

近期还将推出以下书籍，届时可以在 www.verycd.com 或 <http://ishare.iask.sina.com.cn/> 上找到，也可以加入科学心理学与书籍交流群，群号 42506864。

选取的都一些科学性强、网络上尚未有电子版心理学类书籍，具体书籍信息及评价情况请到 <http://book.douban.com> 查看。

- 1.进化心理学 by 巴斯 2. 社会生物学:新的综合 by wilson
- 3.谁会认错？我们为什么会有如此愚蠢的信念错误的决定和让别人受伤的行为
- 4.社会心理学-阿伦森版 5. 布鲁克林有棵树 6. 学习的艺术 维茨金 著
7. 疯狂实验史 8. 哪来的天才（英文原名 Talent is overrated）
- 9.为什么选错的总是我 10.思维改变生活 11. 积极心理学：关于人类幸福和力量的科学 12.欲望之源 13. 吃的真相 14. 直觉——你所不知的潜力与危害 by 迈尔斯 15.进化的大脑 16. 态度改变与社会影响 by 津巴多 17.害羞心理学 by 津巴多 18. 简捷启发式 19. 学习乐观 by 塞利格曼 (现有的版本是超星的，不太清晰) 20. 错觉:为什么我们视而不见、转身就忘或自命不凡 21. 实验心理学：通过实例入门（第七版） 22. 生命的心流 23.幸福的真意

图片来自读秀网，我用的是简单的办法——咨询下载，但每次只能咨询 50 页，咨询时间选在晚上 22 点以后可以免受咨询不得超过 80%的限制。具体咨询下载的方法我会公布在我的博客上。

快捷的办法是直接从掌握读秀、超星漏洞的那些人手里购买，价格基本在 1 元/100 页左右（taobao 上搜索读秀或超星 咨询 下载即可，可以讲价的），或者在读书宝库、诺贝尔学术网等论坛上通过论坛币来求助。

以上书籍之外，再推荐些绝对值得一看的书籍：

心理学类:社会性动物 少有人走的路 社会心理学(迈尔斯版) 决策与判断 与众不同的心理学 亲密关系 影响力 20 世纪最伟大的心理学实验 人类的性存在

其他类:如何阅读一本书 学会提问:批判性思维指南 把时间当做朋友 神奇的睡眠 中国健康调查报告，别让不懂营养学的医生害了你 异类 营养圣经-最佳营养学指南 外语学习的真实方法及误区

By Fateholder

2010-10-12

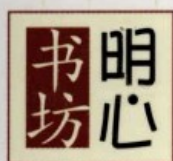
一点小广告：

QQ 群见上面，博客 <http://blog.sina.com.cn/fateholder>

豆瓣 <http://www.douban.com/people/fateholder/>

*Mistakes Were Made
(but not by me)*

谁会认错？



塔夫里斯和阿伦森将他们杰出的才能结合在一起，构建了一个富有社会洞察力并极具科学性的熠熠生辉的模型。假如你不想犯错误，就一定要阅读这本书。

《影响力》作者 罗伯特·西奥迪尼

 华东师范大学出版社

人们为什么会为自己的愚蠢看法、
糟糕决策和伤害性行为辩护

卡罗尔·塔夫里斯 艾略特·阿伦森◎著 邢占军等◎译



“这是一部引人入胜而又赏心悦目的著作，但是睿智是其主要特点。塔夫里斯和阿伦森解释了政治家、学术权威、医生、法律工作者、心理治疗师（以及余下的如你我一样的人）是如何逐渐相信自己是正确而又有道理的……以及人们为什么在面对截然相反的证据时仍然维持那种危险的自我欺骗。”

《撞上快乐》作者 丹尼尔·吉尔伯特

“人不仅会犯错误，而且会将所犯错误合理化。《谁会认错？》并不会将我们变成天使，但很难想象还会有更好的（或更具可读性的）东西来引导我们发现头脑中最为糟糕的策略。”

《作弊的文化》作者 大卫·卡拉汉

“让人赶快替总统和他的内阁购买这本书。在国会讨论期间大声朗读此书。假如此书不能改变我们错误的思考方式，我们便注定会一起毁灭。”

《为什么人们相信怪诞的事情》作者 迈克尔·舍默

“最大程度地将学术同散文的清新诙谐结合在一起，塔夫里斯和阿伦森揭示了许多人类行为的奥秘。读起来轻松自如，我们在每一章节都会有惊人的发现。”

《证人证词》作者 伊丽莎白·洛夫特斯

“塔夫里斯和阿伦森并不能让任何人摆脱困境，但是他们的确教给人们如何避免一次又一次地落入陷阱。这是我们这个时代最为迫切的需求和最重要的一部著作。”

《领导者该做什么》作者 沃伦·本尼斯

ISBN 978-7-5617-6350-6



9 787561 763506 >

定价：29.00 元

www.ecnupress.com.cn

Mistakes Were Made
(*but not by me*)

谁会认错？

人们为什么会为自己的愚蠢看法、
糟糕决策和伤害性行为辩护



卡罗尔·塔夫里斯 艾略特·阿伦森◎著
邢占军等◎译



 华东师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

谁会认错? / (美)阿伦森著;邢占军译. —上海:华东师范大学出版社, 2008

(明心书坊)

ISBN 978-7-5617-6350-6

I. 谁… II. ①阿…②邢… III. 个人—修养—通俗读物
IV. B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 136114 号

明心书坊

谁会认错?

人们为什么会为自己的愚蠢看法、糟糕决策和伤害性行为辩护

著 者 卡罗尔·塔夫里斯 艾略特·阿伦森
译 者 邢占军等
责任编辑 彭呈军
审读编辑 沈桂芳
责任校对 赖芳斌
装帧设计 卢晓红

出版发行 华东师范大学出版社
社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062
电话总机 021-62450163 转各部门 行政传真 021-62572105
客服电话 021-62865537(兼传真)
门市(邮购)电话 021-62869887
门市地址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口
网 址 www.ecnupress.com.cn

印 刷 者 上海市崇明县裕安印刷厂
开 本 787×1092 16 开
印 张 14.75
字 数 232 千字
版 次 2008 年 11 月第 1 版
印 次 2008 年 11 月第 1 次
印 数 6000
书 号 ISBN 978-7-5617-6350-6/B·435
定 价 29.00 元

出 版 人 朱杰人

(如发现本版图书有印订质量问题,请寄回本社客服中心调换或电话 021-62865537 联系)



目录



导言

骗子、傻瓜、歹徒和伪君子：

这些人是如何容忍自身行为的？ / 001

第一章

认知失调：自我辩护的原动力 / 001

第二章

傲慢与偏见……以及其他盲点 / 026

第三章

记忆，进行自我辩护的历史学家 / 050

第四章

良好的愿望与糟糕的实践：

临床诊断的闭合怪圈 / 074

第五章

法律与失调 / 097

第六章

爱情杀手:婚姻中的自我辩护 / 122

第七章

创伤、分歧与战争 / 144

第八章

置之不理,还是爽快承认 / 168

注释 / 187

后记 / 213

译者后记 / 215

数字水印
PDG

献给罗南(Ronan),我那《奇妙的字母 O》

—— 卡罗尔·塔夫里斯



理所当然地献给维拉(Vera)

—— 艾略特·阿伦森

我们都会相信那些我们认为并不真实的事情，并且，当它们最终被证实是错误的时候，我们便会不顾一切地歪曲事实以表明我们是正确的。我们会理性地将这一过程无限地持续下去；唯一能够对它作出的检验是，这种虚假的信念迟早会被铁的事实所粉碎，而这一切往往是发生在战场上。

——乔治·奥威尔(George Orwell), 1946



导言



骗子、傻瓜、歹徒和伪君子：
这些人是如何容忍自身行为的？

一定是有人搞错了，错误很可能出在我所服务的政府。

——亨利·基辛格(Henry Kissinger)在20世纪70年代
美国入侵越南、柬埔寨和南美洲的行动中扮演了重
要角色，这是他面对战争罪指控时所作出的回答。

一旦陷入事后聪明，我们便会发现一定是有人搞错了……我对此感到深深的悲哀。

——纽约主教爱德华·伊根(Edward Egan)在谈到一
些主教反对处置猥亵儿童的天主教神职人员时如
是说。

一定是有人搞错了，我们将法式薯条和薯饼的成分错误地告诉了公众和消费者。

——麦当劳就他们没有告知印度教徒和其他一些素食主义者,他们制作的土豆食品的“天然调味品”中含有牛肉成分,所作出的道歉。

本周问题:当一位总统严重贪污腐败时,你会如何判断?

- A. 这位总统的民意测验支持率会下降。
- B. 媒体会对他穷追猛打。
- C. 反对党会对他进行弹劾。
- D. 他自身所在党派的成员会攻击他。
- E. 或者,白宫会讲:“一定是有人搞错了。”

——比尔·施耐德(Bill Schneider)在美国有线电视新闻网(CNN)《走进政治》节目中向观众提出的问题。

自降临人世的那一天起,我们每个人便拥有了自我辩护的冲动,我们会为自身所表现出来的具有伤害性的、不道德的和愚蠢的行为推卸责任。尽管我们中大多数人所作出的决策永远也不会影响到成千上万人的生与死,但无论我们所犯错误的后果是微乎其微还是悲剧性的、规模很小还是波及全国的,我们中大多数人会发现:要讲出“我错了;我犯下了可怕的错误”这句话,即使并非不可能,也是相当困难的。在情感、金钱和道义上所冒的风险越高,要讲出这句话就会越困难。

不仅如此,大多数人在直接面对自己犯错误的证据时,不仅不会改变自己的观点或行为方式,反而会顽固地对它们加以辩护。即便是无可辩驳的证据,也很少能够穿透自我辩护的盔甲。当我们开始写作本书的时候,充当“顽固坚持不足信看法”角色的是乔治·W·布什(George W. Bush)。布什错误地声称萨达姆·侯赛因(Saddam Hussein)拥有大规模杀伤性武器,他错误地声称萨达姆与基地组织有联系,他错误地预言伊拉克人会站在街头载歌载舞地欢迎美国士兵,他错误地预言冲突会迅速结束,他错误地严重低估了这场战争的经费开支。而且,布什最为明显的错误出现在入侵伊拉克六周之后的

一次演讲中,当时还留下了照片,他郑重其事地宣布:“在伊拉克的主要战斗已经结束。”

那时,本书的作者之一密切地关注着来自左翼和右翼的新闻评论员们的评论,这些评论文章设想了一个总统在承认所犯错误时可能出现的各种情形。保守派的专栏作家乔治·威尔(George Will)和自由派的专栏作家保罗·克鲁格曼(Paul Krugman),都要求布什承认自己的错误,但总统仍然毫不妥协。2006年,伊拉克陷入了内战之中,16家美国情报机构发布的一份报告认为对伊拉克的占领助长了伊斯兰激进主义并且增加了恐怖主义的危险,而布什竟然对一个保守派专栏作家代表团讲:“我比任何时候都更加确信,我所作出的决策是正确的。”¹当然,布什不得不为他的政府在伊拉克所从事的战争辩护;他在所采取的一系列行动中已经付出了太多代价——几千名美军阵亡,根据美国企业学会2006年所作的保守估计,已花费至少上万亿美元。因此,在最初的理由被证明是错误的之后,他又发现了新的理由:除掉一个“魔头”,打击恐怖主义,促进中东和平,为伊拉克带来民主,加强美国的安全,完成“(我们的军队)为之牺牲的使命”。换句话讲,因为我们发起了这场战争,所以我们必须将它进行下去。

政治家是最为明显的自我辩护者,这也正是他们能够提供如此鲜活例证的原因。他们会很巧妙地对那些不利的说法加以掩饰;当身陷绝境的时候,他们会勉强承认错误,但绝不会承担责任。哎,一定是有人搞错了,但犯错的决不是我;一定是另外某个人,这个名字还不宜说出口。²当亨利·基辛格声称出错的是“政府”时,他回避了这样一个事实:作为当时的国家安全顾问和国务卿,他实际上代表的就是政府。这种自我辩护令他毫无尴尬、心安理得地接受了诺贝尔和平奖。

我们在审视政治家的行为时会感到迷惑不解、担忧乃至恐惧,然而从心理学角度来看,就所造成的后果而言,其形式却与我们大多数人平时在个人生活领域中的所作所为别无二致。我们置身于不愉快的人际氛围或者孑然一身,因为毕竟我们曾为之投入了相当多的时间。我们在很长时间里保持着一种麻木的工作方式,因为我们会寻找各种理由为此辩护,而且不能够对放弃这种方式

的好处进行清晰的评估。我们会因为一辆车看起来华丽而作出痛苦的购买决定，为了让这辆该死的车运行，我们会花费数千美元，而且我们还会花更多的精力来为这笔投入辩护。由于真实的或者想象中的怠慢，我们自以为是地制造了与某个朋友或亲属的隔阂，但我们却会将自己视为和睦的守护者——需要的仅仅是对方的赔礼道歉。

自我辩护与撒谎或者辩解不同。显然，人们会撒谎或者编织荒诞的故事来平息爱人、父母或者雇主的愤怒，避免受到指控或者被投进监狱，保住自己的工作或权位。但是，一个罪犯为了争取公众相信“事情并非如此”而讲出的话（“我没有对那位女士进行性侵犯”、“我不是一个骗子”），与他说服自己相信“自己做了一件好事”之间，存在着很大的差异。在前一种情境中，他在撒谎而且清楚地知道撒谎是为了保全自己。在后一种情境中，他是在自己欺骗自己。这正是自我辩护比显而易见的谎言具有更大威力和更强欺骗性的原因。它会令人们确信他们做了自己所能够做的最棒的事情。事实上，细想起来，这是很正常的。“我不可能再做任何其他事情了。”“实际上，这是解决问题的最佳方式。”“我正在为国家尽我所能。”“那些杂种是咎由自取。”“我有权这样做。”

自我辩护不仅会令我们的错误和糟糕决策看起来微不足道；而且也是那些伪君子的行为除本人之外人人皆知的原因。它会将我们的道德失误与他人的道德失误差别开来，并且混淆我们的行为和我们的道德信念之间的偏差。奥尔德斯·赫胥黎(Aldous Huxley)^①曾讲过，“世上很可能不存在清醒的伪君子”。在这一点上，他是正确的。纽特·金里奇(Newt Gingrich)^②似乎不太可能对自己讲：“噢，我竟然是这样一个伪君子。的确如此，在将比尔·克林顿(Bill Clinton)的性丑闻搞得天翻地覆的同时，我自己也正在这里享受着婚外恋。”同样，著名的福音传播者泰德·哈加德(Ted Haggard)^③看起来显然是一个伪君

① 奥尔德斯·赫胥黎(1894—1963)，英国小说家、散文家、博物学家。1932年发表科幻小说《美丽新世界》，以讽刺笔法描写他心目中的未来世界。——译者注

② 美国前众议院议长，共和党人，曾带头猛烈攻击克林顿性丑闻。——译者注

③ 全美基督教福音派联合会(National Association of Evangelicals)主席，被控与男妓有同性恋关系。——译者注

子,他一方面公开斥责同性恋,另一方面则与一位男妓保持着性关系。

同样,我们每个人都会刻画出自己的道德底线并且对它们加以辩护。例如,你是否曾经在缴纳个人所得税上做过小动作?你可能会用忘记了法定缴纳数额来弥补过失,而且如果想不到其他人也会这样做,你便是一个傻瓜。你是否未曾申报一些额外的现金收入呢?考虑到政府在政治分肥以及你所厌恶的项目上的浪费,你有权利这样做。在你本该履行职责的时候,你是否曾经在办公室里发送个人邮件或者上网冲浪呢?这样做是为了更加精神饱满地投入工作,这是你对公司愚蠢规则的个人抗议,而且你的老板并不欣赏你所做出的额外工作。

戈登·马里诺(Gordon Marino),是一位哲学和伦理学教授,当他在一家旅馆投宿的时候,钢笔从他的上衣口袋里掉出来,将一滴墨水滴在了丝制的床罩上。他决定将这件事告诉经理,但他累了而且也不想包赔损失。那天晚上,在和几个朋友一起出去的时候,他征求了他们的意见。“其中一位朋友建议我停止这种道德狂热,”马里诺说,“他认为:‘经理巴不得出点类似事故,这样就可以将成本增加到房费里面。’他没有费多长时间便说服了我不必去麻烦经理。我推测假如我将墨水滴在了一家住宿兼包早餐的家庭旅馆里,我会马上报告这起事故,但这是一家连锁店。诸如此类的东西导致了欺诈的出现。退房的时候,我还是在前台就那滴墨水留下了一张便条。”³

但是,你会说,所有的那些辩护都是正确的!旅馆房间的费用的确包含了笨拙的客人们所造成的维修成本!政府的确在浪费金钱!我所在的公司可能不会介意我在发送电子邮件上花费一点时间,而且我最终总会完成自己的工作!这些说法与是对是错没有什么关系。当我们跨过了这些底线,我们便会为那些我们确切地认为是错误的行为进行辩护,这样我们就可以继续将自己视为诚实的人,而不是罪犯或者窃贼。不论受到质疑的行为是在旅馆床罩上滴墨水这样的小事,还是盗用公款这样的大事,自我辩护的机制都是一样的。

现在我们可以看到,在利用有意识的撒谎去欺骗他人和依靠无意识的自我辩护来欺骗自己之间,存在着一种令人着迷的灰色地带,这个地带要由不可靠

的、自利的历史记录者——记忆来加以审视。记忆往往会受到自我助长偏见的整饰与影响，这种偏见会令过往事件的边缘变得模糊，罪过变轻，使真实发生的一切扭曲。当研究者询问丈夫和妻子各自承担了多大比重的家务时，妻子们会说：“你在开玩笑吧？我几乎承担了所有的家务，至少也是90%。”丈夫们则会说：“实际上，我做得很多，大约在40%左右。”尽管不同的夫妇说出的具体数字不同，但从总和上看都要在很大的幅度上超过100%。⁴ 这会诱使人们推断每对夫妇中有一个人是在撒谎，但更有可能的是，每个人都按照对自己有利的方式进行回忆。

随着时间的推移，当记忆出现自利扭曲、我们忘记或者歪曲了以往的事件时，我们便可能一点一点地相信自己的谎言。我们知道自己曾经做错过一些事情，但渐渐地我们会开始认为那并非全是自己的错误，毕竟当时的情境是复杂的。我们开始低估自己的责任，降低自己的责任，直到原有的不可推卸的责任变得可有可无。不久，我们便可以说服自己，从内心相信自己早前公开讲过的话。约翰·迪恩(John Dean)是理查德·尼克松(Richard Nixon)的白宫顾问，正是此人下令密谋掩盖水门丑闻所涉及非法活动的真相，他对这一机制如何发挥作用进行了解释：

主持人：你是说那些编造故事的人也在相信他们自己的谎言吗？

迪恩：的确如此。如果你经常把一件事情挂在嘴上，久而久之，它也就变成了事实。例如，当新闻界得知新闻记者与白宫官员的通话被窃听时，此时断然的否认已经不能奏效，这时便有人声称那是国家安全事务。我确信许多人相信窃听电话是为了国家安全，但事实并非如此。这是事情发生后他们虚构的辩解理由。然而你应该意识到，在他们这样讲的时候，他们的确坚信这一点。⁵

就像尼克松一样，林登·约翰逊(Lyndon Johnson)也是一位自我辩护的高手。根据他的传记作者罗伯特·卡洛(Robert Caro)的说法，当约翰逊开始相

信某件事情时,他会“完全地、绝对地”相信它,“不管以前有什么看法,或者事实本身如何”。乔治·里迪(George Reedy)是约翰逊的助手之一,他说,约翰逊“具有一种非凡的接纳能力,这使得他确信自己在任何时候都坚持了应当坚持的原则,而且有些迷人的是:当有人摆出他以往持有不同观点的证据时,他所表现出来的那副无辜的样子。这并非一种实际的行动。……他拥有难以置信的接纳能力来说服自己,只有那些当下合宜的‘事实’才是事实,任何与此相背离的事实都来自敌人的谎言。他会逐字逐句地将内心所想变为现实”⁶。尽管约翰逊的助手们将这一点视为富有魅力的人格特征,但它很可能是导致约翰逊不能将我们这个国家从越战泥潭中挣脱出来的主要原因之一。一个在公众面前为自己的行为辩护的总统,很可能只是为了改变公众的看法。而一个在自己面前为自己的行为辩护的总统,却会相信自己掌握了事实,这会成为他进行自我矫正的阻力。



在苏丹的努埃尔(Nuer)和丁卡(Dinka)部落中,有一种奇怪的传统。他们会拔出孩子们牢固的门牙——包括下面的六颗和上面的两颗——由此导致孩子们下巴凹陷,下唇折叠,口齿不清。这种习俗显然是从破伤风(这种病会导致牙关紧闭)流行的某个时期开始的。村民们开始拔掉他们自己以及孩子们的门牙,这样就可以保证流体食物能够从缺口吸食。破伤风流行是很久以前的事情,然而努埃尔和丁卡部落至今仍保持着拔掉孩子门牙的做法。⁷ 事情怎么会这样呢?

1847年,伊格纳奇·山姆维斯(Ignac Semmelweiss)对他的医生同行有个著名的忠告,在接生婴儿前要先洗手。他意识到在对死于产褥热的妇女进行尸检时,医生们的手会接触到某种“病毒毒素”,随后会将它传染给分娩中的妇女。山姆维斯要求自己的学生在含氯抗菌液中洗手,此后产褥热死亡率迅速下降。然而他的同事们却拒绝接受山姆维斯的具体证据,这样只是在他自己的病人中

维持着较低的死亡率。⁸ 为什么不能迅速推广山姆维斯的发现、并对他找到如此之多无谓死亡的原因而表示由衷感谢呢？

第二次世界大战之后，费迪南德·卢德伯格(Ferdinand Lundberg)和玛丽尼亚·法恩海姆(Marynia Farnham)出版了热销书《性欲丧失的现代女性》，他们在这本书中声称，一个在男性活动领域功成名就的女性，看起来就像美国两大职业棒球联盟比赛中的获胜者，但是她却需要付出更大的代价——“很大程度上要靠基本的本能抗争来作出牺牲。在严峻的生活现实中，她要经常性地适应这种激烈的竞争，这会对她造成伤害，特别是会伤害到她自身的感受。”这会让她变得冷淡，而且，“处处向男性发起挑战，再也不能容忍扮演哪怕相对服从的角色，许多女性发现她们的性能力在减退”⁹。在生活有保障的10年时间里，法恩海姆博士从明尼苏达大学获得了博士学位并且在哈佛大学医学院完成了博士后研究，她所从事的事业是告诉女性不要拥有事业。难道她不担心自己会变得冷淡并且依靠基本的本能抗争来作出牺牲吗？

加利福尼亚州科恩县治安署逮捕了一名退休的中学校长帕特里克·邓恩(Patrick Dunn)，他被怀疑谋杀了自己的妻子。他们约谈了两个人，这两人作了相互矛盾的陈述。其中之一是一位没有犯罪记录的女士，她没有对嫌犯的情况加以隐瞒的任何个人动机，此人保留着记事录，而且她的老板支持她对事件的解释。另一个人是一个被判了六年监禁的职业罪犯，此人向检察官所作的陈述暗示邓恩有罪，但除本人的话之外，他不能为自己的讲述提供任何支持。警探不得不在相信那位女士(相信邓恩是无辜的)还是相信那个罪犯(相信邓恩有罪)之间作出选择。他们选择了相信那个罪犯。¹⁰ 为什么会这样呢？

通过对自我辩护的内在作用机理的理解，我们便可以回答此类问题，并且可以解释人们所做的另外许多看起来不可理解或者疯狂的事情。目睹着那些凶残的独裁者、公司里贪婪的首席执行官、以上帝的名义进行谋杀的宗教狂热分子、对儿童进行性侵犯的神职人员，或者那些为了家庭遗产而对自己的兄弟姐妹进行欺骗的人，许多人会问及这样的问题：他们到底是如何对这一切心安理得的？对此，我们也能够作出回答。问题的答案是：他们恰恰按照我们这些

人的方式在行事。

自我辩护也存在着成本与收益。就其本身而言,它并不必然是一件坏事。它能够保证我们在夜里安睡。离开了它,我们那些难以忍受的窘迫将会持续。由于没有选择某条道路,或者所选择的道路非常糟糕,我们会感到遗憾并因此而备受折磨。我们会在事后为自己所作出的几乎所有选择感到十分苦恼:我们是否做对了那件事情?是否选对了自己的另一半?房子是否买得合适?挑选的汽车是否最好?是否选对了职业?然而,不经意间的自我辩护,就像流沙,也会将我们拖向更深的灾难。它会限制我们发现自身错误的能力,更不必说改正错误。它会对现实加以歪曲,妨碍我们获取所需的所有信息以及对问题进行清晰的评估。它会拉长并扩大爱人、朋友以及民族之间的裂痕。它会阻止我们放弃不健康的习惯。它会容忍罪犯对他们的行为逃避责任。它会导致许多专家不去改变可能对公众造成危害的过时看法和做法。

在生活中没有人能够不犯错误。但我们的确有能力和讲:“现在不会再犯同样的错误了。以往的错误不会再出现了。”人皆有过,但在犯了错误之后,一个人既可以掩盖错误,也可以承认错误。我们一直接受这样的教导:我们应当从自己的错误中学习。但假如不能首先承认自己犯了错误,我们又怎能从中学习呢?要做到这一点,我们就必须认清自我辩护的诱惑。第一章将要讨论的是认知失调,这是一种与自我辩护的产生相关的心理机制,它会维护着人们的自信、自尊以及社会认同。在随后的几章里,我们会详细分析自我辩护最具危害的后果:它如何加重偏见和贪污腐败,如何扭曲记忆,如何由专家的自信变为傲慢,如何产生并维系着不公正,如何将爱隐藏起来,如何造成仇恨和裂痕。

我们能够带给读者的好消息是:通过认识这种机制如何发挥作用,我们可以打破这种联系。因此,在最后一章,我们会退一步来思考问题,进而发现我们个体的、人际的以及社会的应对措施。认识这种机制,是找到改变和挽回措施的第一步。这就是我们写作本书的原因。

第一章



认知失调： 自我辩护的原动力

新闻发布时间：1993 年 11 月 1 日

我们先前发布新闻称，纽约会在 1993 年 9 月 4 日到 10 月 14 日之间遭到毁灭，在这一点上我们并没有出错。而且，没有丝毫的差错！

新闻发布时间：1994 年 4 月 4 日

在我们先前发布的新闻中所预告的所有日期，都是《圣经》里上帝所明示的准确日期。这些日期没有任何错误……以西结(Ezekiel)^①对城市遭到攻击的预告一共是 430 天……根据他的预告，准确的时间应该是 1994 年 5 月 2 日。到目前为止，所有的人都得到了预先警告。我们尽到了自己的职责……

① 希伯来先知，旧约圣经《以西结书》的作者。——译者注

我们是整个世界上唯一能够帮助人们获得平安、安全和拯救的人！

我们的预言记录是百分之百！¹

阅读有关世界末日的预言是令人着迷的，有时则觉得滑稽可笑，但更为令人着迷的是：在预言失败、世界仍在运转的时候，去观察那些虔诚信徒的所思所想。请注意，他们中几乎没有人会说：“完了！简直难以相信，我会如此愚蠢地相信那些胡言乱语。”相反，在绝大多数情况下，他们会更加确信预言的威力。这些人坚定不移地相信，《圣经·新约》中的《启示录》，或者 17 世纪自封为预言家的诺查丹马斯(Nostradamus)的著述，已经预言了从黑死病到 9·11 之间的历次灾难，问题是他们的这些模糊不清、捉摸不透的预言只是在事件发生后才能够被理解，但是他们却并没有对此感到困惑。

半个世纪以前，一位名叫利昂·费斯汀格(Leon Festinger)的年轻社会心理学家和他的两个助手，潜入了一个相信世界末日在 12 月 21 日来临的群体中间。² 他们想要搞清楚，当(他们所希望的)预言破灭时，这个群体会出现何种状况。这个群体的领袖——研究者们称她为玛丽安·科琪(Marian Keech)——许诺，信徒们将会在 12 月 20 日夜里被一架飞船接走，并飞到安全的地方。她的许多追随者放弃了工作，舍弃了家业，散发了积蓄，等待着末日的到来。在外层空间，有谁会需要金钱呢？另外一些人则恐惧地等待着，或者无望地待在家里。(科琪女士的丈夫并不相信这一切，就在他的妻子和追随者们在客厅祈祷的时候，他早早地上了床，美美地睡了一夜。)费斯汀格作出了自己的预言：那些没有得到预言家强烈许诺的信徒(这些人在自己的家里等待着世界末日的来临，期盼自己不会在午夜死去)，会很快失去对科琪女士的信任。而那些放弃了自己的财产、与其他人一起等待飞船的信徒，对她所具有的神秘能力的信念会增强。实际上，他们会尽其所能地让其他人加入自己的行列。

到了午夜，院子里根本没有飞船出现的迹象，人群开始有点紧张。到了凌晨 2 点，他们变得非常担忧。凌晨 4 点 45 分，科琪女士抛出了一个新的版本：她说，由于她的小团队无与伦比的忠诚，世界已经被救赎了。“上帝的话是强大

无比的，”她对自己的追随者们讲，“他的话已经让你们得救——由于有了你们对死亡的祷告，本该降临地球的威胁没有机会到来。现在弥漫在这间屋子里的善行和光明，并非自地球诞生之日起就已经存在的。”

人们的心境由失望变为欣喜。团队中的许多成员在12月21日之前根本没有感到有必要改变自己的信仰，现在他们开始要求新闻媒体报道这个奇迹，随后他们走上街头，拉住过往的行人，试图改变他们的信仰。最终，得到证实的是利昂·费斯汀格的假定，而并非科琪女士的预言。



自我辩护的原动力，即导致人们将自己的行动和决策（尤其是错误的行动和决策）合理化的力量，是一种令人不愉快的感受，费斯汀格称之为“认知失调”。认知失调是一种紧张冲突的状态，无论何时只要某个人同时拥有心理上不一致的两种认知（想法、态度、信念、意见），就会出现这种状态，例如，“吸烟是愚蠢的，因为它能够置我于死地”与“我每天吸两包烟”。失调会导致心理上的不舒适感，从轻微的疼痛到极度的痛苦；直到找到某种减少失调的办法，人们的不舒适感才会得以缓解。在这个例子中，对一个吸烟者而言，最直接的办法是停止吸烟以减少失调。但假定他已经尝试停止吸烟但最终失败了，他就只能通过下面的方式来减少失调：让自己确信吸烟的实际危害并不大，或者让自己确信吸烟的风险是值得的——因为吸烟可以帮助他放松或者防止他身体过重（毕竟，肥胖对健康也是一种危害），如此等等。大多数吸烟者试图通过许多这类巧妙的（尽管是自我欺骗的）方式来减少失调。

失调会令人焦虑不安，因为持有两种相互矛盾的看法难免会充斥着荒谬，正如阿尔伯特·加缪（Albert Camus）所观察到的，我们人类是用尽一生来证明自身的存在不是荒谬的一种动物。费斯汀格理论的核心思想，是探讨人们如何努力使相互矛盾的看法合理化，以便让生活（至少在他们的内心）协调一致、富有意义。这一理论直接导致了超过3 000项的实验研究，这些实验一起改变了

心理学家对人类大脑如何进行思考的理解。认知失调理论甚至突破了学术领域,进入大众文化。到处都可以见到这个术语。本书作者之一就从电视新闻节目、政论专栏、报刊文章、汽车保险杠上的贴纸乃至肥皂剧中听到或看到过。阿莱克斯·特雷贝克(Alex Trebek)在他支持的《冒险》节目中使用过,乔恩·斯图尔特(Jon Stewart)在他主持的《每日秀》节目中使用过,《白宫风云》中的巴特勒(Bartlet)^①总统也使用过。尽管这个术语被广泛使用,但很少有人能够完全理解它的含义或者体会到它的巨大驱动力。

1956年,本书作者之一(艾略特)成为斯坦福大学的一名心理学研究生。那一年费斯汀格也成为那里的一名年轻教授,他们很快便一起合作,设计实验对认知失调理论进行验证和发展完善。³ 他们的思想向心理学领域和一般公众所信奉的真理(例如,行为主义者所认为的,人们去做某件事情最初是由于它们能够带来奖励;经济学家们所认为的,人们一般会作出理性选择;精神分析学家们所认为的,攻击性行为会消除攻击性刺激),提出了许多挑战。

让我们来看一下认知失调理论是如何向行为主义发起挑战的。当时,绝大多数科学心理学家确信,人们的行为是由奖励和惩罚来主宰的。假如你在迷津的出口让一只老鼠饱餐一顿,它会比没有食物时对迷津学得更快,这一点是确定无疑的;假如你在你的狗向你伸出爪子时给它喂食饼干,它会比你对它的做法不予理睬时更快地学会这种特技。相反,假如当你的小狗在地毯上撒尿时你对它进行了惩罚,它很快就会停止那样做。行为主义者进一步认为,任何与奖励联系在一起的事物都会变得更有吸引力(由于你给了它饼干,你的小狗会更喜欢你),而任何与痛苦联系在一起的事物都会引起厌恶。

行为主义定律当然也适用于人类;没有人会在没有报酬的情况下坚持做一件乏味的工作,假如你为了不让自己的小孩发脾气而给了他一块甜饼干,你便教会了他在想要甜饼干的时候发脾气。但无论如何,人类的大脑都要比老鼠或者狗复杂。一条狗可能会因在地毯上撒尿被逮到而表现出懊悔,但它决不会思

① 美国影片《白宫风云》中虚构的一位美国民主党总统。——译者注

考如何为自己的错误行为辩护。人类则可以进行思考;而且正因为我们能够思考,失调理论证实了我们的行为会超越奖励与惩罚并将二者对立起来。

例如,艾略特预言假如人们得到某个东西时经历了极度的痛苦、不安、努力或者尴尬,他们就会比轻而易举得到它时更为幸福。对于行为主义者而言,这是一个十分荒谬的预言。人们为什么会喜欢诸如与痛苦联系在一起的事物呢?但是对艾略特而言,答案是显而易见的:自我辩护。“我是一个聪明能干的人”的认知,与“我历经艰辛才得到某个东西(例如,加入了一个令人厌烦而又毫无价值的团队)”的认知之间,会存在失调。因此,我会将自己对这个团体的认知向积极的方向扭转,努力去发现该团体积极的方面,而忽略其消极的方面。

看起来检验这个假设的最简单的方法,是对一些大学兄弟会加入仪式的严格程度进行等级评定,然后对其成员进行访谈,询问他们对所在兄弟会的喜爱程度。假如那些经历了严酷加入仪式的成员比那些经历温和加入仪式的成员对自己所在的兄弟会更加喜爱,难道可以由此证明严酷的加入仪式会导致对团体的喜爱吗?并非如此。而且事情可能恰恰相反。假如某个兄弟会的成员认为自己的团体是被人们高度向往的精英群体,他们便可能要求采取严酷的加入仪式,以阻止那些乱七八糟的人加入进来。只有那些一开始就被这类团体深深吸引的人,才愿意历经严酷的加入仪式成为其中的一员。那些并没有为某个兄弟会激动不已、只是想随便加入其中之一的人,则会选择那些要求温和加入仪式的兄弟会。

这正是必须要进行控制实验的原因。实验的优点在于,它可以将人们随机地分配到不同的条件之下。不考虑一个人最初对所加入的团体感兴趣的程度,每个被试都会被随机地分配到严酷的加入仪式或者温和的加入仪式条件下。假如与那些没有付出什么努力加入团体的人相比,随后那些付出艰辛努力的人感到团体更有吸引力,那么我们便会认识到,是所付出的努力而并非最初兴趣上的差异导致了这一点。

艾略特和他的同事贾德森·米尔斯(Judson Mills)进行了一项这样的实验。⁴ 来自斯坦福大学的学生们被邀请参加一个讨论性心理问题的小组,但在

小组接纳他们之前，首先必须要通过加入仪式。一些学生被随机分配到非常窘迫的加入仪式条件下：他们必须当着实验者的面，大声背诵摘自《查泰莱夫人的情人》和其他一些黄色小说的难堪的、明显描写性的段落。（对于 20 世纪 50 年代传统的学生来讲，这是一件痛苦难堪的事情。）另外的学生被随机分配到温和的窘迫条件下：大声朗读字典里与性有关的词语。

加入仪式之后，实验者让每一位被试收听同一段据说由他刚刚加入小组的成员们讨论的录音。实际上，录音带是提前录制的，这样可以尽可能让人感到讨论枯燥无味、毫无价值。讨论者在发言时吞吞吐吐，有时会停顿很长时间，问题涉及鸟类的第二性征（诸如，择偶期羽毛的变化，等等）。录音带上的讨论者哼哼哈哈，常常相互打断对方的讲话，句子也讲不完整。

最后，这些学生从一些维度上对讨论进行了等级评定。那些经历了温和加入仪式的学生，认为讨论毫无意义而且乏味单调，他们准确地将小组成员评价为缺乏吸引力而且令人厌烦。录音带上的一个发言者吞吞吐吐、口齿不清，他承认自己没有阅读所要求的有关某些稀缺鸟类择偶期活动的材料，那些经历了温和加入仪式的听众们被他激怒了。这是一个多么没有责任感的白痴！他甚至没有阅读最基本的材料！是他将小组搞得一团糟！有谁愿意和他待在一个小组呢？而那些经历了严酷加入仪式的学生，则评价讨论很有趣、令人兴奋，评价小组成员有吸引力、机智。他们能够谅解那些没有责任感的白痴。他的坦率令人耳目一新！有谁不愿意和这样诚实的人待在一个小组里呢？很难相信这两组被试收听的是同一盘录音带。这就是失调的威力。

这个实验曾经被其他科学家重复过多次，从实施电击到过度消耗体力，他们采用了各种各样的加入仪式。⁵ 所得到的结果总是一致的：严酷的加入仪式会增加一个人对团体的喜爱。这些发现并不意味着人们喜欢痛苦的体验（例如，填写个人所得税表格），也不意味着人们喜欢那些与痛苦联系在一起的事情。他们的研究表明，如果一个人为了达到某个目标而自愿经历某种困难或者痛苦的体验，那么这个目标就会更具吸引力。假如你正要去参加某个讨论小组，在路上，一盆花从某个高层公寓打开的窗户坠落而且砸中了你的头部，你便

丝毫不会喜欢那个讨论小组。但是,假如你为了成为这个小组的成员而自愿让花盆砸中头部,你肯定会更加喜欢那个小组。

眼见为实

我会寻找更多的证据来证实自己已经形成的看法。

——洛德·莫尔森(Lord Molson),英国政治家(1903—1991)

失调理论也推翻了我们人类(作为智人)会理性地加工信息这种自我迎合的观点。恰恰相反的是:如果新的信息与我们的看法一致,我们会认为它是合理的、有益的:“我一向这样讲的!”如果新的信息与我们的看法不一致,我们便会认为它是偏颇的、愚蠢的:“这是多么愚蠢的观点!”人们对和谐一致的需要具有如此强大的力量,以至于当他们被迫面对负面的证据时,就会寻找对它进行批评、歪曲或者清除的方式,从而使原有的看法得以维持甚至强化。这种心理偏差被称为“证实偏差”⁶。美国传奇式喜剧演员和社会评论家伦尼·布鲁斯(Lenny Bruce),在观看了1960年发生在理查德·尼克松(Richard Nixon)和约翰·肯尼迪(John Kennedy)之间的著名辩论(那是这个国家的第一次总统候选人电视辩论)后,对此进行了生动的描述:

与一群肯尼迪的崇拜者一起收看大选辩论,他们会这样评论:“他的确将尼克松打得一败涂地。”随后,我们一起来到另一所公寓,尼克松的崇拜者们对我们说:“你认为他对肯尼迪的致命一击如何?”于是我意识到,每个群体都热爱他们的候选人,因此即便有人对着摄像机大声叫嚷:“我是个窃贼,是个骗子,你听到了吗?选我做总统是你们作出的最糟糕的选择!”他的追随者也仍然会说:“现在站在你面前的是一个诚实的人。只有伟大的人物才会承认这一点。这正是我们需要的总统人选。”⁷

2003年，在已经非常清楚伊拉克不存在大规模杀伤性武器之后，那些支持这场战争的美国人面对布什总统发动战争的理由陷入了失调之中：我们相信布什总统，但我们（包括总统本人）是错误的。如何消除这种失调呢？对于那些曾经认为萨达姆·侯赛因拥有大规模杀伤性武器的民主党人而言，解决起来比较容易：共和党人又一次错了；总统撒了谎，或者至少是过于热衷错误的信息；相信他，我有多么愚蠢。但是，对共和党人而言，失调便更为剧烈。他们中间一般的人通过拒绝接受证据来消除失调，他们对一家网络民调机构说，他们相信那些武器已经被发现。这家民调机构的主任说：“对一些美国人而言，支持这场战争的愿望可能导致他们过滤掉了那些没有发现大规模杀伤性武器的信息。考虑到新闻报道的密集性和公众对这个话题的高度关注，对信息的误读意味着一些美国人可能在避免产生认知失调体验。”事情的确如此。⁸

神经科学家最近发现，这类思维偏差根植于大脑的信息加工方式——不论人们所属政治派别如何，这种偏差存在于所有人的大脑之中。例如，德鲁·威斯顿(Drew Westen)和他的同事们就人们对来自乔治·布什和约翰·克里(John Kerry)的失调性或一致性信息处理进行了磁共振研究。他们发现，当被试面对失调的信息时，大脑的理智区完全停止工作；而当恢复了协调的时候，大脑的情绪区就会兴奋起来。”这些机制为我们所观察到的“人们一旦下了决心，就很难加以改变”现象提供了神经心理依据。

事实上，即便是在读到与自己观点相反信息的时候，人们也会更加确信自己是正确的。在一项实验中，研究者分别挑选了几位反对死刑和赞成死刑的人，让他们阅读两篇论证充分的学术论文，文章讨论了死刑是否可能震慑暴力犯罪这个充满感情色彩的问题。其中一篇文章得出了肯定的结论；而另一篇则恰恰相反。假如这些读者理性地处理这些信息，他们至少会意识到这个问题比他们原来所考虑的要复杂得多，因此，他们有关死刑威慑力的看法便可能会互相接近。但是，认知失调理论预言，这些读者会对两篇文章进行某种形式的歪曲：他们会将那篇证实了自己观点的文章牢记在心，将它称为一篇高水平的作品；而对不能证实自己观点的那篇文章，他们则会寻找一些小错误并加以夸大，

由此成为不必受其影响的重要理由。这也正是实际所发生的。两组被试不仅相互怀疑对方的观点,而且他们更加坚持自己原有的观点。¹⁰

证实偏差甚至会让人们用那些无中生有的证据来证实自己的看法。当联邦调查局和其他调查人员无论如何也找不到证据来证明屠杀婴儿的撒旦教信徒已经渗透到国内时,相信这些教徒存在的人们并未感到不安。他们声称,没有证据本身可以证明那些邪教教主是多么的狡猾与邪恶:他们连皮带骨地吃掉了那些婴儿。诉诸这种推理的,不仅仅是那些极端的信徒和流行心理学的倡导者们。当富兰克林·罗斯福(Franklin D. Roosevelt)因二战相持不下而作出将成千上万的日裔美国人赶出家园关进拘留营这一糟糕决策的时候,他所依据的仅仅是日裔美国人一直在破坏各种战争努力的流言。在当时以及后来,人们并没有发现支持这类流言的证据。的确如此,美国陆军西海岸指挥官约翰·狄威(John DeWitt)将军承认,他们没有证实任何一个日裔美国人从事破坏活动或者叛国。“实际上根本没有出现破坏活动,”他说,“实际存在的,是这类活动将会出现的令人不安的一致性暗示。”¹¹

英格丽的选择,耐克的梅赛德斯和艾略特的独木舟

认知失调理论所能解释的要远远超过“人们在信息处理的过程中具有非理性”这一可以理解的观点。它还可以揭示为什么人们在作出了错误的选择后会产生偏见。¹²社会心理学家丹·吉尔伯特(Dan Gilbert)在他那部颇具启发性的著作《偶遇幸福》一书中,请人们思考这样的问题:假如英格丽·褒曼(Ingrid Bergman)在影片《卡萨布兰卡》的结尾没有满怀爱国之心地回归她那位反纳粹的丈夫,而是与汉弗莱·博加特(Humphrey Bogart)一起待在摩洛哥,故事会如何发展。¹³她会对此感到遗憾吗?就像博加特用悲伤的语气对她所讲的,(这种遗憾)“或许不在今天,或许不在明天,但会在不久,会在你的余生中(感受到)”。或者说,她会因为自己离开博加特而永远感到遗憾吗?吉尔伯特摆出了大量的资料来证实这两个问题的答案都是否定的,从长远看来任何一种选择都

会让她感到幸福。博加特的说法尽管很有说服力但却是错误的，失调理论为我们道出了其中的奥妙：英格丽会寻找理由为自己所作出的任何一种选择辩护，同时她也会寻找理由来表明自己为没有作出另外一种选择而感到高兴。

一旦我们作出了选择，我们便会想尽一切方式来支持自己的决定。当我们一向节俭、低调的朋友耐克(Nick)心血来潮地卖掉了陪伴了自己八年的本田思御轿车，购买了一辆崭新的、承重力强的梅赛德斯轿车，耐克开始变得行为古怪起来。他开始批评起朋友的轿车，说什么：“你是不是也该卖掉那辆破车了？你不觉得自己该得到驾驶一辆新车的快乐吗？”或者：“瞧瞧，驾驶那样一辆小车太不安全了。如果遇到了事故，你可能会丧命的。难道你的生命还不多值几千美元吗？你根本想象不到有了这辆车，让我内心感到多么坦然。因为驾驶着一辆很坚固的轿车，令我感到一家人是安全的。”

情况很可能是这样的：耐克仅仅被一辆做安全教育的甲壳虫车撞了一下，他便基于理智断定，最好要驾驶一辆像梅赛德斯那样的大型轿车。但我们却并不这样想。他的行为(无论是花那样一笔钱去购买一辆豪华轿车，还是喋喋不休地劝说朋友也去购买)是如此不寻常，不能不让人怀疑他是在减少自己的失调：他一定感觉到自己是因一时头脑发热才花费了一生的大部分积蓄去购买一辆车，而他平时也曾认为那“不过是一辆车而已”。而且，在购买那辆车的时候，他的孩子正要进大学读书，这将会给他的银行账户带来很大压力。于是，耐克开始炮制各种观点来为自己的决定辩护：“梅赛德斯棒极了；我辛辛苦苦一辈子也该得到一辆梅赛德斯了；而且，梅赛德斯十分安全。”假如能够劝说那些小气的朋友们买上一辆，他便会感到更加心安理得。就像科琪女士的那些改变了信仰的信徒们一样，他的信仰也开始出现变化。

耐克减少失调的需求(就像英格丽所具有的)，因其所作选择的不可改变性而增加；他不可能在没有任何经济损失的情况下取消自己的选择。对不可改变性的一些强有力的科学证据，来自一项有关赛马场上赌徒们心理策略的巧妙研究。赛马场是一个对不可改变性进行详细考察理想的场所，因为一旦下了赌注，你就不可能回去告诉那位坐在窗子后面的好心人，你要改变主意。在这项

研究中,研究者们只是拦住那些前去下两美元赌注或者另外一些刚刚离开下注窗口的人们。研究者们询问每个人对自己所选马匹胜算的把握有多大。那些已经为自己所选马匹下过赌注的人,比那些正要前去下注的人,对自己的选择把握更大。¹⁴当然,实际上除了最终下出的赌注之外,任何事情都不会发生改变。假如已经是覆水难收,人们会更加确信自己刚刚做出的事情是正确的。

你可以在顷刻之间理解失调是如何发挥作用的,而不必去听耐克说些什么。某种选择所付出的时间、金钱、努力或者不便越大,而且其结果越是难以改变,则失调越大,并且为减少失调而去夸大所作选择有利方面的需求也越大。因此,当你将要作出重要的购买决定或者重要的决策(购买何种轿车或者电脑,是否进行外科整形,是否签购一项昂贵的自助程序)时,不要去咨询某个刚刚作出这种决定或决策的人。这个人会极力让你确信这样做是正确的。如果去问那些已经花了12年而且花费了5万美元的人某项治疗是否有效,他们中的大多数人会说:“Weltschmerz^①医生棒极了!如果不是因为他,我决不可能得到真爱(找到一份新的工作)(体重下降)。”花费了如此多的时间和金钱之后,他们不太可能说:“哎,我已经在 Weltschmerz 医生那里治疗12年了,那简直是一种浪费。”假如你想就某种自己想买的产品征求意见,你就应该去询问那些正在搜集信息而且尚未拿定主意的人。假如你想知道哪种程序对你有帮助,不要相信推荐书,而要从控制条件下的实验中获取数据。

一旦自我辩护与我们有意识的选择结合在一起,它就会变得更为复杂;至少我们知道自己会对它有所期待。但是,它也会出现在我们没有明确理由的行为之后;在这种情况下,我们根本不知道为什么会坚持某些信仰或者遵从某些习俗。例如,在导言中我们曾经介绍过的,苏丹丁卡和努埃尔部落用鱼钩拔掉孩子们几颗门牙的习俗——那是一个很痛苦的过程。人类学家们认为,这种传统是从破伤风流行的某个时期开始的,拔掉门牙便可以保证那些受难者摄入某些营养。但是,假如这就是理由,那么村民们到底为什么在危险过后仍坚持这

^① 源自德语,意为“世界之痛”。原为奥地利诗人莱瑙(N. Lenau, 1802—1850)的话,意思是说人们生活在世上是苦恼的。——译者注

种习俗呢？

透过失调理论的视角，在局外人看来毫无道理的习俗，便可以变得完全可以理解。在流行病传播期间，村民们可能已经开始拔掉所有孩子的门牙，以便一旦有孩子感染了破伤风，就可以帮他们进食。但是，让孩子们经历这一切是很痛苦的，特别是遭受疾病折磨的只是其中的一部分人。为了更好地在自己和孩子们面前为自己的行为辩护，村民们只好在既成事实出现之后通过夸大这种做法的好处来支持自己的选择。例如，他们可能会让自己相信，拔掉牙齿具有审美价值（呀，凹陷的下巴的确富有吸引力）；他们甚至可能将这种外科手术式的折磨作为一种步入成年人的仪式。而且，事实也的确如此。“没有牙齿是美的，”村民们说，“那些牙齿完好无损的人是丑的：他们看起来就像会吃人的生番。长着一副完整的牙齿会让人看起来像一头蠢驴。”没有牙齿的人还有另外一些审美价值：“我们喜欢他们在说话的时候发出的嘶嘶声。”为了让惊恐的孩子们消除疑虑，家长们会告诉他们：“这种仪式是成熟的标志。”¹⁵这种做法最初的医学理由早已消失，但人们心理上的自我辩护却仍然存在。

人们倾向于认为，作为聪明而且有理性的个体，他们清楚自己为什么要作出选择，因此，当你要向他们指出他们行为的真实理由时，他们并不总是感到高兴。艾略特在他的加入仪式实验之后获得了这方面的第一手资料。“在每一位参与者做完实验之后，”他回忆道，“我详细地向他们介绍了这项研究并对失调理论进行了认真的回顾。尽管每一个经历了严酷的加入仪式的人都声称他们发现了预设的计谋并且他们能够发现大多数人是如何受到我所预计方式的影响，但是他们都费尽心机地向我保证他们对这个组织的喜爱与严酷的加入仪式无关。他们每个人都声称，他们喜爱这个组织体现了自己的真实感受。然而，几乎他们所有人都要比那些温和加入仪式条件下的人，对自己的组织更加喜爱。”

没有人不抱有减少失调的需求。即便是那些了解这一理论的人也不例外。艾略特讲过这样一个故事：“当我还是明尼苏达大学的一名年轻教授的时候，我和我的妻子厌烦了租借的公寓；于是，在某年的12月份，我们着手购买自己的

第一套住房。在我们能够支付的价格范围内，我们仅找到了两套价位合理的房子。一套比较陈旧，但很讨人喜欢，步行便可以到达校园。我对它更加喜爱，主要是因为这意味着我可以让我的学生们来开研讨会，一起餐饮，可以扮演一个时尚教授的角色。但这套房子位于一个工业区内，没有太多空间可供我的孩子们玩耍。另外一个选择是一套空旷的房子，比较新，没有隔离带。它位于郊区，距校园驱车 30 分钟的路程，但仅仅一里开外就有一个湖泊。在对这两个选择翻来覆去考虑了几周之后，我们决定选择位于郊区的那套房子。

“搬进新居不久，我注意到报纸上有一则出售二手独木舟的广告，为了给妻子和孩子们一个惊喜，我迅速将它买了下来。当我在一个冰冷凄凉的一月天里，用车将那只独木舟拉回家时，我的妻子瞧了一眼便大笑不止。‘有什么好笑的吗？’我问道。她说：‘去问利昂·费斯汀格吧！’当然！我已经因为自己在郊区购买这套房子产生了如此之多的失调感受，以至于我必须马上做点事情来证明自己的购买决定是正确的。我不知如何设法让自己忘记，此时正是隆冬时节，而且在明尼阿波利斯，湖面解冻可以行舟尚需数月。然而，从某种意义上讲，我有意无意地一直在使用着那只独木舟。整整一个冬天，即便是当它静静地躺在车库里的时候，它的存在也令我对自己的选择感觉良好。”

暴力的升级与美德的累积

你可曾感到过压力？某个因特网站会教给你如何制作“该死的布娃娃”。这只“该死的布娃娃”“可以扔，可以戳，可以用脚踩，甚至可以将它扼杀，直至你排解掉所有的挫折”。一首小诗对此作了描述：

每当你怒吼着
想踢翻桌子或想扔掉电话，
你只需这只“该死的布娃娃”。
牢牢地抓住他的双腿，

用力地把他抛下。

当你肆意地抽打着他的时候，

嘴里大声吼着：

“该死！该死！该死！”

这只‘该死的布娃娃’！”

“该死的布娃娃”反映了存在于我们文化中的一种不易改变的信念，这种信念又因精神分析有关宣泄的观点而得以强化，那就是：表达愤怒或者攻击性的行为会消除愤怒。扔掉玩偶，击打沙袋，或者朝自己的配偶大吼，你便会感到好受一些。实际上，几十年实验研究的发现得出的恰恰是相反的结论：当人们攻击性地发泄自己的感受时，他们往往感受更糟，他们的血压会升高，并会令他们越发愤怒。¹⁶

假如一个人直接对另一个人做出攻击行为，发泄尤其会事与愿违，这恰恰是认知失调理论所预言的。当你对另外一个人做出伤害行为（让他陷入困境，对他进行言语侮辱，或者对他拳脚相加）时，另外一个因素便会强烈地发生作用：需要为自己的所作所为辩护。警方说，一个男孩与他的一伙七年级同学一起，嘲弄欺负一个比较弱小的孩子。这个男孩愿意成为这伙人中的一员，但他从内心讲不愿意欺负那个孩子。事后，他因自己的做法感受到了一些失调。他思忖：“像我这样一个正派的孩子，怎么会对那样一个善良、无辜的孩子做出如此残忍的事情？”为了减少失调，他会让自己相信，受害者并不善良而且也并非无辜：“他是个笨蛋，没有什么风度。而且，假如有机会，他也会用同样的方式来对待我。”一旦这个男孩开始责备那个受害者，他就会在下次机会到来时发起更加凶狠的攻击。为自己最初的侵害性行为辩护，会为更富攻击性的行为创造条件。这便是宣泄假说的错误所在。

第一项得出这个结论的实验，实际上令那位研究者大跌眼镜。当时还是哈佛大学临床心理学专业的一名研究生的迈克尔·卡恩(Michael Kahn)，设计了一项巧妙的实验，他坚信这项实验可以证明宣泄的价值。卡恩扮成一名医师，

去给大学生们进行测谎和血压测量,并逐个向他们说明这是一项医学实验的组成部分。在进行这些测量的时候,卡恩假装很恼火并对这些学生们进行言语侮辱(这些话涉及他们的母亲)。学生们被激怒了,他们的血压在升高。在实验条件下,学生们被允许向卡恩的导师报告他的侮辱言论以发泄自己的愤怒,因为他们相信这样做会给他带来很大麻烦。在控制条件下,学生们没有机会表达自己的愤怒。

卡恩,这位弗洛伊德学说的信奉者,被实验结果惊呆了:宣泄假说被彻底推翻了。与没有机会表达愤怒的人们相比,那些被允许表达自己对卡恩愤怒的人对他更加深恶痛绝。另外,表达愤怒使得那些血压已经很高的人血压变得更高;而那些没有机会表达愤怒的人血压则很快降低到了正常水平。”在对这种不曾预料的模式寻求解释的过程中,卡恩发现了失调理论。这一理论当时刚刚引起人们的注意,他意识到它可以对自己的研究给出完美的解释。由于学生们认为自己的行为已经给卡恩带来了很大的麻烦,因此他们不得不为自己的行为辩护,让自己相信卡恩应当受到这样的对待,由此而增加了自己对卡恩的愤怒,同时导致了血压的升高。

孩子们从很小便开始为自己的攻击性行为辩护:他们打了自己的弟妹,弟妹开始哭泣,他们便会声称:“是他(她)在哭,他(她)该打!”大多数父母认为这种孩子式的自我辩护不会造成什么太大影响,而实际上情况往往相反。人们会冷静地思考引起如下行为的相同机制:帮派对弱小孩子的欺负,雇主对工人的虐待,爱人之间的辱骂,警官对已经投降嫌犯继续实施体罚,暴君对少数族裔的监禁与折磨,以及士兵对平民的施暴。在上述所有这些事实中,存在着一种恶性循环:攻击引起了自我辩护,而自我辩护又导致了更多的攻击。费奥多尔·陀思妥耶夫斯基(Fyodor Dostoevsky)对这一机制如何发挥作用有着很深的理解。在小说《卡拉马佐夫兄弟》中,他让费奥多尔·巴甫洛维奇(卡拉马佐夫兄弟举止荒唐的父亲)回想,“自己以往是如何回答‘你为什么会如此憎恶他?’这个问题的,他想到的是自己曾厚颜无耻地回答:‘我想告诉你们,他没有给我带来任何伤害。是我故意贬损他们,然后再去恨他们。’”

幸运的是，失调理论也向我们展示了，一个人宽厚的行为会导致慈爱与怜悯的累积，这是一种“良性循环”。当人们去做一件好事，特别是当他们没有心理准备或者突然间决定这样去做的时候，他们会意识到自己的善心和慷慨给人们带来的好处。人们“放下自己手头的事情去帮助另一个人”的认知，与“先前可能对这个人持有的负向情感”之间会存在不一致。实际上，在帮助了这个人之后，人们会扪心自问：“我为什么会去帮助这样一个蠢货呢？因此，他一定不像我曾经认为的那样愚蠢，其实，他是个不错的人，值得我放下手头的事情去帮助他。”

一些实验研究已经为这种假定提供了支持。在其中的一项实验中，大学生们参加一项可以赢得不菲奖金的竞赛。竞赛结束后，实验者向其中三分之一的被试解释，他在实验中使用的是自己的积蓄，而现在钱要用光了——这就意味着他不得不停止实验。他问道：“就算专门帮我的忙，能将你赢的钱还给我吗？”（所有的学生都表示同意。）第二组也被要求归还奖金，但向他们提出要求的，不是实验者本人，而是系里的秘书。这位秘书向学生们解释，心理系的研究基金面临短缺。（这一组所有的学生也都表示同意。）余下的被试没有被要求归还所赢得的奖金。最后，所有被试均被要求填答一份问卷，其中包含了表达对实验者感受的内容。结果表明，那些被劝说对实验者提供特别帮助的人，对实验者最喜欢；他们相信他是一个值得帮助的正派的人。其他学生也认为他不错，但并没有像那些向他提供过帮助的人所认为的那样好。¹⁸

尽管有关良性循环的科学研究是新近的事情，但早在18世纪，当本杰明·富兰克林(Benjamin Franklin)还是一位在哲学、自然科学以及政治方面认真研读的学生时，他就已经提出了大致的观点。在宾夕法尼亚州议会供职期间，富兰克林遇到了来自一位立法委员同行的冲撞与抵制。于是，他开始设法赢得这个人。他写道，自己在进行这一切时，“并没有低三下四地去恭维他”——也就是说，去讨好这个人——而是诱导他来帮助自己，请对方从他的图书馆里帮自己借一本稀有的图书：

他很快就将那本书送来，我在大约一周后将书归还给他并且附上

了另外一张便条,表示自己强烈地意识到了他的帮助。当我们再次在议会相见时,他与我攀谈起来(而此前他从未这样做过),而且显得彬彬有礼;此后,无论在何种场合下他都会毫不迟疑地支持我,我们成了好朋友,我们的友谊一直持续到他离开人世。这是我所知道的一则古老格言具有真理性的又一例证,这则格言是:“为你做过好事的人,较之曾经受过你恩惠的人,更乐于随时帮助你。”¹⁹



失调在任何情况下都是令人厌烦的,但是对人们来讲最为痛苦的是自我概念的某个重要方面受到了威胁——突出体现在,人们所做的事情与自己对自身的看法不一致。²⁰假如你所崇拜的某个运动员或者名人受到了强奸、猥亵儿童或者谋杀的指控,你便会体验到强烈的失调。你对这个人认同度越高,你所体验到的失调就越大,因为你的自我会更多地卷入其中。但假如你认为自己是一个非常正直的人而又出现了某种犯罪行为,你将会感受到更强烈的失调。毕竟,人们对名人的支持可能会经常在不同的人之间变换。但假如一个人偏离了自己的价值观,他就会感受到较大的失调,因为总有一天他必然要回归自我。

由于大多数人持有相当积极的自我概念,认为自己有能力、有德行而且聪明伶俐,因此人们会有意地努力减少失调以维护自身积极的自我形象。²¹例如,当科琪女士有关世界末日的预言失败时,我们可以想象她那些忠诚的追随者所感受的痛苦失调:“我是一个聪明人”与“我刚刚干了一件令人难以置信的傻事:由于相信了一个疯狂的女人,我抛弃了自己的家产和财物,放弃了自己的工作”发生了冲突。为了减少这种冲突,她的追随者们可能改变认为自己聪明的看法,或者为自己所做过的“令人难以置信的愚蠢的”事情辩护。冲突的解决并非一蹴而就,要经过多轮辩护才会尘埃落定。科琪女士的铁杆追随者们会认定自己没有干任何蠢事,由此而保持他们的自尊;实际上,他们在加入这个群体时的确是聪明的,因为他们的信仰可以使地球免于毁灭。无论是谁,只要聪明,也都

会加入进来。但为什么没有出现人们蜂拥而至的景象呢？

我们没有人能够回避这个问题。我们可能感到那些相信世界末日预言的人荒唐可笑；但是，正如政治学家菲利浦·泰洛克(Philip Tetlock)在他的著作《专家的政治判断力》中所提到的：这个预言会准确到何种程度？我们又能够在何种程度上了解这一点？即便是专门从事经济和政治研究的职业“专家”在这个问题上所作出的预言，也不会比我们这些没有受过专业训练的普通人或者科琪女士准确多少。²²数以百计的研究表明，与建立在统计资料基础上的预言相比，依据“个人经验”或者“多年训练”而作出的预言与概率事件差不多。但是，一旦专家的预言失败，他们的专家身份的权威便会受到威胁。因此，正如失调理论所预测的，专家们越是自信而且越有名望，他们就越不太可能承认错误。而这也正是泰洛克的发现。在减轻因自己预言失败而造成的失调时，专家们作出的解释可能是：要是那场不太可能的灾难被制止；要是事件发生的时机有所不同；要是……那么这些预言便会是正确的。

失调的减少就像自动调温器，它会将我们的自尊保持在较高的水平。这正是我们往往对自己辩护视而不见的原因，这种不经意的自我欺骗使得我们甚至否认自己所作出的错误的或者是愚蠢的决策。但是，失调理论也适用于那些自尊心低的人，适用于那些自认为是笨蛋、骗子、白痴的人。当自己的行为与负性的自我想象相吻合时，他们不会感到大惊小怪。当他们作出错误的预言或者为加入某个乏味的组织而经受严酷的加入仪式时，这些人只是轻描淡写地说道：“是的，我又搞糟了；我一向如此。”一个自认为不诚实的二手车经纪人，在隐瞒那辆将要脱手车令人惊恐的维修记录时，不会感受到失调；一位自认为不讨人喜欢的女士在被男士拒绝时，不会感受到失调；一个骗子在骗取一位老人一生的全部积蓄时，不会感受到失调。

我们对自身的信念伴我们度过每一天，而且我们总是通过这些核心信念来解释发生在我们身上的一切。但情况会出现偏离，即便是获得了某种良好的体验，也会令我们感到不安。因此，对自己辩护所具有威力的认识有助于我们理解，为什么那些自尊心低或者认为自己在某个方面能力不足的人，在漂亮地做

完某件事情时并不总是欣喜若狂；而且相反，为什么他们往往感到上当受骗。假如那位自认为不讨人喜欢的女士遇到一位很棒的男士认真地向自己发起追求，她可能会感受到顷刻间的快乐，但是这种快乐很可能会因蜂拥而至的失调而光泽尽失：“他看上我什么了？”她的答案不太可能是：“太好了；我一定比自己所认为的更有吸引力。”而更可能是：“一旦他发现了真实的我，他就会将我抛弃。”她将要付出很高的心理代价来克服这种失调。

的确如此，一些实验发现，大多数自尊心低或者对自己的能力评价低的人，会对引起失调的成就感到不安，将它们视为偶发事件或者异常情况加以拒绝。²³这正是朋友和家人试图逗乐他们而他们却不为所动的原因。“瞧，你刚刚荣获了普利策新闻奖！难道这不意味着你很优秀吗？”“是的，那很好，但却仅仅是侥幸成功。你们都清楚，我再也不能创作出任何作品了。”因此，自我辩护不仅会为那些自尊心高的人提供保护，它也会保护那些自尊心低的人。

决策的金字塔

设想有两个在态度、能力和心理健康方面相同的青年人。他们都相当诚实而且对事物都持同样温和的态度，例如，对于作弊：他们都认为这不是一件好事情，但世界上还有比这更坏的罪行。现在，他们两人都在接受一场考试，这场考试将决定着他们能否考取研究生。面对所要撰写的一篇重要论文时，他们都感到毫无线索可循。眼看就要错过这场考试了……此时他们每人都得到了一次作弊的良机，他们可以读到其他同学的答案。这两个年轻人与自己的欲望进行着激烈的斗争。经过一番痛苦的折磨，其中一个人屈服了，而另外一个人则抵挡住了诱惑。作出这两种决策可谓一念之差；他们两人都可以轻而易举地选择对方的决策。他们每个人都得到了某种重要的东西，但也付出了各自的代价：其中一个人为了获得好成绩放弃了诚实，而另外一个人则放弃了好成绩保全了自己的诚实。

现在的问题是：一周之后，他们会如何看待作弊？每个学生都有足够的时

间来为自己的行为辩护。那位屈服于诱惑的年轻人会认为，作弊并没有太大的罪过。他会对自己说：“嗨，人人都会作弊。这没有什么大不了的。而且为了将来的前程我必须这样做。”而拒绝了诱惑的那位年轻人则会认为，作弊要比他以往所认为的更不道德：“实际上，那些作弊的人是无耻的。这些人应当被学校永远开除。对他们必须做到惩一儆百。”

在这两个学生自我辩护水平不断升级的过程中，出现了两种情况：其一，他们相互之间的差异已经非常大；其二，他们的看法已经内化，他们认定自己一直这样看待作弊。²⁴似乎一开始他们站在金字塔顶端，相距不过毫米之间；但是到了完成为自己的行为辩护之时，他们已经滑落到了金字塔的底部，站到了塔基相对角的两端。那个没有作弊的学生认为另一个人是完全不道德的，而作弊的那个学生则认为另一个人是不可救药的清教徒。这一过程揭示了受到过痛苦诱惑的人们是如何抵制诱惑，进而几乎要屈服于诱惑，但是在最后一刻却又抵挡住诱惑，并如何逐渐厌恶甚至憎恨那些没有成功地抵挡住诱惑的人。正是那些几乎决定要生活在玻璃屋中的人们，掷下了第一块石头。

金字塔的比喻可以运用于与道德抉择和生活选择有关的绝大多数决策。警方说，我们现在可以将考试作弊替换为：决定接受临时服务（或者拒绝这样做），尝试吸食某种毒品（或者拒绝这样做），食用类固醇来提高运动能力（或者拒绝这样做），维持一种麻烦不断的婚姻（或者拒绝这样做），指证美国众议院非美行为调查委员会（或者拒绝这样做），为了保护自己的雇主、保住自己的工作而说谎（或者拒绝这样做），生育子女（或者拒绝这样做），寻求一份工作（或者在家带孩子）。一旦站在金字塔顶端的那个人拿不定主意，或者一旦这两种选择有得有失，那么他（或她）便会特别急于为所作出的决策辩护。但是，当这个人站在金字塔底部的时候，犹豫不决便会变为确定无疑，他（或她）也便会同任何与其观点相左的人相去甚远。

这一机制使得人们习惯于对“我们这些好人”和“他们那些坏人”的区分变得模糊。当站在金字塔顶端的时候，我们所面临的往往并非黑与白、做与不做的选择，而是后果不明朗的灰色选择。人们所采取的第一步行动往往是模棱两

可的,而正确的决策也并非总是一清二楚的。人们作出了一种过早的、明显不合理的决策,然后便通过为其辩护来减少决策的不确定性。由此而落入一个环环相扣的陷阱——行动,辩护,再行动——使得我们行动的强度和承诺得以强化,并最终导致我们远离最初的意愿和准则。

这一机制在尼克松的特别助理杰布·斯图尔特·马库德(Jeb Stuart Magruder)那里发挥了作用。马库德是密谋对水门大厦民主党全国委员会总部窃听事件中的关键角色,他隐瞒了白宫对事件的参与,为了保护自己和其他责任人,他不惜发假誓。当马库德最初被聘用的时候,尼克松的顾问鲍布·哈尔德曼(Bob Haldeman)并没有告诉他,作伪证、欺诈和违法是其工作职责的一部分。假如鲍布·哈尔德曼这样做了,几乎可以肯定马库德会加以拒绝。但后来,他又是怎样最终成为水门丑闻中的核心角色的呢?按照事后聪明效应,人们会很容易地说“他应该知道”或者“他应该搞清楚最初他们让他干的事情是非法的”。

在自传中,马库德描绘了自己在圣克莱门特与鲍布·哈尔德曼初次会面时的情境。哈尔德曼对他大加吹捧,令他陶醉其中。“在这里,你正从事的工作远远超越了为公司赚钱,”哈尔德曼告诉他,“你是在为我们的国家乃至这个世界解决难题。杰布,当第一位宇航员踏上月球的时候,我就坐在总统的身边……我是正在创造着的历史的一部分。”在一天的会见结束的时候,哈尔德曼和马库德离开了那个带有围墙的院子赶往总统的住处。哈尔德曼因为他的那辆高尔夫轿车没有准时等他而极为恼火,他给了他的助手一顿“狠狠的教训”,威胁如果那个家伙不能胜任,将让他走人。马库德不能相信自己的耳朵,尤其是在这样一个美好的夜晚,而且是行将决定他们的命运之时。最初,马库德认为哈尔德曼的激烈言论是粗鲁的而且过分的。但不久,急于得到那份工作的马库德,已经开始为哈尔德曼的行为进行辩护了:“在圣克莱门特短短的几个小时里,我已经被生活在那里的极端完美的要求所吸引……当你沉浸在其中片刻之后,就像高尔夫轿车出错这样的小事也被视为不小的冒犯。”²⁵

因此,晚餐前,甚至在得到那份工作之前,马库德已经落入了陷阱。这是很

小的一步，但是他却已经迈向了水门。进入白宫后，他便对任何微不足道的道德妥协习以为常，以至于认为所有政治家为自己所在的政党服务都是正当的。因此，当马库德和其他一些人致力于让尼克松连任时，戈登·利迪(G. Gordon Liddy)也加入了进来，他受雇于司法部长约翰·米契尔(John Mitchell)，成为马库德的总顾问。利迪是一张百搭牌，是一个自称是詹姆斯·邦德(James Bond)的人物。他保证尼克松连任的第一个计划，就是花费一百万美元雇佣“突击队”，用以驱散示威者；雇佣绑架分子，用以瓦解共和党的集会，破坏民主党的集会；利用“高级”娼妓引诱敲诈民主党高层；潜入民主党办公室；利用电子监视器和窃听器对所察觉到的敌人进行监控。

米契尔没有同意这项计划中一些较为极端的部分；而且，他声称，费用太过昂贵。于是，利迪再次提出的建议仅仅是，潜入党民民主党全国委员会在水门大厦的办公室安装窃听器。这一次米契尔同意了，而且每个人都各就各位。他们是如何为自己的违法行为辩护的呢？“假如(利迪)一开始就对我们讲，‘我计划要潜入拉里·奥布莱恩(Larry O'Brien)的办公室进行窃听’，我们可能会怒不可遏地加以拒绝，”马库德写道，“相反，他带给我们的是他精心构织的应召女郎、绑架、行凶抢劫、破坏、窃听方案，我们的态度开始缓和下来，并且从内心盘算总该给利迪留下点什么——我们感到我们需要他，我们不愿意让他一无所获地离开。”马库德补充道，最终利迪的计划因为白宫多疑的气氛而得以通过：“曾经看起来疯狂的决策，此时似乎变得理性起来……我们通过了这一不彻底的措施或者说带有绅士风度的策略。”²⁶

当马库德第一次走进白宫时，他是一个正直的人。但是，他逐渐适应了不诚实的行为，并且为自己所做的每一件事情辩护。他就像社会心理学家斯坦利·米尔格拉姆(Stanley Milgram)所设计的那项著名实验中的3 000名被试一样，最终落入了陷阱。²⁷在米尔格拉姆实验的最初版本中，2/3的被试对另外一个人实施了他们认为危及生命水平的电击，他们这样做仅仅是因为实验者不断地讲，“实验要求你继续下去”。人们几乎总是将这项实验归为对权威的服从研究。事实上的确如此。但是，它还具有更多的价值：这项实验也揭示了自我

辩护所导致的长期影响。²⁸

设想一下,一位穿着白色实验服、仪表堂堂的男士向你走过来,他提供 20 美元让你参与一项科学实验。他对你说:“我想让你对另外一个人施加 500 伏的电击(这样的电击强度会给人带来难以置信的痛苦),以便于帮助我们了解惩罚对学习的影响。”你很有可能会拒绝;即便是为了科学研究,这点钱不至于让你去伤害另外一个人。当然,少数人会为了 20 美元去干这件事情,一些人即便给他 2 万美元也不会去干,但是大多数人会告诉那位科学家,钱是不重要的。

现在,假定那位科学家逐步引诱你来干这件事情。假设他提供 20 美元让你向隔壁房间里的那个人实施强度较小的电击(例如,10 伏),以便观察这一强度的电击是否会提高他的学习能力。实验者甚至在你的身上尝试了 10 伏的电击,你几乎感受不到它。于是你同意了。这样的电击是无害的,看起来也很有意思。(而且,你也总是想知道打孩子的屁股是否会让他们做得更好。)你按照实验者的要求做了一会儿,现在实验者对你说:如果学习者回答错误,你就按动另外一个扳手开关,这个开关将发出 20 伏的电击。这样的电击强度仍然较小而且对人无害。由于你刚刚给了学习者 10 伏的电击,因此你没有理由拒绝向他发出 20 伏的电击。同样,由于你刚刚给了他 20 伏的电击,30 伏也并不比 20 伏强多少,于是你便会发出 30 伏的电击。学习者又一次回答错误,那位科学家说:“将实施另一强度水平的电击——40 伏。”

你的底线会在哪里呢?你会在何时判定电击已经足够强了呢?你会一直坚持到 450 伏,或者更大强度,去扳动标有“特别危险”字样的开关吗?当人们在事前被问及“想象一下自己会走多远”时,几乎没有人说他们会发出 450 伏的电击。但是当他们身处实际情境之中时,其中 2/3 的人会一直坚持下去,直至发出他们认为最危险强度的电击。他们在进行这一切的时候,每走一步都会进行自我辩护:强度这么小的电击没有什么伤害;20 伏对人的伤害不会比 10 伏大多少;假如我已经发出了 20 伏的电击,发出 30 伏的电击又有何妨?伴随着他们为自己所作的每一步辩护,他们所作出的承诺也在不断延伸。当人们开始发出他们认为很强的电击时,其中大多数人发现“为突然作出的中止实验的决

定进行辩护”是很困难的。那些在实验之初持拒绝态度的被试，始终质疑实验过程的可靠性，他们不太可能落入实验者的陷阱，而且更有可能中止实验。

米尔格拉姆实验向我们展示了，普通人如何通过对行为的一系列反应以及相应的自我辩护来结束不道德和伤害性的行为。当我们作为观察者对这些人的行为感到迷惑和沮丧的时候，我们意识不到自己常常是站在金字塔的底端、在这个漫长过程的终点，审视这一切。在宣判的时候，马库德对约翰·西瑞卡(John Sirica)法官说：“我知道自己所做的一切，而且法官大人，您也知道我所做的这一切。在自己的野心和理想之间，我迷失了自己的道德指南。”一个诚实的人是如何迷失了自己的道德准则呢？他在某个时刻迈出了第一步，而余下的则由自我辩护来主宰。



了解失调是如何发生作用的，并不会保证任何一个人自动地免受自我辩护的诱惑，例如，艾略特在某年一月购买那条独木舟时，已经了解了失调理论。你不能仅仅对人们讲——就像他在加入仪式实验后所讲的那样：“看一看你是怎样减少失调的？那样不是很有趣吗？”并且期待着他们回答：“噢，感谢你告诉你喜欢那个团体的真实理由。这肯定会让我感到自己很聪明。”我们所有的人，为了维持自己聪明的信念，都会偶尔做些傻事。对此，我们无能为力。我们天生擅长此道。

但这并不意味着我们注定要在发现真相之后不断地为自己的行为辩护——就像西西弗斯(Sisyphus)^①那样，永远也达不到自我接受的山巅。对我们的大脑如何以及为何那样运作的较为深入的理解，是打破自我辩护习惯的第一步。而这一点又要求我们更加留意我们自身的行为以及我们决策的理由。

① 希腊神话中的一个人物。被判接受推石上山的惩罚。他要把一块大石头推到山顶的另一边，但是由于石头的重量使他每次推到山顶的时候，石头都会再滚下来，西西弗斯只能不断地重复。——译者注

这需要时间、自我反省和意愿。

保守派栏目作家威廉·萨菲尔(William Safire)曾经描述过选民们所面临的“心理政治挑战”：“如何处理认知失调。”²⁹他是从自己所面对过的这样一个挑战的故事开始的。萨菲尔讲述道，在克林顿执政期间，他曾经批评过希拉里·克林顿(Hillary Clinton)试图隐瞒她在保健专责小组里的成员身份。他撰写了一篇专栏文章对她暗中的举动进行了斥责，在他看来这会对民主党造成伤害。在此，不存在什么失调；那些糟糕的民主党人总会做出一些糟糕的事情来。然而，六年之后，他发现自己开始被“认知失调”所折磨。当时，萨菲尔所崇拜的一位保守的共和党人，副总统迪克·切尼(Dick Cheney)，坚持要为他能源政策专责小组中的委员身份保密。萨菲尔会怎么做呢？由于他深谙失调及其作用方式，他轻松自如地做出了一件艰难但却有道义的事情：撰写一篇公开批评切尼的专栏文章。萨菲尔收到了来自自由派的几封赞扬信——他承认，这给他带来了极大的失调。噢，上帝呀，他竟然做出了令那些人赞赏的事情？

萨菲尔对失调的认知能力以及他通过主持公道克服失调的做法，都是令人罕见的。正如我们所看到的，他愿意承认自己在某些方面犯有错误，而这一点恰恰很少有人能够做到。与此相反，人们往往会倒退一步，采取有利于自身以及所在团队的方式来减少失调。具体采取的方式是不同的，但我们进行自我辩护的努力，却是为了让我们对自己的所做、所思以及自我形象感觉良好。



第二章



傲慢与偏见……以及其他盲点

为什么只看到你弟兄眼中有刺，却看不到自己眼中有梁呢？

——马太福音 7:3（新版）

当公众了解到，美国最高法院大法官安东尼·斯卡利亚（Antonin Scalia）正搭乘官方航班飞往路易斯安那，与副总统迪克·切尼（尽管此时切尼在最高法院尚有一桩悬而未决的案子）一起前去狩猎的时候，斯卡利亚明显违背公众利益的做法激起了猛烈的抨击。斯卡利亚本人对此感到十分恼怒，因为有人认为他评价切尼的申诉（即：副总统依法拥有保守能源专责小组秘密的权利）是否违宪的能力会因此受到影响。在写给《洛杉矶时报》的一封解释自己为何没有进行自我辩护的信中，他写道：“我没有考虑到自己的公正性会受到如此强烈的质疑。”

神经心理学家斯坦利·伯伦特（Stanley Berent）和神经病学家詹姆斯·阿

尔伯斯(James Albers)受 CSX 运输公司和道氏化学公司的委托,对铁路工人提出的接触化学物质会引起大脑永久损伤以及其他一些疾病进行了调查。来自 15 个州 600 多名铁路工人在重度接触了氯化烃溶剂(chlorinated hydrocarbon solvents)后被诊断为某种形式的脑损伤。CSX 公司向伯伦特和阿尔伯斯的咨询公司支付了 17 万美元,使得最终的研究对接触公司工业溶剂与脑损伤之间的联系提出了质疑。在进行这项研究的过程中(包括在未经工人们正式同意的情况下对他们的医疗档案进行审阅),两位科学家是工人提起诉讼案件中代表 CSX 公司一方律师事务所的专家证人。伯伦特在他的研究中没有发现任何不当之处,他声称:“被迫放弃有关溶剂接触的重要信息。”随后,伯伦特和阿尔伯斯因在本案中存在利益冲突而受到了联邦人类研究保护办公室的谴责。¹



当你走进位于洛杉矶的宽容博物馆,你会发现自己置身于一个特意设计的空间之中,在这里你可以看到自己所不能容忍的人们。那里有一些熟悉的目标靶(黑人、女人、犹太人、同性恋者),也有一些矮人、胖人、残疾人……你可以观看一部充满各种各样偏见的录像片,它可以让你确信任何一个人都会多少持有一些偏见,随后你会被邀请从两道门(其中一道标有*偏见*,另一道标有*无偏*)中的一道进入博物馆正中。后一道门是锁着的,以免有人会忽略掉重点,而有时一些人的确会忽略掉。当我们在某个下午参观这个博物馆时,我们恰好看到了四位哈西德派犹太人愤怒地敲打着*无偏*之门,要求从那里进入博物馆。

人类大脑天生具有视觉上和心理上的盲点,其中最为狡黠的伎俩便是赐予我们具有安慰作用的错觉,就我们本身而言这一切并不存在。从某种意义上讲,失调理论就是一种关于盲点的理论,它解释了人们如何在不经意间自我蒙

蔽,这种自我蒙蔽使得他们意识不到那些可以帮助他们反省自身行为和信念的重要事件和信息。由于这种证实偏差的存在,再加上其他一些自利习惯,我们的大脑便会为我们的知觉和信念辩护,将它们视为精确的、真实的、无偏的。

社会心理学家李·罗斯(Lee Ross)将这种现象称之为“幼稚的现实主义”,这是一种不可避免的信念,即我们能够像事物或者事件“本身真实存在的那样”去清晰地对它们进行感知。² 我们假定,其他任何一个有理性的人都会像我们一样来看待事物。假如他们不赞同我们的看法,显然意味着他们没有对事物清晰地加以感知。幼稚的现实主义制造了一种逻辑混乱,因为它作出了两点预设:其一,那些思想开放、公正无偏的人应该赞同理性的看法。其二,我所持有的看法一定是理性的;否则,我便不会持有这些看法。因此,只要我能够让自己的对手坐下来倾听我的看法,我就可以告诉他们事情的本来面目,他们便会赞同我的看法。假如他们不赞同我的看法,一定是因为他们持有偏见。

罗斯知道自己在讲什么,无论是他所从事的实验室实验,还是他为减少以色列人和巴勒斯坦人之间激烈冲突所付出的努力,都可以让他体会到这一点。即便是一方认识到另一方对问题持有不同的看法,他们也会认为自身是客观的而另一方是持有偏见的,他们自身对实际情况的看法应当成为问题解决的基础。在一项实验中,罗斯拿出了一些由以色列裔代表提出的和平建议,声称它们是巴勒斯坦人提出的,随后让以色列居民对其加以判断。“与被认为是巴勒斯坦人提出而实际上由以色列人提出的建议相比,这些以色列人更喜欢被认为是以色列人提出但实际上是巴勒斯坦人提出的建议,”他说,“假如你自己的建议因为来自另一方而不再对你有吸引力,那么实际上由另一方提出的建议对其吸引力又会如何呢?”³ 与事实非常接近,社会心理学家杰弗里·科恩(Geoffrey Cohen)发现,如果一项极具限制性的福利建议被认为是民主党提出的,尽管这项建议往往与共和党人有关,但民主党人还是会赞同的。假如一项慷慨的福利建议被认为来自共和党,共和党人也会加以支持。⁴ 将同样的建议说成是来自另外一方,你甚至可以去询问人们是否会赞同一项由乌萨马·本·拉登(Osama Bin Laden)提出的政策。在科恩的实验中,没有一个人意识到自身的

盲点——即他们受到了自己所在党派立场的影响。相反，他们都声称自己的看法是在其对政府的总体认识的指导之下，经过对当前政策认真细致的分析后合乎逻辑地形成的。

罗斯和他的同事们发现，我们之所以相信自己的判断比其他人更少存在偏差且更为独立，部分是因为我们依靠内省来告诉自己所思所感，而没有办法了解其他人的真实想法。⁵ 而且当我们进行内省的时候，我们是在审视着自己的内心深处，避免失调的需要会确保我们只能持有最佳的动机。我们会认为，只有亲自参与，才能确保对某一问题的认识准确明了——“这些年来我对枪支管制一直感受颇深；因此，我清楚自己所谈论的问题”；然而，我们又会将来自那些持有不同看法的人的这类个人感受，视为偏见的来源——“她对枪支管制的看法不可能公正，因为她这些年来对这个问题一直深有感触。”

就像鱼儿察觉不到自己游弋的河水一样，我们人类也觉察不到自己的盲点，那些能够在水中游弋的鱼儿具有对河水视而不见的强烈动机。20 世纪 40 年代晚期到 50 年代，玛丽尼娅·法恩海姆因建议女性待在家中抚养孩子而名利双收。在她看来，如果不这样做，女性便会面临着冷淡、恐惧以及失去女性特征的风险。然而，在她幸运地成为一名内科医生且不需待在家中抚养孩子（其中两个孩子系她亲生）这一事实面前，她没有感受到任何失调。许多人在谈及被剥夺的时候，很少诅咒那些幸运的明星们，更不必说那些受到命运特别垂青的人。⁶ 他们对此视而不见；他们不会对这类事情进行深入的思考；他们会为这些人的社会地位进行辩护，似乎他们本身拥有这样的资格。我们所有的人都会以这样或那样的形式对命运所给予我们的东西（即便是暂时的）视而不见。大多数乘“普通舱”旅行的人将那些坐在商务舱和头等舱里的幸运者视为奢华小人。想象一下，这些人要为一次短短的、不过 6 小时的飞行支付一笔额外的费用！而一旦他们支付了商务舱或头等舱的费用，这种想法便会荡然无存，取而代之的是自我辩护以及对那些可怜的乘普通舱的同机旅客的蔑视。

在司机们的视野里不可避免地存在着盲点，然而娴熟的司机能够觉察到它们；他们很清楚，要想避免撞上消防栓和其他车辆，就必须在倒车和转向单向行

驶车道时小心谨慎。我们人类固有的一些偏见，正如两位法学家所描述的：“就像错觉的两个重要的方面——它们会让我们从资料中得出错误的结论，即便我们已经发现了其中的骗术，它们表面上的正确性却依然存在。”⁷ 我们不可能避免自身的心理盲点，但是如果我们觉察不到它们，我们便会不知不觉地陷入鲁莽，跨越道德的底线，作出错误的决策。独自内省无助于开阔我们的眼界，因为它只会强化我们自我辩护的信念，相信我们自己不可能被蒙蔽或失误，我们对其他人群的厌恶和仇视并非出于非理性，而是正当合理的。盲点强化着我们的傲慢，激活了我们的偏见。

通往圣安德鲁斯之路

最严重的错误莫过于感觉不到自己有任何错误。

——托马斯·卡莱尔(Thomas Carlyle)，历史学家和评论家

在了解到国会议员汤姆·迪雷(Tom DeLay，前众议院共和党领袖)承认了与杰克·阿布拉莫夫(Jack Abramoff，涉足国会连环贪腐丑闻的“前超级说客”)的苏格兰圣安德鲁斯高尔夫球场之旅后，《纽约时报》编辑作家多洛西·塞缪斯(Dorothy Samuels)总结了我们大多数人的思维方式。“多年来我已经对那些权力在手的公共官员们的性格缺陷进行了描述，而没有对他们是否受到起诉予以足够的关注，”她写道，“而且至今我仍然没有搞清的一点是：为什么有些人会冒着名誉扫地和丢掉职位的风险，去接受一个说客提供的奢华胜地的度假？”⁸

失调理论给出了答案：这是一步一步造成的。尽管大量无耻的贪腐政客将他们的投票权出卖给了最大的捐献者，但是由于盲点的存在，大多数政客却相信自己是清廉的。当初涉政坛的时候，他们所接受的仅仅是与某个说客共进午餐，因为，无论如何，这不过是政治活动的运作方式，而且也是获得一项悬而未决提案有关信息的有效途径，难道不是吗？“另外，”这位政客会说，“就像任何其他市民一样，说客们是在行使他们的自由言论权。我应当做的只能是倾听；

我将根据我所在的政党和选民支持与否以及是否有利于美国人民,来决定自己如何投票。”

然而,一旦一个人接受了最初的蝇头小利而且采用上述方式来加以辩护,他已经开始从金字塔顶向下滑落。假如他已经与一位说客共进午餐并谈论那项悬而未决的提案,他们为什么不能在当地的高尔夫球场谈论一些事情呢?这又有什么不同呢?那不过是进行谈话的一个更好的场所而已。假如他们可以在当地的球场上谈论一些事情,为什么不可以受邀到一个更好的球场(譬方说,苏格兰的圣安德鲁斯)和他(她)一起去打高尔夫球呢?那样做有什么错吗?到那位政客已经滑到金字塔的底部,已经接受更大的好处并且为之辩护的时候,公众开始大声疾呼:“怎么搞的?你在开玩笑吗?”从某种角度上讲,那位政客没有开玩笑。多洛西·塞繆斯是正确的:有谁会拿自己的职位和名誉冒险,来换取前往苏格兰的旅行呢?答案是:假如是第一次接受这样的好处,没有任何人会那样去做;但是假如此前已经接受过许多小的好处,我们许多人便会接受。在自我辩护的作用下,傲慢为前往苏格兰铺平了道路。

兴趣冲突与政治冲突是完全一致的,每个人都能够理解政客们为什么会心安理得地通过牺牲公共福利来维护自己的权力。但却较难看到同样的机制在影响着法官、科学家、医生和专业人士,这些人为了正义、科学的进步或者公众的健康而过高估计自己独立智力活动的的能力。这是一些专家,他们所接受的训练和教育推动着人类公平的核心价值,因此他们中的多数人会对某些经济的或个人的利害关系会“污染”他们工作的说法感到愤怒。他们的专业荣耀使得他们认为自己超越了这些因素。毫无疑问,在某些方面的确如此;就像在另外一种极端的情况下,一些法官和科学家完全丧失了诚实,被个人野心或金钱所腐蚀。(韩国科学家黄禹锡承认自己伪造了有关克隆的数据,他是前国会议员兰迪·“公爵”·科宁汉姆的科学家同类,后者因行贿和逃税数百万元被判入狱。)在极端诚实纯洁和绝对不诚实两个极端之间是我们绝大多数普通人,我们余下的这些人都有自己的盲点。遗憾的是,我们更倾向于否认这一点,由此而导致我们在陷入其中时表现得更加脆弱。

不久以前,绝大多数科学家并没有意识到来自商业的诱惑。1954年,当乔纳斯·索尔克(Jonas Salk)被问及是否会为他的脊髓灰质炎疫苗申请专利时,他回答说:“难道你会为阳光申请专利吗?”他的说法在今天看来,是多么的迷人,也是多么的幼稚;设想一下,他是将自己的发明奉献给了公众利益,不求一丝一毫的回报。科学作为一种文化,将研究和商业区分开来,而大学则在它们之间建立起一道“防火墙”。科学家们从政府或者独立的基金会那里获得资助,他们会比较自由地花上几年的时间去研究理论或应用方面的问题,可能成功也可能不成功。一个科学家如果涉足公共领域,利用他(她)的发明去获利,便会受到猜疑甚至鄙视。“一个生物学家在进行某项基础研究的同时从事商业经营,曾经被认为是不得体的,”生物伦理学家和科学家谢尔顿·克瑞姆斯基(Sheldon Krimsky)说,⁹“二者之间是不可调和的。但是,随着生物学领域的领军人物开始致力于寻求商业出路和快速致富计划,他们促使这一领域的精神特质发生变化。现在,有声望的是那些在多方面都有斩获的科学家。”

关键性的事件出现在1980年,最高法院裁定,因其独立的发展过程,转基因细菌可以申请专利。这就意味着,人们通过发现某种病毒、改变某种植物、分离出某种基因或者将某种活体改造成一种“制造出来的产品”,而获得某项专利。这种对金钱的追求,为科学家们铺就了一条通往圣安德鲁斯的道路。不久前,许多分子生物学领域的教授成为生物技术公司咨询委员会的成员,他们持有一些出售与其研究有关产品的公司的股票。为了寻求新的收入来源,大学开始建立知识产权办公室,并向那些将自己的发明申报专利的研究人员提供奖励。在整个20世纪80年代,思想氛围发生了转变:从科学为了其自身价值或公共利益,转向科学能够为个人带来利润价值。在税收和专利法的制定方面也出现了重大的变化;联邦政府投入研究的经费急剧下降;由工业的税收优惠所带来的经费直线上升。制药业的管制放松了,它已经成为过去的十年里美国最有利可图的行业。¹⁰

随后,与部分研究者和医生利益冲突有关的丑闻开始爆发。大型制药厂不断推出新的救生药品,但这些药品并不一定是最好的,甚至可能是最差的;1989

年到 2000 年间批准生产的全部药品中,超过四分之三的与现有药品相比只有很小的改进,但成本却增加了将近两倍,并且具有较高的风险。¹¹到 1999 年,七种主要药品,包括曲格列酮(Rezulin)和罗肠欣(Lotronex),因为安全的原因被撤出市场。其中没有一种对于救生是必需的(一种用于胃灼热,一种是节食片,一种是止痛药,一种是抗生素),没有一种比原来较为安全的药品更好。然而,这七种药品却导致了 1 002 人死亡,数以千计的人出现令人不安的并发症。¹²

公众对这类新闻的反应,不仅包含着他们从不诚实的政客那里经常感受到的愤怒,而且也充满了失望与惊讶:科学家和医生们怎么可能去推销某种他们知道有害的药品呢?难道他们不清楚自己是在进行推销吗?他们怎能为自己所做的事情辩护呢?就像那些贪腐的政客一样,一些研究者肯定清楚地知道他们所做的事情。他们是受雇来做这些事情的——得到他们的雇主所期望的结果并将雇主不愿意听到的结果隐瞒起来,就像烟草公司的研究者在几十年来所做的。但是,至少公共利益团体、监督机构和独立的科学家会揭露不端的或者带有欺骗性的研究。更大的危险来自那些用意良好的科学家和医生们的自我辩护,这种辩护出于减少自身失调的需要。他们的确相信自己没有受到资助公司的影响。然而,就像植物总是朝向太阳一样,即便自身意识不到,其实他们已经偏向于资助者的利益了。

我们是如何了解到这一点的呢?途径之一就是将独立资助的研究结果同企业资助的研究结果加以比较,这种比较往往能够揭示资助带来的偏见。

■ 两位研究者选定了 161 项研究,这些研究均发表在同一个六年期间,涉及四种化学物质对人们可能存在的风险。在由企业资助的研究中,仅有 14% 发现对健康存在有害影响;而独立资助的研究中,足有 60% 发现了有害影响。¹³

■ 一位研究者对 100 多项临床实验进行了考察,这些实验旨在确定一种新药在药效上是否超过旧药。在那些结果对旧药有利的研究中,13% 的是由制药公司资助的,而 87% 的是非盈利机构资助的。¹⁴

■ 两位丹麦研究者对 1997 至 2001 年发表在《英国医学杂志》上的 159 项临床实验进行了考察，在该杂志上发表文章的作者必须说明可能存在的利益冲突。由此，研究者可以对那些声明存在利益冲突的研究和不存在利益冲突的研究加以比较。结果发现，当研究受到某个盈利组织资助时，“实验干预（例如，将新药与旧药比较）具有更加明显的正向作用”。¹⁵

假如大多数受企业资助的科学家并未进行有意的欺骗，又有什么会导致资助产生偏见呢？对新药的临床实验涉及许多复杂的因素，包括治疗期长短、病人所患疾病严重程度、副作用、新药的剂量、病人接受治疗的变异性等。对研究结果的解释很少是清楚明确的；这正是所有科学研究需要重复和完善以及大多数发现允许在解释上存在合理差异的原因。假如你是一位公正的研究者，你就你的新药所做的研究得出了模糊不清但却令人有些担忧的结果，或许类似于稍稍增加心脏病或中风的几率，你可能会说：“这有些麻烦，让我们进一步去研究。这种风险增加的发现是偶然出现的吗？它是否是由药物造成的？病人是否一直存在着变异性？”

然而，假如你为了表明自己的新药比旧药有效，你就可能会倾向于淡化你的忧虑，对模糊不清的结果作出有利于公司的解释。“这不成问题。不必再做进一步的考察。”“不管怎么说，那些病人已经病得很严重了。”“在得出相反的结论之前，我们假定药物是安全的。”这正是在独立的科学家提出有关药品的风险性证据之前，受默克基金资助的研究者对该公司花费几十亿美元开发的一种止痛片所作的推理。¹⁶

人们也可能会致力于寻找那些仅仅可以证实自己的假设或者资助者愿望的证据。1998 年，一组科学家在著名的医学杂志《柳叶刀》上报告，他们发现孤独症与儿童接种疫苗之间存在正相关。自然，这项研究在家长中引起了巨大的恐慌，并且导致许多人停止让自己的孩子接种疫苗。6 年后，参与这项研究的 13 位科学家中的 10 人撤回了这一异常的结果，并且揭露了第一作者安德鲁·

韦克菲尔德(Andrew Wakefield)没有披露他所存在的利益冲突:他是代表这些孤独症儿童家长的律师来进行这项研究的。韦克菲尔德接受了超过 80 万美元以确定是否有充分的理由采取法律行动,在研究发表之前他给律师们的答案是“是”。“我们作出裁定,所有这些信息都应成为我们决定这篇论文是否适合发表以及其信度和效度的依据。”《柳叶刀》杂志的编辑理查德·霍顿(Richard Horton)写道。¹⁷

然而,韦克菲尔德并没有签署撤回意见,而且没有意识到任何麻烦。“利益冲突,”他在为自己辩护时写道,“在这样的情况下才会出现:研究者参与某个可能或者实际上已经对其目标进行干预的研究,并且对另外一个项目的研究过程或研究结果进行过冷静的评估。我们不能接受这样的理解:那些接受过实验的孩子们后来提起诉讼,因而他们所受到的临床干预和研究,影响了(我们早先的那篇)论文的内容和基调……我们所要强调的是这是一篇临床报告而并非科学报告。”¹⁸唉,无论怎样讲,这不是一篇科学论文。

我们当然搞不清楚安德鲁·韦克菲尔德进行这项研究的真实动机与想法。但是,就像本章开篇故事中所提到的斯坦利·伯伦特一样,我们怀疑他是否确信自己在体面地做事、是否在诚实地工作、是否免受律师所支付的 80 万美元的影响。然而,与那些真正独立的科学家不同,他缺乏对疫苗接种与孤独症之间存在某种相关的不利证据进行探索的动力,也缺乏对问题进行其他解释的动力。事实上,有五项重要的研究发现,在孤独症与疫苗接种之间并没有必然的联系(这项疫苗接种在 2001 年终止,却没有带来相应的孤独症患病率降低)。这种相关不过是巧合而已,事实上儿童孤独症的诊断通常是在他们进行疫苗接种的同一年龄段。¹⁹

接踵而来的礼物

就像科学家一样,医生也认定他们的诚实正直不容损害。但是,每当医生们接受了资助或者其他奖励来设计某项实验或程序,要求对他们的一些病人进

行临床实验,或者要求他在处方中开出某种不比旧药更好或者更安全的昂贵的新药,此时他们便会在病人的福利和他们的个人利益之间进行权衡。自身的盲点会让他们将天平倾向有利于自己的一端,并且对此加以辩护:“如果一家制药公司赠送我们钢笔、记事本、日历、午餐、酬金或者小额咨询费,为什么不可以接受呢?我们不可能被饰品和比萨饼所收买。”调查表明,医生们认为,小礼物比大礼物在道德上更容易被接受。美国医学协会为此达成一致,只要单个礼品不超过 100 美元,便允许接受来自制药企业的礼物。然而,有证据显示,大多数医生受小礼物的影响远大于大礼物。²⁰ 制药企业很清楚这一点,为此他们可能会增加市场营销中对医生的投入,从 1999 年的 121 亿美元到 2003 年的 220 亿美元。这要相当于多少饰品!

大型制药公司在小礼物上花费如此之多的原因早已为营销者、说客和社会心理学家们所熟知:接受小礼物唤起了某种潜在的互惠欲望。富勒刷子(Fuller Brush)公司的推销员们早在 20 年前就深谙此道,当时他们首先采取了“打开门路”技巧:向家庭主妇赠送一把小刷子,她便不会将你拒之门外。而一旦你没有被拒之门外,她便更有可能邀请你进屋,并最终购买你那些价格不菲的刷子。罗伯特·西奥迪尼(Robert Cialdini)曾经对影响与说服技巧进行了多年的研究,他系统地观察了印度教克利须那派教徒们(Hare Krishna)在机场募集资金的情况。²¹ 请求那些充满倦意的旅客捐赠往往是不能奏效的;那些克利须那派教徒的做法只会激怒他们。于是,克利须那派教徒们想出了一个比较好的主意:他们走向目标旅客,将一朵鲜花放到他们手里或者别在他们的夹克上。假如这位旅客拒绝接受鲜花并且试图奉还,克利须那派教徒便会表示异议并对他说:“这是我们赠送你的礼物。”只有到了这个时候,克利须那派教徒才会请求捐赠。此时,他们的要求往往会被接受,因为作为礼物的鲜花已经让那位旅客产生了负债感和义务感。如何来偿还那件礼物呢?用小额的捐助……或者购买一本令人着迷但价格不菲的《博伽梵歌》^①。

① 字面意思是“被神保佑者的歌”,学术界认为它成书于公元前五世纪到公元前二世纪,是印度教的重要经典。——译者注

难道旅客们意识不到互惠的力量会影响他们的行为吗？并非如此。但是，一旦落入了互惠的轮回，自我辩护便会接踵而来：“我一直想得到一本《博伽梵歌》。”它到底讲的是什么？鲜花的威力是意识不到的。“那不过是一朵鲜花”，受赠旅客会说。“那不过是一个比萨饼”，受赠医生会说。“那不过是一笔小额捐赠，我们需要这样一场教育方面的研讨会”，作出捐赠的医生会说。然而，鲜花的威力却是导致与制药公司代表联系的医生数量同这些医生随后通过处方开出的药品价值之间呈正相关的原因之一。“那位医药代表的介绍已经使那种新药颇具说服力；或许我可以尝试一下；病人服用了那种药的效果可能会很好。”一旦你接受了礼物，不论它的价值多么小，这一过程便开始了。你会感到必须有所回馈，哪怕一开始仅仅是来自你的关注、你的倾听意愿、你对赠予者的同情。最终，你会更愿意向赠予者提供你的处方、你的裁定、你的选票。由于自身盲点和自我辩护，你的行为出现了变化，但是你的知识观和专业操守却始终如一。

卡尔·艾略特(Carl Elliott)，一位生物伦理学家和哲学家，曾经对利用小礼物坑骗受害者的手法作过大量描述。他的兄弟哈尔(Hal)，一位精神科医生，告诉他自己是如何陷入一家大型制药公司代表的游说的：他们首先请他去给一个社团讲解抑郁症。为什么不去呢？他思忖着，这是一种公共服务。随后，他们要求他去给一家医院作同样主题的报告。接下来，他们开始对他所讲的内容提出建议，竭力主张他不要再讲抑郁症，而是讲讲抗抑郁剂。随后，他们告诉他可以安排他到国内通话系统上进行讲解，“那的确是一个收入来源”。随后，他们请他讲解他们公司新推出的抗抑郁剂。回想这一切，哈尔告诉他的兄弟：

你就像是一位去参加一场舞会的女士，你的老板对你说：“瞧，帮个忙：对那边的那位男士友好点。”你看到那个男士看起来不算差，而且你也孤身一人，于是你说：“为什么不呢？我可以做到热情友好。”不久，你便发现自己坐在一架没有标志的飞机上，正在前往曼谷的妓院。

你开始大叫：“不，我并没有同意这样做。”而此时你不得不扪心自问：

“我是从什么时候开始卖淫的？难道是那场舞会吗？”²²

当今，即便是专业伦理学家也在赶往那场舞会：看门狗被它们一直训练要捕捉的对象狐狸所驯服。制药和生物技术企业向生物伦理学家们提供咨询费、承包合同以及酬金，而这些生物伦理学家的研究报告恰恰可能危及医生和制药公司之间的利益冲突。卡尔·艾略特曾经描述了他的同事为接受资助所进行的自我辩护。“代表公司进行磋商的辩护者们，往往会对来自要求他们放弃公正性或者从客观的伦理批评立场上退却的企业的资助不屑一顾，”他写道，“‘客观性不过是一种神话’，德伦左^①告诉我，她从女性主义哲学出发来支持自己的观点。‘我认为现实中没有人会参与一项结果与自己毫不相干的活动。’”这是一种减少失调的很聪明的说法——“无论如何，完全客观是不可能的，因此我最好还是接受咨询费。”

托马斯·唐纳森(Thomas Donaldson)是华顿中学道德运动负责人，为了证明这一点，他将伦理顾问与独立核算公司(这类公司会聘请人员对财务状况进行审计)加以对比。为什么不对他们的伦理进行审计？这种自我辩护的尝试仍然没有超越卡尔·艾略特所作的分析。“伦理分析与财务审计不存在任何相似之处。”他说。一个会计师的违法行为可以进行检测与验证，但你如何去发现一个伦理顾问的违法行为呢？“你如何去说明一个伦理顾问是因为合法的理由还是因为金钱改变了自己的主张呢？你如何去区分一个顾问是因为他的诚信还是因为他支持公司的计划才被雇佣呢？”²³不仅如此，艾略特讽刺道，或许我们应当感谢美国医学会专业规范与法律事务委员会(the AMA's Council on Ethical and Judicial Affairs)所提出的一项倡议，这项倡议对医生接受药品企业的礼物进行了指导。这一倡议得到了来自伊莱利公司、葛兰素史克公司、辉瑞有限公司、美国药业集团、阿斯利康药业公司、拜耳公司、宝洁公司、惠氏—艾尔

^① 根据英文原文补充，这里的“德伦左”指的是生物伦理学家伊万·德伦左(Evan DeRenzo)。——译者注

斯特制药公司共计 59 万美元的资助。

思维上的疏忽

阿尔·坎帕尼斯(Al Campanis)是一个十分友好的人,甚至可以讲是一个讨人喜爱的人,然而他也是一个有过失的人,在生命走到 80 岁的时候他犯下了巨大的错误——一个将永远为他定性的错误。

——体育新闻记者迈克·利特文(Mike Littwin),

写在 1998 年坎帕尼斯辞世之际

1987 年 4 月 6 日,《夜线》(Nightline)节目将所有的镜头都投向了杰基·罗宾森(Jackie Robinson)登陆美国职业棒球大联盟 40 周年的纪念活动。泰德·科佩尔(Ted Koppel)采访了洛杉矶道奇队的总经理阿尔·坎帕尼斯。从 1943 年开始,他便成为道奇队的一员,并且从 1946 年起成为罗宾森在蒙特利尔皇家队的队友。那一年,他教训了一个曾经侮辱过罗宾森的心胸狭窄的球员,随后他还为争取准许黑人球员加入职业棒球大联盟而努力抗争。在同科佩尔交谈的过程中,坎帕尼斯没有为自己的思维设防。科佩尔询问他,在杰基·罗宾森的老朋友中,为什么没有黑人成为棒球经理、总经理或者业主。最初,坎帕尼斯回避着话题——人们在刚出道的时候总要交学费;当你已经功成名就的时候,也就不需要有太多的付出了——但科佩尔不断向他施压:

科佩尔:哦,但从内心来看……你很清楚那是一派胡言。我的意思是,有许多黑人球员,有很多伟大的黑人棒球球员,他们很希望能够处在管理者的位置上,其实我真正想问的也许有些跑题了。你只需告诉我为什么你会那样想。难道在今天的棒球场上仍然存在着许多偏见吗?

坎帕尼斯:不,我并不认为那是偏见。我的确认为,他们可能缺乏

从事某些职位所必需的素质，譬方说，成为场地经理或者总经理。

科佩尔：你确信这一点吗？

坎帕尼斯：好了，我并不是说他们所有人都这样，但是他们在这方面的确不足。你统计过有多少现场指挥吗？你统计过有多少投球手是黑人吗？

在这次采访两天之后公众一片哗然，道奇队解雇了坎帕尼斯。一年后，他声称自己在接受采访的时候遭到了“暗算”，因此并没有表达出他完整的自我。

哪一个真实的阿尔·坎帕尼斯？是那个心胸狭窄的人，还是那个“立场正确”的受害者？都不是。他喜欢和尊重自己所了解的黑人球员，他在为杰基·罗宾森辩护的时候既不是为了出风头也不是因为有所期待，他有的只是思维盲点：他认为黑人完全能够成为伟大的球员，只是还没有聪明到可以成为管理者。而且他是发自内心地告诉科佩尔，他并不认为他的态度有什么错误；“我并不认为那是偏见”，他说道。坎帕尼斯并没有撒谎，也没有故作姿态。但是，作为总经理，他的立场是主张雇佣一位黑人管理者，而他的思维盲点甚至令他认为这没有可能性。

正如我们能够识别除自己之外的任何人的伪装，正如我们显而易见地认为除自己之外任何人都会受到金钱的影响，我们可以发现任何人所持有的偏见，而唯独发现不了自己的偏见。由于有了自我保护的盲点，我们便不可能存在偏见，不可能存在对另一群体的所有成员持有非理性的或者心胸狭窄的看法。由于我们不是非理性的或者心胸狭窄的，我们对另一群体的负性看法便是合理的；我们对他们的憎恶便是理性的、有根据的。我们需要防范的是他们。就像那些敲打着无偏之门要进入宽容博物馆的哈西德派犹太人，人们对自身的偏见视而不见。

偏见的出现，是由于人脑对信息的感知和加工具有类化的倾向。“类化”这个词听起来要比“定型”更合意、更中性一些，但二者却是一致的。认知心理学家将定型视为帮助人们在以往经验的基础上进行有效决策的能量节省策略；

它可以帮助我们迅速加工新的信息并恢复记忆；搞清群体之间的真实差异；预言（而且往往是相当准确的）其他人会如何行为或者如何思考。²⁴我们会巧妙地依靠定型以及它所提供的瞬间信息去避开险情、接近可能的新朋友、选择某所学校或者某份工作，或者断定那个从熙攘的房间里走过的人会成为我们的一生至爱。

这就是它的优势。定型的缺陷在于，会缩小我们所观察的同一类人内部的差异，同时夸大不同类别之间的差异。共和党人和民主党人往往将对方视为势不两立的两类人，但是大量的堪萨斯人希望在他们的小学校里讲授进化论，大量的加利福尼亚人不同意同性恋结婚。我们所有的人都能够识别我们在性别、党派、种族、民族方面的差别，但是我们却倾向于根据自己所接触的少数人来对其他群体加以概化，将他们所有的人都视为一类。这种习惯在很早以前就开始了。社会心理学家玛丽莱恩·布鲁尔(Marilynn Brewer)曾经对定型的性质进行过多年的研究，她曾经报告她的女儿从幼儿园回来后抱怨“男孩们都很爱哭”。²⁵这个孩子的证据是她曾经看见过两个男孩第一天离家时哭个不停。当时已经是一位科学家的布鲁尔问道，是不是小女孩中没有人哭。“噢，也哭，”她的女儿答道，“但只是有些女孩会哭。我就没有哭。”

布鲁尔的小女儿已经像我们一样将世界分成我们和你们。“我们”是大脑组织系统中最基本的社会类别，这是一种牢固的联系。即便是复数形式的代词“我们”和“他们”也具有强烈的情感信号。在一项实验中，被试被告知要对他们的言语技能进行测试，一些无意义音节像 xeh、yof、laj 或 wuh，被随机地与某个内群体单词(us、we 或 ours)或者某个外群体单词(them、they 或 theirs)配对。随后，要求每个人对这些音节引起他们快乐或者不快乐的程度进行评价。你可能会感到不解，为什么人们会对像 yof 这样的无意义单词产生情感体验，为什么人们会认为 wuh 比 laj 更可爱呢？然而，当无意义音节与内群体单词联系在一起时，被试们会对它们更加喜爱。²⁶没有一个人猜到了其中的原因；没有一个人意识到了这些单词的搭配方式。

然而，一旦人们产生了被称之为“我们”的类别，他们便会稳定地将其他人

看作“与我们不同的人”。“我们”的具体含义可以在瞬间发生改变：“我们”理智的中西部人与“你们”华而不实的沿海人；“我们”丰田普瑞斯用户和余下的“你们”那些耗油大王；“我们”波士顿红袜队球迷与“你们”洛杉矶天使队球迷（在此随便挑选一个例子来形容本赛季我们对垒的双方）。“我们”可以在实验室里用1分钟的时间创造出来，就像亨利·塔杰菲尔（Henri Tajfel）和他的同事们在一项经典实验中在那些英国男学生们身上所展示的。²⁷塔杰菲尔向那些男孩出示了带有不同数量圆点的幻灯片，并让他们推测圆点的数量。他随意地告诉其中一些学生估计过高，而告诉另外一些学生估计过低，随后要求所有男孩完成另外一项任务。在这一阶段，他们有机会给其他属于过高估计或过低估计的男孩打分。尽管每个男孩都在自己的小隔间里单独工作，但几乎每个人都给他认为与自己相同的男孩（某个过高估计者或者过低估计者）打了高分。当男孩们从他们的小屋里走出来时，另一些男孩会询问他们：“你们是哪一组的？”如果是同属一组，便会受到欢呼；否则便会听到“嘘”声。

显然，与所驾驶汽车的类型和我们所能猜到的幻灯片上的圆点数量相比，“我们”的某些类别，对我们的身份认同更为重要：性别、性征、宗教、政治倾向、种族、民族。如果感受不到自己所从属的赋予我们生命意义、身份认同、目标导向的群体，我们便会感到自己就像松散地漂浮在茫茫宇宙中的石雕，而这种感觉是难以容忍的。因此，我们会努力维系这种从属关系。进化论心理学家主张，民族优越感（认为我们自己的文化、民族或宗教是最优秀的）通过强化我们与初级社会群体的联系而使我们得以生存，并促使我们心甘情愿地为他们工作、战斗，有时甚至付出生命。当天下太平的时候，人们会对其他文化和宗教相当宽容——他们甚至会对异性也相当宽容——但是，一旦人们感到愤怒、焦虑或者受到威胁，他们预设的立场就会激活固有的盲点。我们拥有人类的智力品质和深刻情感，但是它们会变得麻木，它们就像哭闹的婴儿，并不知道喜爱、羞愧、悲伤或悔恨的含义。²⁸

正是我们所持有的他人不像我们自己这样理智聪明的看法，使得我们感到那些与我们相同的人更加亲近。但是，至关重要的是，由此我们可以为自己对

待他们的方式辩护。人们习惯于认为,是定型导致了歧视:阿尔·坎帕尼斯相信黑人缺乏成为管理者的必要素质,因而拒绝雇佣他们。但是认知失调理论表明,连接态度和行为的路径会从两个方向起作用。往往是歧视导致了自我辩护的定型:阿尔·坎帕尼斯缺乏说服道奇队首先雇佣一位黑人经理的意愿和魄力,因此他为自己做不到这一点而辩护,以使自己确信黑人根本不能胜任那项工作。同样,如果我们已经将另外一个群体的成员当作奴隶,剥夺了他们体面的教育或工作,将他们排斥在职业范围之外,或者否定他们的人权,那么我们便会利用有关他们的定型来为自己的做法辩护。通过让自己确信他们是毫无价值的、不可教化的、无能的、没有数学天赋的、邪恶的、不道德的、愚蠢的,甚至低于人类的,我们便不会因为对待他们的方式而产生负罪感或者不道德感。而且我们理所当然地不会感到对他们持有偏见。我们甚至会喜欢他们中的一些人,只要他们清楚自己的位置不在这里,不在我们的俱乐部、我们的大学、我们的工作岗位、我们的邻里。总之,我们利用定型来为行为辩护,否则我们便会认为与我们同样的人或者我们所居住的这个国家很糟。

既然每个人都会进行类化思维,那么一些人为什么会对另外一些人持有敌视的、情绪化的偏见呢?阿尔·坎帕尼斯对黑人并不持有强烈反感情绪的偏见;我们猜测他所作的表述体现了他所持有的黑人不可能成为优秀管理者的观点。某种定型可能会在相反信息的压力下动摇乃至瓦解,但是偏见的特征却是各种理由、经验和反例所无法撼动的。在 50 多年前出版的名著《偏见的本质》一书中,社会心理学家戈登·奥尔波特(Gordon Allport)描述了一个持有偏见的人在面对着与其看法相矛盾的证据时所作出的反应的特征:

X 先生:犹太人的麻烦在于他们只是关心自己的团体。

Y 先生:但是从社区捐助活动的记录来看,他们是比较慷慨的。

与非犹太人相比,这些犹太人在社区慈善事业中显得更为慷慨,他们捐助的数额远高于他们的人口比例。

X 先生:这表明他们总是邀宠,而且总是干预教会事务。除了金

钱以外，他们什么都不在乎。所以会有那么多的犹太人银行家。

Y 先生：但最近一项研究表明，从事银行业的犹太人是微不足道的，其比例远远低于非犹太人。

X 先生：的确如此，他们不会去从事那些受人尊敬的行业。他们只会去搞电影业，或者经营夜总会。²⁹

奥尔波特对 X 先生所作推理的分析十分到位：X 先生甚至试图对 Y 先生的证据不作回应；他只是不断地抛出他不喜欢犹太人的另外的理由。一旦持有了偏见，就像持有了某种政治理想一样，人们很难轻易排除它；即便是一些无可辩驳的证据对其核心理由进行了否定，也是枉然。不仅如此，人们还会想出另外的理由来维护自己的看法或者行为方式。假定我们那位理智的 Y 先生告诉你，昆虫富含蛋白质，而且昆虫餐厅的那位名气不小的新厨师将献上包括炒毛毛虫在内的味道鲜美的主菜。你会冒险来品尝这些美餐吗？假如对食用昆虫持有偏见，即便是这位厨师将《纽约时报》的头版做成了餐饮栏目，大概你也不会赶来。就像心胸狭窄的 X 先生一样，你很可能会找出另外的理由来为自己的行为辩护。“哟，”你会对 Y 先生讲，“昆虫都很难看而且黏糊糊的。”“的确如此，”他会说，“能告诉我你为什么会食用大鳌虾和生牡蛎吗？”

因此，一旦人们产生了某种偏见，便很难加以消除。正如著名的大法官小奥利弗·温得尔·霍姆斯(Oliver Wendell Holmes, Jr.)曾经讲过的：“去教育一个固执己见的人，就像让光线去照射瞳孔——它会自动缩小。”大多数人会投入大量的心理能量来维持自己的偏见，而不是去改变它，他们的做法往往是将不利的证据作为“规律的例外”加以排除。（有什么证据能够否定这一规律吗？我们对此感到怀疑。）“但我最好的一些朋友也会……”这类很值得嘲弄的信息被保留下来，因为偏见与例外不期而遇，是消除失调的一种有效的途径。当艾略特多年前迁居到明尼阿波利斯在明尼苏达大学任教的时候，一位邻居对他说：“你是犹太人吗？但你看起来好得多，相比于……”她停住了。“相比于什么？”他问道。“相比于我所预期的。”她吞吞吐吐地补充道。通过承认艾略特与

她所持有的定型不相吻合这种方式,在维持了自己对所有犹太人的基本定型的同时,她又能感到自己是心胸宽广而又宽宏大量的。在她看来,她的说法甚至对他是一种赞美;他是如此的好,以至于胜过了他所有的那些……同类。

杰弗里·谢尔曼(Jeffrey Sherman)和他的同事们所做的一系列实验证实,那些持有高度偏见的人,会准备付出努力来维持他们的偏见与不一致信息之间的和谐。实际上他们对不一致信息的关注要超过一致信息,因为就像X先生和明尼苏达的那位邻居一样,他们必须解释清楚那些引起失调的现象。在一项实验中,要求(非同性恋)学生们对一个男性同性恋者“罗伯特”进行评价,根据对他的描述,他所做的八件事情与同性恋定型相吻合(例如,他曾研修即兴舞蹈),另外八件事情则不相吻合(例如,他曾经在某个星期天观看足球比赛)。那些对同性恋持反对态度的被试对罗伯特的信息加以歪曲;与那些没有偏见的学生相比,他们将他描绘得更为“女性化”,因此而维持他们的偏见。为了消除由不一致事实带来的失调,他们对他进行了扭曲的解释,将他的行为视为特定情境的产物。的确,罗伯特观看了一场足球比赛,但是仅仅是因为他的堂兄弗雷德(Fred)在观看。³⁰

当今社会,大多数美国人可以坦然面对偏见,假如人们所生活的环境可能会令他们轻易地受到处罚、公开地受辱,或者因讲过一些带有某种“主义”的话而被解雇,那么除了可靠的、志趣相投的人,人们宁可将这些话深埋心底。然而,正如需要付出心理上的努力来维持偏见以免受冲突信息的损害,人们也需要心理上的努力来压抑那些负性情感。社会心理学家克里斯·克兰戴尔(Chris Crandall)和艾米·埃舍尔曼(Amy Eshelman)对有关偏见的大量研究文献进行了考察,他们发现每当情感枯竭的时候(当人们困乏、沮丧、恼怒、焦虑、烂醉或者紧张的时候),人们会容易对其他人群流露出发自内心的偏见。当梅尔·吉布森(Mel Gibson)因酒后驾车并发布反犹太人的演讲而被捕时,在次日必须作出的道歉声明中,他声称:“我并不认为自己所讲的一切是真实的,它们是卑劣的。我对自己所讲的一切深表耻辱……我为所有在酒后状态下做出的与自己身份不符的行为道歉。”我们可以将他的话解释为:做错事情的不是

我，而是酒精。想得倒美，但是有证据表明，在酒醉的时候，人们会更容易暴露出自己的偏见，不会首先想到要掩饰这些态度。因此，当人们在道歉时说出“我的确不相信自己会那样讲：（我太疲劳了/太担心了/太恼火了/醉得太厉害了）”——或者像阿尔·坎帕尼斯所说的“被暗算了”——我们可以相当有把握地确定，他们的确是那样认为的。

但是，大多数人对于自己持有那样的看法不会感到高兴，并会产生失调：“我讨厌那些人”的想法，会与确信“那样讲在伦理上或者社交上错误”的判断产生激烈的冲突。克兰戴尔和埃舍尔曼认为，那些感受到失调的人会急切地进行任何形式的自我辩护，以此表达出他们的真实想法，同时又能够继续认为自己是具有品性的、正直的。“辩护，”他们解释道，“会令压抑得到缓解，它提供了某种遮掩物，以此来维护着平等主义和大公无私的自我形象。”³¹难怪它会成为如此受人欢迎的失调缓解器。

例如，在一项经典实验中，白人学生们被告知将要对另一个学生（“学习者”）实施电击，他们能够知道这位学习者是白人还是非洲裔美国人，实验表面上看是技能反馈研究的一部分。最初，学生们对黑人学习者所施加的电击强度要低于白人学习者，或许是为了表现他们不存在偏见的愿望。随后，他们偷听到学习者贬低他们的议论，这自然引起了他们的愤怒。现在，假如有另外一次实施电击的机会，他们向黑人学习者所实施电击的强度要高于白人学习者。同样的结果也出现在说英语的加拿大人对说法语的加拿大人、非同性恋者对同性恋者、非犹太学生对犹太学生的研究中。³²在正常条件下被试们可以成功地控制自己的负性情感，但是一旦他们发怒或者受到挫折，或者自尊心受到刺激，他们就会毫不掩饰地表现出他们的偏见，因为现在他们可以为此辩护：“我并不是一个持有偏见的人，但是他羞辱了我！”

这样，偏见成了民族优越感的动力。它蛰伏在那里，打着盹儿，直到民族优越感将它唤醒、起来作恶，为我们这些好人偶尔为之的坏事进行辩护。例如，在19世纪的美国西部，中国移民被雇佣开采金矿，这对白人劳动者的工作构成了潜在的威胁。白人主办的报纸煽动起对他们的偏见，将这些华人描绘成

“堕落而邪恶的”，“极其贪婪的”，“残忍而且没有人性的”。但是，仅仅 20 年后，当这些中国移民愿意承担修建横贯大陆铁路这项危险而艰苦的工作（这是一项白人不愿意从事的工作）时，公众对他们的偏见消失了，取而代之的看法则是，华人是朴实、勤劳而又守法的人。正如那位西部铁路大亨查尔斯·克罗克（Charles Crocker）所讲的：“他们堪与最为优秀的白人相媲美。……他们非常诚实，非常聪明，而且总是能够很好地履行合同。”然而，铁路建成之后，工作岗位变得更为稀缺。特别是在内战结束以后，大批退役士兵涌入本已吃紧的劳务市场。反华的偏见再次出现，媒体将华人描述为“罪犯”、“教唆犯”、“奸诈”和“愚笨”。³³

偏见会为我们希望虐待他人辩护，而我们之所以希望虐待他人是因为我们不喜欢他们。那么，为什么我们会不喜欢他们呢？因为他们在一个本已吃紧的劳务市场上同我们竞争。因为他们的出现令我们怀疑自己的宗教信仰是不是唯一正确的。因为我们希望维护我们的地位、权力和利益。因为我们需要感觉到自己优于他人。因为我们的国家正在进行一场反对他们的战争。因为我们对他们的习俗（特别是他们的性习俗，那些性乱现象）感到不安。因为他们拒绝融入我们的文化。因为他们正试图对融入我们文化的趋势加以抵制。

理解了偏见是我们进行自我辩护的工具，我们便更加容易理解为什么某些偏见很难根除：它们可以让人们为自己最重要的社会认同（人们的种族、宗教、性别）进行辩护，让人们减少因“我是一个正直的人”和“我的确讨厌那些人”所引起的失调。幸运的是，我们也可以更好地理解减少偏见的那些条件：消除经济竞争、签署休战协定、行业联合、更加熟悉和容忍对方、意识到对方同我们没有太大的差异。



“在正常的环境中，”希特勒的忠实追随者阿尔伯特·施佩尔（Albert Speer）在他的回忆录中写道，“如果人们偏离了现实，他们很快就会面对来自周

围人的挖苦和批评。在第三帝国中却不存在这种矫正。与此相反，每一次自我欺骗都会被成倍地放大，就像置身于一个哈哈镜装饰而成的大厅，成为一个由反复得到确认的镜像组成的奇怪的虚幻世界，它不再与严酷的外部世界保持任何联系。在这些哈哈镜里，除了看到自己的面孔反复出现外，我什么都看不到。”³⁴

既然每个人都会存在思维的盲点，我们进行自我矫正的最大希望便是确保自己没有身处一个哈哈镜装饰而成的大厅之中，确保我们所看到的一切不是我们自身愿望和信念的歪曲反映。在生活中我们需要一些爱唱反调的人，需要一些愿意戳破自我辩护编织的保护泡沫并且能够在我们偏离现实太远时拉回我们的批评者。这一点对于那些权力在握的人尤为重要。在历史学家桃瑞丝·科恩斯·古德文(Doris Kearns Goodwin)看来，亚伯拉罕·林肯(Abraham Lincoln)认识到了自己周围需要有愿意跟自己唱反调的人的重要性，这在美国总统中是不多见的。林肯所组的内阁中包含了他的四位政治对手，其中有三个人曾经与他竞争1860年大选共和党候选人提名，他们为自己输给一个名不见经传的律师而感到屈辱、震撼与愤怒。这三个人分别是：被林肯任命为国务卿的威廉·西华德(William H. Seward)、担任财政部长的萨蒙·蔡斯(Salmon P. Chase)和担任首席检察官的爱德华·贝茨(Edward Bates)。尽管这些人都认同林肯维持联邦和废除奴隶制的目标，但这个“由对手组成的团队”(古德文对他们的称谓)在如何实现这一目标上相互之间争论激烈。在内战初期，林肯陷入深深的政治困境之中。他不仅需要安抚那些希望将奴隶解放出来的北方的那些赞成废除死刑的人，而且还要安抚那些动摇不定、随时可能加入南方联盟的奴隶主，而这对于联邦而言将可能是一场灾难。林肯的顾问们在如何将双方维持在同一战线上观点各异，与他们之间的辩论使得林肯排除了自己所作的任何决策都得到了一致拥护的错觉。他可以权衡不同的选择并最终赢得自己昔日对手的尊重与支持。³⁵

只要我们认定自己是完全客观的、不可能堕落、不可能持有偏见，我们中的多数人就会经常发现自己正走在“通往圣安德鲁斯的路”上，而且我们中的一些

人会坐在“前往曼谷的飞机”上。杰布·斯图尔特·马库德，我们在上一章曾经介绍过的陷入水门政治丑闻的那个人，即便是被卷入打击尼克松政治对手的非法活动时，也被自己持有的“所做的一切事情都很重要”的信念所蒙蔽。但是，即便是在被逮捕的时候，马库德仍然有勇气面对自己。这一刻对于任何人来讲都是一种震撼和痛苦，就像猛然间从镜子里看到自己的前额长出了一个巨大的紫瘤。马库德可能只是做了我们大多数人都可能做的事情：他有些故作镇定地说：“是什么样的紫瘤？”但是他会压抑冲动。在最终对事情进行分析时马库德说，没有人逼迫他或其他人违反法律。“我们可以拒绝所发生的一切或者辞职抗议，”他写道，³⁶“但与此相反，我们相信自己所犯的错误的，并且一如既往地继续下去。”

“没有任何理由来为盗窃、窃听、作伪证以及其他被掩盖着的事情辩护……我和其他人用‘政治常规’或‘情报搜集’或‘国家安全’来将自己的行为合理化。我们完全错了，只有当我们承认这一切并且为我们的错误付出看得见的代价时，我们才有可能期待广大民众对我们的政府和政治体制抱有较大的信心。”



第三章



记忆,进行自我辩护的历史学家

我们所谓的确信无误记忆,其实不过是头脑中不断持续的叙事形式,而且它往往会随着讲述的变化而变化。

——记忆学家和作家威廉·马克斯韦尔(William Maxwell)

很多年前,在吉米·卡特(Jimmy Carter)执政期间,戈尔·维达尔(Gore Vidal)接受了电视节目“今天”的主持人汤姆·伯考(Tom Brokaw)的采访,据维达尔讲,伯考在开场白中提及“你已经写了许多关于两性的文章……”却被维达尔打断,“汤姆,我想说这个晨间节目时段太早了,不该谈及性。没有人乐意在这个时段听这些,或者,即使他们正在做,那也只是做,而不要去提及”,“哦,可是戈尔,你已经写了许多关于两性的……”维达尔打断了他的话说,他的新书没有提及任何两性问题,他倒是愿意谈论一下政治。有一次伯考又试图切入话题,但维达尔又打断了他:“现在让我们来谈谈卡特吧,让我们来看看他和那些

自称是热爱自由的、民主的巴西独裁者正在做什么吧。”论题由此转向了卡特，这个话题一直持续到节目结束。几年后，当伯考已经成为晚间新闻的播音员时，《时代》杂志对他进行了特别报道，询问他曾经遇到的特别困难的采访，伯考提到了那次对戈尔·维达尔的采访。“我想谈论政治，”他回忆道，“但他想谈论两性。”

那是“完全相反的，”维达尔说，“他将我变成了故事中的反面人物。”¹

是汤姆·伯考有意将戈尔·维达尔说成故事中的反面人物吗？就像维达尔所说的，是伯考在说谎吗？那不太可能。毕竟，是伯考在选择故事讲给《时代》杂志的记者听；他可以选择其漫长职业生涯中的任意一次采访，而无需去添加细节或者说谎，因为他很清楚记者将核查事件的原委。伯考无意间将事情颠倒，绝不是为了抹黑维达尔，而让自己看起来更好。作为晚间新闻的新主播，曾经问及与性有关的问题，这显然是不合时宜的，而认为（记得）自己一直选择政治这个话题则要好得多。

当两个人对同一事件的记忆截然相反时，观察者通常会认为其中一人在说谎。当然，一些人确实会编造或者添加细节去控制或欺骗他们的听众，就像詹姆斯·弗雷（James Frey）在他的畅销书《岁月如沙》中所做的。但是我们大多数人在大多数时间既不会说出事情的全部真相，也不会刻意隐瞒和欺骗。我们没有撒谎，我们相信自己的讲述。就如同讲述自己的故事一样，我们都会添加一些细节，而省略一些不合时宜的事实，我们会对故事进行细微的自我拔高的修饰，事实会被修饰得很好，以至于下一次我们还会增加一些细节；我们确信这些细微的无伤大雅的谎言会使故事更合理更清晰，（这种修饰）最终会使我们的回忆与真实发生的事情产生出入，或者甚至回忆起没有发生过的事情。

记忆就是这样成为我们个人的自我辩护的历史。社会心理学家安东尼·格林沃德（Anthony Greenwald）曾指出，自我会被“极端自我”所控制，“极端自我”会无情地毁灭那些自我不愿听到的信息，就像法西斯领导人那样，站在胜利者的角度重写历史。² 然而，极权主义统治者重写历史是为了传给后世，但极端自我者重写历史是为了传给自己。历史被胜利者书写，而当我们撰写自己历史

的时候，我们也会像国家主宰者那样：为我们的所作所为辩护，使我们看上去或自我感觉更良好。如果我们犯了错误，记忆会帮助我们将自己的错误安到别人身上，即便我们在场，也不过是无辜的旁观者而已。

最起码的，记忆会消除曾经的不和谐，它会使言论偏颇，使我们选择性地忘记那些失调，使我们去确认那些我们相信的信息。例如，假如我们完全理性，我们将努力记住聪明的、敏锐的想法，而不会竭力去回忆那些愚蠢的想法。但是，失调理论预言，我们会想当然地忘记对手精辟的论断，就像我们忘记自己曾经愚蠢的想法一样。如果我们的观点被愚蠢的观点所支持便会引起失调，因为它会令我们质疑自己的观点是否明智或者怀疑那些赞同这一立场的人们是否明智。同样，对手所提出的明智的观点也能引起失调，因为它可能会证实对方观点正确或者值得认真对待。由于我们自身愚蠢的观点以及对方明智的观点都会引起失调，失调理论预言，我们要么学会那些明智的理论，要么很快将它们忘掉。这便是爱德华·琼斯(Edward Jones)和石川·科勒(Rika Kohler)1958年在北卡罗来纳所做的有关种族隔离态度的经典实验中的发现。³ 每一方都容易回忆起那些符合自己立场且听起来有道理，以及符合对方立场且听起来也没有道理的观点。每一方都会忘记那些听起来没有道理但符合自己立场，以及听起来有道理但符合对方立场的观点。

当然，我们的记忆也会尽可能详尽和准确。我们记得自己的初吻和最喜爱的老师，我们记得家史、电影、日期、棒球、少年的羞涩和胜利。我们记得自己生活经历中的重要事件。但是，当我们记忆出错的时候，这些错误并不是随意出现的。日常生活中的记忆偏差和失调会帮助我们理解世界的意义以及我们在世界中的位置，会保护我们的决策和信念。特别是当我们具有保持自我概念一致的动机时，当我们希望自己正确时，当我们的自尊心需要保护时，当我们需要为失败或者错误的决策进行辩解时，或者当我们需要找到一个以往被证明正确的对当前问题的解释时，这种歪曲甚至会更有力量。⁴ 歪曲、重构以及彻底的忘却，是记忆的步兵，当极端自我试图保护自我、隔离痛苦或解除与自我形象相矛盾相背离的尴尬时，他们会被召集到前线：“我那样做了吗？”这就是为什么研究

记忆的学者喜欢引用尼采(Nietzsche)的话:“‘我已经那样做了’,我的记忆说。‘我不可能那样做’,我的自尊犹豫不定地说。最终——记忆屈服了。”

记忆的偏差

本书作者之一(卡罗尔)有一本特别喜爱的儿童读物,詹姆斯·瑟伯(James Thurber)的《奇妙的字母 O》,她记得那是当自己是个小女孩的时候父亲送给她的。卡罗尔回忆道,一群强盗占领了一个岛屿,禁止当地居民说与字母 O 有关的话,禁止使用包含字母 O 的物品。“我曾经清楚地记得父亲在给我们读《奇妙的字母 O》,我们一起嘲笑害羞的奥菲丽娅·奥利弗(Ophelia Oliver)竟认为自己的名字里没有字母 O。我记得自己同那些遭到入侵的岛民一道,大胆地猜测那个从未丢失的第四个含有字母 O 的单词(在 love、hope 和 valor 之后),我父亲边猜边开玩笑:是 Oregon? Orangutan? 还是 Ophthalmologist? 此后不久,我发现了自己收藏的第一版《奇妙的字母 O》。该书是在 1957 年出版的,那时我父亲已经去世了一年。我难以置信而又吃惊地看着那个日期,很显然,是另外一个人给了我那本书,另外一个人给我读它,另外一个人和我一起取笑奥菲丽娅·奥利弗,另外一个人希望我理解第四个带 O 的单词是 freedom。这个人从我的记忆中消失了。”

这个小故事说明了三个关于记忆的重要事实:要辨明一个真实的记忆是多么困难,某个完整的记忆包括它的细节,有时可能是完全错误的。即便是很有把握的、完全确定的记忆是准确的,也不意味着这就是事情的本来面目,记忆所支撑的我们当前的感受和信念可能是错误的。“我有一系列的关于我父亲的信念,”卡罗尔评论道,“他是一个热心的人,风趣而又甘于奉献的父亲,他喜欢给我读书,他带我翻遍整个图书馆,他喜欢巧妙的对话,因此,对我来说,推测(不是回忆)他是给我读《奇妙的字母 O》的人是合乎逻辑的。”

记忆的比喻适合我们当今这个科技时代。几个世纪以前,哲学家们曾经将记忆比作可以在上面留下印迹的柔软的蜡片。随着印刷时代的到来,人们开始

将记忆比作将事件保留下来以备提取的图书馆。（处在某个特定年龄段的我们仍然会持这样的看法，我们会抱怨向已经凌乱不堪的大脑再“提交”信息。）电影和录音机出现后，人们开始将记忆比作摄像机，拍下出生的瞬间并自动地录制下此后的每一刻。今天，我们将记忆比作电脑，尽管我们一些人希望可以更加方便地随机存取，但我们仍然假定围绕着我们所发生的一切都“被存贮”。你的大脑可能并没有显示所有的记忆，但是它们都存贮在那里，以备你将来提取。

有关记忆的这些比喻广为流传并得以强化，但却是不正确的。记忆并非埋藏在大脑的某个地方，就像埋在某个考古遗址里的尸骸；记忆并不像长在土里的小萝卜，不能连根拔出；而且，它们并不会在被拔出之后，得不到很好的保护。我们不能回忆起自己所经历的每一件事情，我们所选择的仅仅是一些重要的事情。（假如没有遗忘，我们的意识就不能有效地工作，因为它们和混乱的精神世界混杂在一起——上周三的气温、在公交车上令人厌烦的谈话、我们拨打的每一个电话号码。）而且，恢复记忆不像回收文件或重放磁带；它就像让人们观看几个不相干的电影镜头，然后让他们指出余下的可能情节。我们可能会采取生搬硬套的方式来再现诗歌、玩笑或者其他信息，但是当我们对复杂的信息进行回忆时，我们会对其进行加工以使其与故事情节相吻合。

由于记忆是可以重新建构的，它往往会被混同于闲谈杂论——把在别人身上发生的和在自己身上发生的事情混在一起，或者你记住了根本就没有发生过的事情。在建构记忆的过程中，人们从许多来源获得信息。当回忆自己5岁生日的聚会时，你可能会有一个直接的记忆片段：你的弟弟把手指戳在蛋糕上，把蛋糕弄坏了。但是，你还可能加上一些信息，如你后来从家庭的故事、照片、录像中得到的，还有在电视上看过的生日聚会。你会将所有的片段编织在一起。假如有人对你实施催眠，让你返回5岁生日的聚会现场。你会讲述一个生动的故事，但这个故事却包含了许多以往聚会中根本没有发生过的细节。稍后，你便不能将自己的真实记忆同从其他地方获得的后继信息区分出来。这种现象被称作“来源混淆”，或者说是被人们关注的“我是从哪里听说的”问题。⁵ 类似的问题还有：我读过它吗？我见过它吗？或者，有人告诉过我吗？

玛丽·麦卡锡(Mary McCarthy)在《一个天主教徒的少女时代》一书中出色地利用了她对闲谈杂论的理解,这是一种有悖于常人的叙事方式。在每一章的结尾,麦卡锡都会将自己的记忆与事实相对照,看看二者是否有出入,有时事实甚至会毁掉一个好故事。在《一罐黄油》一章中,麦卡锡生动地回忆了喜欢体罚她的叔叔梅尔斯(Myers)和婶子玛格丽特(Margaret),这两个亲戚在她的父母去世以后收养了她和弟弟,他们责怪她偷走了弟弟的水手杰克^①奖品——一个镀锡的蝴蝶。她没有偷,大家找遍了全家都没有找到。但是,一天晚餐后,那个蝴蝶在餐桌的布罩下找到了,它就在玛丽的座位附近。叔叔和婶子以“偷窃”为由狠揍了她一顿,叔叔使用的是一条皮带,婶子用的是一把梳子,但有关这件事情的谜团却自始至终没有解开。多年以后,当堂兄弟姊妹们长大以后一起回忆往事的时候,他们谈到了死去的叔叔梅尔斯。“直到那时我的弟弟普雷斯顿(Preston)才告诉我,”麦卡锡说,“在那个不同寻常的‘蝴蝶’之夜,他曾看见梅尔斯叔叔偷偷地从卧室走进厨房,撩起布罩,他手里拿着蝴蝶。”

每一章的结尾都是令人难以置信的!伴随着出色的讲述,出现的是一个戏剧性的结尾。随后,麦卡锡会有一段附言。在她写这部回忆录的时候,她说:“我突然想起我在大学时写过的一个剧本。难道说叔叔把蝴蝶放在餐桌上我坐的位置上的想法是受到了老师的暗示?我几乎能听到她在激动地对我说:‘一定是你叔叔做的。’”麦卡锡给她的弟弟们打电话,但是他们中没有一个人就这件事情给她回话,包括普雷斯顿,他不记得曾见过叔叔拿着蝴蝶(那时他仅仅7岁),也忘记了自己在谈及那次家庭晚餐时所说的话。“我担心,最有可能的是,”麦卡锡总结道,“我混淆了这两种记忆。”——丢失蝴蝶这件事情以及后来老师对可能发生的事情所作的解释。⁶它可能是一种心理感觉:梅尔斯往布罩下放蝴蝶的举动与麦卡锡对他的总体上所持的恶感是一致的,这进一步证明了自己对所受到的不公平惩罚的愤怒是合理的。

然而,大多数人在撰写自己的回忆录或者描述自己以往的经历时,并没有

① 百事公司旗下的一种小食品商标。——译者注

像玛丽·麦卡锡那样去做。他们会用向自己的治疗师进行讲述时所采用的方式来做：“医生，这就是所发生的一切。”他们不愿听到对方说这样的话：“哦，你确信事情是这样的吗？你的母亲讨厌你，你的态度是积极的吗？你肯定你的父亲是粗鲁的人吗？当面对这一切的时候，我们应当检查一下你的这些可怕记忆。你可能忘记了自己所做过的可能会令自己感到恼火的事情——警方说，替自己与那位来自俄克拉荷马某个小镇的一位律师待在一起这样的小事辩护。”相反，我们对自己所讲的故事信心十足，不想看到听者持有异议或者相反的证据，这就意味着我们不期望对自己的记忆进行详细检查以保证其准确性。你关于父亲如何待你的那些鲜明的记忆，反映了你和他之间的关系。那么，你忘掉了什么呢？你记得自己因为不听话而挨过他的揍，并且为他没有解释管教你的理由而感到恼火。但是，你是否可能是那种听不进父亲解释的孩子呢？或许你根本没有耐心，没有动力，根本不想听那些话。在讲故事的时候，我们往往会置身事外：我父亲做出这样或那样的事情，仅仅因为他是父亲，而不是因为我属于哪类孩子。那就是记忆的自我辩护。这便是当我们知道某段记忆是错误的时候，我们会感到震惊（此时脚下的大地都在晃动）和迷茫的原因。在某种意义上讲，的确如此。它促使我们反思自己在故事中的角色。

任何一位家长在参加“你不能赢”游戏时都是不情愿的。你要求女儿去参加钢琴课，但后来她却抱怨你损毁了她对钢琴的热爱。你让女儿放弃课程，因为她不喜欢枯燥的训练，但后来她却抱怨你没有逼迫她进行训练——以至于她现在根本不会弹奏钢琴。你要求儿子下午参加希伯来语学校，他会抱怨你试图阻止他成为另一位汉克·格林伯格（Hank Greenberg）。但你若不让他去，他则会抱怨你没有提供机会发挥他的特长。贝特西·彼德森（Betsy Petersen）在她的回忆录《与父亲一起跳舞》中发自内心地抱怨自己的父母，她责怪他们只让她参加了游泳课、蹦床课、骑马课和乒乓球课，却没有让她参加芭蕾舞课。“我唯一想做的，他们却没有给我机会。”她写道。责怪父母是常见的为自己开脱的方式，因为这会让人们容忍有些遗憾和不完美的生活。错误是由他们造成的。我们不会在意自己对上课的厌烦或者对它能够带来的好处的强烈拒绝。因此，

记忆会减少自己的责任并且夸张他人的责任。

到目前为止,对记忆最重要的歪曲,是利用它来为我们自己的生活进行辩护或者解释。我们的大脑和感官不能解释自己的经历,它们似乎被分隔成好多碎片,记忆把它们镶嵌在一起。随着时间的推移,我们会看清镶嵌的方式。它好像是彼此交织而且不可改变的;我们难以想象如何将这些碎片合成一个整体。但是,多年的讲述会将它合成一个包含了英雄和恶人的完整的有意义的故事,这也是我们为什么会成为我们现在这个样子的原因。由于叙事是我们理解世界以及我们在其中所处位置的方式,因而它要大于各个部分的总和。假如某个部分,某个记忆片段是错误的,人们便不得不设法减少因此而导致的失调,甚至会重新考虑基本的心理分类:毕竟,在你看来,爸爸(妈妈)并没有那么好(坏),对吗?在你看来,爸爸(妈妈)是复杂的人吗?对生活的讲述可能基本上是真实的;你的父亲或者母亲可能的确是可恨的,或者是圣洁的。问题是,当叙事成为自我辩护的主要来源时,一旦叙事者要为错误和失败寻找依靠,记忆便会为其所用。这样,叙事者也就只是确认父母做错的事情,而会遗忘那些父母做过却会导致认知失调的好事情。一段时间以后,随着故事情节的固化,要看到完整的父母(既有好的一面,也有坏的一面;既会坚强,也会懦弱;既有良好的愿望,也有令人遗憾的过错)会变得更加困难。

记忆创造了我们的故事,同时我们的故事也创造了我们的记忆。一旦开始叙事,我们便会改造自己的记忆来与之相吻合。芭芭拉·特沃斯基(Barbara Tversky)和伊丽莎白·马什(Elizabeth Marsh)的一系列的实验,揭示了我们如何“虚构自己的生活故事”。在其中一项实验中,被试们阅读了一段有关两个室友的故事,这两个人各做了一件令人恼火的事情和友善的事情。随后,要求他们写一封信对其中的一个人进行评价,或者是一封写给某个房管部门的控告信,或者是一封写给某个社交俱乐部的推荐信。在写信的过程中,被试们会在信中增加一些原来故事中没有的细节和详情;例如,如果他们写的是控告信,他们可能会加上,“瑞切尔(Rachel)很虚伪”。之后,当他们被要求准确地对原来的故事进行回忆时,他们的记忆就会因受到信中所写内容的影响而变得偏颇。⁷

他们记住了信中所写的那些与事实不符的错误细节，却忘记了他们没有写到的那些引起他们失调的信息。

为了说明记忆是如何改变以迎合我们的故事，心理学家们研究了记忆如何随时间的推移而发生变化：假如你对同一个人的记忆出现变化，受到你现在生活中所发生事情的影响而出现正向或者负向的变化，那么这种变化完全是由你而不是它们引起的。这一过程会逐渐展开，以至于你几乎感觉不到有什么不同。“多年以后我发现了我青少年时的日记，”一位女士在给专栏作家艾米（Amy）的信中写道，“它充满了不安全感和愤怒。读到自己曾经有过的那种感觉，我感到很震惊。我认为自己同妈妈之间的关系十分亲密，我不记得存在什么大的问题，但从日记看来却恰恰相反。”

在布鲁克·菲尼（Brooke Feeney）和朱迪·卡西迪（Jude Cassidy）的两项实验中，这封信的作者“我不记得存在什么大的问题”的原因得以确认，他们的研究显示了青少年们如何记忆（或者忘记）与自己父母之间的争吵。这些青少年和他们的父母一起来到实验室填写一份表格，他们对表格所列出的一些话题态度显然不一致，这些话题包括：个人外表、宵禁令、经常和同胞兄弟的争吵，等等。随后，每一个青少年和父母之间有 10 分钟的单独谈话，他们谈论并尝试解决彼此之间分歧最大的问题。最后，要求青少年们对他们所感受到冲突的程度、他们自身情感的激烈程度、他们对父母的态度等等进行评价。六周后，要求他们回忆并再次评价冲突程度以及他们对冲突的反应程度。那些感到与父母关系亲密的青少年所回忆的争吵强度以及冲突程度，比当时记录的要低。而那些与父母之间存在矛盾或者有疏离感的，对冲突的激烈和残酷程度的记忆都要高于当时的记录。⁸

正如我们当前对父母的态度会形成我们的父母曾经如何对待我们的记忆，我们当前的自我概念影响我们对自己以往生活的记忆。1962 年，当时还是一名年轻的精神科学学生的丹尼尔·奥佛尔（Daniel Offer）和他的同学们对 73 名 14 岁男孩进行了访谈，访谈涉及家庭生活、性、宗教、父母、父母的管教以及其他一些受情感影响的话题。34 年后，当这些人已经 48 岁的时候，奥佛尔和他

的同学再次对他们进行了访谈,要求他们谈谈自己对青少年时期的记忆。“值得注意的是,”研究者推断说,“让男士去猜测他们青少年时期所说过的话几乎是不可能的。”他们中的大多数人记得自己是个大胆的、外露的青少年,而他们在14岁的时候对自己的描述却是很羞涩。在经历了20世纪七八十年代的性解放之后,这些男士所回忆起来的自己在性方面要比当初真实的自己更解放、更大胆。近乎一半的人回忆当自己是青少年的时候相信,作为一名高中学生有过性行为是好事,而仅有15%的人所感受到的与他们14岁时的感受一致。这些男士当前的自我概念污染了他们的记忆,将他们过去的自我与当前的自我融合在了一起。⁹

记忆在各种形式的自我拔高之中被歪曲了。男人和女人们所回忆起来的性伴侣都会比实际上少,他们回忆起与自己的性伙伴做爱的次数比实际上要多,而且他们回忆起使用避孕套的情况也要比实际上多。人们还会回忆自己实际上没有进行的投票,他们会记得自己将选票投给了获胜的候选人,而不是他们实际投给的政治家,他们会记得自己所做的善事要比实际做过的多,他们记忆中自己的孩子走路、说话的时间也比实际上要早……你明白这是怎么回事了吧。¹⁰

假如某种记忆成为你的个性的核心部分,自利偏差便更有可能出现。杰出的认知心理学家拉夫·哈伯(Ralph Haber),很喜欢讲自己是如何在母亲反对的情况下选择斯坦福大学研究生院的故事。他回忆道,他的母亲希望他继续在密歇根大学接受教育,这里离家很近;但是他希望离家远一些,这样可以更加独立。“我对此记忆犹新:当拿到斯坦福大学的入学通知书和奖学金的时候,我高兴得跳了起来,满怀热情地接受它,并准备向西部开拔。此事已成定局!”25年后,当哈伯返回密歇根参加母亲80岁生日时,母亲递给他一个存放信件的鞋盒子,这些信件是他们多年前写给对方的。在拿出的第一封信中,他了解到自己曾明确决定要留在密歇根而拒绝所有其他选择。“正是我的母亲”,他告诉我们,“动情地恳求我改变主意”才促使我离开家。“我必须写出这一冲突性决策的全部,以便于让我的记忆前后一致,”哈伯现在说,“让我的记忆与自己当初离

家时的真实情况相吻合；与如何看待当时可以离开家的我相吻合；与我需要一个爱我因而希望我待在身边的母亲的想法相吻合。”顺便说一下，哈伯的专业特长是自传式记忆。

在拉夫·哈伯的这个案例中，记忆的歪曲保持了独立的自我概念。但是，对大多数人说，自我概念处于变化、改善和发展之中。对于我们一些人来说，它建立在完全改变的信念的基础之上；的确如此，过去的自我好像是一个完全不同的人。当人们改变了宗教信仰、历经了一场灾难、遭受了癌症的折磨，或者从毒瘾中摆脱出来的时候，他们经常感受到这种改变；他们会说，原来的自己并非“自己”。对于那些经历过这种变化的人来说，记忆通过改变他们的观点来帮助解决过去的自己和现在的自己的不一致。当人们回忆起和自己当前观点不一致的行为时，例如，当要求教徒们记住他们应该参加却没有参加宗教服务的次数，或者要求反对宗教信仰的人记住他们参加宗教服务的情况时，他们会站在第三者的立场去显现记忆，似乎他们是公正的观察者。但是，当他们回忆起与自己当前个性一致的行为时，他们是作为第一见证人在讲述，似乎他们是用自己的眼睛在观察从前的自己。¹¹

假如事实上我们根本没有改变而只是认为自己发生了改变的时候，情况又会如何呢？记忆仍然可以帮忙。在迈克尔·康威(Michael Conway)和迈克尔·罗斯(Michael Ross)进行的一项实验中，106名学生参加了一项学习技能改善的项目，如同其他项目一样，该项目也是名不副实。开始时，学生们对自己的技能进行了评价，随后他们或者被随机分派科目，或者被列入候选名单。培训对他们的学习习惯或学习成绩没有任何影响。那么，学生们会如何为这种时间和精力上的浪费辩护呢？经过了三周毫无用处的培训之后，那些参加了那些课的被试应该认为他们的技能有了提高，但客观数据却显示他们的功课做得并不好。他们会如何来减少失调呢？三周以后，当要求这些被试尽可能准确地回忆最初对自己技能的评价时，他们进行了错误的回忆，所回忆起来的评价要远远差于他们最初所作的评价；由此他们可以相信自己的技能有了提高，而实际上却根本没有任何变化。六个月之后，当要求他们回忆自己在那个科目上的成

绩时,他们也进行了错误的回忆,相信自己的成绩比以往要高。而那些被列入技能培训项目候选名单的学生,没有花费任何努力、精力或者时间,没有感受到认知失调,也没有为任何事情辩护。由于没有歪曲自己记忆的需要,因而他们准确地回忆起自己的能力和最近的成绩。¹²

康威和罗斯将这种自利性的记忆偏差称之为“通过修正自己原有的,来获得自己所需的”。在生命周期更长的范围内,我们中的许多人会这样做:将自己的生活历史记忆得比实际情况更差,由此可以对自己所取得的进步在认知上加以歪曲,从而让我们感到自己现在更好。¹³当然,我们所有的人都会长大、成熟,但是一般而言我们所取得的进步并不像自己所认为的那样大。记忆的这种偏差解释了为什么我们每个人都会感到自己改变了许多,而我们的朋友、敌人和爱人却依然如故。当我们在中学同学聚会时遇到哈里(Harry)的时候,哈里向我们讲述着毕业后他所取得的进步,我们不住地点头并在心里默默念叨:“还是那个哈里;不过是胖了点,更坦率了些。”

记忆的自我辩护机制将成为令人着迷而又往往令人恼怒的人性的另一个方面,它不会向我们提供我们如何生活、如何作出有关他人的决策、如何形成自己的人生哲学的事实;我们在记忆的基础上形成的故事经常是正确的,但也经常会出现致命的错误。没有记住发生过的事情是令人沮丧的;而记住了从未发生过的事情则更加令人惊恐。我们的许多错误记忆是中性的,就像到底是谁在为我们读《奇妙的字母 O》,但有时它们却会产生更加深远的影响,不仅会影响到我们自己,而且还会影响到我们的家人、朋友乃至社会大众。

有关错误记忆的故事

1995 年在德国,宾札民·维尔柯米尔斯基(Binjamin Wilkomirski)出版了《碎片》一书,该书回顾了作者童年时代在马伊达内克和比尔克瑙集中营里的可怕经历。该书记录了一名儿童亲眼见到的纳粹暴行,以及他最终被营救到瑞士的经历。《碎片》赢得了极高的赞誉。一些评论家将它与普利莫·列维(Primo

Levi)和安妮·弗兰克(Anne frank)的作品相媲美。《纽约时报》评论这本书是“令人震惊的”，《洛杉矶时报》称之为“关于大屠杀的经典纪实报告”。在美国，《碎片》获得了1996年国家犹太图书奖(传记和回忆类)，美国行为精神病协会因维尔柯米尔斯基对大屠杀和种族灭绝问题的研究而授予他海曼(Hayman)奖。在英国，这本书赢得了犹太季度文学奖。在法国，它赢得了大屠杀备忘录的称号。华盛顿的大屠杀纪念馆还资助维尔柯米尔斯基参加了全美六城市巡游。

随后，《碎片》却被证实是彻头彻尾的道听途说。这本书的作者，真实姓名是布鲁诺·格罗斯让(Bruno Grosjean)，他不但不是犹太人，而且毫无犹太血统。他是瑞士的一名音乐家，生于1941年，他的母亲是一个名叫伊旺娜·格罗斯让(Yvonne Grosjean)的未婚女士，几年后他被亲生母亲抛弃，后来被无子女的瑞士夫妇道瑟科(Dössekker)收养。他从未到过集中营，书中有关他的故事都是从他读过的历史书、看过的电影，以及杰西·科辛斯基(Jerzy Kosinski)一本名为《五彩缤纷的鸟》的超现实小说中获得的。《五彩缤纷的鸟》记录了一个男孩在大屠杀中的悲惨遭遇。¹⁴(具有讽刺意味的是，科辛斯基也声称他的小说是自传，后来也被揭露是不真实的。)

让我们再从瑞士回到富裕的波士顿郊区，威尔·安德鲁斯(Will Andrews，这个名字是对他进行访谈的心理学家取的)就住在那里。威尔是一位长相帅气、谈吐清晰、有一个幸福美满家庭的40多岁的男士。威尔认为自己曾经被外星人绑架过，他依然对过去10年自己身体、心理和性方面的经历记忆犹新。事实上，他还声称，那个外星人向导怀上了他的孩子，并生下了一对双胞胎男孩，现在已经8岁了。他伤心地说，自己从未见过他们，但是这两个孩子在他的情感世界里占有很重要的地位。他说被绑架虽然是可怕和痛苦的，但总体上说，他很高兴自己被“选中”。¹⁵

这两个人对自己的欺骗行为具有负罪感吗？难道布鲁诺·格罗斯让(宾札民·维尔柯米尔斯基)是想通过编造故事而闻名全世界吗？威尔·安德鲁斯是为了登上《欧普拉》杂志才捏造出被外星人绑架的回忆吗？我们不这样认为，我

们认为他们像汤姆·伯考一样并非有意说谎。那么是不是这些人精神方面出了问题呢？不是的，他们过着相当合理的正常生活，有很好的工作，良好的人际关系，收入足以应付支出。事实上，他们是数以千计在童年或成年时期能记住关于悲惨遭遇报道的代表，不久，实践将证明这些事从未在他们身上发生过。心理学家对很多这样的个体进行了研究，结果证明他们并没有患上精神分裂或精神失调。他们可能仅仅经历了一些人通常经历过的问题，如压抑、沮丧、焦虑、饮食失调、孤独、存在感缺失等。

因此，维尔柯米尔斯基和安德鲁斯并没有发疯或者是骗人，而是他们的记忆出现了错误，而且是某个特定的方面出现了错误，是因为自我辩护的原因。他们的故事从表面上看相差很大，而实际上是被一些产生错误记忆的心理或精神结构联系在一起的，这些记忆让人感觉栩栩如生和富有情感。这些记忆不只在短暂的瞬间存在，可能会保持几个月，甚至是几年，心理学家已经认识到这些记忆活动出现的阶段性规律。

瑞士历史学家斯蒂芬·米契勒(Stefan Maechler)曾经采访过维尔柯米尔斯基本人和他的朋友、亲属、前妻以及其他与故事有关的每一个人，根据他的研究，布鲁诺·格罗斯让这样做的动机并非出于自私的考虑，而是因为自我说服。格罗斯让花了20多年的时间把他自己转变成维尔柯米尔斯基，撰写《碎片》是他蜕变成一个新身份的最后一步，而不是他构织谎言的第一步。“维尔柯米尔斯基叙述的录像带和见证人报告给人一种愉快的感觉，”米契勒写道，“他作为集中营受害者这一角色是很真实的，在其中他最终找到了自己。”¹⁶维尔柯米尔斯基作为大屠杀幸存者的新身份给了他一种强有力的价值感和目的感，还有数不尽的崇敬和支持。他是如何得到这些奖章和演讲邀请的呢？这并非一个二流的单簧管手所能做到的。

宾札民·维尔柯米尔斯基，也就是布鲁诺·格罗斯让，4岁前一直被送来送去，居无定所，他母亲只是偶尔来看他，后来母亲彻底抛弃了他，把他送到儿童福利院，直到被道瑟科夫妇领养。成年之后，维尔柯米尔斯基认为他童年的经历或许是他出现问题的根源，也许的确是这样。一个通常的故事模式是，有

一个孩子被没有抚养能力的单身母亲所生，最后被正常而善良的夫妇收养，但这样一个故事在解释他的问题时并不充分。假如他不是被收养而是在战后获救，在孤儿院里与一个叫布鲁诺·格罗斯让的孩子进行了调换，情况又会怎样呢？“还有什么其他的原因吗？”他的传记作家谈到维尔柯米尔斯基的感受：“是否还会有一种惊恐感突然袭上心头？或者，是否会在他的后脑遭受过撞击并在他的前额留下创疤？或者，是否被持续不断的噩梦所折磨？”¹⁷

还能有什么其他原因呢？惊恐不过是对压力的一种正常的反应。每个人都会受到这样那样的伤害。事实是，维尔柯米尔斯基的儿子也在同样的情境中受到过同样的创伤，这就为谜底带来了真正的答案。噩梦对普通人来说是比较普遍的，令人惊讶的是，噩梦并不是实际经历的必然反应。一些受过精神创伤的成人和孩子不一定做这样的噩梦，但是没有受到创伤的人倒是会做起噩梦。

但是，维尔柯米尔斯基对这些解释并不感兴趣。在对生命价值探索的过程中，他已经从试图在早期经历中找寻导致症状真实原因的阴影中走了出来。首先，他对那些创伤的经历是没有真实记忆的，他越沉溺于记忆中，也就越难以解释他以前的经历。他开始阅读大量有关大屠杀的书籍，包括幸存者的叙述。他开始认同犹太人的生活方式。在38岁的时候，他遇到了厄里苏尔·伯恩斯坦（Elitsur Bernstein），一位住在苏黎世的以色列心理学家，并成为他最亲密的朋友。厄里苏尔·伯恩斯坦建议他到自己过去曾经到过的地方旅游。

循着自己的记忆，维尔柯米尔斯基和自己的一群朋友前往马伊达内克旅游，其中也有伯恩斯坦。他们到达时，维尔柯米尔斯基哭着说：“这就是我的家，这就是儿童被隔离的地方！”朋友们拜访了集中营档案馆的历史学家，当维尔柯米尔斯基问起有关儿童隔离室的事情时，这些历史学家们感到好笑。他们说，当时很小的孩子要么死掉要么被杀死；其实，纳粹并没有在特别的营房里设置托儿所，所以维尔柯米尔斯基的记忆是错误的。维尔柯米尔斯基在探寻自己身份的道路上走得太远了，以至于难以回头，因为证据表明他是错的。于是为了减轻失调，他将那些历史学家打发走了。“这些历史学家让我看起来很无知，这种做法真的很令人讨厌，”他对米契勒说，“从那时起，我认识到我要更多地依靠

自己的记忆,而不是那些所谓的历史学家所讲的,因为在他们的研究中从来也没有孩子的位置。”¹⁸

接下来,维尔柯米尔斯基通过接受治疗来缓解他的噩梦、恐惧以及所受到的所有创伤。他找到了一位名叫莫妮卡·玛塔(Monika Matta)的精神分析师给他治疗。玛塔为他解梦,并且采用诸如画图和其他一些增强“对身体的情感意识”的方法。玛塔建议他把回忆起来的東西写下来,因为人们总能记得受创伤的隐私经历,写下来的确是有好处的,因为通过记录,能够使患者更清晰回忆起自己的过去,从而找到问题根源。¹⁹而对那些试图记起不曾发生事情的人而言,通过记录、分析梦境、画图等这类精神治疗师常用的方法,能够迅速地将他们的想象和现实联系起来。

伊丽莎白·洛夫特斯(Elizabeth Loftus)是记忆研究领域的领军专家,她将这一过程称之为“想象力扩张”,因为你想象得越多,你就越可能通过增加一些你做事的细节,将其扩展并嵌入你的实际记忆中。²⁰(科学家们甚至已经开始研究想象力扩张的大脑机制,用功能性磁共振成像技术来显示它在神经水平上的工作机制。²¹)例如,朱丽亚娜·玛佐尼(Giuliana Mazzoni)和她的同事们要求他们的实验被试讲一个梦,而且作为反馈将会对他们的梦提供某种(虚假的)“个性化”的解释。他们告诉其中的一半被试,这个梦意味着,他们在3岁前曾受到坏人的骚扰,或者在一个公开场合走失,或者发生了其他类似的悲惨事件。与没有给出任何解释的控制组被试相比,接受了解释的这组被试更可能相信梦中的事件曾经发生过,并且最终其中一半的人会出现关于这一经历的细节记忆。在另一个实验中,要求被试们记住校医从自己的小手指上取下皮肤样本来做一项健康检测(这项检测并不存在)。对这一不可能情境的简单想象便会令被试更加相信,这件事可能真的发生过。而且越是自信,他们添加到错误记忆中的感性细节就会越多(“这个地方很难闻”)。²²研究者们也可以间接地创造想象力扩张;只需通过让人们解释一个不可能事件是如何发生的,便可以做到这一点。认知心理学家玛丽安娜·加里(Maryanne Garry)发现,正如人们告诉你一件事是怎样发生的那样,他们一开始也感到事情是真实的。儿童尤其容易接

受这种暗示。²³

写作能将人瞬间的想法变成历史的现实，并且对于维尔柯米尔斯基来说，记录下这些记忆也就证实了这些记忆。“我所患的病症告诉我，到了该为自己记录下这一切的时候了，”维尔柯米尔斯基说，“当它们在记忆中受阻的时候，我会顺着自己的暗示返回。”²⁴就像他在马伊达内克辞退那些试图唤醒他记忆的历史学家一样，他也拒绝了那些告诉他记忆并非那样起作用的科学家们。

当《碎片》一书出版的时候，出版商收到了一封男子的来信，该信称维尔柯米尔斯基的故事是不真实的。警觉的出版商向维尔柯米尔斯基证实此事。厄里苏尔·伯恩斯坦和莫妮卡·玛塔都来信表示支持。“当我阅读手稿的时候，我就没有对它的真实性产生过怀疑，”伯恩斯坦在给出版商的信中写道，“我可以大胆地说，根据我的判断，只有亲身经历的人才能以这种方式写出这样的作品。”莫妮卡·玛塔为自己稍稍作了一点辩护，同样也没有怀疑维尔柯米尔斯基记忆和身份的真实性。玛塔写道，维尔柯米尔斯基是一个有天赋的、诚实的人，他有着“特别精确的记忆”，并深深地受到了儿时经历的影响。她写道，她希望任何“荒谬的猜疑都能够消除”，因为该书的出版对维尔柯米尔斯基的精神健康很重要。她希望维尔柯米尔斯基不会因别人的背信弃义而被命运所压垮。“所有的证据再一次表明，那是一个‘不存在的人’。”²⁵在专家们的确认和保证之下，出版商按时出版了。最终，那个“不存在的人”的确存在。



1983年8月8日迈克尔·舍默(Michael Shermer)在骑自行车路过内布拉斯加的乡村时，被外星人绑架了。一个巨大的宇宙飞船降落下来，强迫舍默到路边去。外星人从飞行器中走出来，绑架了他长达90分钟，之后他就不记得所发生的一切。舍默的经历是罕见的，成千上万的美国人认为他们曾遇到过UFO或外星人。有一些发生在他们长途驾驶的时候，周围的景色单调无聊、没有变化，而且经常是在晚上；他们昏昏沉沉，失去了时间感和距离感，希望能发

生些异样的事情。有些人甚至包括专业的驾驶员,看见一些他们不能解释的奇异的光在空中盘旋。在大多数情况下,这种经历出现在半睡半醒、精神模糊的时候,当他们被震动吵醒时,看到幻影、外星人或鬼魂在他们床边。他们常常会感到身体僵硬,不能活动。

骑自行车的人、汽车驾驶员和睡着的人,都身处金字塔的顶端:一些神秘和奇异的事情发生了,但那会是什么呢?你可以不知道自己从不佳的心境中突然解脱的原因,但你却不能不知道自己在睡眠时因为有鬼魅在床而被吓醒的原因。假如你是一位科学家或者怀疑论者,你就会做一些调查并且为这类恐惧事件找到合理解释以消除顾虑。当睡眠处于深层阶段的时候,梦最容易出现,大脑会让身体停止活动,所以当你梦到有幻影出现在床边时会动弹不了。如果在身体可以活动之前,你从深层睡眠中醒过来,你便会感到短时间的身体瘫痪;如果你的大脑仍在梦乡中驰骋,几秒钟后便会出现醒梦(waking dream)。这就是会有幻影出现在你床边的原因——你还在做梦,但是你的眼睛却是睁开的。理查德·麦纳利(Richard J. McNally)是哈佛大学一位研究记忆和创伤的临床心理学家,他说:“睡眠瘫痪和打嗝病理一样。”它相当普遍,他说道:“特别是对一些人而言,睡眠会被飞行时区的变更、工作的调换、疲劳所打乱。”大约30%的人有睡眠瘫痪的感觉,但仅有5%的人会产生幻觉。经历过睡眠瘫痪的人,如果再报告经历过醒梦,这两种感觉混杂在一起是很可怕的。²⁶我们敢说,这就是外星人的感觉。

迈克尔·舍默,一位专业的怀疑论者,几乎立刻就明白了在自己身上发生的事情。“我那被绑架的经历是由睡眠剥夺和身体疲劳引起的,”他后来写道²⁷,“我在一场全长3100英里的环美自行车赛中已经行驶了83小时,走过了1259英里,我昏昏欲睡摔倒在路上,我的自行车倒在路边发出很亮的光束。队友们劝我小睡一会儿。此时,有关20世纪60年代的电视连续剧《入侵者》的一段遥远记忆进入到我的梦里……突然间,我的队友变成了外星人。”

事实上,像舍默这样的人遇到这类不可思议经历的反应不过是说:“哦,一个多么稀奇古怪、让人提心吊胆的醒梦;不会让大脑受到刺激吧?”但是威尔·

安德鲁斯和其他 30 多万美国人会相信自己遇到了外星人，他们会从不同的方向走向金字塔的顶端。临床心理学家苏珊·克莱希(Susan Clancy)对上百位相信者进行了访谈，她发现：这一过程进行得越稳定，被外星人绑架的可信性越大。“所有我访谈的事件，”她写道，“都遵循同样的轨迹：一旦他们开始怀疑自己被绑架，事情便无可挽回……一旦这种想法的种子撒下了，即便只是在怀疑被外星人绑架，被绑架者也会开始寻找相符合的证据。一旦开始寻找，证据几乎总会出现。”²⁸

与外星人的接触是一种可怕的经历。“一天晚上我半夜醒来，不能动弹，”其中一位接受访谈的人说，“我被恐惧包围着，觉得有人进了我的房间。我想大喊，但是我发不出声音来。整个过程只持续了一小会儿，但那足以恐惧得让我无法入睡。”人们想要探究所发生事情的意义，希望为其他正在发生的问题寻找解释，这是可以理解的。“自从记忆恢复以来，我一直很消沉，”一位参与了克莱希研究的人说，“我一定存在什么严重的问题，我很想知道那个问题是什么。”其他人则报告，性功能障碍、很重的瓶子、奇怪的经历或症状会困扰着他们：“我想知道为什么醒来的时候睡衣在地板上”；“我竟然流了那么多的鼻血——我是从不流鼻血的”；“我想知道自己背上的这些硬币形状的伤疤从何而来。”²⁹

为什么这些人选择外星人绑架作为对这些症状的解释？为什么他们不考虑其他更合理的解释，例如“因为半夜很热所以把睡衣脱了”或者“我太胖了——需要做更多的运动”或者“到了夫妻切磋的时间了”？考虑到对睡眠问题、抑郁、性功能障碍和日常的身体症状的所有可能的解释，克莱希想搞清楚，为什么有人会选择最令人难以置信的外星人绑架？人们是如何记住我们大多数人认为不可能发生的事情，除非它们真的发生了？答案部分存在于美国文化之中，部分来自“体验者”（那些相信自己遭到绑架的人对自己的称呼）的个性需要。

体验者逐渐相信外星人绑架是对他们症状的合理解释，他们首先是听到或读到有关的故事，再加上相信的人的证明。当一个故事重复的次数足够多，人们对它是如此熟悉以至于减少了对它的怀疑；哪怕是让人们相信自己在幼小的

时候亲眼见过某种魔力这样令人难以置信的故事也不例外。³⁰当然,外星人绑架的故事在美国很流行,在书刊上、电影上、电视上、谈话节目中随处可见。故事与体验者的需要相吻合。克莱希发现大多数美国人是在传统宗教观念下成长起来的,但他们却拒绝传统宗教观念,他们用新时代所强调的价值导向和新颖的康复训练取而代之。他们更倾向于幻想和暗示,他们有更多来源混乱的麻烦,很容易将所想到的或所经历过的与所读到的故事或者从电视上所看到的(例如舍默是20世纪60年代在电视上看到了外星人)相混淆。或许最为重要的是,外星人绑架的解释顺应了体验者可怕的醒梦的情感强度和戏剧效果。克莱希说,这种解释对他们来说更真实,而传统的“睡眠瘫痪”说法却不能带来这种感觉。

体验者被外星人绑架的解释和他们的症状相吻合时,他们就会感到特别兴奋,就像维尔柯米尔斯基发现大屠杀幸存者的解释和他自己所面对的困难相吻合一样。绑架的故事可以帮助体验者解释自己内心的悲痛,而且还可以让他们避免为自己的错误、遗憾和问题负责。“我不能被别人触摸,”一位女士告诉克莱希,“即便是我的丈夫也不例外,他是一个善良的有教养的人。想象一下,一个45岁的人竟然还不知道美好的性生活是什么样的!现在我搞清楚了,这与那些家伙对我所做的事情有关。在很小的时候我就成了他们的性实验品。”克莱希的每一位访谈对象都会告诉她一些所感觉到的改变自己经历的事情,他们的生活有了改善,他们中大多数人生活得更更有意义。威尔·安德鲁斯说:“我准备放弃。我不知道错在哪里,但我知道失去了一些东西。现在,情况不同了。我感觉很好。我知道外面有很多东西,比我们本身更大更重要,由于某种原因它们让我知道其存在。我与它们有着联系……这些生物是在向我们学习,我们也学习它们,最终一个新的世界会诞生。我将成为其中的一分子,或者是我本人或者是通过那对双胞胎。”威尔的妻子(在地球上的那个妻子)知道了威尔在虚构的故事中有了外星人后代很伤心,她告诉克莱希其中另有原因:“如果我们有自己的孩子,或许事情就不会那样吧?”³¹

在最后阶段,一旦体验者接受了外星人绑架的说法,恢复了记忆,他们会寻找像他们一样的人,只阅读那些与他们的新解释相吻合的报道。他们坚决拒绝

任何不一致的证据以及针对发生在他们身上事情的不同解释。克莱希的一位访谈对象说：“我向上帝发誓，如果某人再向我提起睡眠瘫痪我会吐出来。那一晚房间里的确有东西！我在旋转，不是在睡觉。”³² 克莱希的访谈对象都知道科学的解释，但是他们都气愤地拒绝了。几年前在波士顿，麦纳利同约翰·马可(John Mack)之间发生了一场辩论，约翰·马可是一位相信被绑架者的故事是真实的精神病医师。³³ 马可带来了一位体验者。那位女士听了这场辩论，包括麦纳利所谈到的那些人相信被绑架是幻想以及共同的睡眠经历导致了看见外星人的证据。在讨论期间，这个妇女对麦纳利说：“你没看到吗？假如有人给我一个合理的解释，我也不会相信。” 麦纳利说：“这恰恰是我们要做的。”

在这一过程的最后，站在金字塔底的体验者们，已经和像迈克尔·舍默这样的怀疑论者存在着相当一段距离。这些体验者已经内化了他们新的错误记忆，并且现在已经不能将它们与事实区别开来。当他们被带到一间实验室，被要求描述自己被外星人绑架所受的创伤时，他们会出现强烈的生理反应(如心率和血压)，这些反应和那些经历过强烈压力创伤的病人一样。³⁴ 他们已经开始相信自己的故事了。



错误的记忆会让我们原谅自己并为自己的错误进行辩护，但有时候这需要付出很高的代价：失去对我们的生活负责的能力。对记忆偏差的理解，能够让人们意识到，即便是深刻的记忆也有可能是错误的，可能会激励人们更小心地对待自己的记忆，不再确定自己的记忆一向准确，不再寻求用过去的经历来为现在的问题辩护。如果在许愿的时候我们小心谨慎是因为愿望有可能实现，那么我们在选择记忆为自己的生活辩护时也应当小心谨慎，因为我们在生活中必须要与它相伴。

当然，大多数人希望选择的最有影响力的故事是受害者的讲述。没有人真正被外星人绑架过(尽管体验者会与我们展开激烈的争论)，但是数以万计的人

在儿童时代从残酷的环境中幸存下来：忽视、性虐待、父母酗酒、暴力、遗弃、可怕的战争。许多人站出来讲述他们的故事：他们如何应对，如何忍受，他们从中学到了什么，他们怎样继续生活下去。这些带有创伤的、非凡的故事成为激励人们恢复信心的典范。³⁵

由于这些描述是那样富有情绪感染力，数以千计的人得出“我也和他们一样”的感觉。几乎没有人声称自己是大屠杀的幸存者；数以千计的人声称是外星人绑架的幸存者；数以万计的人声称是乱伦和其他性创伤的幸存者，他们一直压抑着这种记忆直到他们成人后接受治疗。为什么这些人没有经历过却声称记得自己遭受过可怕的经历，特别是这些想法会导致家庭和朋友的裂痕？通过歪曲自己的记忆，这些人“通过修正他们曾经的经历，来获得自己所希望的东西”，他们所希望的是将现在的生活（无论有多么的单调和平庸）变成战胜灾祸后令人惊羡的成功。受到虐待的记忆也可以帮助他们克服“我是个精明的人”和“我现在的生活动一团糟”所带来的失调，选择一种解释来让他们感觉良好并转移责任：“我的生活一团糟并不是我的错，看看他们对我做了多么可怕的事情。”艾伦·贝丝（Ellen Bass）和萝拉·戴维丝（Laura Davis）在《接受治疗的勇气》一书中作了详细的解释。她们告诉那些没有儿童时期性虐待记忆的读者：“但你们第一次回忆起自己遭到性虐待或者承认了它的影响时，你可能会感受到很大的安慰。你的问题最终会得到某种解释，一定会有某个人或某件事情应当受到谴责。”³⁶

毋庸置疑，大多数对早年遭遇出现错误记忆的人，例如那些相信被外星人绑架的人，特别希望为自己的新解释辩护并将它们保持下来。让我们来看一下一位名叫霍莉·雷梦娜（Holly Ramona）的年轻女士的故事，她在进入大学一年之后因为意志消沉和饥饿症而接受治疗。她的治疗师告诉她，这种症状是儿童时期遭受性虐待的人所遇到的普遍问题，而霍莉否认性虐待曾经发生在自己的身上。过了一些时间，在治疗师的要求和精神医师的协助下，她被注射了安米妥钠^①（通常被误称为麻醉药）。霍莉逐渐回忆起自己在5—16岁时多次被

① 一种可给人催眠的药品，注射后会不同程度地出现幻觉。——译者注

自己的父亲强奸，而且她的父亲还强迫她与家里的狗发生性关系。霍莉那位被气坏了的父亲以治疗不当，以及“植入并强化了自己对霍莉进行猥亵的错误记忆”，起诉了治疗专家。陪审团对此表示同意，判她的父亲无罪，判治疗者有罪。³⁷

这一判决将霍莉置于了一种失调的状态，她可以通过两种方式中的一种来解决：她可以接受判决，认识到她的记忆是错误的，请求父亲的原谅，试着挽回由于她的控告而导致破裂的家庭。或者，她可以以判决是对公正的歪曲为由拒绝判决，比以往更加相信父亲对自己实施过性虐待，继续接受康复治疗。显然，后一种方式对她而言是更容易作出的选择，因为她需要为自己的起诉给父亲和其他家庭成员所带来的伤害辩护。改变她的想法就像轮船在一条狭窄的河道里掉头一样困难，没有足够的空间和机会来进行操作；保持原样会更容易。事实上，霍莉·雷梦娜没有强烈地拒绝判决；她决定进入研究生院并成为一名心理学家。最后我们听说，她在鼓励一些顾客恢复他们儿时受到虐待的记忆。

然而不时会有人站出来说出真相，有时真相甚至指向积极的自我辩护的故事。这并不容易，因为这意味着要用一种新的怀疑的目光来看待生活中那些令人欣慰的记忆，从每个角度来考查它的合理性，无论怎样做都会给我们带来很大的失调。例如作家玛丽·卡尔(Mary Karr)用了自己整个成年期来考察，在她还是一个天真的少女时，她的父亲是如何遗弃她的。这段记忆让她觉得自己是父亲忽略下的英雄的幸存者。但是当她坐下来撰写自己的回忆录时，她意识到这个故事可能并不真实。

“只有通过研究真实的事件并对自己的动机进行反思，深藏在心底的复杂的真相才会从黑暗中显露出来。”她写道。

但是一位传记作者怎样从虚假的事件中发掘出生活的真相呢？

在某一处，我在结束部分写到自己那个酗酒的、莽撞的父亲，在我处于青春期的时候被保释出来。当我寻求 10 岁左右的记忆来证明这一切时，得到的却是另外一个不同的故事：我的父亲仍然在按时叫我起床

给我做早饭,约我去打猎、钓鱼。我是可以对他说“不”的人。我将他留在了一群来自墨西哥和加利福尼亚的毒品贩子那里,然后去上了大学。

这远比放弃我刚刚开始卡通自画像要伤心得多。如果放弃我自己的假设,相信我的故事来自自己从来无法克服的障碍——将自己视为难以忍受的残酷条件下好斗的幸存者——我可能并没有搞清实际发生的一切。这也正是我所讲的“上帝与真理同在”的含义。³⁸



第四章



良好的愿望与糟糕的实践： 临床诊断的闭合怪圈

无论推测本身有多么高明，也无论推测者多么聪明，或者多么有名气，如果科学检验的结果不能证实这个推测，那么它就是错误的。这一点是不言而喻的。

——物理学家：理查德·费曼(Richard Feynman)

假如霍莉·雷蒙娜认为是心理治疗师们为自己“植入”了错误的记忆，并因此而不再相信他们，你能设想她的心理治疗师们会如何回答吗？他们难道会说：“噢，霍莉，对于治疗你的抑郁和饮食失调过程中所犯下的致命错误，我们感到非常抱歉。我们应重返学校，再去学点有关记忆的知识？”可能另外一位心理治疗师的回答更具典型性。一个女性患者，我们姑且称她为格拉斯(Grace)，因恐慌性攻击而接受治疗。她不能同自己的男同事很好相处，于是平生第一次感

受到自己身处一种难以自我掌控的环境之中。但是心理治疗师并没有针对她的恐慌性攻击或者工作困境进行治疗,而是认为格拉斯的症状意味着她在幼年时遭受过父亲的性侵犯。最初,格拉斯接受了心理治疗师的这种解释,毕竟他们是这类问题的专家。就像霍莉一样,一段时间以后,格拉斯相信父亲侵犯过自己,并很快将其告上法庭,最终断绝了与家庭的关系并暂时离开了自己的丈夫和儿子。然而她几乎从未感到自己的记忆是正确的,因为这些记忆同她与自己父亲一直维系的亲密友好关系相矛盾。终于有一天,她告诉这位心理治疗师,她不再相信父亲曾侵犯过自己。

或许,格拉斯的心理治疗师可以接受她所讲的一切,并寻求对问题作出更为合理的解释;或许,这位心理治疗师可以研读一项最新研究,该研究认为精神分析只是治疗恐慌性攻击可供选择的方法之一。或许,她可以与自己的同事就这个案例进行讨论,以便发现自己在治疗时是否忽略了一些事情。然而,格拉斯的治疗师却什么都没有做,当格拉斯在为自己恢复了的记忆是否正确而犹豫不定时,这位治疗师的回答是:“你现在的回忆比以往任何时候都靠不住。”¹



20世纪80年代和90年代,有关儿童和妇女性侵犯新证据的出现引发了两场意想不到的歇斯底里的流行风潮。首先是“恢复记忆”治疗现象:一些成人在接受了“记忆恢复技术”治疗后,相信自己遭受过父母性侵犯或者宗教仪式下的虐待(有些甚至持续多年),当时她们并没有意识到这一切,而且也没有得到自己的姊妹、朋友或者医生的证实。她们称,在催眠状态下,她们的治疗师帮助她们回忆起那些在摇篮里、在蹒跚学步时或者先前的生活中所遭遇的恐怖经历。一位女士回忆,她的母亲曾经将蜘蛛放进了她的阴道里。另外一位则声称,自己从5岁到23岁一直受到父亲的性侵犯,甚至在结婚的前几天父亲还强奸了她——这些记忆在治疗之前一直受到压抑。有些人说自己曾被烧伤过,但却没有留下任何疤痕;有些人说自己曾被迫怀孕并流产,但是她们的身体并没

有留下什么痕迹。她们将那些作恶的嫌疑人告上法庭，并邀请那些临床心理学家和精神病学家作为专家证人，来为她们所恢复记忆的有效性作证。²

第二股重要的流行风潮是幼儿园儿童遭受性侵犯的恐慌。加利福尼亚州曼哈顿海岸麦克马丁幼儿园的教师遭到控告，他们被指控对儿童做出了令人发指的残忍行为。例如，将孩子关进秘密地下室里进行折磨，当着孩子的面杀死可爱的小兔子，强迫他们做出各种性动作。一些孩子说老师曾带他们坐飞机。虽然，法庭经过调查发现这些孩子没有受到虐待和伤害，但这个案件却在全国范围内引发了对幼儿园教师控告的潮流，例如，北卡罗莱州的调皮鬼幼儿园案件，新泽西州的凯莉·迈克(Kelly Michael)案件，马塞诸塞州的阿梅洛特(Amirault)案件，圣迭哥的戴尔·艾克可(Dale Akiki)案件，还有明尼苏达约旦、华盛顿温纳特、密歇根尼罗、佛罗里达迈阿密以及其他几十个发生这类案件的地区。各地的孩子们都在讲述那些奇异的经历和故事：一些人说他们受到机器人的攻击，受到小丑和渔夫的折磨，被迫吃青蛙。一个男孩说他被脱光了衣服绑在树上，校园里来来往往的老师和同学从他面前经过，但路人并没有看到他，也没有孩子说这样的事情发生过。社会工作者和心理治疗专家应邀对这个孩子讲的故事进行评估并对他进行治疗，帮助他们揭露所发生的事情。后来，在法庭上，专家基于临床判断，认定那些幼儿园的老师确实犯了罪。³

这些流行风潮将在何时消失在哪里？后来现身脱口秀节目的专家们是如何揭示自己在儿童期受到折磨的经历？有虐待儿童倾向的幼儿园是否都已关闭？多数老师在上诉后获得了自由，但还是有很多教师和家长依然待在监狱，或者被软禁，或者被贴上性侵犯的标签而失去原有的生活。“记忆恢复”的全盛时代已经过去，但是却使得许多生命陨灭，无数家庭不能团圆。而且，许多类似的案件还偶尔会在法庭、报纸、电影和大众读物中出现，⁴ 例如，玛撒·贝克(Martha Beck)的作品《远离圣徒》——作者声称小的时候遭受过信仰摩门教父亲的性侵害，但却没有告诉读者她遭受性侵犯的记忆是在接受了催眠治疗后才出现的。

虽然“流行风潮”已然平息，但它所引发的假设却依然深植于大众心中，即：

如果一个人在童年时多次受到创伤,他很可能压抑这些记忆;虽然他压抑了这些记忆,但催眠能将其恢复;如果他完全相信这些记忆,那么它们就是真的;如果他记不起来而只是怀疑自己遭受过性侵害,那么很可能真有其事;如果一个人头脑中偶尔闪现或梦到性侵犯,也许真的就有那么一段经历;儿童对于性方面的经历几乎从不说谎;做噩梦,尿床,开着夜灯睡觉,或者手淫,这些都表明孩子曾经遭到过猥亵。

这些观点并不像雨后春笋那样从文化的土壤里突然冒了出来,而是源于心理保健师在会议、临床杂志、媒体和畅销书中的阐述——他们把自己标榜为诊断儿童是否受到过性侵犯和判断所恢复的记忆是否真实的专家。而且,他们在此过程中也的确使自己成为专家。他们的观点多来自弗洛伊德流派(和伪弗洛伊德流派),例如压抑、记忆、性创伤和梦的意义,另一方面,他们相信自己的临床判断力和洞察力。心理治疗师的这些观点已经得到了科学的研究。验证的结果是它们都是错误的。



承认这一点是很痛苦的,但是当麦克马丁的故事初次成为头条新闻时,本书的两位作者的确都相信那些幼儿园教师犯了罪。在没有了解案件细节的情况下,我们便不假思索地认定“无风不起浪”,而作为科学家,理应知道得更多。案子审理结束数月之后,才真相大白——例如,那位最初提出控告的母亲具有较为严重的情绪障碍,后来她的指控越来越疯狂和离谱,使得公诉部门也不再理会她;一个过激的社会工作者强迫孩子讲述道德十字军之战,孩子的故事变得越来越怪异。在愤怒面前,我们丧失了科学的怀疑精神,对此,我们感到愚蠢和尴尬。我们固有的轻信引发了一些心理失调,而且现在依然如此。心理治疗师、精神病医师和社会工作者自认为掌握了临床技能,能够保护儿童权益,因此与此类事件直接关联,与这些人相比,我们的失调似乎变得十分轻微。

没有人愿意承认自己是错误的,也没有人愿意承认自己的记忆是扭曲的或

虚构的，更没有人愿意承认自己犯下了令人尴尬的专业性错误。在心理保健行业中，这种“危险”的几率相当高。如果你发现一直引导着你从事实践活动的信念是错误的，你要么会承认自己的观点错误并加以修正，要么拒绝接受新的事实。如果你的能力还没有受到“错误”的威胁，而且你也没有从公众的立场去维护那些“错误”，你很可能倾向于改变自己的观念，并且乐于接受更好的看法。但如果一些错误观念使病人的问题加重，破坏了他们的家庭，或者将无辜的人送进了监狱，那么你（如格雷的治疗师）将面临严重的失调。

这就是导言中讲的山姆维斯所面临的进退两难的困境。为什么他的同事没有说：“谢谢你找到了病人死亡悲剧的原因。”如果这些内科医生接受了他的“简单生命拯救”观点——手术前洗手——便意味着他们必须承认自己是造成那些来此就医者悲剧的原因。这是一个让人不堪忍受的事实，因为它直指那些自诩为医学专家的医生的核心观念。山姆维斯治疗的病人具有较低的死亡率，但是那些专家却固执地拒绝接受山姆维斯提出的方法，仍然坚持自己的愚蠢做法，从而导致了严重的医疗事故，并惹上了官司。确切地说，他们这样做不是为了维护经济收入而是为了保护他们的自我。虽然医学已经有了较大发展，但人们对自我辩护的需要却依然没有改变。

大多数职业尽管发展缓慢，但最终都会自我改进和自我修正。假如你是一个外科医生，手术前必须先洗手再带上橡胶手套，假如忘记这一点，你的同事、护士或者病人都会提醒你；如果你经营一家玩具公司，预测你的产品销量将超过芭比娃娃，那么市场会告诉你错了；如果你是一个科学家，你不能在克隆羊研究中伪造数据，也别想瞒过同事们的眼睛，因为一流的实验室如果不能重复验证该结果，那么他们会在第一时间将此公告全世界；如果你是一个实验心理学家，研究设计或结果处理分析时出了错，除了正式的科学团体外，你的同事和批评家也会立刻提醒你。显然，并非所有的科学家都工作严谨、思路开阔、愿意放弃自己已有的假设或承认工作中某些利益冲突会干扰科学研究。即使科学家个人不能自我修正，科学也会最终做到这一点的。

然而，心理保健行业却不同，在这个领域工作的人都具有资格证书，要进行

培训和特定方法的学习,但他们彼此之间却缺乏联系和沟通。我们都知道那些司法工作者的经历:他们进入法律学校学习法律专业知识,并且通过过关考试,然而其中有些人仅仅花费了 78 元参加一个周末的有关司法领域成规的课程班。你可能已经对问题有了初步的认识。

在心理治疗行业,临床心理学家和接受上述培训的律师最为相似。他们大部分拥有心理学博士学位,如果是从某所大学的心理学专业毕业而不是在独立的培训机构里学习,他们还会掌握更多的基础知识。他们中的一些人会对自己进行研究,例如,分析成功治疗方法的组成要素,或者情感障碍的起因。但不管他们自己是否从事过研究,他们都精通心理科学知识,并懂得哪种治疗方法对哪种心理问题最为有效。例如,认知和行为疗法是治疗恐惧症、抑郁、饮食失调、失眠、长期愤怒及其他情感障碍的常用方法。一般认为,这些方法比医学方法更加有效。⁵

相反,大多数拥有医学学位的精神病医师,虽然掌握医学和药物学的知识,却很少学习科学方法或进行心理学基础研究。在整个 20 世纪里,他们大多数人是弗洛伊德精神分析学说或其分支思想的实践者,他们本身可能就有某种心理问题然后进入培训中心进行心理分析。随着精神分析影响的减弱,失调症的生理病因学分析重新得到重视。大多数的精神病医师不再采用单纯的谈话治疗技术而是开始使用药物来治疗患者。虽然精神病医师开始学习脑的知识,但他们仍然不了解心理学,不了解科学的怀疑精神。人类学家塔妮亚·鲁尔曼(Tanya Luhrmann)花费了 4 年的时间对精神病学住院医师进行了研究。她参加他们的课堂学习和会议,并观察他们在诊所和急诊室的表现。她发现住院医师并不希望大量阅读,而是希望接受没有冲突和疑问的知识。他们常参加实践课而不是理论课,在这种技能课上,他们只学习如何操作却并不明白为什么用这样的操作方法或者对特定的问题哪种操作最好。⁶

最后,许多人只是掌握了诸多心理治疗形式中的一种,例如,有些人拿到了心理学、咨询服务专业、临床社会工作等学位,他们也就取得了一定的从业资格,如专门治疗家庭和婚姻问题。然而,有些人从未接受过心理学方面的训练,

甚至没有大学学位。“治疗师”一词并没有严格的统一界定，在许多国家和地区，一个人即便没有参加过任何培训也可以称自己是“治疗师”。

在过去的20年里，随着从事心理保健工作的人员数量的大幅增加，大多数心理治疗培训机构已经同大学专门的院系脱离了关系。⁷“我们有必要掌握统计和研究方法吗？”许多毕业于这类培训机构的学员会问，“我们要的就是如何做治疗，为此，仅临床经验就够了。”从某种程度上讲，他们所说的是正确的。治疗师总是对治疗过程作出判断：现在做什么会对病人有益？我们的目标是什么？此时质疑患者所讲的故事是否合适？或者，我在室外对他质疑是否合适？进行这类判断需要熟知人类各种各样的怪癖和情感，这是各种问题的核心所在。

从本质上来讲，心理治疗是患者和治疗师之间的一种互动。没有人可以去治疗室偷看并及时指出他们的错误。因此也就没有对具有自我保护性的自我偏差进行修正的可能。治疗师的所闻所见会强化他们已有的观念，而他们已有的观念又决定了他们所观察到的内容，这就是所谓的闭合式怪圈。我的病人恢复得怎么样？好极了，我所做的颇有成效；如果我的病人依然未见好转或者变得更糟？这太遗憾了，主要是因为病人对治疗存在抵触情绪，而且，病人在完全恢复之前会有一段时间表现更糟，这很正常。我相信愤怒压抑会导致性障碍吗？我的病人的问题直接源于他对母亲和妻子愤怒的压抑。我相信性侵犯会导致饮食障碍吗？我病人的易饿症一定是因为她小时候受到过性侵犯。

我们想搞清楚大多数治疗都是有效的，而一部分病人对治疗是有抵触的。本章的内容不是对治疗进行控诉和指责：存在虚假的记忆并不意味着所有的记忆都是不正确的，或者科学家之间存在的利益冲突并不说明科学家所做的研究都是有污点的。我们的目的是为了探究这类错误是否源于临床实践的闭合怪圈，以及这种闭合怪圈是如何自始至终地存在于自我辩护之中的。

在任何一个隐秘性的实践活动中，怀疑精神和科学的思维模式是走出这个怪圈的有效途径。怀疑精神能够教会治疗师谨慎对待患者的讲述，例如，一位女士谈到在她3岁的时候，母亲将蜘蛛放进她的阴道，具有怀疑精神的治疗师可以产生同情心但却不应该立即确认这种事情一定发生了。如果一个孩子说

他的老师曾带他们坐飞机,受到小丑和渔夫的折磨,具有怀疑精神的治疗师听后可能觉得非常有趣,但是不应该相信一位老师用他现有的工资真能租到一架飞机。科学研究为治疗师提供了一种提高其临床实践能力和避免犯罪的方法。如果你打算使用催眠疗法,你最好能了解:尽管催眠可以帮助病人学会放松自己、控制疼痛和戒烟,但却不能用来帮助你的病人恢复记忆,因为此时你的病人具有服从性、脆弱性,他们所谓恢复而来的记忆是不可靠的。⁸

然而,当今的许多精神病医师、社会工作者、咨询师和心理治疗师在治疗实践中,却没有这种怀疑精神。保尔·米尔(Paul Meehl)曾对医师和科学家作过区分:当他还是个学生时,他观察到培训心理学家有一个共同的要素,即“既不要被愚弄也不要试图愚弄任何人,这是科学要素,而临床行业在这一点上的表现让人不安。在半个世纪之前,并不是所有的心理学家都坚持这一基本原则的……我在一些法庭的陈词中发现他们缺乏这种批判精神”⁹。

米尔所担心的问题可以在著名精神病医师贝塞尔·科克(Bessel van der Kolk)的法庭陈词中看到,他曾在法庭上依据患者被压抑的记忆多次证实一些事情。贝塞尔解释说,他是一个精神病医师,参加过医学和精神病学培训,但并没有接受实验心理学的训练。

问:你意识到任何研究都有一定的信度问题了吗,或者说依据和病人交谈所得到的信息进行临床判断和预测的效度如何?

答:不知道。

问:你对当前流行的“否认证据”这一术语有何理解?

答:我猜它的意思是“有些事实不能证实人们已有的观念”。

问:根据某种理论:人们可以压抑记忆或者阻碍所意识到一系列创伤性事件,并将它们贮藏于头脑中,等到若干年后开始相对准确地恢复记忆。你认为对这一理论,最有力的“否认证据”是什么?

答:你是说用什么来反驳这种理论最有效?

问:是的。

答:我的确想不到任何好的证据来反驳……

问:你读过这类文章吗,即在催眠状态下恢复的记忆并不准确?

答:没有。

问:是否有过“从事临床工作一段时间会提高临床判断的准确性”方面的研究?

答:实际上,我不知道有没有……

问:你是否采用过区分真实记忆和虚假记忆的技术?

答:作为人类,我们都面临他人是否给我们提供真实信息的问题,我们也总是在对此进行判断。如果,患者所讲述的故事具有内在一致性并伴有恰当的情感反应,我们就应该相信那是真的。¹⁰

从以上内容中可以看出,精神病学的先驱科克并不了解有关“虚假记忆”或者说催眠可以构造记忆的研究,没有看到“基于访谈所得信息作临床判断并不可靠”的文章,没有关注否定“创伤性经历会被压抑”信念的研究,他还是数次去为原告作证。像许多临床医师一样,他相信基于自己的临床经验能够判断患者是否在讲真话,依据就是其故事的内在一致性和恰当的情感反应——也就是患者是否真正感到记忆是真的。然而,正如我们在前面的章节中所看到的,这种推理存在的问题是:数以千计的心理正常的人也相信自己被外星人绑架过,而且在讲述的时候带有与事件相适应的情绪情感,他们信以为真的独特经历具有内在一致性。心理学家约翰·凯尔斯德姆(John Kihlstrom)曾观察到:“过去100年间证词记忆研究中最有文献价值的结果之一,是发现了准确性和信念之间没有太大关系。”¹¹刚刚毕业的心理系大学生都明白的道理,而精神病学先驱科克却不知道。

没有人会提议,让联合国观察员来干预治疗的隐秘性,或者让所有的治疗师都亲自去做研究。具有科学思维方式或许并不能帮助治疗师解决患者遇到的问题,但它确实影响甚大,特别是在治疗师一再宣称专家意见的领域,这些未经验证的意见可能会导致生命的陨灭。科学的方法在于运用设计好了的程序

去证实我们的预言和假设是否正确。科学推理判断对任何工作、任何人都极为重要,这是我们处理各种事件,特别是那些很可能发生错误的事件的有力工具。它会使我们勇敢地面对自我辩护并将其公诸于众以接受他人的评价。因此,从本质上讲,科学是控制傲慢的一种方式。

“善良的海豚”问题

曾经有这样一个感人的故事:在风高浪急的海面上,一个遇难的海员正在拼命挣扎。突然,一个海豚出现在他的身边,将海员轻轻地推到安全的海岸上。人们对此事倾向于作这样的推论:海豚一定是非常喜欢人类,才会将人从危难之中救起。但是请等一等——请问海豚知道人类不具有和它们一样的游泳技能吗?它们真的是在有意地帮助人类吗?为了回答这个问题,我们有必要先知道,有多少个遇险海员被海豚用肘轻推到海洋深处以至溺亡而再无音信?对于这种情况,我们一无所知。我们不可能得到这方面的信息,因为没有海员活着回来告诉我们,他们曾遭遇邪恶海豚的经历。如果有了这些信息,我们才有可能作出判断——海豚既不是善良热情的,也不是冷酷邪恶的,而只是在游戏罢了。

弗洛伊德自己也深受类似“善良的海豚问题”这样有缺陷的推理之害。当他的精神分析师同行们质疑他那男孩都有阉割焦虑观念时,他感到非常可笑,并写道:“听到有分析师说在几十年的工作中根本没有发现病人有阉割情结,我们只能说他们犯了错误,忽视了这种现象的存在。”¹²这就是说,如果在病人身上发现了阉割焦虑,那么弗洛伊德是正确的;如果发现不了,是他们忽视了,弗洛伊德依然正确。而男人不知道是否有阉割焦虑,因为这种焦虑是意识不到的,但是如果他们说自己没有阉割焦虑,则说明他们是在否认。

多么了不起的理论!无论如何都不会出错,也正因为如此,弗洛伊德关于文明及其缺陷的解释性观察并不科学。因为,对于任何科学理论来讲,都会以一种在其他条件下都不成立的陈述呈现。如果每一个结论都证实了男人具有

潜在阉割焦虑的假设,或者说物种多样性不是源于进化而是充满智慧的预先设计,或者那个令公众喜爱的巫师只要早晨不洗澡便能预测事情十之八九,或者说所有的海豚对人类都非常友善,这些都是信念而并非科学。然而,弗洛伊德自认为是一个真正的科学家。1934年,美国心理学家索尔·罗森茨韦格(Saul Rosenzweig)写信给他,建议用科学来验证他的理论,但弗洛伊德竟傲慢地回应:“我的这些结论所依据的是充分可靠的观察,这使得它们无需实验验证。当然,实验研究并无坏处。”¹³

然而,由于这种偏见的存在,所谓的可靠的观察并不可靠。临床的直觉判断(一看便知)是许多精神分析师和心理治疗师的结束语,而对于科学家来说则是开始——“一种良好的观察?但是你到底看到了些什么,你怎么知道你就是正确的?”缺乏可靠验证的观察和直觉,是不能相信的向导,就像有些心地不好的当地人会指给游人错误的路线一样。

弗洛伊德理论中的一些观点得到了实证研究的支持(如无意识过程和防御机制);但是另外一些则只是喧嚣一时,很快就过时了,如阴茎妒羡。尽管不再有正统的弗洛伊德学派,但是还有很多运用心理动力学的治疗流派,之所以这么说,是因为他们都源于弗洛伊德所强调的潜意识心理动力观点。许多没有取得执照的治疗师对心理动力理论知之甚少,但却毫无批判地吸收弗洛伊德的语言,诸如退行、否认和压抑的概念。将这些临床分析师联系在一起的,是他们共同存在的对自己观察判断能力的错误依赖以及因此而造成的闭合怪圈。他们所看到的任何事物都强化了他们的信念。

这种怪圈产生的危险之一,是让临床实践者心甘情愿地陷入逻辑谬误。让我们来看一下这个著名的推理:“所有的人都难逃一死,苏格拉底是一个人,所以,苏格拉底难逃一死。”但是所有的人都难免一死,并不意味着所有死的都是人,而且更不能说所有的人就是苏格拉底。然而,回过头来思考一下这个错误推理:如果某个女子受到性侵犯,她后来就会出现抑郁、饮食障碍和恐惧发作,因此,所有遭受抑郁、饮食障碍和恐惧的人,一定是遭到过性侵犯的。所以,许多坚持心理动力观点的治疗师们,逼迫他们可怜的病人四处搜寻自己以往的经

历来证明这种理论。但那些患者从一开始就说自己没有遭到性侵犯。怎么解释这种前后不一致的情况呢？用弗洛伊德的理论来解释，是人们潜意识地压抑了一些创伤性事件尤其是性方面的事件。这种理论可以解释霍莉·雷蒙娜11年来是如何忘记父亲对自己的性侵犯的。

这些治疗师们坚持用“压抑”来解释病人不能回忆起的性创伤经历，因此使得一些病人也开始想方设法去找寻记忆。而病人的否认只会成为其压抑的证据，因此，需要有更好的方法。如果催眠的方法无效，我们便可以尝试用干扰药物阿米妥纳，它可以让病人放松并增加产生错误记忆的机会。¹⁴

当然，许多人都会通过分散注意力或者努力不去思考来有意识地逃避痛苦的记忆，我们也都有过脑海里突然闪现一段痛苦记忆的经历，想起了很久之前去世的人，那是我们正处于能引发此类记忆的情境下的缘故，也就是说，在熟悉情境中存在能够引发我们记忆的暗示。¹⁵

坚持心理动力理论的治疗专家认为，压抑同普通的遗忘和提取机制完全不同，它能够解释为什么会忘记多年来遭受的性侵害，例如强奸。临床心理学家理查德·麦克纳利(Richard McNally)在《回忆创伤》一书中对实验研究和临床事实作了详细的评述，他总结道：“心灵为了自我保护而将一些创伤性经历压抑起来以使其不再出现在意识之中，这种说法像精神病学的传说一样缺乏令人信服的实证支持。”¹⁶然而，证据却恰恰相反。对于那些经历过创伤性事件的人来说，问题不在于不能回忆而是不能遗忘：这些记忆会不断出现。

因此，人们并没有压抑那些记忆，如受到折磨时、在战乱中或者自然灾害中的（除非他们在这些事件中遭遇脑部损伤）种种经历。尽管这类事件的细节有些扭曲变化，但它们会留在脑海里。“真正的创伤性事件——如骇人听闻、危及生命的经历——是从来不会被遗忘的，更不必说它们会反复出现，”麦克纳利说，“其基本原则是：如果当时发生的事件是创伤性的，它不可能被遗忘；如果这些经历被遗忘了，也恰恰说明它们不具有创伤性。而且退一步讲，即使事件被遗忘了，也没有证据说明它是被压抑到意识之下了。”

临床医师们忠实于这样一个信念，即遭受残忍待遇的人将会压抑记忆，显

然，一些事实并不支持这一说法。如果那些医师是正确的，那么大屠杀幸存者们一定会将当时的经历压抑，但事实上，每个人都知道，也正如麦克纳利所阐述的，没有幸存者会忘记他们的经历。对此，人们对“记忆恢复”技术的支持者们的反应是，认定那些所谓没有忘记的经历是被歪曲的。在二战结束 40 年后进行的一项研究中，研究者让曾经被关进伊拉克纳粹集中营里的幸存者们回忆他们当时的经历。然后，将记录下来的内容与他们刚被释放时所讲述的经历进行对照，结果证明幸存者能够非常准确地记得当时发生的一切。任何保持中立的评论家都会读到该研究，并不得不发出感慨：“多么不可思议！他们竟然在 40 年后还能回忆起那些细节。”然而，有一个“记忆恢复”研究小组却引用报告中“某些人确实丧失记忆”来证明“记忆恢复”的观点。事实上，他们所说的那部分报告是这样的：有些人不能回忆起这场惨无人道事件中的一小部分，而这一部分是我们熟悉事件的一部分，或者一些人忘了一点细节，如那个没有人性的看守者的名字叫什么。这不是压抑，而是一种对小细节的普通遗忘，也是我们每个人都经历过的。¹⁷

那些相信压抑观念的医师将会在任何地方发现这种现象，哪怕其他人都发现不了。但如果你所看到的每件事情都支持你的信念，那么你会如何看待反证呢？你的病人不能回忆受虐经历，不是因为它被压抑了，而是因为事件确实没有发生，情况又会如何呢？怎样才能打破这种怪圈？为了消除直接观察的偏差，科学家们设置了对照组：这些人没有接受新的治疗方法，没有服用新的药物。大多数人都能理解在检验一些药物效用时设置对照组的重要性，因为如果没有对照组，你便不能说明人们出现的积极效果是源于药物，还是仅为一种安慰剂效应——即仅对药物的期待也会帮助他们康复。例如，对一些抱怨存在性方面问题的女性研究发现，41% 的人报告自己服用了药物“伟哥”后恢复了性活力，然而 43% 的妇女在服用糖片后也说自己恢复了性活力。¹⁸（这项研究结果表明，在性兴奋的时候，人的大脑会起很大的作用。）

很显然，假如你是一位治疗师，你不可能将自己的一些病人置之不理，而对另一些病人青睐有加，否则受到前一种对待的病人会很快转而求助于其他医

师。如果你没有接受如何谨慎对待类似“善良的海豚”问题或者绝对相信自己的治疗手法无懈可击等问题的训练,你便可能犯下严重的错误。一位临床社会工作者这样解释自己为什么决定帮助一个孩子摆脱其母亲的监护:这个母亲小时候受过虐待,“而我们都知,道,”这位社会工作者对法官说,“这会存在母亲虐待孩子的极大的危险。”这种循环虐待的假设源于他所看过的一些案件:那些被捕入狱或者接受治疗的虐待子女的父母,说他们小时候也曾受到父母的拷打和性虐待。然而,在这一点上我们可以发现他们漏掉了一些事实:有些小时候受虐的父母并没有虐待自己的孩子,只是他们没有被社会工作者们和心理医生发现罢了,因为他们没有进监狱或接受治疗。一些进行纵向研究的心理学家对儿童进行追踪研究发现:幼时遭受虐待和长大后虐待子女之间有一定的关系,但大多数人——约70%的人——不会重复其父母的虐待行为。¹⁹如果你正在为那些深受父母虐待之苦的儿童或者虐待子女的父母进行治疗,这个信息或许和你无关。而如果你是在考虑父母是否应该丧失监护权,那么则与你关系甚大。

与此类似,假如你在治疗深受父母虐待之苦的儿童:他们的遭遇打动了你,你小心地记录他们的表现——恐惧不安,尿床,开灯睡觉,做噩梦,遗精或者向其他孩子暴露生殖器。一段时间后,你便会对孩子是否受到过虐待有十足的把握。你可能给孩子可以自主拆卸的洋娃娃玩,孩子或许不能用言语表达但可以在游戏中表露出一些东西。你的一个小患者将木棍插进了洋娃娃的阴道,另外一个4岁的孩子对洋娃娃的阴茎进行了值得警觉的关注。

没有经过科学思维训练的治疗师,很可能不会对那些不易看到的细节感到奇怪——就是正常的儿童也会那么做,他们没有去想尿床、性游戏、害怕等在普通孩子身上是多么平常。一些研究的确发现,那些没有受到虐待的孩子也会遗精,对性好奇;敏感胆小的儿童也可能会尿床、怕黑。²⁰对于那些虽然遭到虐待但没表现前述症状的儿童,科学家们会经过长时间的观察而非一两次的谈话来获得信息并作出判断。对有关受虐儿童的45项追踪(18个月)研究所作的总结发现:尽管相对于正常儿童来讲,这些儿童一开始便表现出更多的害怕或者

更多的外显的性活动,但“没有一种症状是所有受虐儿童共同表现出来的,(而且)约三分之一的受虐儿童没有明显的表现……这个结果表明受虐儿童没有共同的症状表现”。²¹

而且,受虐儿童与正常儿童相比,在玩可以自主拆卸玩具时的表现并无多少差异,他们只是对生殖器感到比较好奇。孩子做的所谓的奇怪的事情本身可能并没有任何意义,将洋娃娃作为诊断工具并不可靠。²²在一项由著名发展心理学家玛格·布鲁克(Maggie Bruck)和斯蒂芬·塞西(Stephen Ceci)主持的研究中,一个孩子将木棍插进洋娃娃的阴道里,向自己的父母展示医生在检查期间可能对她做过的事情。²³(录像显示)医生并没有做这类事情,但如果你的女儿做出这样的举动,而精神病医师又认真地说她遭受过性虐待,你能够想象出自己的反应吗?你很可能会希望医生对此保密。

许多 20 世纪 80 年代专门治疗受虐儿童的治疗师,对判断儿童是否受到虐待非常有信心。他们认为自己毕竟有许多临床经验来支持判断。然而,多次研究发现他们的“信心”是错误的。例如,临床心理学家托马斯·霍纳(Thomas Horner)研究了一份临床医师给出的评价报告,这份评价报告是关于一个父亲虐待 3 岁女儿的指控。专家们评论了记录材料,观看了有关这孩子的采访录像并分析了临床发现,他们拿到的是同样的信息,但有的专家确信存在虐待,有的则认为没有。随后,研究者聘请了 129 名从事心理健康的专家,让他们对此案证据加以评判——是否存在父亲虐待女儿的可能性,并要求他们写出有关父母监护权的建议。结果仍是如此,有人判定存在虐待,有的则没有。有人希望禁止父亲再去探望女儿,有人则愿意让父亲拥有对女儿的全部监护权。那些相信家庭虐待猖獗的专家倾向于把模棱两可的证据向有利于证明存在家庭虐待方向解释。而那些怀疑家庭虐待是否存在的人则不会如此。对于那些持非怀疑论观点的专家而言,研究者们称,“相信的事情就会发生”。²⁴

上百个关于临床预测不可靠的研究,给那些坚持自己判断异常准确的心理健康工作者带来了失调²⁵,我们所说的“科学是控制傲慢的一种形式”,指的就是这个意思。



“相信的事情就会发生”是20世纪80至90年代流行的信念,也是造成当时“幼儿园”丑闻的原因,正如麦克马丁案,先是感到担心的父母或者说话反复无常的儿童提起控告,然后有关部门进行调查,并引发恐慌。又如新泽西州“无忧幼儿园”的一名4岁儿童在诊所测量直肠体温时说:“凯莉·迈克尔老师在学校里也对我做过同样的事情。”²⁶这个孩子的父母将此事上报给国家儿童权益保护中心,该中心将孩子带到控方律师办公室,并给孩子解剖玩具玩,这个男孩将手指插进洋娃娃的直肠处,并说其他两个男孩也是这样测体温的。于是,律师要求在该校上学的孩子的父母回去寻找孩子受虐待的迹象,并请来专家诊断。

不久,孩子们称凯莉老师确实对他们做过许多事情,如将花生油涂到他们的生殖器上,让孩子们喝她的尿和吃她的屎,又用刀、叉、玩具虐待他们。据孩子们讲述,这些行为在他们在校的七个多月里接连发生。尽管父母们天天来回接送孩子,但从来没有孩子抱怨过,也从来没有父母发现孩子有什么问题。

凯莉老师被证明115项虐童罪成立,并被判47年监禁。后来,她提起了上诉,结果法庭判定孩子们的证词受到了他们所接受访谈的影响,于是5年后凯莉老师获释出狱。这是如何发生的呢?任由错误信念流行,没有科学思维加以限制,是所有“幼儿园”案件中存在的致命的问题。例如,下面是一个儿科护士苏姗·凯莉(Susan Kelley)对这些案件中的儿童所作的访谈,她运用了伯特(Bert)和欧尼(Ernie)木偶来帮助孩子们进行回忆:

凯莉:你会告诉欧尼吗?

儿童:不会。

凯莉:好的,来吧(恳求的语气)。请告诉欧尼,请告诉我。请告诉我。那样我们会帮助你的。你可以悄悄地告诉欧尼……有人碰过你

那里吗?(指着玩具娃娃的阴道)

儿童:没有。

凯莉:有其他人碰到过你的屁股吗?(指着玩具娃娃的屁股)

儿童:没有。

凯莉:你会告诉伯特吗?

儿童:他们没有碰过我。

凯莉:谁没有碰过你?

儿童:不是我的老师。没有人。

凯莉:有大人碰过你屁股吗?

儿童:没有。²⁷

“谁没有碰你?”我们可以看约瑟·海勒(Joseph Heller)小说中一段进退维谷场景的描写:留有浓密胡须的团长问克莱温格(Clevinger):“你说我们没有惩罚你,是什么意思?”克莱温格答道:“我没有说你没有惩罚我,先生。”团长:“你什么时候没有说我们没有惩罚你呀?”克莱温格:“我从来没有说过你没有惩罚过我,先生。”

那些被请来的心理治疗师和社会工作者们相信,除非持续不断地询问诱导性的问题,否则受虐儿童因为害怕和害羞不会主动讲述自己的经历。在缺少研究的情况下,这是一个合理的假设,而且有时它的确是正确的。但只是不知道什么时候它成了一种强迫。心理学家曾对儿童的记忆和证词做过实验性研究:儿童是怎样理解成人对他们的询问的?他们回答的内容同年龄、语言表达能力及所问的问题类型有关吗?什么条件下儿童倾向于讲实话,又是什么时候他们容易受到暗示和影响,并将没有发生过的事情讲得头头是道?²⁸

例如,在赛纳·加尔文(Sena Garven)和同事们对幼儿园儿童进行的一项实验研究中,她们运用访谈技术分析麦克马丁案件中的审讯材料。一个年轻人(研究助手)到幼儿园看望孩子们,给他们讲故事并分发礼物。他的行为没有任何攻击性,也没有任何不恰当或者奇怪的举动。一周之后,研究者们询问孩子

们有关那个年轻人的来访。她使用诱导性的问题来询问一组儿童,如:“他推你们的老师了吗?”“他用粉笔砸那个说话的孩子了吗?”她用同样的问题来询问第二组儿童,但使用了麦克马丁案件中出现的影晌技术:告诉某个儿童说其他孩子的答案是什么或者对其回答表示不满意,当孩子辩解时进行表扬。在第一组中,有15%的孩子回答:“是的,是这样的。”——也就是说,对那位年轻人的拜访,竟有这么多孩子作了错误的讲述,这不是一个很高的比例,但也绝不是微不足道的。在第二组中,3岁的孩子中对80%以上的错误表述表示赞同,而4岁到6岁的孩子中这个比例大概是一半。这些结果发生在访谈之后的5—10分钟之内,而在实际犯罪调查中,对这些孩子的持续询问都是发生在数周或者数月之后。在一项类似的研究中,5—7岁儿童非常容易受到研究者的影响而回答一些荒谬性的问题,例如“帕克(Paco)带你坐飞机了吗?”更为严重的问题是:在很短的时间内,儿童的这种错误表达会固定下来。²⁹

类似的研究促使心理学家们改进他们询问儿童的方法和技术,这样保证他们更好地揭示那些遭受虐待儿童身上到底发生了什么事情,而且不增加并能够尽可能区分出那些没有受到虐待但却容易受暗示和影响的儿童。科学家们的研究发现,5岁以下儿童并不能将他们听来的故事和真实发生的事件区分开来。如果学前儿童无意间听到父母讲述的故事,他们便会相信这些故事真的在自己身上发生过。³⁰在所有这些研究中,最有影响的发现是:成人们会歪曲那些访谈得来的信息,特别是他们事先相信儿童受到过虐待——因此,他们询问儿童以获得信息的时候,其实已经做好接受自己已有“设想”的准备。就像苏姗·凯莉一样,她们从来不接受儿童说的“不是”的回答。“不”意味着儿童在否认、压抑或者害怕。儿童根本没有能力让成人相信自己未曾受过虐待。

我们终于可以理解,为什么那么多像苏姗·凯莉那样的人、那么多检举人、那么多父母会迅速想到最坏的结果,没有人愿意让虐待儿童的人逍遥法外,也没有人愿意让无辜的人受刑。受到多年来针对儿童实验研究的影响,目前全国儿童健康和人类发展协会和各州,特别是密歇根州,已经拟定了新的草案,该法案主要是针对社会工作者、警务调查员及其他从事儿童健康工作的人员。³¹这

些草案强调了固有偏差所带来的危害性，相关工作人员必须设计访谈来验证儿童受虐的假设，而不能假定自己知道所发生的事情。草案中还认定，大多数儿童能够揭露受虐经历，而有一些需要进一步考察，草案还警告不能使用可能会造成虚假记忆的技术和方法。

这种从“无条件地相信儿童”到“理解儿童”的转变，反映了人们所达成的共识：即从事心理健康工作的人员需要更多地像科学家——而不是像一个“倡导者”——那样去思考，应该认真思考所有的证据事实，并思考那些未被发现的事实。如果做不到这些，他们所能够提供的不是公正，而只能是自我辩护。

科学、怀疑论和自我辩护

1981年，当著名精神病医师朱迪丝·赫曼(Judith Herman)出版她的著作《父女乱伦》时，书中的病人清楚地回忆起发生在自己身上的所有事情。当时，像赫曼这样的女性治疗师所做的工作，引起了公众对强奸、虐童、乱伦和家庭暴力的关注。她们声称自己的病人不会压抑痛苦的经历，相反，她们认为这些妇女保持沉默是因为觉得害怕和不好意思，而且担心没有人会相信她们。在《父女乱伦》一书中并没有出现“压抑”一词。然而，10年之内，赫曼成了“恢复记忆”技术的拥护者：她1992年出版的《创伤与回忆》一书中的第一句就是“人们对于悲惨经历的第一反应是将其驱逐出意识的领域”。为什么赫曼和那些有较多临床经验的治疗师，会从相信创伤性经验很少被忘记转变成相信“压抑”记忆是正常的呢？这种转变是一步步完成的。

假设你是一位治疗师，非常关注儿童妇女的权益和安全，你觉得自己是一个技能高超的充满同情心的医师，你清楚让警方和民众关注儿童妇女的问题有多么困难，你知道让那些憔悴的妇女说出事实有多么不易。那么，现在你开始接触到这样一些观点：在治疗中，妇女突然想起被压抑多年的经历，这些情况出现在你和病人交谈的过程中，出现在会议上，还有一些书中，尤其是那本极为流行的《接受治疗的勇气》。有一点可以肯定，此书的作者艾伦·贝丝和萝拉·戴

维丝均没有接受过任何心理治疗和科学思维的训练,她们也坦白地承认了这一点。“我们所呈现的东西,没有任何心理理论依据”,贝丝在书的导言中这样写道。虽然她们没有心理学基础,没听过一些专题讨论,但似乎这并不妨碍她们自称为性虐待方面的治疗师和专家。³²她们提供了一套症状列表,其中的一些表现可以说明妇女可能遭受过乱伦伤害,包括:感到无力和缺乏动力,饮食障碍或性方面有问题,感到内心深处有问题,觉得自己必须变得更完美,感到糟糕、肮脏或者害羞等。假如你是一位治疗师,看到自己的病人有这些表现,你会假定她遭受了乱伦伤害并将这种伤害压抑了吗?

现在,你就站在金字塔顶,需要作出决策:你会继续选择使用“恢复记忆”的治疗技术吗?大多数从事心理健康的人对此表示怀疑并不再使用该项技术。但是据调查,仍然会有四分之一到三分之一的人选择前者³³,他们首先做的还是坚持原有的信念,我们可以看到他们是多么轻易地做到了这一点:因为大多数人都没有“靠数据说话”的怀疑精神,他们不知道存在“偏差”,因此会像贝丝和戴维丝一样去寻找妇女遭受乱伦伤害的证据,而事实上,妇女可能并没有表现出什么症状。他们缺乏对“控制组”作用的正确认识,因此,他们从来没有思考过许多有饮食障碍、软弱无力、无动力的妇女可能并没有遭受虐待。³⁴他们也不去思考,除了乱伦,是否还有其他原因会导致妇女在性方面出现问题。

即便有些具有怀疑精神的治疗师对同事或病人讲述的故事提出批评,但是承认自己的同事由于一些危险愚蠢的观念而玷污自己的专业并不好受——会造成失调。而且,承认妇女和儿童所言不可信(尤其是自己一直努力劝说妇女和儿童讲出来以引起社会的关注)将是一件非常尴尬的事情。一些治疗师担心,公开质疑“恢复记忆”技术的可靠性,会使那些真正遭受伤害的妇女失去被信任的机会,而且这种怀疑会给那些性掠夺者和反女权主义者以新的借口和证据。当然,一开始,他们并没有想到会在全中国范围内引发一场“性虐待”的恐慌,并且会累及那么多被判有罪的无辜者。然而,当这些情况出现的时候,她们依然保持沉默,这导致了她们自己从金字塔顶端向下滑落。

而今,一些原来支持“恢复记忆”技术的心理治疗师们多年来依然坚持着他

们所做的事情，即帮助患者恢复被“压抑”的记忆（不过，他们大多数人变得更为小心，以免惹上官司）。有些治疗师悄悄地放弃了对被压抑的乱伦记忆的关注，就像阴茎妒嫉等一样，它的确已经过时了。他们抛弃了这种“时尚”，因为觉得它已经没有存在的空间，并开始寻找新的方法技术，但却极少停下来思考那些“受压抑”的乱伦个案最终结果会怎样。他们可能隐约听说存在一些争议，但却很容易停留在原来的做法上，或者至多加进点新东西。

但毫无疑问，临床心理学家和精神病医师所面临的问题最为严重，他们的失调也最为厉害。因为他们是这场“恢复记忆”技术的发起人。许多人持有令人印象深刻的从业资格证书，而且他们也的确因此而获得了巨大的荣誉和成功——他们是专业会议上的明星学者，被法庭请去评判一个孩子是否受过虐待，或者分析原告的记忆是否可靠，而且正如我们所看到的，他们时常让人们觉得他们的判断是多么可信。随着越来越多的科学证据证明他们是错误的，他们是否会像当年那样对那些可以改进治疗技术的记忆研究和儿童的验证感到欣喜呢？如果是那样，那么说明他们已经意识到自己所使用的方法违背了初衷——帮助妇女和儿童。借口与临床实践无关，以此来拒绝科学研究以维持自己的承诺，是非常容易做到的。而且，一旦迈开了自我辩护的步伐，他们便可以抛开大量的心理学难题，一直走下去。

现在，站在金字塔塔底的他们，与他们的科学家同行已经差距很远了，他们奉献了10年而发展了一种治疗方法，但这个方法却被理查德·麦纳利说成是“自前额叶切除手术以来发生在心理健康领域最惨不忍睹的一件事情”。³⁵大多数记忆恢复治疗师仍然坚持着他们原来的信念。他们是如何来减少失调的呢？

一种常用的方法，是将其引发问题和伤害降低到最小程度。临床心理学家约翰·布里厄(John Briere)是最早支持“恢复记忆”技术的专家之一，他在一次会议上承认“20世纪80年代的恢复记忆至少有一部分是出自过于热心的治疗师之手，他们过于急切地想从患者脑海里挖掘出隐藏的记忆”。他们这样做是错误的。但他接着补充说，不过这只是很小的一部分，错误的记忆是非常少的，受到压抑的真实记忆比平常的记忆要多得多。³⁶

其他一些治疗师则通过责怪受害者来降低内心的失调。精神病医师科林·罗斯(Colin Ross)宣称,患者自身压抑受虐记忆的经历导致了他们具有多重人格,而且变得容易受暗示和影响,“由于不成熟技术的引导,这些个体会在头脑中精心编织一些记忆”。但是因为“正常人的记忆也具有高出错性”,他总结道,“记忆错误是一种正常生理现象,因此并不是治疗师的过错。”治疗师不能创造错误的记忆,因为治疗师所扮演的仅仅是“咨询者和顾问”的角色。³⁷ 如果患者出现了错误的记忆,那是患者本人的过错。

富有理论知识的治疗师则通过“讨伐反对者”的方法来减少失调。20世纪90年代后期,精神病医师和心理治疗师被指控方法不当并且不再采用他们所提供的恢复记忆作为证词,考瑞顿·哈门德(Corydon Hammond)在一次会议上提议:“我想现在到了对那些研究专家提出公开要求的时候了。特别是在美国和加拿大,因为一些学术研究证明恢复记忆是错误的,从而使得情况非常糟糕。我想治疗师们应该承担起抵制不实科学报道的伦理道德责任,尤其是对那些研究者和编辑们来说——我必须指出他们中的大多数人并没有对治疗不当进行报道。”³⁸ 一些精神病医师和心理治疗师听取了他的建议,给研究者和编辑们发去言辞激烈的信函,并以违背道德的名义谴责有关记忆和儿童证词的研究,指责其妨碍司法并试图阻止相关的批评文章的发表和书籍的出版。当然,他们的这些努力并没有让研究专家们沉默下来。³⁹

还有最后一种减少失调的方法:不去看那些关于儿童受害者和乱伦受害者的报告和研究。《接受治疗的勇气》第三版的总结部分的标题为“尊重事实:对反对意见的态度”。而在这本书里我们却找不到“尊重事实:我们犯下了一些严重的错误”这样的章节。⁴⁰

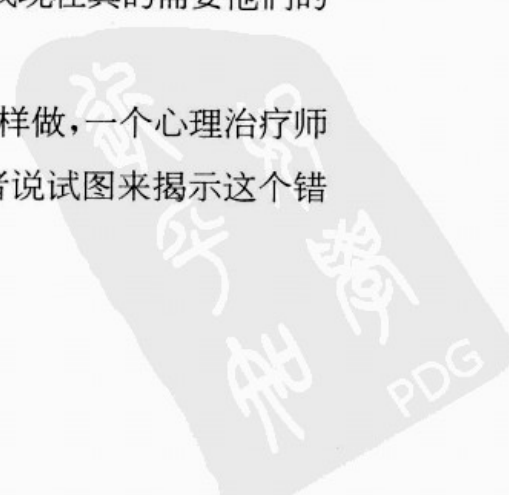


几乎没有一位运用“恢复记忆”技术的心理治疗师会承认它们是错误的。当然,他们可能会担心遭到违法指控。但是,从少数公开承认错误的人那里,我

们可考察一下他们是如何突破自我辩护这层“蚕茧”保护的。例如，琳达·罗斯(Linda Ross)，她使自己走出了认知判断的怪圈并迫使自己去面对那些因为子女控告而生活遭到破坏的父母们。她的一个患者带她参加一个被控告父母的集会，她突然感到自己从患者那里听的故事——当时觉得那么确信——此时变得荒诞不经，满屋子的人都在讲述类似的故事。罗斯说：“原来，我那么相信自己患者所恢复的记忆。但我从来没有想过这些记忆对于父母来说到底是怎样的。现在我明白那些故事是多么荒诞了。”集会上，一对老年夫妇向罗斯作了自我介绍，妻子谈到他们的女儿控告丈夫杀了三个人，而线索就是女儿前去做治疗时恢复的记忆……罗斯被那些父母脸上所表露出来的痛苦震撼了，她说：“就是从这一天起，我再也不为自己的专业和工作感到自豪了。”

罗斯说，那次参加集会之后，她时常带着巨大的恐惧和痛苦从梦中惊醒，就像一个蚕茧开始破裂。她担心遭到指控，但更多时候想到是那些需要子女信任和支持的父母们。她曾经到前来治疗的患者那里去回访，试图解除那些伤害，并且改变了治疗的方法。她到国家公共电台(NPR)“美国人的生活”节目接受阿里克斯·斯皮格尔(Alix Spiegel)的访谈，罗斯讲到自己的一位患者在那个父母集会上遇到了一对夫妇，他们的女儿在接受治疗后控告自己的父亲杀了人，他们的家也因为警察的取证和搜寻尸体而搞得一团糟。⁴¹当然，结果并没有发现尸体，就像在麦克马丁所在的幼儿园里没有找到所谓的孩子们遭受折磨的地下室一样。“现在，我借此机会告诉大家我所做的事情，”罗斯说，“我明白让他们在以后的岁月里原谅我是多么困难的一件事情，但我现在真的需要他们的原谅和宽恕。”

在节目的最后，阿里克斯说：“几乎没有人像罗斯这样做，一个心理治疗师来到公众面前讲述自己的经历，承认曾犯下的错误，或者说试图来揭示这个错误是怎样出现的。而专家们却对此保持缄默。”



第五章



法律与失调

我觉得任何一位公诉人都很难(承认错误)说出:“哎呀,我们已经监禁了这个家伙 25 年,足够了。”

——戴尔·鲁比(Dale M. Rubin),托马斯·李·戈德斯坦
(Thomas Lee Goldstein)的辩护律师

前海军陆战队队员托马斯·李·戈德斯坦,被捕时还是在校大学生。1980年,在拒不认罪的情况下,被判定谋杀,在狱中度过了 24 年。他的罪行只是在错误的时间出现在了错误的地方。尽管他的住处离受害者很近,但是警方并没有找到戈德斯坦犯罪的任何有力证据,例如枪支、指纹、血迹等。而且,也没有谋杀动机。他当时被判刑的依据来自一个监狱告密者的证词,这个人可能是爱德华·芬克(Edward Fink),他曾被捕过 35 次,受到三项重罪的指控,而且还吸毒。他曾在 10 起案件中作证,均称被告和他在一个牢房时曾向他承认了自己

的犯罪事实。(一位监狱管理员曾这样评价芬克：“这个犯人喜欢捏造事实。”)芬克为了减轻自己的罪行，才在法庭上撒谎作证，但是他却否认监狱曾因此减轻过他的罪行。审理该案件的另一个证据就是一位目击者洛兰·坎贝尔(Loran Campbell)的证词，警方认定戈德斯坦没有通过测谎检验后，坎贝尔指认他是此案件的凶手。但是其他五位目击者认为凶手不是戈德斯坦，其中有四位还说凶手是“黑人或墨西哥人”。后来，坎贝尔又撤回了他的证词，并解释说当时只是极力想帮助警察，而且过于紧张才编造了警方想听的话。但这一切都太晚了。戈德斯坦已经因此被判处 27 年监禁。

多年后，5 名联邦法官一致认为，由于没有向辩方通告芬克的处理情况，公诉人没有保证戈德斯坦获得平等审判的权利，但此时戈德斯坦仍然待在狱中。最终在 2004 年 2 月，加利福尼亚高级法院的一位法官以缺乏证据、案件性质恶劣(接受一位专门提供信息的人的伪证)为由驳回了这宗案件。即便是这样，洛杉矶地方法律事务所还不承认他们判错了案：他们很快又提供了指控戈德斯坦的新材料，把保释金定为 100 万美元，并宣称将对他进行复审。这家律师事务所的发言人帕特里克·康纳利(Patrick Connolly)声称：“我敢肯定我们抓对了人。”两个月后，他们勉强承认戈德斯坦清白无辜，并释放了他。



1989 年 4 月 19 日晚，一名妇女在中央公园慢跑时，先遭到殴打，后被强奸。警方得知后，迅速从哈莱姆区(美国纽约市的一个黑人居住区)逮捕了 5 名西班牙裔黑人少年。这 5 名少年原来也曾在这个公园里“撒野”殴打过路人。但是，这次警方却是在没有任何理由的情况下认定他们是犯罪嫌疑人。于是把他们关押起来，集中对他们进行了 14 至 30 小时的审讯。最终，这 5 名少年(14 岁至 16 岁)都认了罪，而且，还讲述了骇人听闻的作案细节。其中一个男孩说他是如何脱掉受害者的裤子，一个男孩说他如何用刀子划破她的上衣，以及他的同伙如何用石块不断击打那名妇女的头部。还有一个男孩则为他“第一次强

奸妇女”感到懊悔,说自己当着其他人的面感到十分难堪,并保证再也不干这种事了。尽管没有任何证据(如精液、血液、DNA 等)可以证明这起强奸案与这群孩子有关,但他们的认罪使警方、陪审团、法学家和公众相信,他们就是强奸犯。唐纳德·特鲁普(Donald Trump)花了 8 万美元在报纸上刊登广告呼吁判处他们死刑。¹

事实上,这 5 个孩子是清白无辜的。13 年后,一个名叫麦迪斯·雷耶斯(Matias Reyes)的重犯,因三项强奸盗窃罪、一项强奸谋杀罪被捕入狱后,承认自己是中央公园强奸案的真凶。还讲述了那些不为人知的犯罪细节,而且他的 DNA 与受害者体内、袜子上精液中的 DNA 完全吻合。以罗伯特·摩根索(Robert M. Morgenthau)为首的曼哈顿地方律师事务所,对此案调查了近一年,也未发现雷耶斯与那 5 个已经定罪的青少年之间有任何关系。因此,曼哈顿地方律师事务所提出取消那 5 名少年强奸罪的申请。2002 年这一请求获得批准。但是,摩根索的裁定遭到了该事务所前任公诉人以及最初调查此案的有关人员的强烈反对。因为这些人不相信那 5 名少年是清白无辜的。² 毕竟,是他们自己认了罪。



1932 年,耶鲁大学法学院教授爱德温·鲍查德(Edwin Borchard)出版了《冤案:65 起真正的误判》。在鲍查德调查的 65 起案件中,有 8 起案件的被告犯有谋杀罪,而这 8 起案件中的被害人后来又都出现了,并且活得还非常好。读到这里你也许会想,这真是警方和公诉人判案错误的确凿证据。虽然铁证如山,但还是有一位公诉人对鲍查德说:“清白的人绝不会被判刑。不用担心,冤枉好人之类的事情是绝对不会发生的。”

接下来谈谈 DNA。1989 年,首次以 DNA 测试结果作为证据释放了一个被冤枉的人,从那年开始,越来越多的报刊上出现误判案件,这些案件的数量比人们料想的还要多,人们发现误判远远不是所谓的“不可能”事件。“无罪工程”

的创始人巴里·舍克(Barry Scheck)和彼得·诺伊费尔德(Peter J. Neufeld),一直在他们的网站上发布数以百计谋杀或强奸案,后来绝大多数通过 DNA 测试或其他证据(如目击者的错误指认等)获释。³当然,死囚被无罪释放能吸引公众的眼球,但也为我们敲响了警钟。法学教授塞缪尔·克罗斯(Samuel R. Cross)及其助手对冤案进行了综合分析后认为:“如果我们对待宣判入狱就像宣判死刑那样严肃认真,过去的 15 年里,可能不只是 255 起冤案、假案,实际上可能会有 28 500 起之多。”⁴

对那些深信司法系统公正、公平的人来说,这无疑是个沉重的打击。平反冤案、假案对普通百姓来说简直太难了,但是如果你参与了审判,会强烈地希望纠正执法过程中的错误。专门研究冤案过程的社会心理学家理查德·奥夫舍(Richard Ofshe)曾说,冤案是司法部门“最恶劣的专业错误”之一——就好比外科医生为病人截错了胳膊。⁵

试想,如果有证据表明在审理时冤枉了清白无辜的人(好比截错了病人的胳膊),你会作出什么反应呢? 审理人员的第一反应会去找借口否认自己的错误,保全自己的工作、声誉和同事。此外,如果你释放的罪犯后来又犯了罪,或者是清白的人因犯了诸如猥亵儿童等重罪,被判入狱,那么公众一定会对你恨之入骨,原因是他们觉得你曾对罪犯“心慈手软”。⁶你不仅会寻找许多外部动机来否认错误,而且还有更为强烈的内在动机促使你这样做:你希望认为自己公平公正,永远不会冤枉好人。但是,面对蒙冤之人的清白证据时,你是如何做到确信自己抓对了人呢? 这是因为你相信自己的判断而没有相信证据。你确信这个人是个坏蛋;认为即使他没有犯这个罪,也一定犯了其他罪。如果你相信证据,就表明你让一个清白无辜的人在监狱里呆了 15 年;如果你认为自己绝对没有犯错,那么就不存在心理失调的问题了。这是一个二选一问题。

每次因 DNA 测试,警方宣布嫌疑犯获释时,公众几乎都能明白公诉人、警方和法官的内心活动,他们不停地调整着自己内心的失调。策略之一是宣称大多数此类案件并非误判,而是被错误地赦免:因为无罪释放一个囚犯并不说明他或她清白无辜。如果真正是清白无辜,那将是非常遗憾的,但是这种情况实

属罕见。我们也会在适当的时候,作出合理的赔偿。问题的关键是太多的罪犯很有钱,因此很容易聘请到有名的辩护团,替他们钻法律的漏洞或解脱罪行。乔舒亚·马奎斯(Joshua Marquis)是美国俄勒冈州地方法律事务所的一名职业律师,他说:“美国人更应当担心有些人被错误释放,而不是被误判。”⁷ 没有党派背景的公民正义中心发布了一份报告称,共有 2 012 起公诉人误判的案件。马奎斯否认这个数字的真实性以及这份报告中隐含的问题——国家对此应当予以重视。“诸如此类的误判,只是偶尔出现,”他写道,“正因为那几起案件很罕见,才引起了法庭和媒体的关注。”

当出现审理错误或者处理失当时,我们的司法体系本身也会予以纠正。马奎斯补充说,事实上他担心,如果我们修补了司法体系中的一些缺陷,虽然会减少误判几率,但这样也会让许多罪犯逍遥法外。这句话反映了自我辩护的荒唐逻辑。当一个清白的人被误判时,真正的罪犯还逍遥法外。“身处法律界,”马奎斯说,“公诉人会忠实于事实真相——即使因此受到指责。”⁸ 这种解释非常高明,而且减少了失调,但它本身也隐含着严重的问题:确切地说,是公诉人自己将审理案件本身视为追求事实真相,所以不会轻易推翻原先的判定,而事实上,由于存在自我辩护,他们更不会去主动寻求“事实真相”。

我们不必从一个满口粗话、腐败堕落的地方律师的角度来看待这个问题。美国西北大学法学院误判中心的执行总监罗布·沃登(Rob Warden)注意到,公诉人工作中存在失调现象,但他们“本质上是好的”,也想把事情做好,这一点值得我们尊敬。冤案真相大白,蒙冤入狱的人获释时,杰克·奥马利(Jack O' Malley)(该案件的公诉人)反复对沃登说:“这怎么可能呢?怎么会是这样呢?”沃登说:“奥马利还不理解,他真的不明白其中的缘由。但他是个好人。”公诉人始终认为自己、警察是好人,被告是坏人。沃登说:“身处司法系统,就会愤世嫉俗。总是有人对你不断撒谎,因此你对嫌疑人形成了自己的认识,这样很容易产生偏见。如果后来,有证据表明此人清白无辜,你仍会坐在那儿想:‘再等等,看看到底是这些有力的证据错了,还是我错了——我不会搞错的,因为我是个好人。’这种心理现象我多次碰到过。”⁹

我们称这种心理现象为自我辩护。研究美国历史上的冤假错案时,我们也发现存在这种心理现象,从被捕到宣判这一过程中自我辩护是如何使不公正逐步升级的呢?警方和公诉人搜集嫌疑犯生活中的点滴证据,从而确定罪犯并加以判刑。通常情况下,他们是对的。但是不幸的是,运用同样的方法也会增加他们抓错人的几率,忽视其他人作案的证据,这样就加大了他们由于误判而承担的责任,之后,他们会不承认自己的错误。这一过程循环往复,如果警方和公诉人费尽周折才找到证据,那么他们就会更加确信他们有罪。一旦将嫌疑犯送进监狱,这本身便可以证明我们将他关在那里是正确的。况且,法官和陪审团也赞同我们的做法,难道不是这样吗?自我辩护不仅会将清白无辜的人投进监狱,而且还能让他们一直待在里面。

侦破人员

1998年1月21日早晨,美国加利福尼亚州的埃斯孔迪达发生了一起谋杀案,12岁的斯蒂芬妮·克罗(Stephanie Crowe)死在自己的房间里。前一天夜里,邻居们曾拨打过911,通知警方附近有个叫理查德·迪由特(Richard Tuite)的流浪汉,这个人行动怪异,患有精神分裂症,曾经跟踪过年轻妇女并闯入她们的家中,人们都很害怕他。但是埃斯孔迪达的侦破人员和联邦调查局行为分析处的办案小组几乎都立即认定:这起案件应当是受害者熟人所为。警方认为大多数谋杀案都与受害者熟人有关,而不是疯狂的人侵者。

这样一来,以拉尔夫·克莱特(Ralph Claytor)和克里斯·麦克当(Chris McDonough)为首的侦察小组就把注意力集中到了斯蒂芬妮的哥哥迈克尔的身上,迈克尔只有14岁大,在未通知其父母的情况下,审讯了他3个小时,后来又审讯了6个小时,审讯过程中没有一点休息时间,而且,迈克尔还发着高烧。侦探对迈克尔说他们在他的房间里找到了他妹妹的血迹,并且还发现她手里有他的几根头发;由于所有的门窗都上了锁,所以凶手一定是房间里的人。此外,迈克尔的衣服上全是斯蒂芬妮的血,在电脑化声纹测谎过程中,他也没有过关。

(电脑化声纹测谎仪是一种非科学技术,据说这种技术可以通过“微颤”来辨别出说谎的人。目前还没有人用科学的方法证明微颤的存在或者有效。¹⁰)尽管迈克尔反复声称自己不记得这一切,例如:他忘记了存放谋杀工具的地方,但最终他承认自己在嫉妒的盛怒之下杀害了斯蒂芬妮。几天之内,警方又逮捕了迈克尔的朋友乔舒亚·德温(Joshua Treadway)和艾伦·豪斯尔(Aaron Houser),他俩也都只有15岁,经过两次长达24个小时的审讯后,乔舒亚·德温向警方编造了他们3个人是怎样共同密谋杀死斯蒂芬妮的。

富有戏剧性的是,宣判前夕,警方在流浪汉理查德的毛衫上发现了斯蒂芬妮的血迹,斯蒂芬妮被杀的那晚,理查德正好穿着那件毛衫,由于那3个孩子招了供,地方法律事务所的保罗·芬斯特(Paul Pfingst)尽管坚持认为那3个孩子有罪,但新的证据迫使他放弃了对他们的指控。但是他也没有起诉理查德·迪由特。追捕3个男孩的侦探克莱特和麦克当坚信他们抓对了凶手,并且还自费出版了一本书来证明整个过程和他们的看法。书中,他们说理查德只不过是一个堕落的人,只是个替罪羊,是颗棋子,政客、媒体、名流、罪犯及3个男孩家属雇用的辩护律师,都不过“想把罪行从当事人身上转嫁到理查德·迪由特这个流浪汉的身上罢了”。¹¹

最后,孩子们获释了。此案又由本部门的另一个侦破员维琪·克洛克(Vic Caloca)接手。尽管警方和地方法官进行了部署,但克洛克仍然坚持调查。其他警员都不理会他;有个法官说他无事生非;公诉人对他的求助也不予理睬,但他还是坚持不懈,最后,克洛克终于整理出了一份长达300页的报告,列出了对迈克尔及他那两个朋友的“主观臆测、误判和不确凿性的证据”。因为此案刚开始调查时,克洛克没有介入,所以他没有贸然下结论,他的调查证据表明理查德·迪由特才是凶手,其实证据很简单。

克洛克越过当地的法律事务所,直接把证据带到了萨克拉门托的加州法律总事务所的办公室。在那里,首席检察官助理戴维·德吕兰纳(David Druliner)同意对理查德·迪由特提起公诉。2004年5月,宣判理查德·迪由特为杀害斯蒂芬妮的真正凶手。这与将理查德·迪由特从嫌疑犯中排除的时间已经相隔

6年之久了。戴维·德吕兰纳对埃斯孔迪达警方的调查表示强烈不满。“他们对斯蒂芬妮一案的侦破完全走错了方向，”他说，“缺乏对理查德·迪由特应有的关注，对此我们难以理解。”¹²

现在，我们所有的人都明白了。警方发现斯蒂芬妮的血迹出现在理查德·迪由特的毛衫上时，侦破人员并未转变思维，甚至未产生一丝怀疑，这确实看起来滑稽可笑、让人难以理解。可是侦破人员一旦认定了迈克尔和他的两个朋友是案件的凶手，就不再怀疑其他人了。整个审理过程中自我辩护发挥了重要作用。

我们从最初锁定嫌疑犯的过程开始看。许多侦破人员仅仅是做了我们普通人也能做的事情。我们初次听说一起案件时，第一反应就是先猜测发生了什么，然后找一些证据来支持自己的推测，对那些相悖的证据则视而不见。社会心理学家已经对这种现象进行了较为深入的研究。他们让我们扮演陪审团成员的角色，来探究到底是什么因素影响陪审团的判断。在实验中，先让陪审团收听一起真实谋杀案审讯过程的录音，然后让他们作出裁定并说明原因。大多数人立即凭空编造了一个故事，而没有根据证据权衡各种可能后再作裁定。在模拟审讯的过程中，当证据被呈现时，他们却只接受那些支持自己观点的证据，值得注意的是，起初贸然下结论的人对自己的判断最为肯定。而且陪审团也很容易以投票的方式作出极端的裁决。¹³这样的情况很常见，但也很令人担忧。

与嫌疑犯初次见面时，侦破人员往往都会迅速地下结论：他是个好人还是个坏人？随着时间的流逝和经验的积累，警察学会了去追查肯定能导致案件发生的事情，而忽略其他的环节，最终，那些一定能导致案件发生的事情就变成了确凿的证据。他们的破案信心一部分来自经验，一部分来自专业训练中获得的技巧。联邦调查局行为科学处的前任处长杰克·克瑞克(Jack Kirsch)讲述了自己的一次亲身经历，一些警员带着棘手的案子来到他的办公室，寻求帮助。“由于事前毫无准备，我只好信口开河，但是这样常常也能歪打正着，”他说，“我们这么做已经成功了无数次。”¹⁴

警察一般都非常相信自己能抓到罪犯，因为通常情况下，警方面对的都是

案件和罪犯。但是,这种自信也会增加清白人蒙冤的可能性,并会增加排除其他嫌疑犯的可能性。虽然警方把注意力从圈定的嫌疑犯身上转移开去,但还是心存怀疑。这样一来,侦破人员甚至没有用电脑化声纹测谎仪对理查德·迪由特检查。侦破员麦克当对此解释说:“既然理查德·迪由特有精神病史和吸毒史,而且最近还出现过精神病发作和吸毒行为,那么电脑化声纹测谎也很可能无效。”¹⁵换句话说,那个不可靠的玩意儿只对事先认定为有罪的嫌疑犯才起作用,这是因为不论测试结果如何,我们都会更加确信自己的判断;而在我们认为清白的人身上使用时,根本不起作用。

如果嫌疑犯与受害者或其目击者的描述刚好一致,或与数据推理相一致,那么最初就很容易推测嫌疑犯有罪或者清白无辜。我们都知道谋杀案的动机不外乎感情和金钱两种情况。因此,在绝大多数谋杀案中,最可疑的凶手就是被害人的情人、配偶、前配偶、亲戚或遗嘱保险等的受益人。刑警中尉拉尔夫·雷瑟(Ralph M. Lacer)说:“如果一个年轻的女子被杀,那么第一嫌疑犯就是她的情人,调查其他人也是徒劳。”雷瑟是这样来证明自己判断的:贝贝·李(Bibi Lee),这个美籍华裔大学生就是被她的男友布拉德利·佩奇(Bradley Page)杀害的,这就是他为什么没有理睬目击证人证词的原因(目击者声称自己看到案发现场附近有个男子把一个年轻的“东方”女孩推到一辆卡车上开走了)。¹⁶尽管如此,斯特本·德雷金(Steven Drizin)认为:“家庭成员可能是开展调查的一个切入点,但是他们也仅限于此。警方与其费力去证明凶手在家庭内部,还不如发现所有可疑的线索。但是几乎所有警察都没有这样做。”¹⁷

如果侦破人员认为自己找到了凶手,那么这种偏见就会使最初的嫌疑犯成为唯一的嫌疑犯。而且一旦这种情况发生了,蒙冤者的辩护律师也会有口难辩。在导言中我们提到过的加利福尼亚州贝克尔斯菲市帕特里克·邓恩一案中,警方就是相信了一个职业罪犯毫无根据的说辞,因为这些毫无根据的说辞支持了他们预先的理论:邓恩就是罪犯,而没有相信目击者提供的客观证词,因为这些证词将会证明他无罪。邓恩对此难以相信,就问他的辩护律师斯坦·西姆林(Stan Simrin):“难道警方不需要事实真相吗?”“是的,”西姆林回答道,“他

们确信自己已经掌握的就是事实真相。他们认为的真相就是你有罪。而且他们现在做的就是找到证据给你定罪。”¹⁸

如果想方设法给嫌疑犯定罪，就很容易忽视可能改变对嫌疑犯看法的证据。在一些极端的案例中，个别警官甚至能让所有警官忽略一些重要的证据，从而作出不合法的判决。洛杉矶兰帕特警察局防御科建立了反团伙犯罪小组，该小组中许多警官最终都被指控逮捕错误、伪造证词以及冤枉清白无辜的人；大约近 100 起审判中使用了违法的手段，最终，这些都得以纠正。在纽约，1989 年一项州内调查发现，萨福克地方警察局对待嫌疑犯很粗暴，违法窃听电话，故意弄丢或伪造关键性证据等，最终草率地了结了许多大案要案。

这些堕落的警官并非天生如此，而是后天造成的。他们受到了警察局氛围的影响，同时也是为了自己的利益。许多警官新上任时，从未想到自己会这样破案，法学教授安德鲁·迈克莱尔(Andrew McClurg)追踪研究了警官心理变化的这一过程，起初在法庭上警官被迫撒谎，这样就产生了心理失调：“在这里，我要维护法律的尊严”与“我违反了自己的诺言”相互冲突。时间久了，安德鲁注意到他们“学会了用自我辩护的方式来缓解失调”。一旦警官认为撒谎可以自我防御而且也是工作中必不可少的一部分，他补充道：“就不会再出现心理失调的伪善感。警官们把撒谎看成是合情合理的事情，或者至少认为撒谎不是不道德的行为。这样，正人君子的自我形象实质上还没有受损。”¹⁹

假设你是一名警察，警方怀疑一栋房子里正出售海洛因，于是命令你去搜查。搜查过程中你把那个小伙子追进了洗浴室，这时你希望在他销毁罪证之前把他抓住，但是太晚了，海洛因早就被冲进下水道。这时，你就会心跳加速，迫使自己走上不合法的道路——这个家伙想逃跑？现在你身处毒穴，人人都明白将要发生什么，这些残酷卑鄙的家伙会走开吗？他们会请一个狡猾的律师，而且还会以心跳过快为由，拒不出庭。这样，所有的努力、所有的风险、所有的危险，不都要徒劳无功吗？为什么不将自己上衣口袋里的那点可卡因洒在浴室的地板上呢？据此就可以把罪犯抓起来。你被迫无奈地说：“他还没把可卡因冲

干净时,一些毒品从他口袋里洒了出来。”²⁰

身处上面的情境中,便很容易理解那种做法。因为你希望将工作进行下去。虽然明明知道编造证据是违法的,但是那么做也是合乎情理的。第一次这么做时,你会告诉自己:“这家伙有罪!”有了这一次经历,以后你还会这样做;事实上,你非常想这样做,因为要么这样做,要么承认事实真相。独自一人的时候,你可能会承认第一次做错了。但是不久以后,面对着更加两难的境地时,你就不再坚守原则。因为警察局通常支持你的辩解。慢慢地,个别警官坚守原则就更加困难了。最后,许多警官都会破坏原则,提供假证据,改变其他警官的观念,说服他们也这样做,并且还故意疏远或者暗中陷害那些不听劝告的警官。他们提醒,正路是行不通的。

事实上,不仅如此,1992年莫伦(Mollen)委员会报告了纽约警察局内部不同形式的腐化渎职状况,最后得出结论:警方伪造证据的情况“在特定的区域内十分普遍,并由此衍生了行话‘谎证’”。²¹按照警察的这种习惯,他们在抓住吸毒或持枪的嫌疑犯后,往往会在法庭上出示谎证,这是因为嫌疑犯闯红灯时他们阻拦了他,或者看到他们把毒品倒手了,或者警察靠近这些嫌疑犯时他们扔掉了毒品。诺曼·斯戴姆(Norm Stamper)是前任西雅图港市警察局首席警官,有着35年的警察经验,他写道:现在美国仍然没有足够的警力,警察已经不再假公济私、伪造证据或抢劫和敲诈毒品贩卖者了。²²伪造证据和撒谎是最常用的辩护形式,手段因结果而合理。一位警官莫伦委员会的调查人员说,他在做“上帝的工作”;另一位警官则说:“如果我们是在搜捕这些家伙,就让宪法见鬼去吧。”一位警官在自己因伪证罪而被捕时,难以置信地问道:“那样做有什么错吗?他们是罪犯。”²³

“那样做有什么错吗”的含义是,没有什么可以阻止警官伪造证据或者对那些他们认定的罪犯(其实是无辜的人)进行指控。堕落的警察一定会给公众带来危险,而那些正直到决不会想到要让清白无辜的人入狱的警察,同样也会对公众不利。从某种意义上讲,诚实的警察甚至比腐败的警察更危险,因为诚实的警察有更多、更难侦破的案子。问题是,一旦他们认定某个人是嫌疑犯,他们

就会认定这个嫌疑犯不可能是清白无辜的。因此，他们便会想方设法证实最初的判断，并且认为自己所使用的破案技术非常合理，只有罪犯才会在这样的技术前原形毕露。

审讯人员

在调查过程中，侦破人员提供的最有利的证据是嫌疑犯的自首材料，因为起诉人、陪审团和审判人员非常相信嫌疑犯承认的罪行。因此，警方也专门培训审讯人如何获取这方面的信息，即使这样做意味着要对嫌疑犯撒谎，一位侦破人员曾自豪地向一位记者承认他使用过“欺骗”技术。²⁴大多数民众在得知他们这样做竟然合法时，都会感到十分吃惊。侦破人员非常相信自己有能力骗得嫌疑犯招供；因为这标志着自己熟悉行规。最初越是肯定自己抓对了人，当得知可能抓错的时候，他们就越想找到嫌疑人确实犯罪的证据。

显然，警方在审问中引诱无辜的人招供是最危险的错误之一，但是大多数侦破人员、公诉人和审判人员都认为这是不可能的。“认为有些人受到引诱就可以招供，是极其荒唐的”，乔舒亚·马奎斯说。“那是甜点抗辩。是极为糟糕的技术。”²⁵大多数人认为无辜的人是不会承认自己犯罪的，他们立场坚定，会寻求律师为自己辩护……不是这样吗？然而，调查蒙冤的人便可发现：15%至25%的嫌疑人是当时自己招的供。社会科学家和犯罪学家对此已经作了分析，并通过实验向人们展示了事情发生的全过程。

弗兰德·英鲍(Fred E. Inbau)、约翰·莱德(John E. Reid)、约瑟夫·巴克来(Joseph P. Buckley)和布莱恩·珍妮(Brian C. Jayne)合著的《刑事侦讯与自白》被誉为审讯方法的圣经。约翰·莱德及其助手在莱德九步技术中提供了训练计划、专家研讨会和录音磁带，在他们的网站上声称已经培训出了30多万法律人士可以用最有效的方法诱使嫌疑犯招供。操作手册可以让读者感到“每一步都不具有诱导性，所有的步骤都是合法的，从道义上讲，也是公正的”。²⁶

我们的立场很明确,在审讯中使用的诱导技术不会让那些真正无辜的人承认犯了罪。认为没有犯罪的嫌疑人员更看重、更相信那些非法证据,是十分荒谬的。在这种情况下,无辜者的反应是愤怒和对审讯人员的不信任。直接的影响就是嫌疑犯会更加维护自己的清白。²⁷

实际上,这种想法是错误的。“无辜者的反应”通常不是愤怒和不信任,而是迷惑与无助(失调),因为绝大多数无辜的嫌疑犯相信调查人员没有对他们撒谎。然而,审讯人员一开始就带有偏见。审讯目的就是为了获取对方的基本信息,为了让嫌疑犯认罪(嫌疑犯通常意识不到这一点)。《刑事侦讯与自白》中说得很清楚:“只有在调查人员有足够的理由确信嫌疑犯有罪时,才可以进行审讯。”这种态度很危险,一旦调查人员“有足够的理由确信”,嫌疑犯就很难打消调查人员的这种念头。相反,嫌疑犯的所作所为都被视为撒谎、否认、避开事实真相的证据,其中也包括那些表明自己清白的陈述。审讯人员也会潜意识地这样思考,于是,审讯人员认为,“不要撒谎,我们知道你有罪”,因此拒绝承认嫌疑犯的否认。前面我们已经明白了自我辩护的怪圈,一些治疗师和社会工作者已经用同样的方式对他们认为受到过性侵犯的孩子进行访谈。一旦审讯人员开始这样做,所有的罪行便都会被视为确凿无疑。²⁸

莱德技术的传播者们现在已经认识到,失调是如何在审讯过程中起作用的(至少对一部分人来说)。他们认识到,如果给嫌疑犯机会,他们就会在公众面前宣称自己是无辜的,而后便会越发否认自己有罪。“嫌疑犯越是否认”,路易斯·森斯(Louis Senese)写道,“便越不容易承认自己有罪”——准确地讲,这正是失调的表现。因此,森斯建议审讯人员要对嫌疑犯的矢口否认做好准备,并且防止他们避而不谈。他说,审讯人员应当注意观察嫌疑犯否认自己有罪时的非言语信息(如“举起手来、摇头或用眼睛示意”)。如果嫌疑犯直接说:“我能说几句吗?”审讯人应当喊着嫌疑犯的名字并发出命令(如“吉姆,先稍等”),然后继续审讯。²⁹

审讯人员事先假定嫌疑犯有罪,便形成了自我实现预言。这会让审讯人员

带有更多的攻击性,反过来,这种假设也会导致对那些真正无辜者更多的怀疑。社会心理学家苏·卡森(Saul Kassin)和他的同事们进行了一项审问小偷的实验,小偷被分为有罪和无辜两类,审讯人员也分为两类:一类被告知小偷有罪,另一类被告知小偷是无辜的。因此,嫌疑犯和审讯人员就有四种可能的组合:小偷无辜,审讯人员也认为他无辜;小偷无辜,但审讯人员认为他有罪;小偷有罪,审讯人员认为他无辜;小偷有罪,审讯人员也认为他有罪。最为致命的组合是审讯人员事先被告知小偷有罪,而实际上小偷无辜的组合,在这种组合中审讯人员对小偷施加的压力最大,嫌疑犯越是否认自己有罪,审讯人员越是坚信嫌疑犯在说谎,相应地就会对嫌疑犯施加更多的压力。

卡森告诉侦破人员和警官,这种审讯技术存在很多问题。他们也点头表示明白,并且同意避免提供假供词;但是他们马上就会补充说自己从未强行逼供。“你是怎么知道的?”卡森问其中的一位警察,他这样回答:“因为我从来没有审讯过无辜的嫌疑犯。”卡森发现他们一开始就确信自己正确无误。“在魁北克省召开的一次国际警察审讯研讨会上,我和莱德学院的主席乔·巴克利(Joe Buckley)分在一个讨论小组,”卡森对我们说,“他出场之后,有听众问他是否担心运用他的技术审讯会让无辜的嫌疑犯招供。如果他一字一句地回答‘不会’,肯定有人要枪杀他;他说:‘不会,因为我们没有审讯过无辜的人。’我非常惊讶于他讲出如此傲慢的话,因此就记下来了。”³⁰

在接下来的训练过程中,侦破人员会学习如何信心十足地辨认嫌疑犯的非言语线索:目光接触、肢体语言、手势和强烈的愤怒等。如果嫌疑犯不能正眼看你,操作技术就解释为他在撒谎。如果嫌疑犯看上去没精打采(或僵直地坐着),也表明他在撒谎。如果嫌疑犯否认罪行,也被认为是在撒谎。然而,莱德技术建议审讯人员“不要对目光接触进行怀疑”。不要怀疑目光直接接触,难道他们认为目光接触是无辜的证据吗?

因此,莱德技术本身就是一个闭合的怪圈:你是如何知道嫌疑犯有罪的?因为他神经质、额头冒汗(或过于自控),因为他没有直视我的眼睛(假如他想直视我的眼睛,我也不会允许),因此我们用莱德技术审讯了他12个小时,最后他

招供了。因为无辜的人从不自供,所以,他招供也就证实了我的想法:神经质、额头冒汗(或过于自控),或直视我的眼睛(或不这样),都是有罪的标志。通过这种逻辑,只有在侦破人员犯错误的时候,才不能通过审讯获取嫌疑犯的招供。

莱德技术是以权威性的语气写的,好像是上帝在诉说不可争辩的事实,但实际上,它并没有告诉读者科学思维的核心原则:考察一个人的行为重要,还是排除行为的其他可能性重要?在作出决定之前,更有可能进行哪一种选择呢?例如,苏·卡森参与处理过一个军事案例,该案例中调查人员严厉地审讯了一位嫌疑人(但并没有可靠的证据)。(苏·卡森认为这个人清白无辜,事实上,最后他被无罪释放。)当其中的一位调查人员被问到为什么会那样残酷地追问被告时,他说:“我们认为他没有说出事实真相。我们曾了解到他有些神经质,但是他的肢体语言表明他在尽量保持平静,每次我们问他问题时,他的眼神总是游移不定,也不正视我们,有时还精力分散,还有一次竟然号啕大哭。”

“他所描述的,”卡森说,“是一个人处于压力状态下的反应。”学习莱德技术的学生一般不知道,神经质、烦躁不安、避免眼睛接触和没精打采可能不仅仅是有罪的表现。这些表现也可能是神经质、青春期、文化标准、遵从权威(或担心受到错误的指控)等的标志。

莱德技术的拥护者们声称,经过这种技术训练后的调查人员能有效地判断一个人是否撒谎,准确程度可达80%到85%。但是,这一结论并没有得到科学的证实。正如我们在第四章中和心理治疗家一起讨论的那样,培训不能增加准确率,但能增强对准确性的信心。其中有一项研究证明了这种错误的信心现象,卡森及其同事克里斯蒂娜·冯(Christina Fong)用莱德技术培训了一组学生。他们让学生们先观看莱德训练录像,阅读莱德技术操作步骤,最后测试他们是否真正掌握了该技术。然后要求他们观看一位经验丰富的警官审讯嫌疑犯的录像。录像中的嫌疑犯有两类:一类是真正的罪犯,但否认有罪;另一类是无辜人,也否认被指控的罪行。结果表明:训练丝毫没有提高学生们的判断的准确度,与概率判断差不多,但是通过训练,学生们的确更加相信自己的能力了。然而,这项实验中的被试只是大学生,没有专家。因此,卡森和冯又让佛罗里达

州和加拿大安大略省的 44 名专职侦破人员观看了同样的录像。这些侦破人员平均有 14 年的经验，三分之二的人受过特种训练，其中许多人也接受过莱德技术培训。然而，观看录像后，经验丰富的侦破人员的判断率也并没有提高，但是他们认为自己判断的准确率几乎达到 100%。他们的经验和所接受的培训没有提高他们的业绩。只是增强了他们对自己所作判断的信心。³¹

然而，为什么无辜的嫌疑犯不能坚持否认自己有罪呢？莱德技术指出，只有无辜的人才会对审讯人员发怒，那么为什么真正的罪犯就不能这样做呢？我们说你清白无辜，只是为了“有助于警方的调查”。假如你不知道自己是个主要嫌疑犯，你就会信任警察，并试图协助他们工作。然而如果有侦破人员告诉你，你的指纹已经留在了作案工具上，告诉你在侦查测试中不能撒谎，在受害者身上已经发现了你的血迹，或受害者的血迹留在你的衣服上。这些信息都会造成相当程度的认知失调：

认知 1：我当时不在那里。我没有犯罪。我不记得了。

认知 2：值得信赖的权威人士告诉我，我的指纹留在了作案工具上，我的衬衫上带有受害者的血迹，有位目击者证实我在案发地，但是事实上我的确没有去那个地方。

怎样来解决这些失调呢？如果足够强壮、足够富有，或有足够的与警察交往的经验来让警察知道你是无辜的，你就会说出 7 个带有魔力的字：“我需要辩护律师。”但是许多人认为如果无辜，就不需要律师。³²他们相信警察不会对他们撒谎，如果听到有一项指控他们的证据，他们会非常吃惊，而且也无法对此作出解释。该死的证据——他们的指纹！莱德技术声称审讯过程中，无辜的人都会有一种自我保护的本能，这种本能将会推翻审讯人员的所有质问，但是对一些脆弱的人而言，弄清楚究竟发生了什么比自我保护更为重要。

布拉德雷·佩积(Bradley Page)：我做了这件可怕的事，而又完

全忘记了,这可能吗?

中尉雷塞儿(Lacer):啊,是的,事情毕竟发生了。

现在警察会向你作出很有意义的解释,可以帮助你消除失调:你不记得了,因为你已经把它从记忆中抹掉了;你喝醉了,丧失了意识;你抑制了自己的记忆;你不知道自己有多重人格,只是你人格中的一种成分犯下的这桩罪行。侦破人员就是这样审讯迈克尔·克罗(Michael Crowe)的。他们告诉迈克尔可能有两个“迈克尔”,其中一个好的,另一个是坏的,那个坏的迈克尔犯了罪,但是,那个好的迈克尔甚至还没有觉察到。

当然,你也许会说,迈克尔当时才14岁;难怪警察恐吓他招供。虽然,对少年犯和精神障碍的人用这种策略极其奏效,然而对健康的成年人使用这种手段也依然奏效。斯特本·德雷金和理查德·李研究了125例这样的案件:审讯时他们自己招供了,因此被判有罪,但后来经调查又被无罪释放。研究发现其中有40人是少年犯,28人是精神智障者,57人是健康的成年人。在这些案例中,80%的人在审讯时被拷问了6个多小时,一半以上的人被拷问了12个小时,有的几乎是连续审讯了两整天。³³

警方审理前面所提到的发生在中央公园的卓鸽(Jogger)遇袭案时,就是这样审讯少年嫌疑犯的。社会科学家和法律学者研究了其中五分之四的录像(五分之一的没有录制下来),地方律师罗伯特·摩根索假定这些少年犯是无辜的,然后又重新研究了那些证据,发现他们当时富有说服力的招供不见了,相反,他们的陈述中充满了矛盾,带有许多猜测,所提供的许多信息受到了审讯人员带有偏见提问的影响。³⁴事实上,他们从未承认自己强奸过公园中那个慢跑的人。其中一个少年犯说他“抓住了”她,另一个人说自己只是“摸了摸她的胸部”,还有一个人说自己只是“摸了摸她的大腿”。罗伯特·摩根索注意到,这5个少年犯的陈述与其犯罪细节相差甚远——谁最先开始作案的,是谁把受害者打倒在地,谁脱了受害者的衣服,谁打了受害者,谁抓住了她,谁强奸了她,作案时使用的工具是什么,作案的具体时间等,都与事实不符。³⁵因此,他向法院提出申

请，撤销了对这5名少年犯的指控。

经过了长达几个小时的审讯之后，嫌疑犯们都已经精疲力竭了，他们只想着能够回家，所以便认为审讯人的解释是唯一可能的，于是就招供了。通常，审讯人员所施加的压力一经消除，嫌疑犯便可以睡个好觉，但是，他或她会马上否认自己的招供。然而，一切都太晚了。

公诉人

在影片《桂河大桥》中，二战期间日本的战俘亚历克·吉尼斯（Alec Guinness）和他的士兵们，建造了保证日军战时供给的一座铁路大桥。大桥建成之后，他为这个工程感到骄傲。影片最后，吉尼斯发现了露出水面的炸药导线，他意识到有人在桥下埋了炸弹，盟友准备炸掉它。实际上，当意识到这一点时，他的第一反应是：“不能炸掉它，这是我的桥。谁敢毁掉它！”看到突击队员，他就极度憎恨，他想方设法剪断炸药导线，保住了大桥。直到最后关头，吉尼斯才喊道：“我到底做了什么？”他意识到为了保住自己的壮举，他将要破坏自己一方的胜利。

同样，在审讯的最后关头，许多公诉人也准备放弃自己公平正义的一面，继续坚持自己对嫌疑犯的指控。在审判的时候，公诉人常常会发现自己身处真实世界的自我辩护之中，就像在实验室里所发生的。他们从许多案件中挑出了这一件，因为他们确信嫌疑犯有罪，而且已经掌握了罪证。公诉人常常在一个案件上花费数月的时间。他们与警察、目击者以及受害者的家属密切配合。由于刑事案件在公众中很容易引起极大的反响，所以，他们要承受着尽快破案的巨大压力。于是便对嫌疑犯的话不再怀疑，只是为自己作为主持公道反对邪恶的象征而自豪。所以，公诉人最后会冷静地对陪审团说：“被告是低等动物，是魔鬼，做了这样的事情。应当受到指控。”不知不觉中，他们便深信自己抓住了真凶，就像警察一样，他们也会走得更远：诱导目击者、与监狱中告密的人进行交易，或者对那些法律上必须提交的信息不能给予保护。

然而,如果被冤屈的人(请记住,许多重罪犯都是这种情况)在监禁若干年后,要求进行DNA检验,或者声称当初自己的招供是被强迫的,或者有证据表明当初目击者的证词有误,对此大多数公诉人会作何反应呢?假如被告不是真凶,那么公诉人自己以及其他人所付出的辛勤努力又是什么呢?佛罗里达州公诉人的反应就非常典型。相隔15年之后,130多名囚犯在进行了DNA检验之后获释,公诉人认为今后在处理类似的新案件时,他们将会面临着巨大的挑战。威尔顿·迪芝(Wilton Dedge)上诉到州法院,要求重新审理此前定罪的证据,但却遭到了公诉人的强烈反对。公诉人声称,州法院只受理终审案件,受害者对迪芝可能无辜的态度应当打消。³⁶但迪芝最终还是被无罪释放了。

终审和受害者的态度应当远离公正,这听起来有多么可怕。我们相信正义,但是自我辩护却在作祟。(此外,假如他们的爱人是真正的凶手之一,而且已经被捕并判刑,难道受害者会觉得很高兴吗?)不同的国家都有数以百计的犯人经过DNA检验后获释,新闻报道中经常会有这样的案例:一些嫌疑犯最初被公诉人定了罪,但是最后经查实被无罪释放。例如,在费城,有记者问当地律师小布鲁斯·卡斯特(Bruce L. Castor Jr.),是什么样的偏见促使他拒绝对那些在狱中度过了20年后获释的嫌疑犯进行DNA检验呢?他回答说:“我没有什么偏见。我只相信我的侦察和记录下来的供词。”³⁷

DNA检验对每一个人而言都是很有说服力的,我们怎样才能搞清楚申请DNA检验的要求被驳回就意味着公诉人在进行自我辩护,而不是对证据进行客观评价的结果呢?就像我们在第一章里描述的赛马一样:我们一旦下了赌注,就不想再考虑所下的赌注正确与否。同样,这也是为什么公诉人会对同一证据作出两种不同解释的原因,这主要是看获得证据的时机。调查的早期,DNA检验的结果可以作为警方认定嫌疑犯有罪或无罪的证据。但是如果在DNA检验之前,被告就被起诉或者被定罪,那么公诉人往往会忽视检验的结果,因为检验结果已经不是那么重要了,因而没有必要重新审理此案。得克萨斯州公诉人迈克尔·麦克道格尔(Michael McDougal)说,对嫌疑犯罗伊·

克林(Roy Criner)定罪后,虽然在受害者体内发现的DNA与克林的DNA不匹配,但这并不意味着克林是无辜的。“这只是说明从受害者体内发现的精液不是克林的,”他说,“但并不意味着他没有强奸她,也并不代表他没有杀害她。”³⁸

当然,从技术上来说,麦克道格尔是正确的;克林可能在强奸了得克萨斯州的那个妇女后,把精液射到其他地方了——例如阿肯色。但是不管DNA证据取得早晚,同样都应当成为证据;其实,主要是因为公诉人的自我辩护,才没有重新把检验结果作为证据。辩护律师彼得·诺伊费尔德说,从他的经验看,对公诉人和审判人员来说,重新翻阅证据,重新审理原判,是再普通不过的了。审判中,公诉人的理论是:只有被告一个人强奸了受害者。如果被告定罪之后DNA的检验结果表明嫌疑犯不是真正凶手,那么公诉人马上又会有另一套理论,那就是彼得·诺伊费尔德所称的“不起诉共同强奸者”理论:已经定罪的被告把受害妇女打倒在地,然而实际上是另一个人对这个受害妇女实施了强奸。或者受害者无助地躺在地上,一个好色的男人“路过,看到有机会,就作案了”,某个公诉人这样声称。³⁹或者,被告作案时戴安全套了;或者,受害者在被强奸之前,刚刚与另一个男子有过性行为。[罗伊·克林案被送到得克萨斯州的刑事犯罪法庭时,首席审判员莎朗·科勒尔(Sharon Keller)对嫌疑犯进行了DNA检验,“表明受害者体内的精液不是已犯强奸罪那个人的,但是结果已经不具有决定性作用了,因为强奸犯作案时也许戴了安全套”。]如果受害者反驳道,她在被强奸的前三天里没有任何性行为,那么公诉人又会提出一套理论(也是在嫌疑犯被定罪之后),受害者在撒谎:受害者不想承认她和其他男士有过性行为,因为如果她承认了,她的丈夫或男朋友便会非常恼火。

像上面这些例子中的自我辩护,会带来双重的悲剧:公诉人让无辜的人进了监狱,而真正的罪犯却逍遥法外。DNA既可以成为清白无辜的证据,也可以成为行凶作案的罪证,不过,DNA很少能证明无辜。⁴⁰目前,在“无罪工程”成功翻案的案例中,警方都没有进一步寻找真正的罪犯。警方只是全面封锁整个案卷,似乎是为了消除自身因过失而面临的受到指控的危险。

仓促定罪

如果(法律)制度无法公正地发挥作用,如果制度不能纠正自身的过错,不能承认自身的过错,而且不提供让民众来纠正其过错的机会,那么这个制度就要被打破。

——罗伊·克林的上诉律师迈克尔·查尔顿(Michael Charlton)

所有公民都有权利期盼:我们的刑事司法制度不仅有适当的定罪程序,而且还有合适的程序来保护无辜的人。如果司法部门出了差错,也能积极地予以纠正。为了减少虚假的供词、目击者不可靠的证词、警方“谎证”等等,⁴¹法律学家和社会科学家提出了各种各样的宪法修正案和一些重要的具体改进方案。但是,从对民众有利来看,司法制度承认和改正错误的最大障碍是,大多数司法人员以否认问题的方式减少自己的失调。“我们的制度罩有完美的光环:绝对不会给无辜的人定罪”,前任检察官贝纳特·格胥曼(Bennett Gershman)说。⁴²这种肯定的看法使警官、侦破人员和公诉人内心很踏实,他们不用担心冤枉好人。虽然司法人员有必要内心踏实,但法律公正的敌人或许不是自我怀疑,而是过度自信。

目前,在针对警官、侦破人员、法官和律师的绝大多数专业训练中,几乎都没有认知偏差训练。例如,如何尽可能地纠正认知偏差;遇到不确定的证据时,如何设法减少心理失调。相反,这些人员的心理学知识大都是从那些自封为专家的人那里学来的,然而,那些自封的专家从未接受过心理学方面的培训。正如我们所看到的,在所谓的培训中并没有要求他们进行更加准确的判断,而只是告诉他们越自信越准确:“无辜的人是永远不会招供的”;“我亲眼目睹过,所以千真万确”;“我可以分辨出一个人是否在撒谎;因为我在这方面有多年的经验”。然而,这样的自信只是伪科学的标志。真正的科学家用语会相当谨慎——“特定的条件下,无辜的人大都可以被诱使招供;下面我来解释一下为什么我认为个人的供

词很有可能是被逼做出的”——这就是为什么科学家的证词经常令人恼怒。许多法官、陪审员和警官宁可相信自己,也不愿相信科学。法律教授迈克尔·瑞斯(D. Michael Risinger)和律师杰弗里·路普(Jeffrey L. Loop)哀叹道:“从总体上看,法律的失败在于它根本不能反映出有关对人类知觉、认知、记忆、推断或判断特点的现代研究成果,根本不能反映人们对证据本身的结构规则的了解,也根本不能反映法官的培训方式或执行方式中存在的问题。”⁴³

然而,在有些培训中仍然只注重他们增强非科学领域中的自信,而不是培训他们谦逊地对待自己的认知偏差和盲点,因此这样的培训便可能通过以下两种途径增加错误认知的几率:第一,鼓励执法人员仓促得出结论。警官们认为嫌疑犯就是罪犯,然后便排除任何可能性。在没有全面掌握证据的情况下,地方公诉人非常仓促地作出判决,对于那些引起巨大社会反响的案件则更是如此。然后向媒体宣布自己的判决,如果后来的证据表明判决不正确时,便没有任何回旋的余地。第二,案件一旦被提起公诉并判决,司法官员就不再理睬后来那些可能证明嫌疑犯无辜的证据。

为了纠正这些常见的错误,最好的办法就是,确保学生们在警官学院和法律学院里能够认识到自己有自我辩护的弱点。学生们必须学会寻找那些从统计意义上看最有可能的嫌疑犯,即使有些证据表明嫌疑犯犯罪的可能性较小,也不能忽视。即使司法人员相信自己能够辨别出嫌疑犯是否在撒谎,也要清楚自己有时可能会犯错。同时也要清楚怎么做会导致无辜的人招供、为什么无辜的人会招供、如何将逼迫的供词与真正的供词区分开来。⁴⁴也应当知道,联邦调查局和电视直播中常用的判断作案者特征的方法存在证实偏差,容易导致错误:调查人员在搜集与嫌疑犯相匹配信息的同时,却忽视了那些不匹配的方面。简言之,一旦调查人员意识到自己抓错了人,就必须及时调整调查方案。

在警官培训方面,法学教授安德鲁斯·迈克莱尔(Andrew McClurg)可谓高瞻远瞩,因为他很早就倡导要把认知失调原则应用到培训中,防止那些动机很强的司法人员一开始工作就不诚实,这主要是因为他们的自我概念会对审讯产生干扰。迈克莱尔教授提出了一套完整的培训计划用以解决道德两难问题,

培训计划向学生灌输这样的价值观：说出事实真相，做正确的事情，并以此作为自己职业认同的核心部分。（目前，大多数辖区内，警官培训班的学员都有一个晚上或几个小时专门来处理道德问题。）因为“说出事实真相，做正确的事情”这样的价值观很快就能在工作中超越道德忧虑——如“你不能背叛你的同事”；“现实世界中，唯一可行的定罪方法就是捏造事实真相”——迈克莱尔教授建议新的司法工作人员应当和经验丰富、品行良好的老同事搭档。这些老同事都能以戒酒无名会^①发起者的形式帮助新同事信守诚实承诺。他主张：“唯一可能降低警察撒谎的方法就是防备策略，防止好的警察变坏，认知失调理论为警官们完善自我概念提供了一套行之有效、价格低廉、用之不竭的工具。”⁴⁵

无论接受多么好的训练或者训练目的有多好，没有人能够完全避免证实偏差和自己的认知盲点，因此研究误判的社会科学家一致认为应该掌握预防措施，例如，所有的审讯都必须录音。目前，只有少数几个州要求警方对审讯过程进行电子记录。⁴⁶在很长一段时间里，警方和公诉人都抵制这项要求，我们推断对审讯过程进行电子记录可能会导致害怕、尴尬以及失调等。审讯布拉德雷·佩积的一位审讯者雷塞儿中尉就支持这种观点，他认为“应当禁止录音”，否则“很难弄清真相”。⁴⁷假设嫌疑犯抱怨审讯者盘问了他10个小时，辩护律师让陪审团听完全部录音，而不是只听15分钟的供词录音，陪审团也会迷惑不解，最后他们也会不知所措。然而在佩积一案中，定罪讨论之所以暂停，主要是因为有一段审讯录音丢失了。雷塞儿承认，就在佩积开始招供时，他关闭了录音机。佩积声称，在录音丢失的那段时间里，雷塞儿让他想象他是如何杀害自己的女朋友的（这是莱德技术的始创者推荐的另一项策略）。佩积说，调查者要求他构建某种想象的情境，这对警方极为有利；当雷塞儿将它作为合法的供词时，他惊呆了。陪审团没有听到完整的审讯过程——诱导嫌疑犯提供供词的那些提问。

事实上，在今天的执法过程中，司法部门已经赞同将审讯过程录制下来。冤案中心调查了238个执法部门，察看了重罪嫌疑犯的全部审讯过程，发现实

^① 又译作嗜酒者互戒会。该组织于1935年成立于美国俄亥俄州，总部设在纽约，成立目的在于以酒鬼帮酒鬼的方式，鼓励酒瘾患者重建生活。——译者注

际上每一位警官都很重视诉讼程序。一方面，审讯录音可以避免嫌疑犯否认自己曾经说过的话。另一方面，陪审团也很满意，因为由此获取的供词诚实可信。当然，独立的专家和陪审团可以对审讯录音进行评估，研究所得到的供词是否带有欺骗性，或者是否存在逼供。⁴⁸

现在，加拿大和美国正在逐步推行这方面的改革，这些改革旨在形成一定的程序以尽可能减少冤案。但是，在法学家和社会学家底波拉·戴维丝(Deborah Davis)和理查德·列夫(Richard Leo)看来，美国执法部门仍在沿用一些传统习惯，例如，莱德技术等类似的审判程序，而且“几乎完全否定”这种程序能够导致虚假供词和错误判决。⁴⁹美国的司法系统不愿意承认司法制度本身可能产生不公正。绝大多数州对无罪释放的人没有任何赔偿，对他们多年的狱中生活及收入损失没有任何补偿。甚至连官方的道歉也得不到。更为残酷的是，司法部门往往不会删除蒙冤之人的犯罪记录，这样就致使这部分人很难得到政府的廉租房，也很难找到工作。

透过失调理论的观点，我们便可以理解司法部门为什么会如此仓促地处理冤案。这种仓促行为直接反映了司法制度缺乏灵活性。假如知道错误是不可避免的，当真正出现错误的时候，便不会大惊小怪，应当对这些偶然事件适当地加以纠正。但是如果拒不承认错误，那么每一个蒙冤之人就是司法人员出现过失的证据。向他们道歉？给予他们经济赔偿？不要白日做梦了，司法部门只热衷于技术，技术就是DNA吗？喔，他们也会在其他方面感到内疚。

然而，不论是男性还是女性，每一个人都会因为自我辩护而否认事实真相：警官对腐败置之不理；侦破人员重新审理那些已经处理好的案件；地方公诉人坦言处理失当。托马斯·瓦尼斯(Thomas Vanes)，是印第安纳州梅里尔维尔的一名有30年从业经验的地方检察官，他写道：“我在寻找死罪证据时，从未感到过局促不安，如果犯了罪，就必须受到惩罚。”⁵⁰但是瓦尼斯也知道自己有时会犯错误。

我听说过一个蒙冤20年的嫌疑犯拉里·迈耶斯(Larry Mayes)，

当时警方认为他是一起强奸案的犯罪嫌疑人,我负责对他调查取证,在他被监禁了20年之后,真相大白,我们是如何搞清这一点的呢?通过DNA测试……20年之后,拉里·迈耶斯要求再次检测受害者体内的DNA。我协助调查了以前的证据,并相信当前的检验能够终止他多年来一直提出的改判自己无辜的要求。但是他是正确的,而出错的是我。

事实胜于雄辩,而且理应如此。记住这个教训,我们就能够保持头脑清醒。很多事情难以做到公正合理(我只是做了我该做的事情,是陪审团对他进行了判决,而且上诉法庭也支持原判),这就使得司法人员彻底推卸了让无辜者蒙冤的责任。这些责任即使不是法律上的,也是道义上的。



第六章



爱情杀手：婚姻中的自我辩护

苦尽甘来终得爱情真谛：爱会冲昏我们的头脑，婚姻中的人们极易迷失自我。

——英国小说家艾丽丝·默多克(Iris Murdoch)

1917年，威廉·巴特勒·叶芝(William Butler Yeats)结婚时，他的父亲给他写了一封贺信。“我想这封信将对你日后的诗歌创作有所帮助”，他的父亲写道，只要没有走进婚姻的殿堂，“无论男人还是女人，都无法真正理解人类的本质”，“必须对这种配偶生物进行研究”。¹结婚后，夫妻双方必须比结婚前所预料的(或者所希望的)进行更多的互相了解。不是通过别人，甚至也不是通过自己的孩子或父母，我们了解到另一个人值得尊重或令人恼火的生活习惯，以及应对失落、危机、自私、欲望和激情的方式。然而，正如约翰·巴特勒·叶芝(John Butler Yeats)所指出的那样，婚姻也会迫使夫妻双方相互面对，相互之

间进行更为深入的了解,学会如何同对方相处。没有任何关系能够像婚姻关系那样,可以深刻地考察我们的灵活性、容忍度以及是否愿意学习和改变——前提是我们能够抵制住自我辩护的诱惑。

本杰明·富兰克林曾经说过:“结婚前要睁大双眼,结婚后则要睁一只眼闭一只眼。”他体悟到了婚姻关系不和谐的真谛。夫妻双方首先会为两人的相恋辩护,然后再为同居辩护。如果你打算买一栋房子,你便会立即开始减少自己内心的失调。你会告诉周围的朋友,你喜欢上的那栋房子非常好——绿树、空间和古典的窗户,并且最大限度地降低其不好的一面——停车场狭小、客厅不够宽敞、窗子陈旧且密封性不好,等等。在这个例子中,自我辩护会让你为拥有漂亮的新家而高兴。倘若在你喜欢上这栋房子之前,一位地质学家告诉你这栋房子地处峭壁之下,上方的峭壁不牢固,随时都存在倒塌的危险,你可能会欣然接受这则信息,放弃这栋房子,虽然有些难过但并不会过于伤心。然而一旦你喜欢上了这栋房子,借了部分房款把它买了下来,并搬进去居住,如此一来你就已经在这栋房子上投入了许多感情和金钱,此时你就很难再轻易放弃它了。假使在入住之后,有人对你说你家上方的峭壁很危险,你就会情不自禁地为自己打算长期住在这里进行辩护。加利福尼亚州拉肯奇塔海滩边的居民长期住在峭壁下面,每逢冬季大雨来临时,峭壁常常会倒塌,因此,这里的人们就生活在接连不断的失调状态中,每次他们都告诉自己“不会再倒塌了”以此来调节心理失调。这样便可以保证他们在下次倒塌之前心安理得。

人与房子之间的关系较之人与之间的关系较为简单。一方面,人与房子的关系是单向的,尽管房子在你劳累了一天之后,不会按摩你那酸痛的背,但却不会因为你是个不好的主人或没有将其打扫干净而责备你。其实对多数人来说,婚姻是由双方共同决定的,而且双方都会为此投入很多精力。但婚后睁一只眼闭一只眼则会减少失调,假如配偶能够看重对方的优点和长处、忽视缺点和短处,婚后的生活就会和谐美满。但是“认同机制”可能使一些已婚人群处于婚姻危机的边缘,他们和拉肯奇塔当地居民存在同样的心理。快乐无比的新婚

夫妇,和那些多年过着痛苦不堪生活的夫妇之间,有什么共同之处呢?许多新婚夫妇不愿意注意失调的信息,而是寻找一些证据来证实自己娶(或嫁)了一位意中人,忽视或干脆不考虑那些可能会带来麻烦或冲突的警觉性信号,例如,“我与其他异性交谈的时候,丈夫也许会吃醋;别人夸奖我长得可爱时,在丈夫看来很可能是对方在向我示爱”。或者,“如果丈夫当着你的面赞赏别的女性魅力十足、能将家庭琐事处理得游刃有余时,你很容易认为丈夫对自己不再感兴趣了”。关系紧张的夫妻一方面总是容忍对方的残忍、嫉妒或羞辱,但他们同时也一直在减少自己内心的失调。他们共同生活了许多年,投入了大量的精力,也出现过许多争吵,然而到头来,却过不上相敬如宾的日子,为了避免这种灾难性的危机出现,这样的夫妻就会作出如下辩护:“所有的婚姻都是这个样子,已经无计可施了。目前这种情况已经很好了。虽然婚姻并不美满,但总比单身要好。”

通过自我辩护,既可以带来收益,也能够抚平创伤。它能够令婚姻美满,也能够让婚姻拆散。夫妇双方一开始都快乐无比,而且还会对未来持有积极乐观的态度,几年之后,有些夫妻关系会朝着更亲密、更恩爱的方向发展,而有些夫妻关系则向着彼此疏远和敌对的态势发展。对一些夫妻来说,婚姻是快乐的源泉,它能给彼此带来慰藉,使双方容光焕发、精神抖擞。然而,对另一些夫妻来说,婚姻则是拌嘴和争吵的源头,令人沉闷,使双方受到压抑,让两个人的感情日趋疏远。本章的目的,并不是为了说明所有的婚姻关系都能够而且应当得以挽救,而是为了考察自我辩护如何对夫妻关系产生影响。

当然,一些夫妻离婚,是由于一方暴露了自己的不忠行为,或者一方再也无法容忍或忽视对方的暴力行为。但是绝大多数夫妻离婚,都是因为长期的积累,这样的夫妻都以滚雪球的方式责备对方和为自己辩护。夫妻双方总是盯着对方的差错,然而对自己的优点、态度和行为方式则极力辩护。这样做反过来又会导致另一方固执己见,甚至寸步不让。在夫妻双方意识到这一点之前,他们就已经走向极端了,双方都认为自己才是正确的、合理的。自我辩护最终会导致人们对另一方的哀求无动于衷。



为了阐明这一过程是如何产生的,我们先看一下黛伯拉(Debra)和弗兰克的婚姻。这桩婚姻节选自安德鲁斯·克里斯滕森(Andrew Christensen)和尼尔·雅各布森(Neil Jacobson)合著的《化解分歧》。² 大多数人聆听别人讲述婚姻生活(自己的婚姻生活除外)时,都会对其真实性持怀疑态度,他们认为凡事都有其两面性。而我们会说事情远远不止这么简单。现在我们一起来看看黛伯拉对他们婚姻问题的说法:

[弗兰克]一心只关心自己的业务,时刻牵挂的也只有工作,脑子里想的也是如何把工作做完,他从来没有欢乐,也没有痛苦,他说他的生活方式表明他的情绪非常稳定。但在我看来,他的生活方式说明了他生活单调、态度消极。我在很多方面与他恰恰相反:我的情绪大起大落,但是,大多数情况下,我精力旺盛、信心十足。当然有时候也烦躁不安、大发雷霆、心灰意冷。他认为我这样的感情变化表明我情绪不成熟,即“我有许多方面还有待改善”,但我认为这恰恰说明了我是个活生生的人。

我清楚地记得一件事情,可以集中概括我对弗兰克的想法。有一次,我们和刚刚搬到这个城市的一对夫妇共进晚餐。夜深了,随着谈话的深入,我越来越感到他们的生活是那么多姿多彩。尽管他们结婚比我们还早,但是他们的爱情是那么醇厚,他们才是真正彼此恩爱。我们在交谈的过程中,无论那位男士对我们说什么,他总不会冷落自己的妻子,用手蹭蹭她,或者是和她交换个眼神,或者是谈话中提到她。而且他多次用“我们”指代他们。看到他们恩爱默契的样子,我才明白我和弗兰克的交流是多么的少,我们几乎从未用眼神交流过,而且我们俩人在谈话时,彼此独立,仿佛毫不相干。不管怎么说,我承

认，我羡慕这对夫妻。他们似乎拥有一切：家庭恩爱、房子漂亮、生活悠闲富足。我和弗兰克与他们形成了多么鲜明的对照：我们为生活奔波，两个人都做全职工作，并且节衣缩食，精打细算。但是只要我们共同努力，我也不在乎这些外在的东西。但事实上我们彼此相距很远。

那天晚上，当我们回到家后，我把自己内心的想法和感受如实地告诉了弗兰克。我想重新规划一下我们的生活，这样我们之间也能更亲近些。或许我们没有那些人富有，但是我们也没有理由不去享受亲密和温馨。像往常一样，弗兰克不想谈论这些问题。他说他很累，想睡觉，我一看他这样就火冒三丈。那天正好是周五，第二天早上我俩都不必早起；所以“累、想睡觉”都不是理由，阻碍我们谈心的唯一原因就是他很固执，这让我受不了。我受够了这种不冷不热的回避，每次都是这样，只要我提出某个问题想讨论一下，他就用“想睡觉”来搪塞我，而我每次都会作出让步，当时我想，他为什么不能为了我偶尔不睡觉呢？

我不想让他睡觉。他关上灯，我就再打开。他翻过身子要睡觉的时候，我就不停地说话。他把头埋在枕头下，我就提高嗓门。他说我像个婴儿。我说他反应迟钝。我们就这样你一句我一句地吵。彼此说的话越来越难听，虽然没有大打出手，但都对对方进行了言语攻击。最后，他去了客卧，反锁上门，在那里睡了一夜。第二天早上我们俩都疲惫不堪，彼此感觉很疏远。他责备我不理智。这也许是正确的，我在十分失望甚至绝望时，的确会很不理智。但是我认为他用这样的方式为自己辩护，有点像“如果你不理智，我就忽视你所有的抱怨，这样我就不会受到责备了”。

下面是弗兰克的倾诉：

黛伯拉似乎从未满足过。我做得永远不够，付出的永远不够，对

她的爱永远不够,我们彼此分享的也永远不够。只要你能想到的地方,在黛伯拉看来,我做得统统不够。有时候,她也会让我感到自责,觉得自己真不是个好丈夫。好像是我经常让她失望,让她沮丧,好像真的没有尽到一位恩爱的、负责任的丈夫的职责。但是我有许多事实可以说服自己,我做错了吗?我是个神智完全正常的人。与我相识的大多数人都喜欢我,尊重我。我从来没有对她撒谎,从来没有欺骗她,我既不喝酒也不赌博,而且还有一份稳定的工作。我脾气温和,对她嘘寒问暖,甚至还时不时地幽默一下逗她开怀大笑。然而,她从未给过我一丁点的赞赏——而只是抱怨我做得不够好。

我可不像黛伯拉那样容易受生活琐事的影响。她的情绪就像过山车:时起时落。但是我无法那样生活。我的生活方式更像一艘平稳匀速行驶的巡航舰。但是我并没有因此而轻视她。我骨子里是个极宽容的人。所有人,当然,包括配偶,都是各有特点,各有所好。因此,配偶也不能刻意迎合另一方的要求,这一点我十分清楚。所以,我不会因为小的烦恼而发火;也不会觉得只要是分歧或者不快就必须争吵;我觉得没有必要对各种可能的分歧进行深究。我喜欢顺其自然。当我用包容的态度对待这一切时,我希望对方也能像我一样。而一旦她不这样,我就非常恼火。每次黛伯拉用她那所谓的正确观点对我吹毛求疵时,我确实反应强烈。那时冷静便无影无踪了,我会立刻暴怒起来。

记得有一天晚上,我和黛伯拉见到了一对很有吸引力的夫妇,他们给我们留下了深刻的印象,回家的路上我就想自己会给他们留下什么印象。那天晚上我很累,不在最佳状态。有时候,几个朋友聚会时我会特别活跃、幽默机智,但那天晚上我没有做到,或许我刻意做出诙谐幽默的成分太重了。有时候,我对自己要求特别高,如果达不到自己的要求,就特别失望。

黛伯拉问了我一个看似天真的问题,打断了我的反思,她问:“你

注意到那对夫妇的默契了吗?”现在我才明白她问的那个问题背后所隐藏的问题——或至少是那个问题将带给我们什么思考。这种问题总是针对我们,特别针对我。最后的结论必然是“我们彼此之间不默契”,真正的问题并不是我们到底出了什么问题,而是:“弗兰克出了什么问题?”这种诘问当然不会出现在有礼貌的谈话之中,因此我便故意绕开了这个话题,而只说他们是一对很好的夫妻。

但是黛伯拉不肯就此罢休,她坚持拿他们和我们作一番比较。他们生活富足,感情恩爱。而我们什么都没有。或许我们不能一下子腰缠万贯,但至少可以亲密无间。为什么我们不能卿卿我我呢?意思是说:为什么我,弗兰克,就不能对妻子亲近一些呢?回家之后,我说自己累了,想上床休息,其实我是想缓和一下这种紧张的氛围。我的确累了,对刚才的这种谈话厌倦到了极点。但是黛伯拉不依不饶。她认为我们应该彻底讨论一下这个问题。我依旧准备睡觉,对她爱搭不理的。当时就想如果她不尊重我的感受,为什么我要尊重她呢?结果是我换上睡衣去刷牙的时候,她还喋喋不休;甚至我去卫生间的时候,她也不放过。最后我爬上床,关了灯,但她接着又打开。我翻过身子要睡觉的时候,她仍然喋喋不休。你可能会想,我用枕头蒙住头该行了吧?但事实上她还是不肯罢休。这个时候我愤怒到了极点。我对她说,你就像个婴儿,是个不可理喻的疯子——现在我也不记得当时都说了些什么。最后,我彻底绝望了,于是一个人冲进客卧,反锁上门,但我在里面翻来覆去,难以入睡,那一夜根本就没睡着。第二天早上,我还生她的气。我告诉她,她不理智。然而奇怪的是,她破天荒地一句话也没说。

你会袒护其中的一方吗?如果黛伯拉只是不再缠着弗兰克讲话,或者弗兰克只是表面上不再把头藏在枕头下,你认为他们的关系会好吗?他们夫妻之间主要的问题是什么?他们是因为脾气不一样、不能互相理解,才彼此生对方的

气吗?

夫妻之间总会有差异。即使是同卵双胞胎也会有差异,像许多夫妇一样,弗兰克和黛伯拉夫妇也是因为两个人之间的差异才相爱的:弗兰克觉得黛伯拉非常好,因为她爱交际,性格开朗,正好与他的保守互补;而黛伯拉则欣赏弗兰克的沉着冷静。但凡夫妻都会有冲突:小的分歧甚至产生于双方共同参与的娱乐活动,例如,妻子想立刻把盘子洗干净,而丈夫则认为应该暂时先放起来专门抽出一天(或一周)来清洗;或者会出现大一点的分歧,诸如对金钱、性、对方的亲戚及其他生活琐事。当然,分歧不一定导致夫妻关系紧张,但是一旦有了分歧,双方都会认为这是他们之间差异的必然结果。

进一步讲,弗兰克和黛伯拉非常清楚他们目前的情况。那天晚上,他们已对所有的事情达成了一致:吵嘴的起因是什么,双方的行为表现怎样,想从对方那里获取什么。与新来的那对夫妇所作的对比,令双方都不高兴,并互相指责。他们认为黛伯拉的性格像过山车,而弗兰克的性格则较为温和,他们很清楚自己要从婚姻中获取什么,如果需要得不到满足,彼此的感受又会如何。他们甚至喜欢(或许是更喜欢)理解对方的观点。

这桩婚姻之所以出现紧张,主要是因为弗兰克和黛伯拉都对对方感到恼火。就像不幸福的夫妻一样,成功的夫妻之间也会有冲突并且会迁怒对方。但是他们却知道如何解决冲突。如果有个问题令他们恼怒,他们要么加以讨论并解决问题,要么加以容忍。³ 不幸福的夫妻则是互相生气,彼此疏远。当弗兰克和黛伯拉拌嘴时,他们就躲进自己熟悉的空间,不再倾听对方的诉说。如果在听,也听不进心里。只是“嗯,嗯,我知道你这些感受,但是我不会改变的,因为我是正确的”。

为了说明弗兰克和黛伯拉夫妇婚姻中的潜在问题,我们现在先对他们在回家路上所发生的事情作个假设。假设弗兰克已经预料到黛伯拉的恐惧和担忧,而且还真诚地表示羡慕她的社交能力和与陌生人打交道的能力。假设弗兰克预料到黛伯拉会把自己的婚姻与那对夫妇作比较,而且还会说“今晚,我知道尽管我们没有那对夫妇富有,但拥有你我非常幸运”之类的话。假设弗兰克很诚

恳地向黛伯拉承认:与那对夫妇作比,令他感到自己的表现不好,这就表明他关注了黛伯拉所关心的问题。从黛伯拉方面来说,假设黛伯拉只是短暂的遗憾,并且已经注意到丈夫心情不好,说:“亲爱的,今晚你没有打起精神来,现在感觉好点了吗?是不是你有点不喜欢那对夫妇?或者,只是因为你今天太累了?”假设黛伯拉也坦白地讲述自己的缺点,她羡慕那对夫妇的富足,而不是说她不喜欢弗兰克。假设黛伯拉注意到她所喜欢的弗兰克的那些品质。嗨,想想这些,弗兰克快变成一个“知道体贴”的爱人了。

因此,在我们看来,误解、冲突、人格差异,甚至吵嘴都不是爱情的杀手,自我辩护才是真正的爱情杀手。如果双方不是只为自己辩护并责备对方,而是首先考虑对方的感受,那么弗兰克和黛伯拉与新来的那对夫妇共进晚餐后,那天晚上可能就是另一番景象。虽然双方都能站在对方的立场上理解问题,但是他们需要为自己辩护,会否定对方的观点。这促使他们认为自己的行为方式更好,而且是唯一真正合理的。

在此,我们不对各种各样的自我辩护加以解释,当我们出现过错或者在一些相对琐碎的事情上产生分歧时(例如,谁忘记了盖调味瓶的盖子,谁忘记交水费了,或者谁能记清老电影中最讨人喜欢的片断,等等),我们都习惯于进行这类自我辩护。在那些情况下,我们可以通过自我辩护让我们不会感到自己愚蠢、无能或者健忘。然而,这种可能危及婚姻的辩护,反映了一种更为令人担忧的企图,它所保护的并不是“我们所做的事情”,而是“我们自身”,这就可能导致两种情况的出现:一种情况是“我很正确,是你错了”;另一种情况是“即便是我做错了,再糟糕,那也是我的行为方式”。弗兰克和黛伯拉关系紧张是因为他们早已开始为自我概念、自身品质辩护,而且不想改变自己;或者认为自我概念、自身品质都是与生俱来、无法改变的。他们也不互相讨论,“我没错,是你记错了”。他们说:“我是正确的人,你是错误的人,因为你是错误的人,你无法看到我的优点,甚至将我的一些优点也视为缺点。”

因此,弗兰克为自己辩护说,他原本就是一个好的、忠诚的、可靠的丈夫(只有他的本性),因此他认为如果黛伯拉不再滔滔不绝地烦他,如果黛伯拉能像自

己原谅她一样原谅自己的缺点,他会将每件事情都做得非常好。注意一下他的语言表达:“我做错了吗?”弗兰克问,“我是个不错的人。”如果弗兰克能“容忍”和能“让事情过去”,他便为不想讨论的困难或痛苦的话题辩护。但对黛伯拉来说,她认为情绪表达“恰恰能显示出人活生生的一面”(她就是这样的人),如果弗兰克不那样“消极和令人讨厌”,一切将很完美。黛伯拉注意到,弗兰克为自己辩护时忽视了自己与他交流的愿望。但弗兰克却认为这是黛伯拉的不理智造成的;然而,她是清楚这一点的。但是她不知道自己也在做着同样的事情:在为自己辩护的时候,她将弗兰克不愿和自己讲话归因为他那固执的性格。

每一桩婚姻都是一个故事,像所有的故事一样,人们对它的知觉和记忆会存在偏差,因为每个人的知觉和记忆受到个人立场的影响。弗兰克和黛伯拉正处在婚姻金字塔的顶端,他们在“我爱这个人”和“这个人做的事真让我生气”之间产生了很多失调,他们努力减少这些失调,其中每一份“努力”都会影响他们的爱情:要么使其得以巩固,要么造成破坏。他们不得不回答下列问题,如:对方为什么会有疯狂的举动?这些疯狂的举动是由不可改变的人格缺陷造成的吗?我能容忍这些吗?这是我们离婚的理由吗?我们对此能达成一致意见吗?我能从对方身上学到一些优点,并利用它们改进自己的行为方式吗?夫妻二人亟待学会从自身处事方式的角度来反思对方的行为举止。当你体会到要改变自己长期以来一贯坚持的行为方式绝非易事的时候,你便能自然而然地体谅对方的所作所为了。自我辩护此时就会阻止你向自己发问:我有错吗?我做错了吗?我能改变吗?

当弗兰克和黛伯拉的问题积累到一定程度时,彼此都会形成某种“对方是怎样破坏婚姻”的潜在看法。(之所以将这种看法称为“潜在的”,是因为人们常常意识不到自己还有这类看法。)黛伯拉的潜在看法是,弗兰克社交能力欠佳,处世消极;弗兰克的潜在看法则是,黛伯拉没有自信心,不能接受她自己和弗兰克本来的样子。麻烦的是,一旦人们形成了潜在看法,那些证实偏差就难以消除,而且也不再理会那些不适合该看法的证据。因为弗兰克和黛伯拉的治疗专家注意到:黛伯拉现在总是忽视或不太重视弗兰克积极与人交往(以前他风趣

幽默、魅力十足)的一面,而且现在他也不太乐于助人。从弗兰克的角度来讲,他也忽视了黛伯拉的心理安全感,例如,她面对困难时那种锲而不舍的精神,积极乐观的态度。“两个人都认为对方是不正确的”,精神治疗专家注意到,“因而两个人都选择性地记住他们的部分生活,每个人都关注了能够支持自己观点的那些生活片断”。⁴

我们每个人都会对自己和他人行为的理由形成潜在的看法,但是在同一事情上却会出现两种不同的版本。可以讲,那是由于当时的情境或环境所造成的:“银行出纳员冲我大吼是因为他今天在加班;没有足够的出纳员来处理这些事情。”或者是因为这个人有问题:“那个出纳员冲我大吼是因为她很粗鲁。”我们解释自己的行为原因时,自我辩护会导致自我吹捧:对自己好的行为给予表扬,为不好的行为寻找借口。例如,当我们伤害了别人时,我们很少会说“这么做是因为自己是一个残酷无情、没心没肺的人”。而我们往往会说“我是被逼无奈的;任何人都会像我这样做”;或者“我别无选择”;或者“是的,我说了一些难听的话,但那不是我——因为我当时喝醉了”。然而,当我们慷慨大方、助人为乐、勇往直前时,我们不会说,这是被逼的、喝醉了、别无选择,或者因为电话那头的那个家伙引诱我向福利院捐款。而会说,我们这么做是因为自己慷慨大方、心胸开阔。

幸福美满的夫妇原谅对方就像原谅自己一样:他们把对方的错误归因于当时的情境以给对方以谅解;而在给予对方赞誉时,则认为对方做了一件富有哲理、充满爱心的事情。如果其中一方心不在焉或心情不好时,另一方往往认为这是事情本身造成的,不是对方的错:“可怜的家伙,他现在顶着很多压力”;“她冲我大喊,我能理解;她这些天来,背一直疼痛难忍”。如果一方做了特别漂亮的事,另一方则夸奖对方人品和性格好。“我的爱人不用任何理由就给我买花了,”一位妻子也许会说,“他是最爱我的人。”

幸福的夫妻总是对另一方的嫌疑作出善意的解释,而不幸福的夫妻则恰好与之相反。⁵ 如果对方做了一件漂亮的事情,就认为是由于暂时的侥幸或情境所致:“嗯,他给我买花了,但不过是因为他办公室里所有其他人都给自己的