

Laws of Mental Mechanics

Wenxiang Hu^{1,2}

¹Space Systems Division, Strategic Support Troops, Chinese People's Liberation Army, Beijing

²Xianghu Microwave Chemistry Union Laboratory in North China, Beijing Excalibur Space Military Academy of Medical Sciences, Beijing

Email: huwx66@163.com

Received: Jul. 4th, 2017; accepted: Jul. 30th, 2017; published: Aug. 2nd, 2017

Abstract

This paper deals with the four major laws of mental mechanics, and analyzes in detail the fourth law of mental mechanics and its properties.

Keywords

Mental Mechanics, Psychology, Fourth Law

心理力学定律

胡文祥^{1,2}

¹中国人民解放军战略支援部队航天系统部, 北京

²北京神剑天军医学科学院华北祥鹤微波化学联合实验室, 北京

Email: huwx66@163.com

收稿日期: 2017年7月4日; 录用日期: 2017年7月30日; 发布日期: 2017年8月2日

摘要

本文论述了心理力学四大定律, 详细分析了心理力学第四定律及其属性。

关键词

心理力学, 心理学, 第四定律



1. 引言

心理学是介于自然科学与社会科学之间的一门学科，心理学的生理本质研究，涉及到神经递质生化药理学，这属于自然科学的范畴；而心理学的社会行为研究，这属于社会科学的范畴。因此，要透彻研究心理学，自然科学与社会科学相关领域研究者必须紧密合作、大力协同、刻苦钻研，才能得到比较深刻的认识[1]。

所谓心理力学，就是用力学分析的方法来研究心理这一复杂现象形成的交叉学科，目前处于初期的探索阶段，离成熟还有相当一段距离。

2. 心理力学三定律

(一) 心理力学第一定律

从纯理论上讲，随着生产效率的提高，人们的工作时间可以变得越来越少，会用更多的时间去享受生活。但是，事实上没人这样做。科学进步并没有缩短 8 小时工作制和延长休息日。

美国《心理科学》杂志发表的一项研究试图解释原因：人总有一种根深蒂固的本能，会去努力赚取远超自己所需的东西，哪怕这种不平衡会令人“不快乐”。如果借助笔者的心理力学理论来解释，能不能把这种根深蒂固的本能，看作是惯性力，在惯性力的作用下，人类一直想工作着，这可以称为心理力学第一定律，也称心理惯性定律。

科学家们构建了一个实验来探索物质积累对人的诱惑。在第一阶段，受试者需要在一台带耳机的电脑前坐 5 分钟，选择听一段悦耳的音乐或是一段烦人的白噪音(一种很吵耳的沙沙声)，如果你能听完特定时长的白噪音，便可获得一块巧克力。一部分受试者被告知，只需要听较短时间的白噪音就能得到巧克力，这部分人被称为“高收入者”，而另一部分“低收入者”则需要听较长时间的白噪音，才能获得一块巧克力——听白噪音象征努力工作，而巧克力则意味着“工资”。“高收入者”被设定成工作效率更高的人，“低收入者”则反之。

第二阶段，科学家告诉受试者，要当场吃掉获得的巧克力，吃不掉的将被收回。

结果，“高收入者”平均赚取了 10.74 块巧克力，虽然事实上他们只能吃掉 3.75 块。研究者这样形容这种情况：“这是一种‘盲目的积累’，明知道是浪费精力，但人们一旦开始，就停不下来。”

由于规则的缘故，“低收入者”并未赚得超出自身需要的巧克力，但他们也在努力地听白噪音，听的总时长和“高收入者”并无差别。

当然，在现实的世界里，人们赚取的是钱而不是巧克力，也没有工作时间的限制，但研究表明，即使知道明确的界限(吃不完的巧克力不能拿走)，人们依然会努力赚取自己根本用不完的物质，钱就更不用说了。

(二) 心理力学第二定律

在一定条件下，心里承受能力正比于生存能力。这条笔者归纳的心理力学定律能够圆满说明老人与儿童的相似性。这可称为心理力学第二定律。

将老人与儿童性格进行比较研究，发现有许多惊人相似之处。例如：小孩一受批评就哭，一受表扬就乐；老人更不能容忍批评，不能容忍反对意见，特别顾面子。他们的心里承受能力较小，主要是他们

的生存能力较小之故。人到老年，生存能力衰退，心里承受能力也随之降低。生存能力愈强，心里承受力也就愈大，反之亦然，互为因果。有些人受到的冲击超越了其心理承受力，则会采取异常行动。有些人能经受各种磨难、痛苦，充分显示了他(她)强大的生命力(生存能力)。但是如果一位老年人，无论居住在大城市、还是在偏僻的山村，心中始终有一种追求(无论是名、利或别的因素)，并遇到较少的心理压力，先天性或后天性疾病又较少，加上有良好的生活习惯，该老人一定会长寿。反之，如果退休后，自己感到已无所作为，又没有很好的消遣方式，失落感十分严重，就会显出一副老态龙钟的模样，难以健康长寿。笔者在《比较学导论》一文中，从老人与小孩融洽相处，进一步讨论了“相似相好”原理、“同行相斥”、“相似相斥”和“相异相合”规则，以及宇宙全息律、重演律等。

(三) 心理力学第三定律

心理力学第三定律，有点类似于牛顿力学的第三定律，即作用力与反作用力定律，心理的反作用力，不同于物理的反作用力，物理的反作用力与作用力始终是数量相等、方向相反；心理的反作用力往往大于作用力，只有极少数情况下小于作用力，要想建立心理反作用力的定量方程，尚需时日。

3. 心理力学第四定律

(一) 心理力学第四定律概念与公式

笔者早就发现了人类的一些情绪情感是可以传递的，在 2003 年解放军出版社出版的《心理战与反心理战》一书(P205-206)中他就论及了打哈欠传递效应，该效应具体说来是：坐在小轿车里，有一人打哈欠，必然有另外一个人跟着打哈欠。在 2014 年知识产权出版社出版的《千桥飞梦——胡文祥学习研究成果实录》一书(P101-103)中又归纳出心理力学四大定律，他把打哈欠等心理情绪情感传递效应及心理力的传递作用规律，称之为心理力学第四定律[2] [3] [4]。

心理力学第四定律包含了三个重要观点：一是人类之间存在情绪情感的传递作用；二是越亲密关系(用 Q 表示亲密程度)的人这种传递作用越快越强；三是易感人群(用 E 来表示易感程度)这种传递影响更快更强。

用数学公式表示为

$$F = g \cdot Q \cdot E / R^2$$

式中 F 表示传递力的强度， g 表示情绪情感传递作用的一个系数， R 表示空间距离。由于这类“情绪波”是球形向外传播的，因此符合距离平方呈反比定律。

其实在各个领域各个方面都存在易感人群，如感冒等流行病的易感人群，还有的人看电影特别容易随着剧情而哭笑，还有科学领域的易感人群如胡文祥教授从引力波的发现立即受到启发，预言了五种力场波弱力波、强力波、斥力波和超弦波及第五种力波的存在。这可以称为易感普存原理。

科学家认为，一个哈欠就可以判断伴侣之间是否存在问题。英国《每日邮报》2014 年 3 月 27 日报道，意大利的科学家发现，如果你打了个哈欠，而伴侣没有迅速跟着打哈欠，那可能说明你俩的关系没有以前亲密了。

打哈欠是一个极平常的一个现象，但却是神经科学领域内的一个丰富研究主题，许多动物都会打哈欠，但对于它们来说，这只是一种反射现象。而对于人类而言，打哈欠是会传染的。有人打哈欠之后，其他人也会跟着打哈欠。

意大利的研究人员选取了来自四个大洲的 100 多名志愿者，分别在他们上班、在餐馆吃饭、患者候诊室候诊时的情况进行了观察。其中一个志愿者打了哈欠，研究人员观察其身边半径 3 米的范围内是否有人在 3 分钟内跟着打哈欠。

分析结果显示，这种传染性没有种族和性别之分，但如果两个人关系密切，打哈欠时会很快地从第

一个人传给第二个人。尤其家人、朋友和熟人之间打哈欠最有可能互相传染，熟人之间打哈欠的传染时间比陌生人打哈欠的传染时间短很多。

(二) 广义心理力学第四定律

这里再补充一些第四定律的有关情况，不仅打哈欠，而且喜、怒、哀、乐等情绪都可以传染或传递，例如，大笑、微笑、皱眉、流泪、哭泣、伤心等人类其他情感情绪也服从心理力的传递作用规律，也遵从心理力学第四定律。再如，微笑会让在场的所有人都更加愉悦，因为人们会有意无意地跟着一起微笑。胡教授认为：不仅微笑，大笑也是这样；流泪、哭泣、伤心等现象也具有这类特征。

不仅如此，人类的注意力也可以被传染或传递，这一点也符合心理力学第四定律。

美国美日科学网站 2016 年 2 月 11 日报道：微笑和皱眉为什么会传染(传递)? 越来越多的证据表明，模仿面部表情的本能可以让人产生共鸣，甚至体会他人的感受。无法模仿他人的面部表情会限制人们解读他人的感情并作出适当反应的能力。11 日发表在英国《趋势—认知科学》上的一篇文章对这种情感镜像行为进行了分析。在这篇论文中，维斯康星大学的社会心理学家葆拉·尼登塔尔和阿德里安娜·伍德论述了在社交场合人们如何通过模仿他人面部表情而作出情感回应。例如，和一位面露愁容的朋友在一起时，你可能不自觉的“试着”做出与之相似的表情。“试着”做出朋友的表情会让你联想起自己出现这种表情的时刻，从而帮助你体会朋友的感受。人们仅需不到一秒钟就能从表情中解读感情。

(三) 心理力学第四定律传递障碍引发疾病

尼登塔尔说：“人们回忆起自己的感受后会作出某种认知判断，从而采取适当行动——接近某人或是避开某人。”无法模仿他人的表情会阻碍人们识别并“分享”他人的情感的能力。这是人们对中枢或周围运动神经元病(如因中风或贝尔麻痹引起的面瘫)患者、因整形手术而神经受损患者的常见抱怨。尼登塔尔提到，先天性麻痹的患者不一定会出现这种情况，因为他们由于从来就无法模仿他人的表情而发展出了解读感情的其他补偿性方法。自闭症患者等与模仿表情或情感识别能力损伤有关的社交障碍人群也有类似苦恼。尼登塔尔说：“自闭症患者缺乏表情模仿能力的某些症状也许部分是因为抑制眼神交流造成的。眼神交流也许在社交活动中是过度刺激的行为，但在特定的情况下，鼓励眼神交流的好处是人们会自动模仿他人的面部表情。”

我们知道，目光不与别人接触和交流是自闭症或孤独症儿童的一大显著症状，患有孤独症的儿童一般很少看别人的脸，甚至包括那些和他们关系很近的人，实际上，这些特有症状在其 1 岁时就显现出来，医生通常把它当作孤独症开始发展的征兆。一项新的研究结果显示，孤独症儿童避免眼睛接触，是因为他们感觉脸部会带来令他们不安的威胁，即使是亲人。这说明自闭症儿童丧失了正常的人类情绪情感传递能力，不遵从心理力的正常传递规律。

1970 年的数据显示，美国每 1.4 万名儿童中有一人患有孤独症；美国疾病预防和控制中心收集的数据显示，现在该比率上升到 1/68，其中男孩达到 1/42。在韩国，儿童中孤独症患者比率是 1/38。孤独症是复杂的脑部问题，有很多症状，包括与他人相处不适、对声音、触觉、味觉、嗅觉和光线异常敏感以及沉溺于某种兴趣等等。孤独症以不同的方式影响着不同的人。研究显示，虽然环境对胚胎发育有影响，孤独症主要根源还是基因，男孩比女孩更容易患上孤独症。尽管有时候成年后情况好转，但孤独症是无法治愈的。孤独症发现得越早，越早进行针对性的训练，就越容易得到控制。孤独症患儿面临学校和未来就业两大难题。一方面针对孤独症患儿的教育耗资巨大且需要大量受过专门培训的教师，但因资金有限，实际很难实现。大部分患儿就读普通学校，他们或者受到同学欺凌，或者无法正常交流，很多患儿因此辍学。相比在学校的境况，社会对孤独症患者更苛刻。他们面临社交压力、难以找到工作，相比正常人更孤独，自杀率也更高。求职培训、生存技能训练和心理治疗能帮助他们，但这些必要的帮助却很少。

孤独症患者因为更专注，也更忠诚，雇用他们的公司对他们都很满意。解决孤独症患者就业对社会也是减负。研究显示，2015年因孤独症患者失业，社会将花掉1620亿到3670亿美元，而到2025年，这一数字将超过1万亿美元。正视孤独症肯定投入巨大，但什么都不做可能花费更多。

这些都表明：人类情绪情感等传递受阻或出现其他问题，不符合心理力学第四定律，可能意味着他们患有某种神经性或心理性疾病。

(四) 心理力学第四律的社会属性

不仅人类情绪这种自然属性具有传递性，符合心理力学第四定律，而且人类的某些社会属性也具有类似的“传递性”，社会力学也存在类似的规律。因此心理力学第四定律具有广泛的应用前景。

例如，官二代多数为官，富二代多数经商。近朱者赤，近墨者黑。和什么样的人在一起就有什么样的人生，人类的相互影响现象是普遍存在的，这也符合上述心理传递定律。你和谁在一起的确很重要，甚至能改变你的成长轨迹，决定你的人生成败。和勤奋的人在一起，你不会懒惰；和积极的人在一起，你不会消沉。与智者同行，你会不同凡响；与高人为伍，你能登上巅峰。

人是唯一能接受暗示的动物，积极的暗示，激发人的内在潜能，发挥人的超常水平，使人进取，催人奋进。远离消极的人吧，他们会在不知不觉中偷走你的梦想，使你渐渐颓废，变得平庸。积极的人像太阳，照到哪里哪里亮；消极的人像月亮，初一十五不一样。态度决定一切，有什么样的态度，就有什么样的未来。原本你很优秀，由于周围那些消极的人影响了你，使你缺乏向上的压力，丧失前进的动力，而变得俗不可耐，如此平庸，大多数人带着未演奏的乐曲走进了坟墓。千万不要跟消耗你的人在一起！

如果你想像雄鹰一样翱翔天空，那你就要和群鹰一起飞翔，而不要与燕雀为伍；如果你想像野狼一样驰骋大地，那你就要和狼群一起奔跑，而不能与鹿羊同行。所谓“画眉麻雀不同噪，金鸡鸟鸦不同窝。”这也许就是潜移默化的力量和耳濡目染的传递作用。和不一样的人在一起，就会有不一样的人生。爱情如此，婚姻也如此；家庭如此，事业也如此。沙子是废物，水泥也是废物，但他们混在一起是混凝土，就是精品；大米是精品，汽油也是精品，但他们混在一起就是废物。是精品还是废物不重要，跟谁混，很重要！

有句话说得好：你是谁并不重要，重要的是你和谁在一起。跟着苍蝇会找到厕所，跟着蜜蜂会找到花朵，跟着千万赚百万，跟着乞丐会要饭！雄鹰在鸡窝里长大，就会失去飞翔的本领。如果你想聪明，那你就要和聪明的人在一起，你才会更加睿智；如果你想优秀，那你就要和优秀的人在一起，你才会出类拔萃。读好书，交高人，乃人生两大幸事。去爱一个给你正能量的人。找到给你正能量的合作伙伴，每个人的生活都一样，在细看是碎片，远看是长河的时间中寻找着幸福，寻找着能够让自己幸福的一切事物：健康、平静、物质、荣誉、成就。既然你想幸福，就去找一个能够让你感到幸福的人吧。不要找一个没有激情、没有好奇心的人过日子或做事业，他们只会和你窝在家里唉声叹气抱怨生活真没劲，只会打开电视，翻来覆去的调转频道，好像除了看电视再也想不出其它的娱乐项目。

有正能量的人，对很多事情充满好奇，无论遇到什么样的新鲜事物都想尝试一下，会带你去尝试一家新的餐厅，带你去看一场口碑不错的电影，带你去体验新推出的娱乐节目，带你去下一个陌生的城市旅行。你会发现世界很大，值得用尽一生去不断尝试。不要找一个没有安全感的人过日子，他们一直在排查可能的不幸，和焦虑未来的灾难。他们一直在想该怎么办？

拥有正能量的人，会对生活乐观，对自己信任，他们知道生活本来就悲喜交加，所以已经学会坦然面对。当烦扰来袭时，就理性解决。他们相信人定胜天，确实无法获胜时，就坦然接受。他们能够正确认识自己，有自知之明，不会自我贬损也不会自我膨胀，他们在该独立的时候独立，该求助的时候求助。

拥有正能量的人，拥有大智慧，他们分得清世界的黑白曲直，不会在人生的道路上跑偏，也不会

随波逐流，不会夸大事情的不利面。他们知道世界运作的原理，明白人人都有阴晴阳缺。他们在你需要时给你最中肯的建议，有原则却又求新求变，有主见却又听得进劝。有时候他们一个甜美的笑容，一句温馨的问候，就能使你的人生与众不同，光彩照人。不要找一个容易放弃的人过日子，他们没有信仰，也没有梦想，他们遇到挫折的第一反应和最终反应都是逃避，他们可以放弃整个世界。生活中最不幸的是：由于你身边缺乏积极进取的人，缺少远见卓识的人，使你的人生变得平平庸庸，黯然无光！

拥有正能量的人，坚定自己的信念，拥有人生的目标，知道自己的所需并为之不断努力。他们欢迎变化也制造进步。当困难来临，他们不嫌麻烦或贪图安逸，他们知道山丘后面会有道更美丽的风景。是的，去爱一个拥有正能量的人吧。他们会给你惊喜，同时也会带给你感悟。他们让你把路走直，戒断所有扭曲的价值观。如果你本身就不是一个拥有足够正能量的人，那么就请你一定要爱一个拥有正能量的人。在人生这道数学题里，负负并不能得正，另一个同样具有负面能量的人会把你的生拖垮，让具有正能量的人导正你的灵魂和行为吧，潜移默化中，你会变得更加开朗和幸福。这一定比任何财富更能长久的滋养你的心灵！

与聪明人相处能提升智商。多数人们一直认为，智力在 18 岁左右就已定型，但一位著名的心理学家说，成年后，智商依然有提高的可能，不过前提是拥有能够激发它的生活方式。据英国《星期日泰晤士报》网站 2016 年 5 月 29 日报道，根据新西兰奥塔戈大学教授詹姆斯·弗林的研究，如果人们在家中谈天说地、提出挑战、开玩笑、共同开展文化娱乐活动，那么家庭环境可以让家庭成员的智商提高几分。同样，给员工带来智力挑战的工作场所也会提高他们的智商。弗林说：“智力向来被认为是固定不变的。然而，新证据表明，人脑很像肌肉，你用得越多，它就会变得越强大。这意味着你可以一辈子都在提升自己的智商。”弗林建议，提高智商的最佳方式是和比你聪明的人结婚，找一个对智力构成挑战的工作，然后与聪明的朋友相处。报道称，弗林有一个著名的研究成果，他发现从大约 1930 年开始，发达国家人口的智力情况呈长期增长趋势，智商平均每 10 年提高 3 分。科学界的共识是，智力是由基因控制的，而营养和教育等环境因素在 18 岁之前也起到一定作用；18 岁之后，智商分值变得稳定。弗林对此提出质疑，他整理了美国 65 年间的智力测试结果，并将该结果与参与测试者的年龄联系起来。弗林说，新的智商“年龄表”说明了两个结论：首先，一个家庭的“认知质量”影响着所有家庭成员的智商，尤其是儿童。第二，虽然基因和早期生活经验对智力起着大约 80% 的决定作用，但其余的 20% 与我们成年后的生活方式密切关联。因此，每个人都有能力让自己的智商提高或降低 10 分左右。

在人类的婚姻方面，也观察到了有一定的心理传递现象。单身的人总是喜欢与单身的伙伴在一块(与夫妻在一块不方便)，而且还互相影响，使其单身的观念更合理、单身的生活方式更持久。离婚的人也可能影响其伙伴离婚倾向加大，结婚的人多了也可能影响同伴尽快加入结婚的行列。

物以类聚，人以群分。这是一种客观的自然现象，是相似相溶原理在起作用。但是心理传递作用在其中也发挥了某种作用，同一群人相互影响，使其相似度趋于更高。如果不便与相同经历、相同想法的人聚在一起，一般情况下会选择独处，而不会主动与性格不同的人相聚。

美国密歇根大学社会研究所的博士后香农·梅西亚在美国老年学会年会上发表的研究结果显示，相处数十年的夫妻在肾脏功能、胆固醇指数及握力测试结果上都有惊人的相似度。她表示：“老龄化是情侣或夫妻间会共同经历的过程。他们生活在相同环境中，一起对这样的环境进行评估，一同做出决定。”通过这样的过程，两人在生理及心理上都会越发相似。换句话说，由于夫妻拥有共同生活方式，所以在体重、用餐质量、睡眠长度至表情及皱纹都会有相似之处。例如，抽烟或喝酒的习惯可能因为另一方而养成，或在伴侣的劝阻下而戒烟、戒酒；也有夫妻一起培养上健身房或慢跑的习惯。

已故知名心理学家扎荣茨(Robert Zajonc)也曾做过类似研究。他分析了多对新婚夫妻及其结婚 25 年后的照片发现，婚姻生活越是愉快的夫妻，其长相会越来越相像。他分析称，当两个人朝夕相处时，会

相互模仿面部表情。若伴侣的其中一方笑口常开，另一人的嘴角也可能出现笑纹。梅西亚还表示，人们在寻找伴侣时，在一定程度上会倾向于选择与自己种族相同、受教育程度和年纪大致相当，或是拥有类似的经验的对象。这就增加了某种相似度，再加上饮食与生活习惯的磨合及心理暗示的传递作用，这样就有可能产生“结婚越久就越有夫妻相”这一现象。

性格决定命运，有怎样的性格，就有怎样的人生；人生要做到豁达与包容。人生有三大幸运：上学时遇到一位好老师；工作时遇到一位好师傅；成家时遇到一个好伴侣。人生是一个选择的过程，人生最重要的选择，就是选择和谁在一起：选择和谁共事，选择和谁交朋友，选择和谁结婚，选择向谁学习……，选择比努力更重要：人骑上自行车，两脚使劲踩 1 小时只能跑 10 公里左右；人开上汽车，一脚轻踏油门 1 小时能够跑 100 公里左右；人坐上动车，闭上眼睛 1 小时也能跑 300 公里；人登上飞机，吃着美味 1 小时居然跑 1000 公里！人还是那个人，平台不一样，载体不一样，结果就不一样了！

时光在流逝，生命在进化，人类的历史远未结束，人类的故事不过刚刚开始！人类社会在各种力之合力推动下，也一定向着更加美好的方向发展。

参考文献 (References)

- [1] 胡文祥, 孔伟, 编著. 心理战与反心理战[M]. 北京: 解放军出版社, 2002.
- [2] 科技文摘报. 中国科技新闻网: 千桥飞梦梦成功, 万流景仰仰高行——记北京市特聘教授胡文祥博士[N]. 2016 年 1 月 22 日.
- [3] 《千桥飞梦》编写组. 千桥飞梦——胡文祥学习研究成果实录[M]. 北京: 知识产权出版社, 2014.
- [4] 《千桥飞梦》编写组. 千桥飞梦——胡文祥哲学社会科学相关思考录[M]. 第二卷. 武汉: 武汉出版社, 2015.

知网检索的两种方式:

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD>
下拉列表框选择: [ISSN], 输入期刊 ISSN: 2574-4143, 即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/>
左侧“国际文献总库”进入, 输入文章标题, 即可查询

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: isl@hanspub.org