

来自美国  
联邦调查局、中央情报局  
情绪顾问的绝密报告  
CONFIDENTIAL

# 心理学家的 面相术

——解读  
情绪的密码

emotions  
Understanding Faces and Feelings  
revealed

全球首席识谎专家教你  
超强读心术

《别对我说谎》

全球热播剧集《Lie to me》主角原型 /

美国联邦调查局、中央情报局情绪顾问 / 行为学专家：保罗·艾克曼 著

何小力 / 译 CS | 湖南科学技术出版社

来自美国  
联邦调查局、中央情报局  
情绪顾问的绝密报告  
CONFIDENTIAL

# 心理学家的 面相术

——解读  
情绪的密码

emotions  
Understanding Faces and Feelings  
reveal the

保罗·艾克曼 著

何小力 / 译 CS | 湖南科学技术出版社

## 图书在版编目 (C I P) 数据

- 心理学家的面相术 —— 解读情绪的密码 / (美) 保罗·艾克曼著 ; 何小力译.  
— 长沙 : 湖南科学技术出版社, 2015. 1  
书名原文: Emotions revealed: understanding faces and feelings  
ISBN 978-7-5357-8239-7  
I. ①心… II. ①艾… ②何… III. ①情绪—通俗读物 IV. ①B842.6-49  
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 136766 号

All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form.  
First published by Weidenfeld & Nicolson Ltd, London  
原书名: Emotions Revealed: understanding faces and feeling  
Copyright©2003 by Paul Ekman  
Simplified Chinese translation copyright©2015 by Hunan Science & Technology Press  
All Rights Reserved  
湖南科学技术出版社获得本书中文简体版中国大陆地区独家出版发行权。  
著作权登记号: 18-2013-59  
版权所有, 侵权必究。

### 心理学家的面相术 —— 解读情绪的密码

著 者: [美] 保罗·艾克曼  
译 者: 何小力  
责任编辑: 孙桂均 李 媛 刘 英  
文字编辑: 陈一心  
出版发行: 湖南科学技术出版社  
社 址: 长沙市湘雅路 276 号  
<http://www.hnstp.com>  
湖南科学技术出版社天猫旗舰店网址:  
<http://hnkjcs.tmall.com>  
邮购联系: 本社直销科 0731-84375808  
印 刷: 长沙市宏发印刷厂  
(印装质量问题请直接与本厂联系)  
厂 址: 长沙市开福区捞刀河苏家风羽村十五组  
邮 编: 410013  
出版日期: 2015 年 1 月第 1 版第 1 次  
开 本: 710mm×1000mm 1/16  
印 张: 12  
字 数: 186000  
书 号: ISBN 978-7-5357-8239-7  
定 价: 28.00 元  
(版权所有·翻印必究)



# 引言

大部分人都不想经历害怕、生气、嫌恶、伤心或悲痛的情绪，除非这些情绪出现在安全的电影院或是小说的扉页。可是，我们的生活中不可避免会遇到这些情绪，我们要了解如何在这些情绪的陪同下，活得更好。

情绪决定我们的生活品质。在我们所关心的每一项关系中——工作场合、友谊、家人，以及最亲密的关系，都会出现情绪。情绪能挽救我们的生活，但也会造成破坏。情绪可能引导我们以最实际、恰当的方式来行动，但也可能让我们事后极度后悔自己的行为。

如果老板严词批评你原本以为会受到称赞的报告，你的反应是不是恐惧、顺从，不敢为自己辩护？你的反应会保护你，避免受到进一步的伤害，还是你可能根本误解了他的目的？你能隐藏感受，“表现得像个专业人士”吗？老板开始说话时，为什么微笑呢，是否表示她打算责骂你？还是尴尬地微笑？她的微笑有没有可能是要你放心呢？所有微笑的样子，看起来都一样吗？

如果你发现丈夫没有先和你讨论，就买了一件昂贵的东西，你质问他时，他的表情是害怕还是嫌恶？或是拉下脸，一副“你过度情绪化”的样子呢？你是否以同样的方式感受情绪？你和别人的方式是否相同？你会不会对某些事生气、害怕或伤心，而别人却觉得无所谓呢？遇到这种情形时，你怎么办？

如果16岁的女儿比规定的时间晚了2个小时才回家，你会不会生气呢？引发生气的原因是什么？是不是因为你一直担心地看时钟，而她没有打电话说会比较晚回来呢？还是因为你等她回家，以至于睡眠不足？隔天早上和她谈这件事时，你会不会把情绪控制得很好，使她以为你并不在乎她晚归呢？还是她会看见你隐藏的怒气，而采取防卫的态度？你能不能从她脸上看出她觉得不好意思、内疚，还是心存反抗呢？

我写这本书，是想为上述疑问提出答案。我的目的是帮助读者更了解自己的情绪，并借此改善生活。有一件事令我非常惊讶，直到最近，不论是科学家还是一般人，都不太了解对生活非常重要的情绪。不过，情绪的本质本来就让人难以完全了



解，我们不知道它如何影响自己，也不知道如何在自己和别人身上辨识情绪的迹象。我会在本书中详细解释。

情绪的启动非常快速，快到自我意识无法参与，甚至看不到诱发情绪的原因。这种速度可以在危急时挽救性命，但也会在过度反应时破坏生活。我们很难控制使我们产生情绪的事，但有可能（虽然不容易）稍微改变诱发情绪的因素，以及情绪出现之后的行为。

我研究情绪已经超过 40 年，研究的重点主要是情绪的表达，最近则转移到情绪的生理学。我检视过精神病人、一般人、成人，还有一些小孩，包括美国和许多其他国家的人，研究他们在过度反应、反应不足、反应不当、诚实和说谎时的情绪。第一章“跨越文化的情绪”就是描述这项研究，我将从这一点开始讨论情绪。

我在第二章提出下述疑问：为什么会产生情绪？如果想改变情绪反应，就必须知道这个问题的答案。诱发每一种情绪的原因是什么？我们能否消除情绪的诱因？如果配偶说我们绕了远路，我们可能因为受对方指挥或开车能力受质疑，而在内心升起恼怒，甚至生气。为什么不能不带情绪地接受资讯？为什么会受到影响？我们是否能有所改变，不被这种小事引发情绪？第二章“情绪的产生”将讨论这些议题。

第三章解释如何改变情绪、什么时候能改变情绪。第一步就是要辨认是什么情绪诱因导致我们做出事后懊悔的行为，也需要分辨某个特殊的诱因很难改变，还是较容易减轻。虽然不会每次都成功，但透过了解情绪诱因如何形成，就能有较佳的机会改变情绪的产生。

第四章解释如何形成情绪反应，包括我们的经验、行为和想法。我们是否能控制恼怒的情绪，不在声音和表情上表现出来，为什么有时会觉得自己的情绪好像奔驰的火车，似乎完全无法控制？除非能更了解自己在什么时候会有情绪化行为，否则没有控制的机会；我们经常毫无察觉，直到有人抗议我们的所作所为，或是事后反省时，才发现自己陷入情绪之中。第四章将解释如何更加注意自己的情绪，而有可能以建设性的方式表现情绪。

为了减少破坏性情绪的发作，并增加建设性情绪反应，我们必须知道每一种情绪的由来，了解每一种情绪的意义。以此来了解每一种情绪的诱因，包括我们和别人共有的诱因，以及个人特有的诱因，或许能减轻情绪的冲击，至少可以了解为什么某些情绪诱因如此强而有力，以至于完全无法减轻其影响。每一种情绪也会在身

体里产生独特的感觉模式，如果能认识这些感觉，就有可能早点知道自己的情绪反应，而有机会选择继续或打断它。

每一种情绪都有独特的信号，最容易辨认的信号在脸上和声音里。目前还需要做许多研究，才能了解情绪在声音里的信号。本书讨论各种情绪时所附的照片，能显示最细微而容易忽略的脸部表情，这是情绪刚开始产生或受到压抑时的信号。如果能及早看出情绪，或许就能和各种情境里的人打交道，并控制自己对别人产生的情绪反应。

第五章描述哀伤与悲痛，第六章是生气，第七章是惊讶与害怕，第八章是嫌恶与轻蔑，第九章则讨论各种愉快的情绪，每一章都包括下述几个主题：

- 情绪最常见的特定诱因。
- 情绪的作用，情绪怎么帮助我们，又如何使我们陷入麻烦。
- 情绪和精神疾病的关系。
- 一些实用的练习，帮助读者了解情绪有什么身体感觉，并帮助读者在情绪升起时，有能力选择如何反应。
- 从照片来看最细微的情绪信号，让读者能更了解别人的感受。
- 解释如何运用这种资讯，而能在工作场合、家庭、友谊等关系中，了解别人的感受。

附录提供了一项测验，你可以在阅读本书前先做一次测验，看看自己是否能辨识细微的脸部表情。读完本书后再做一次，看看是否有进步。

你也许会觉得奇怪，为什么本书没有谈到某个令你好奇的情绪。我选择描述的情绪都是普遍存在的，是所有人类都会经历的情绪。虽然尴尬、内疚、羞愧、羡慕可能也是到处都有的情绪，可是我把重点放在表情清楚而普遍的情绪。我在讨论愉快的章节也会讨论爱；暴力、恨和妒忌则放在生气的章节。

科学仍致力于研究每一个人体验情绪的方式，其中为什么有些人的情绪较强烈，或是较快产生情绪。我在本书的结论谈到现在的研究，还有将来可能的发现，并说明如何把这些发现运用到自己的生活。

情绪对生活的重要，是再怎么强调也不为过的。我的恩师，已过世的席尔旺·汤金斯（Silvan Tomkins）说情绪是激发生活的因素，我们会尽可能增加正向情绪的经验，减少负向情绪的经验，虽然无法一直成功，却是我们尝试的方向。他在一篇



文章中宣称所有重要的选择都是出于情绪的激发。这篇文章写于1962年，那是行为科学完全忽视情绪的年代。他的话虽然有点言过其实（情绪当然还有其他动机），但突显出了情绪在生活中的重要性。

情绪可以轻易胜过大部分心理学家认为推动生活最有力的基本动机：饥饿、性、求生存的意志。人为什么认为唯一可吃的食物很恶心，会宁可不吃，即使别人可能认为这种食物很可口，讨厌的人却可能宁愿饿死也不吃。情绪胜过饥饿的驱力！性的驱力最容易受到情绪干扰，人可能因为恐惧或嫌恶，以至于不愿意有性行为，或是无法好好性交。情绪胜过性的驱力！绝望的情绪甚至能压过求生存的意志，而导致自杀。情绪胜过求生存的意志！

简单地说，人想要快乐，大部分人都不想经历害怕、生气、嫌恶、伤心或悲痛的情绪，除非这些情绪局限在安全的电影院或是小说的扉页。可是，我们的生活中可能遇到这些情绪，问题在于如何在这些情绪的陪同下，活得更好。

# CNTENTS

## 目 录

第一章	跨越文化的情绪	001
第二章	情绪的产生	013
第三章	改变情绪反应	029
第四章	情绪性行为	039
第五章	哀伤与悲痛	059
第六章	生气	079
第七章	惊讶与害怕	105
第八章	嫌恶与轻蔑	125
第九章	愉快的情绪	139
结 论		157
附 录		163



非暴力沟通 第一卷

第 一 章

跨越文化的情绪





## 《 第一章 跨越文化的情绪》

我决定投入脸部表情的研究，去巴布亚新几内亚找出证据，支持我已知道是正确的事：至少某些脸部表情的情绪是有共通性的。表情是不需要学习的，天生失明的人会表现出和明眼人一样的表情。

这本书涵盖我过去 40 年对情绪的研究，我相信它有助于改善人的情感生活。我写的内容大部分根据自己的科学实验，或是其他情绪科学家的研究。我自己的研究专长是发展专门技术，以解读和测量情绪的脸部表情，在这前提下，我能看见陌生人、朋友和家人脸上细微到几乎每一个人都会忽略的差别，借此我学到许多事情，因为个人时间有限，有些还没有得到实验的证明。当我所写的内容只是根据自己的观察时，会加入下述之类的话，“我观察到”、“我相信”、“我觉得似乎是……”。如果我写的内容是根据科学实验，则会在书末附录具体注明相关的研究。

本书的内容大部分和我对跨文化脸部表情的研究有关，我对心理学的整体看法（特别是关于情绪的部分），因为出现新证据而彻底改变。这些发现来自巴布亚新几内亚、美国、日本、巴西、阿根廷、印度尼西亚和苏联，我因此发展出自己对情绪本质的看法。

我在 20 世纪 50 年代末期开始做研究时，对脸部表情并没有兴趣，当时引起我兴趣的是手部动作。我为手部动作分类的方法，可以分辨忧郁的病人属于精神官能症还是精神病，并显示病人接受治疗后进步的情形。到 20 世纪 60 年代初期，还没有发展出任何工具，可以直接精确地测量忧郁的病人复杂而快速变化的脸部动作。我不知道该如何进行，所以没有做这方面的研究。25 年后，我发明出一种测量脸部动作的工具，于是重新观看那些病人的记录影片，找出重要的发现，我会在第五章讨论。

### 机缘下，发现新大陆

若非两次幸运的机缘，我不会在 1965 年把研究焦点转到脸部表情和情绪。先是“国防部”研究计划推展局出乎意料地拨给我一笔经费，用来研究跨文化的

非口语行为。我并没有主动申请这笔经费，而是因为一桩丑闻（一项研究计划被用来掩饰镇暴活动）使得一项重要的研究被取消，而该项计划的预算必须在那个会计年度用于某个没有争议的海外研究。在这时我恰好走进了必须消化这笔预算的人的办公室，这个人的妻子是泰国人，对彼此非口语沟通的差异感到惊讶，他希望我找出非口语沟通中，什么是普世皆然的，而什么又是有文化差异的。我起初很不情愿，却又不想回避这个挑战。

计划之初，我相信表情和姿势都是从社交学来的，具有文化差异。我一开始征询意见的人，也都抱持相同的看法，包括玛格丽特·米德（Margaret Mead）、葛瑞格利·贝特森（Gregory Bateson）、艾德华·霍尔（Edward Hall）、雷·博怀斯特尔（Ray Birdwhistell）和查尔斯·欧斯古德（Charles Osgood）。达尔文（Charles Darwin）曾提出不同的看法，但我深信他是错的，没有详细阅读他的著作。

第二个幸运的机缘是见到席尔旺·汤金斯，他刚写完两本关于情绪的书，主张脸部表情是与生俱来的，不同种族有共通性，可是这个观点缺少支持的证据。如果不是因为我们同时把非语言行为的文章交给同一本期刊（他的文章是关于脸部的研究，我的文章是身体动作的研究），我恐怕不会阅读他的书，也不会认识他。

我对席尔旺想法的深度和广度有非常深刻的印象，但我认为他的想法可能是错的，就像达尔文一样。我很高兴这个问题有不同的论据，不是只有 100 年前的达尔文才反对米德、贝特森、博怀斯特尔和霍尔，表示这个议题还有讨论的空间。在著名科学家和前辈政治家之间有不同说法，年方三十的我竟然有机会又有经费尝试彻底解决这个问题：表情是普世共通的吗？还是像语言一样，在各个文化中有独特的表现？我难以抵抗这个诱惑！虽然我不在意谁对谁错，但心里并不认为席尔旺是正确的。\*

我在第一个研究中，向 5 种不同文化的人（智利、阿根廷、巴西、日本和美国）展示照片，请他们判断各个脸部表情所显示的情绪，不同文化的人对大部分

---

\* 研究结果和我的预期刚好相反，这样很好，行为科学的研究结果如果违反科学家的预期，反而更加可靠。大部分科学领域的情形刚好相反，如果结果和事前的预期相同的话，比较受人相信，因为偏见或错误的可能性会一再受到科学家重复实验的传统所检验，以确定是否能得到相同的结果。不幸的是，这个传统并不存在行为科学界，实验很少被自己或别的科学家重复检验。少了这种屏障，行为科学家比较容易在不知不觉中，找出自己想要的结果。



情绪都有共识，表示脸部表情可能是普世共通的。另一位曾向席尔旺请益的心理学家卡罗·艾撒德（Carrol Izard），对不同文化的人进行相同的实验，并得到相同的结果。席尔旺并没有让我们知道对方的存在，当我们知道并不是只有自己在做这项工作时，原本心怀不满，但就科学而言，有两组独立的研究者得到相同的结果，是比较好的。看来达尔文是正确的。

但有一个问题：虽然发现不同文化的人对脸部表情流露的情绪有共识，为什么还有那么多聪明的人抱持相反的看法呢？并不是只有旅游者才认为日本、中国或其他文化中人的表情，具有非常不同的意义。玛格丽特·米德的门生博怀斯特尔是倍受尊重的人类学家，专精于表情和姿势的研究，在著作中谈到许多文化中的人会在不高兴时微笑，所以不接受达尔文的看法。博怀斯特尔的主张符合文化人类学和大部分心理学的主流观点：任何在社交上重要的事，比如情绪的表达，都必然是学习的产物，所以在各个文化中是不同的。

我提出“表露的规则”<sup>\*</sup>，以解释我的研究发现和博怀斯特尔的观察之间有何差异。我认为表露的规则是在社交中学来的，常常有文化差异，这些与表情有关的规则会说明某人可以向什么人、在什么时候表现某种情绪，这就是为什么大部分公开的运动竞赛中，输家不会表现心里的难过和失望。表露的规则具体呈现于父母的告诫：“不要得意忘形”。这些规则会支配真实感受的情绪表达，或是减轻，或是夸大，或是完全隐藏，或是加以掩饰。

我用一系列研究检验这个构想，结果显示日本人和美国人在独处时，看见手术和意外事件的影片时，会表现相同的脸部表情，可是当科学家和他们一起观看影片时，日本人比美国人更会以微笑来掩饰负面的表情。在独处时会表现与生俱来的表情，在公开的场合则会控制表情。由于人类学家和大部分旅游者都是观察公开的行为，所以得到与我不同的结果。相反地，具有象征意义的姿势，比如点头称是、摇头拒绝、一切顺利的姿势，其实是有文化特性的。就这一点而言，博怀斯特尔、米德和大部分其他行为科学家都是正确的，可是他们对情绪的脸部表情的看法，却是错误的。

我当时没有看出这种观点有一个漏洞，想尽办法反驳我研究结果的人也没有发现（比如博怀斯特尔和米德）。这个漏洞就是我们研究的对象可能从电影和电视中的卓别林与约翰·韦恩学得西方世界脸部表情的意义；来自媒体的学习，或

<sup>\*</sup> display rules，在动物学中译为“展示的规则”，但译者认为在本文译为“表露的规则”较贴切。

是接触其他文化的人，可以解释为什么不同文化的人对我展示的白种人图片的情绪有相同的看法。我需要未受视觉干扰的文化，生活其中的人没有看过电影、电视、杂志，很少见过外来者，甚至不曾看过。如果他们对我展示的图片所代表的情绪，和前述受试者有相同看法的话，我才能证明自己的论点。

### 表情可有地域之别

带我进入石器时代文化的人是神经学家卡列顿·葛吉谢克（Carleton Gajdusek），他在巴布亚新几内亚与世隔绝的高地工作了十几年，试图找出一种名为“库鲁病”（Kuru）的原因，这种病杀死了巴布亚新几内亚某个文化中半数的人，当地人相信是巫术造成的。我抵达时，葛吉谢克已经知道这种病是一种慢性病毒造成的，这种病毒会在出现症状前，在人体内蛰伏多年（艾滋病毒也是这类病毒），但还不知道这种病毒如何传染。（后来知道是经由食人的习俗传染，当地人并不吃敌人，死于战斗的敌人其实比较健康。他们只吃死亡的朋友，而这些人多半死于库鲁病。他们没有经过烹煮就食用，使疾病很容易散布。几年后，葛吉谢克因为发现慢性病毒，获得诺贝尔奖。）

幸运的是，葛吉谢克知道石器时代的文明不久就会消失，所以录下十几万英尺的影片，记录两种文化的日常生活。他自己不曾看过这些影片，因为光是看一次就要花费大约6周的时间。

他很高兴有人基于科学的理由想检视影片，乐于借我。我和同事卫理·弗瑞生（Wally Friesen）花了6个月仔细检视影片。影片包括两个非常有说服力的证据，可以说明情绪的脸部表情具有共通性。首先，完全找不到我们所不熟悉的表情，如果脸部表情是学习而得的，与世隔绝的人就应该表现出新奇的表情，可是影片中没有我们不曾见过的表情。

但我们熟悉的表情也可能表示截然不同的情绪，虽然影片并没有显示每一个表情的前因后果，可是当看得出前因后果时，都能证实我们的解释。如果同样的表情在各个文化代表不同的情绪，不熟悉此文化的外来者就无法正确解读他们的表情。

我试着想象博怀斯特尔和米德会怎么反驳我的主张，他们可能说：“没有新的表情并没有关系，你看见的表情其实有不同的意义。你猜对意思是因为当地社会背景向你透露出迹象，你并未看见一个没有前因后果和当时背景的表情，如果有的话，你一定猜不到那个表情的意义。”为了解决这个漏洞，我们把席尔旺从



东岸请来我的实验室，和我们共度一周。

在他抵达之前，我们先剪接影片，使他只能看见脸部特写镜头下的表情，却不知道当时的社交背景。席尔旺的解读完全无误，他虽然没有看见社交背景，但对表情都提出正确的解释，他甚至能精确知道自己是如何做出判断。卫理和我虽然能了解每一个表情所传递的情绪信息，却只是根据直觉来判断，除了微笑以外，通常无法具体精确地说出脸部传递的信息。席尔旺却能走到屏幕前，准确指出哪一个特定的肌肉动作代表该种情绪。

我们还请他对两种文化提出整体的印象，他说其中一个似乎非常友善，另一个则容易爆发愤怒，如果没有达到偏执程度的话，也非常多疑，而且有同性恋的情形。他所说的是安加文化（Anga），他的描述符合葛吉谢克的说法，这个文化会不断攻击试图建立官方机构的澳洲官员，邻族都知道他们极度多疑，男性在婚前都过着同性恋的生活。几年后，生态学家艾瑞纳斯·艾伯-亚贝费特（Irenaus Eibl-Eibesfeldt）试图与他们共处，结果却不得不逃走以保住性命。

之后，我决定投入脸部表情的研究，去巴布亚新几内亚找出证据，支持我已知道是正确的事：至少某些脸部表情的情绪是有共通性的。我要找出测量脸部动作的客观方法，让每一个科学家都能客观认识席尔旺敏锐看出的脸部动作。

### 看相片说故事

1967年，我前往东南高地研究福尔人，他们住在海拔两千多米的小村庄。我不会说当地方言，但靠着几位在传教士办的学校学过简单英语的小男孩帮忙，可以把英语译成福尔语，再把福尔语译成英语。我带着几幅脸部表情的照片，大部分是原先研究已开发文化时，席尔旺给我的照片（第8页的附图是其中3张）。因为担心他们无法判读白种人的表情，我还带了几张从记录片选出的福尔人照片。我甚至担心他们可能因为以前没见过照片，而完全无法了解照片是什么东西。曾有几位人类学家宣称，没有见过照片的人，必须经过学习才能看懂照片。不过福尔人没有这种问题，也不认为福尔人和美国人的照片有什么不同。问题在于我该怎么要求他们响应。

福尔人没有文字，所以无法要他们从清单中选出符合照片情绪的字。如果我念出关于情绪的字，又担心他们记不住，念出来的顺序也可能影响他们的选择。于是我请他们把每一种脸部表情编成一个故事：“告诉我发生了什么事，照片中的人显现这种表情之前发生了什么事，之后又发生什么事。”可是没有用，我不

知道问题是出在翻译的过程上，还是他们根本不懂我想要听什么，也可能是他们不了解我为什么要他们这么做，也说不定福尔人只是不愿意向陌生人说故事。

我花了很多时间才得到我要的故事，但每次会谈都弄得我和他们筋疲力竭。我猜我的要求对他们并不容易，可是仍不缺自愿者，他们有强烈的动机来看照片：我给每一位帮助我的人一块肥皂或一包香烟。他们没有肥皂，所以肥皂很重要；他们自己会种烟草，用烟斗来吸，可是比较喜欢我带来的香烟。

他们的故事大多符合照片中的情绪，例如，看到一张已开发文化会判断为哀伤的照片，他们大多会说这个人的小孩死了。棘手的是，在说故事的过程中，要证明不同的故事都符合一个特别的情绪，并不容易。我知道应该以不同的方式进行，却不知道该怎么做。

我还录下许多自发的表情，例如邻村的人见到朋友时愉快的样子。我会安排一些情境来诱发情绪。我录下两个男人玩乐器的声音，拍到他们第一次从录音机听到自己的声音和音乐时的惊讶和喜悦。我还用橡皮刀戳一位小男孩，拍下他和朋友的反应，他们觉得我在开玩笑。（我还算聪明，没有拿这个把戏用在成年男子身上。）这些片段的影片不足以成为我的证据，因为抱持相反看法的人，可以辩称我只是选择出现共通表情的少数场合。

几个月后，我离开巴布亚新几内亚，心中并没有不舍，因为我渴望与人谈话，在那里没有人可以和我聊天，我也渴望吃点不一样的东西，我先前误以为自己会喜欢当地的食物，结果不然，我对芋头和芦荀已经感到厌烦。那是我一生最刺激的一次冒险，可是我仍担心自己并没有找出确切的证据。我知道福尔文化不久就会受到外界影响，而世上其他像福尔文化一样孤立的文化已经不多了。

返乡后，我偶然发现心理学家约翰·戴胥尔（John Dashiell）在20世纪30年代用来研究小孩如何解读脸部表情的方法，太小的孩子还不会阅读，无法从许多字中做选择，戴胥尔并没有要他们编故事（像我在巴布亚新几内亚所用的方法），他的方法比较好，向小孩读一个故事，然后请小孩从许多照片中选出一张符合故事的照片，我也可以使用这个方法。我重温巴布亚新几内亚人编的故事，选出最常用来代表各种情绪的故事，这些故事很简单：“他的朋友来访，他很快快乐；他很生气，快要吵起来了；他的小孩死了，非常伤心；他看到自己不喜欢的东西，或是看到很难闻的东西；他看见新奇而出乎意料之外的东西。”

但最常用来描述害怕的故事有个问题，原来的故事是一只野猪造成的危险，为了避免有人想成惊讶或生气，我必须修改成：“他独自坐在家中，村庄空无一



人，家里没有刀子、斧头或弓箭，一只野猪突然站在门口，他非常害怕地看着野猪，野猪在门口站了几分钟，不肯离开，他害怕野猪会来咬他。”

我安排几组照片，每组3张（图1-1），请他们听完故事后从一组照片中选出一张，只需要指出照片即可。我做了好几组照片，以避免重复出现同一张照片时，他们会用消去法来选择：“喔，这张照片是小孩死掉时的照片，那张是准备吵架时的照片，答案当然是剩下的那一张。”



图1-1

1968年底，我带着故事和照片回到巴布亚新几内亚，还多了一组同仁帮忙收集资料，以及许多罐头食品。我们的再度来临引起轰动，因为除了葛吉谢克和他的摄影师理查德·苏连生（Richard Sorenson）（他在前一年帮了我很多忙），很少有外地人来访，更少有人会重游此地。我们去了几个村庄，当他们知道这次的要求很简单，各地的人就自动前来，他们喜欢这个工作，也很高兴能拿到肥皂和香烟。

我非常小心，确定团队里的人不会在无意中透露出正确的照片是哪一张，照片裱贴在纸上，背后有编号，只有从后面才看得见号码。展示照片的人不知道配合各个表情的照片编号是几号，负责记下答案的人也不知道前面的照片是什么。读完故事后，受试者指出照片，由一位工作人员写下那张照片的编号。\*

不出几个星期，我们已测试三百多人，占了该文化3%的人口，足够进行统

\* 虽然我们非常谨慎，可是有一位坚持表情是学习而来、不是天生的人，却在15年后说我们可能以某种方式暗示受试者应该选哪一张照片，他没有指出我们怎么透露答案，只是认定我们一定有透露，只因坚持表情必然有文化差异，就认定我们泄露答案。



计分析。快乐、生气、嫌恶和哀伤的结果都非常明确，害怕和惊讶则无法区分，很多人听了害怕的故事后，会把惊讶的相片当成害怕的表情，同样地，听了惊讶的故事后，常常选出害怕的相片。可是，害怕和惊讶都不会与生气、嫌恶、伤心和快乐混淆。直到今天，我还不知道他们为什么无法区分害怕和惊讶，问题可能出在故事，或是这两种情绪在这些人的生活中常常交织在一起，无法区分。在已开发的文化中，害怕和惊讶是可分辨的。

在所有受试者中，除了23个人，其余都没有看过电影、电视或相片，也不会说英语，不曾住过任何西方殖民地或城镇，更没有为白种人工作过。这23个例外的人都看过电影、会说英语，曾就读传教士办的学校一年以上。大部分没有接触过外界的受试者，和这些少数例外的人，在判断情绪时，并没有差别，男性和女性之间也没有差别。

我们又做了一个受试者觉得很难的实验，由当地会说英语的人读一个故事，请受试者假设自己是故事的主角，然后表现出故事中人可能有的表情。我录下9个人的反应，他们都没有参与前述实验，然后把未经剪接的录像带放给美国大学生看，如果表情有文化差异，这些大学生就无法正确解读他们的表情，可是不然，他们能正确区分各个情绪，只是无法分辨害怕和惊讶，就像巴布亚新几内亚人一样。在此列出巴布亚新几内亚人摆出4种情绪的照片（图1-2）。

### 批评与疑问

我在1969年全国人类学年度研讨会中，宣布我们的发现。许多人对我们发现的结果很不高兴，我虽然提出证据，他们还是坚信人类行为都是环境因素造成的，不是与生俱来的，各个文化中的表情必然不同。我在日裔美国人的研究中，发现脸部表情的“控制”有文化差异，但仍无法让大家满意。

消除疑惑的最佳方式，就是在另一个未开化的孤立文化中，重做整套研究，最好是由想证明我错的人来进行，如果这个人的研究结果和我一样，更能证明我们的结果。由于另一个机缘巧合，人类学家卡尔·海德爾（Karl Heider）进行了相同的研究。

海德爾花了几年研究但尼族，不久前才回国，但尼族是另一个孤立的团体，现在称为西伊利安，是印度尼西亚的一部分。海德爾说我的研究一定有问题，因为但尼人连描述情绪的字眼都没有，我把自己的研究资料给他，教他如何进行实验。他的研究结果完全吻合我的发现，就连无法区分害怕和惊讶的情形，也都