，尽管随着权力欲逐渐膨胀，你还是会越来越不满。你会觉得痛苦不堪，因为你要完全抑制住自己内心回荡着的阻止他人获得权势的声音，而且你没有足够的才华来实现自己渴求的那种终极意义上的成功。有时候，你还会陷入郁郁寡欢甚至怒不可遏的状态，因为除了你之外，没有人能理解那种挫败感。

但你的确很喜欢能够掌管一些人或几个小团体的工作，要是这些人或团体都相对无助，或者在某些方面比较脆弱，那就再好不过。你从事的职业可能是老师、心理医生、离婚事务律师、高中教导员，或者是某专业领域的顾问、股票经纪人、画



廊老板、公众服务机构负责人，抑或这份岗位没有薪水，比如公寓管理委员会主任、医院义工或者家长。不管你从事哪种职业，只要不被解雇或不必担责，你就会越发频繁并且变本加厉地操控或欺负那些被自己捏在手心的人。你之所以这么做，单纯是因为你想这么做而已，这种行为能让你感到兴奋，此外没有任何理由。让别人心惊胆战是权势的展现（反正你是这么认为的），而欺凌他人能够加速提升你的肾上腺素水平，很过瘾，很好玩。

你或许无法成为跨国企业的主管，但你可以让一些人对你产生畏惧，或者把他们使唤得团团转，你还可以从他们身上偷东西，或者设法让他们感到自卑，而这可能是让你最过瘾的一种方式。这就是权势的展现，尤其是当你所操控的人物在某些方面比你强的时候。最让人兴奋的事情莫过于用权势打压那些比你更聪明、更有成就、地位更高、魅力更大、更受欢迎、更仁义的人。这不仅仅是好玩而已，它是你为赢得“存在感”而对他人展开的复仇。如果你缺乏良知的约束，这么做简直不费吹灰之力。你可以面不改色地跟你的顶头上司或大老板撒谎，假惺惺地抹几滴眼泪，暗地里把同事的项目搞砸，用空头许诺诱人上当，或者放出一些永远无法追责到你头上的误导性消息。

我们现在不妨假定你是一个有暴力倾向或喜欢目睹暴力的人。你可以轻易谋杀同事或雇凶将其杀害，你可以谋杀任何碍事的人，如你的老板、你的前任配偶、你那有钱情人的配偶统

统不在话下。你必须小心行事，因为稍有闪失，就可能被抓起来接受惩罚。但你永远都不用面对良知的拷问，因为你压根儿就没有良知。如果你决定杀人，唯一的困难便是外在条件的限制，你的内心从来不会出现劝阻的声音。

要是没人强行阻止你，你就可以为所欲为。如果你生逢其时，继承了一定的家族财富，并且对煽动仇恨、给他人灌输被剥夺感很有一手，你就可以谋杀大批毫无戒心的人。如果你有足够多的金钱，你甚至可以远程操控这一切，并安稳坐视好戏的上演。事实上，那些嗜血成性、良知泯灭的人最理想的职业就是搞恐怖活动（远程实施恐怖袭击），如果你干得足够漂亮，或许能够把一个国家搞得鸡犬不宁。如果这都不算权力，那什么才是权力？

我们不妨设想一种完全相反的情况：你对权力没有兴趣，是那种清心寡欲的人。你唯一的愿望就是日子不要太辛苦，所以你不愿像其他人一样工作。如果你缺乏良知，你的生活状态可能是打打盹儿、搞搞自己的爱好、看看电视或是整天出去鬼混。苟且偷安，外加亲朋好友的接济，你就可以无限期地混日子。大家背地里可能会说你没出息，或者说你是个意志消沉的可怜虫，他们也可能气愤地骂你是个懒鬼。等到他们对你更加了解之后，或许会大发雷霆，骂你是个废物、寄生虫。但他们绝对想不到，你其实是缺乏良知，你和他们的心智从根本上是不同的。



愧疚感引发的惶恐与不安从来都不会对你的内心造成压迫，或者把你从噩梦中惊醒。你如此缺乏良知地活着，却从未觉得自己不负责任、对他人漠不关心，或者觉得这样做不算什么丢人的事，尽管有时你会从表面上假装自责。如果你善于察言观色，就会装出一副死气沉沉的表情，诉说自己对这样的生活方式有多么羞愧、感受有多么糟糕。你之所以这么做，无非是觉得比起老是被人责骂、被人逼着去找工作，让大家相信你是一个意志消沉的人更为方便而已。

你会注意到，有良知的人在训斥他们眼中那些“意志消沉”或“生活困难”的人的时候，会感到内疚。事实上，他们通常会觉得自己有责任去照顾你这种人，这便进一步为你创造了可乘之机。哪怕你一贫如洗，但只要能勾搭上某人并建立一种性关系，那么这个人丝毫不会怀疑到你的真实面目，会觉得自己对你有种特殊的责任。既然你仅仅是想去工作，那么你一定非得赖上一个特别有钱的人，你的靠山只要能够受到良知的约束就行了。

你要是把自己想象成为这类人，我相信你一定会觉得自己疯了，因为这些人就是疯子，而且相当危险。不过，这类疯子大有人在，这个群体甚至还有一个专属称谓，精神卫生领域专业人士把这种缺乏良知或毫无良知的状况称为“反社会型人格障碍”（antisocial personality disorder），这是一种无法矫正的性格缺陷，目前的研究认为大约有 4% 的人属于这种情况，也就是说