

هیجان‌ات فاش شده

بازشناسی چهره‌ها و احساسات
جهت بهبود روابط و حیات هیجانی

فهرست مطالب

پیش‌گفتار مؤلف برای ویراست دوم.....	۷
مقدمه	۷
۱: هیجان‌ات در گستره فرهنگ	۱۵
۲: چه زمانی هیجانی می‌شویم؟.....	۳۱
۳: تغییر چیزهایی که ما را هیجانی می‌کنند.....	۵۱
۴: رفتار هیجانی	۶۵
۵: غم و رنج	۹۳
۶: خشم	۱۲۱
۷: تعجب و ترس	۱۵۷
۸: انزجار و تحقیر	۱۸۱
۹: هیجان‌ات خوشایند	۱۹۹
۱۰: دروغ و هیجان	۲۲۳
نتیجه‌گیری: زندگی کردن با هیجان‌ات	۲۴۱
مؤخره	۲۴۷
ضمیمه: خوانش چهره‌ها-آزمون	۲۵۱
یادداشت‌ها	۲۷۳

- ۲۸۹ واژه‌نامه انگلیسی به فارسی
- ۲۹۱ واژه‌نامه فارسی به انگلیسی
- ۲۹۳ درباره نویسنده
- ۲۹۵ آماده‌اید درک هیجانی خود را ارتقا دهید؟

پیش‌گفتار مؤلف برای ویراست دوم

از اینکه ویراست دوم کتاب *هیجان‌ات فاش‌شده* این امکان را برای من فراهم کرده است که ایده‌ها، بینش‌ها و یافته‌های پژوهشی جدید را با خوانندگان در میان گذارم تا یاری‌بخش آنان در بهبود حیات هیجانی‌شان باشد بی‌نهایت خرسندم. چهار سال از ویراست نخست کتاب می‌گذرد و من بخش نتیجه‌گیری و مؤخره را به‌روز کرده‌ام و نیز فصل جدیدی در خصوص دروغ و هیجان، فصل ۱۰، به کتاب افزوده‌ام که جدیدترین تفکرات من را در زمینه نقش هیجان‌ات در دروغ‌گویی، با تأکیدی ویژه بر نقش علائم هیجانی در ارزیابی راستگویی افراد، شامل می‌شود. این فصل تجربیات من را طی چند سال گذشته منعکس می‌کند؛ سال‌هایی که عمده وقتم را صرف چگونگی کاربرد یافته‌هایم در امنیت ملی کرده‌ام.

هدف من از نگارش کتاب *هیجان‌ات فاش‌شده* این بود که به بهبود چهار مهارت اساسی افراد یاری رساند، و از این روی پیشنهادات و تمرین‌هایی را در کتاب آورده‌ام که امیدوارم برای خوانندگان مفید و شوق‌انگیز باشد. این چهار مهارت عبارت‌اند از:

نخست، افزایش آگاهی‌های هیجان‌انگیز نسبت به زمان‌هایی که احساساتی می‌شوید، حتا پیش از آنکه دست به عمل یا سخن گفتن بزنید. کسب این مهارت از سایر مهارت‌ها دشوارتر است؛ در فصل ۲ دلیل دشواری دستیابی به این مهارت را توضیح داده و در فصل ۳ و نیز در بخش‌هایی از فصول ۵ تا ۸ که به هیجان‌ات خاص می‌پردازند، تمرین‌هایی برای افزایش آگاهی از هیجان‌ات آورده‌ام. پرورش این مهارت می‌تواند این حق انتخاب را پیش پای شما قرار دهد که چه زمانی می‌خواهید احساساتی شوید. دوم، انتخاب نوع رفتارمان در زمان‌هایی که احساساتی می‌شویم به گونه‌ای که بدون آسیب زدن به دیگران به هدفمان دست پیدا کنیم. هدف هر دوره هیجانی این است که به ما کمک کند به سرعت به هدفمان دست یابیم، چه آن هدف ترغیب دیگران باشد برای تسکین ما، چه فراری دادن یک شکارچی و چه هریک از هزاران هدف دیگری که می‌توانیم داشته باشیم. بهترین دوره‌های هیجانی دوره‌هایی هستند که به دیگرانی که با ما در ارتباط هستند نه آسیبی وارد می‌کنند و نه مشکلی برای آنها به وجود می‌آورند. کسب این مهارت ساده نیست، اما با تمرین می‌تواند به بخشی از زندگی ما تبدیل شود. (اطلاعات و تمرین‌های مربوط به این مبحث در فصول ۴ تا ۸ به بحث گذاشته شده‌اند).

سوم، افزایش حساسیت نسبت به احساسات دیگران. از آنجا که احساسات، محور هر ارتباط مهمی هستند که داریم، باید نسبت به احساسات دیگران حساس باشیم. اگر مایل هستید فراتر از آنچه در این

کتاب می‌خوانید و می‌آموزید اطلاعات کسب کنید، دو سی‌دی جدیدی که می‌توانند پرورش این مهارت را در شما تسریع کنند هم اینک در وب‌سایت من قابل دسترسی هستند:

www.emotionsrevealed.com

چهارم، استفاده درست از اطلاعاتی که راجع به احساسات دیگران کسب می‌کنیم. گاهی این استفاده درست به معنای سؤال کردن از فرد راجع به احساسی است که در وی تشخیص داده‌ایم، گاهی به معنای تصدیق احساسات وی، و گاهی به معنای تنظیم مجدد واکنش‌های خودمان در سایه احساسی است که در وی تشخیص داده‌ایم. پاسخ ما به این بستگی دارد که طرف مقابل کیست و تاریخچه ارتباط ما با هم چگونه بوده است. تنوع پاسخ‌های ما در بین اعضای خانواده، محیط کار، و روابط دوستی در بخش آخر فصول ۵ تا ۸ مورد بحث قرار خواهد گرفت.

مقدمه

هیجان‌ات کیفیت زندگی ما را تعیین می‌کنند. هیجان در هر ارتباطی که برای ما اهمیت دارد رخ می‌دهد - در محیط کار، روابط دوستی، اعضای خانواده و صمیمی‌ترین ارتباطات مان. هیجان‌ات می‌توانند زندگی ما را نجات دهند؛ و درعین حال می‌توانند آسیب‌هایی جدی نیز با خود به همراه داشته باشند. همچنین می‌توانند ما را به شیوه‌هایی از رفتار سوق دهند که به نظر واقع‌گرایانه و مناسب می‌رسند، و از سوی دیگر می‌توانند ما را به سوی رفتارهایی هدایت کنند که متعاقباً به شدت از آنها پشیمان می‌شویم.

اگر رئیس‌تان از گزارشی که گمان می‌کردید مورد تعریف و تمجید قرار خواهد گرفت، انتقاد کند، به جای اینکه از کارتان دفاع کنید با ترس و سلطه‌پذیری واکنش نشان می‌دهید؟ آیا چنین واکنشی شما را از آسیب بیشتر محافظت خواهد کرد، یا شاید منظور وی را درست متوجه نشده باشید؟ می‌توانید احساس‌تان را پنهان کرده و "حرفه‌ای رفتار کنید"؟ چرا رئیس‌تان به محض اینکه شروع به صحبت کرد لبخند زد؟ آیا از فکر اینکه شما را بیرون کند لذت می‌برده و یا از روی شرمساری لبخند می‌زده است؟ آیا لبخند وی به این معنا بوده که شما را خاطر جمع کند؟ آیا معنای همهٔ لبخندها یکی است؟

اگر بخواهید همسر‌تان را با کشف خرید بزرگی که انجام داده بدون آنکه آن را با شما در میان گذارد، مواجه کنید آیا می‌توانید تشخیص دهید آنچه در چهرهٔ وی مشاهده کردید ترس یا انزجار بوده و یا اینکه صرفاً درحالی‌که به قول خودش منتظر "رفتار بیش از حد هیجانی شما" می‌بود داشت شکلک درمی‌آورد؟ آیا شما هم به همان گونه‌ای هیجان‌ات را احساس می‌کنید که او یا دیگران احساس می‌کنند؟ آیا همان موضوعاتی که دیگران را خشمگین یا غمگین می‌کنند شما را هم خشمگین یا غمگین می‌کنند، و یا می‌توانید تغییری در این موضوعات به وجود آورید؟

آیا وقتی می‌شنوید که دختر شانزده‌ساله‌تان دوساعت دیرتر از زمانی که باید به خانه بازمی‌گشت به خانه برگشته عصبانی می‌شوید؟ چه چیزی خشم شما را راه‌اندازی می‌کند: ترسی که هر بار ساعت را چک کردید و دیدید او هنوز تلفن نکرده که بگوید امشب دیر به خانه برمی‌گردد به شما غلبه کرد، و یا خوابی که در حین انتظار کشیدن برای بازگشت او بر شما حرام شد؟ صبح روز بعد هنگامی که دربارهٔ تأخیر دیشب با او صحبت کردید آیا به حدی خشم خود را کنترل کردید که او فکر کرد خیلی هم به ساعت رفت‌وآمد وی به خانه اهمیت نمی‌دهید، و یا او متوجه خشم فروخوردهٔ شما شده و در موضع دفاعی قرار گرفت؟ آیا از حالت چهره‌اش می‌توانید این را تشخیص دهید که شرمنده، دچار

احساس گناه و یا اندکی مبارزه طلب شده است؟

این کتاب را برای پاسخ‌گویی به چنین پرسش‌هایی نوشته‌ام. هدفم این است که به خوانندگان کمک کنم درک بهتری از حیات هیجانی خود پیدا کرده و آن را بهبود بخشند. هنوز هم این نکته من را متعجب می‌کند که چطور تا همین اواخر، علیرغم اهمیت هیجانات در زندگی ما، هم دانشمندان و هم افراد معمولی تا این حد دانش اندکی درباره آن دارند. اما این طبیعت هیجانات است که نمی‌توانیم به‌طور کامل تأثیر آنها را بر خود شناخته و علائم آنها را در خود و دیگران شناسایی کنیم، موضوعاتی که در این کتاب به توضیح آنها خواهم پرداخت.

هیجانات اغلب به‌حدی سریع آغاز می‌شوند که هشیاری ما نه مشارکتی در آن دارد و نه حتا متوجه این می‌شود که در هر لحظه چه چیزی در ذهن‌مان محرک آنها بوده است. این سرعت در فوریت‌ها می‌تواند زندگی ما را نجات دهد، اما درعین‌حال زمانی که واکنش بیش از حدی نشان می‌دهیم می‌تواند زندگی ما را تخریب کند. با اینکه کنترل چندانی روی موضوعاتی که ما را هیجانی می‌کنند نداریم، اما می‌توانیم تغییراتی در آنچه هیجانات ما را راه‌اندازی می‌کند و نیز رفتار خودمان در مقابل هیجانات ایجاد کنیم - هرچند ایجاد این تغییرات ساده نیست.

بیش از چهل سال است که به مطالعه هیجانات پرداخته‌ام، در ابتدا با تمرکز بر تجلیات هیجانی و اخیراً با تمرکز بر فیزیولوژی هیجانات. در این مطالعات به بررسی بیماران روانپزشکی، افراد بهنجار، بزرگسالان و کودکان - در این کشور و بسیاری کشورهای دیگر - درحالی‌که واکنش بیش‌ازحد و کمتر از حد و یا واکنش نامتناسب نشان می‌دادند و نیز هنگامی که دروغ می‌گفتند و یا حقیقت را بیان می‌کردند پرداخته‌ام. فصل ۱ "هیجانات در گستره فرهنگ" به توصیف این پژوهش می‌پردازد؛ پژوهشی که سکوی گفت‌وگوی من در سرتاسر این کتاب است.

در فصل ۲ این پرسش را مطرح می‌کنم که چرا هیجانی می‌شویم؟ اگر می‌خواهیم موضوعاتی را که ما را هیجانی می‌کنند تغییر دهیم باید بتوانیم به این پرسش پاسخ دهیم. چه چیزی هریک از هیجانات ما را راه‌اندازی می‌کند؟ آیا می‌توانیم یک محرک خاص را از بین ببریم؟ اگر همسرمان بگوید برای رسیدن به مقصد مسیر طولانی‌ای را انتخاب کرده‌ایم، از اینکه مورد نظارت قرار گرفته‌ایم و از مهارت رانندگی‌مان انتقاد شده است رنجش و حتا خشمی در درون‌مان خواهد جوشید. چرا نمی‌توانیم بدون اینکه هیجانی شویم صرفاً دریافت‌کننده اطلاعات باشیم؟ چرا این هیجانات در ما رخ می‌دهند؟ آیا می‌توانیم به گونه‌ای تغییر کنیم که چنین موضوعات کوچکی ما را هیجانی نکنند؟ این موضوعات را در فصل ۲ "چه زمانی هیجانی می‌شویم"؟ مورد بحث قرار خواهیم داد.

در فصل ۳ به این موضوع می‌پردازیم که چگونه و چه زمانی می‌توانیم آنچه را که ما را هیجانی می‌کند تغییر دهیم. گام نخست این است که راه‌اندازهای هیجانی داغی را که ما را به واکنش‌هایی سوق

می دهند که متعاقباً بابت‌شان متأسف می شویم شناسایی کنیم. همچنین باید بتوانیم این را تشخیص دهیم که یک راه‌انداز خاص در مقابل تغییر مقاومت می کند و یا به سادگی تضعیف می شود. همیشه نمی توانیم موفق شویم، اما با درک چگونگی تشکیل راه‌اندازهای هیجانی شانس بیشتری برای تغییر آنها در اختیار خواهیم داشت.

در فصل ۴ به توضیح این موضوع می پردازیم که چگونه پاسخ‌های هیجانی ما - تجارب، اعمال و افکار - سازمان‌دهی می شوند. آیا می توانیم آزرده‌گیمان را به نحوی مدیریت کنیم که در صدا یا چهره‌مان آشکار نشود؟ چرا گاهی به نظر می رسد هیجان‌ات ما همچون یک قطار از ریل خارج شده، خارج از کنترل ما هستند؟ تا زمانی که از مواقع هیجانی شدن خود آگاه نشویم نمی توانیم آنها را کنترل کنیم؛ اغلب تا زمانی که کسی به رفتار ما اعتراض نکند و یا خودمان بعدها بر روی رفتار خود تأمل نکنیم، از آن آگاه نمی شویم. فصل ۴ به این موضوع می پردازد که چگونه زمانی که هیجانی شده ایم می توانیم از هیجان‌ات خود آگاه‌تر شویم تا امکان رفتارهای هیجانی سازنده‌تری را داشته باشیم.

برای کاهش دوره‌های هیجانی مخرب و افزایش دوره‌های هیجانی سازنده، باید داستان هر هیجان را بدانیم: اینکه هر هیجان راجع به چیست. با شناخت راه‌اندازهای هر یک از هیجان‌ات، راه‌اندازهایی که می توانیم با دیگران در میان گذاریم و آنهایی که صرفاً متعلق به خودمان هستند، ممکن است بتوانیم تأثیر آنها را تقلیل دهیم و یا دست‌کم بفهمیم که چرا برخی راه‌اندازهای هیجانی به حدی نیرومنداند که در مقابل هر تلاشی برای کاهش کنترل آنها بر زندگی‌مان، مقاومت می کنند. همچنین، هر هیجانی الگوی منحصر به فردی از حس‌های بدنی را به وجود می آورد. از طریق آشنایی بهتر با این حس‌ها می توانیم به زودی از پاسخ هیجانی خود آگاه شده و این شانس را به دست آوریم که بین مداخله کردن در هیجان و یا مدارا کردن با آن یکی را انتخاب کنیم.

هر هیجان علائم منحصر به فردی دارد که قابل شناسایی‌ترین آنها در چهره و صدا است. علائم هیجانی صوتی هنوز نیاز به پژوهش‌های بیشتری دارند، اما عکس‌هایی که در فصل‌های مربوط به هر هیجان آورده شده‌اند ظریف‌ترین تجلیات چهره‌ای را به نمایش می گذارند که به سادگی می توانند مورد غفلت واقع شوند و به ما علامت می دهند که یکی از هیجان‌ات در حال شروع شدن است و یا چه زمانی بازداری می شود. توانایی تشخیص زودهنگام هیجان‌ات، می تواند به ما کمک کند در موقعیت‌های متنوع با آدم‌ها کنار بیاییم و پاسخ‌های هیجانی خود را به احساسات آنها مدیریت کنیم.

فصول جداگانه‌ای به توصیف غم و اندوه (فصل ۵)، خشم (فصل ۶)، تعجب و ترس (فصل ۷)، انزجار و تحقیر (فصل ۸)، و انواع خوشی (فصل ۹) می پردازند و در هر فصل بخش‌هایی به موضوعات زیر اختصاص دارند:

- رایج‌ترین راه‌اندازهای هیجان

- کارکرد هیجان، چگونه این هیجان به ما خدمت می‌کند و چگونه می‌تواند ما را به دردمس بیندازد
 - این هیجان چه نقشی در اختلالات روانی دارد
 - تمرین‌هایی برای بهبود آگاهی خواننده از حس‌های بدنی درگیر در هر هیجان، که این امکان را برای خواننده به وجود می‌آورند که چگونگی رفتار خود را در مواقع هیجانی انتخاب کند
 - عکس‌هایی از ظریف‌ترین علائم هیجانی در دیگران، تا خواننده بتواند از احساسات دیگران آگاه‌تر شود
 - توضیحی در خصوص چگونگی استفاده از این اطلاعات درباره احساسات دیگران در روابط کاری، خانوادگی و دوستی
- در بخش ضمیمه آزمون‌ی وجود دارد که می‌توانید پیش از خواندن کتاب آن را انجام دهید تا متوجه شوید به چه خوبی می‌توانید تجلیات ظریف چهره‌ای را تشخیص دهید. می‌توانید این آزمون را مجدداً پس از خواندن کتاب نیز انجام دهید تا ببینید آیا پیشرفت کرده‌اید یا خیر.
- ممکن است تعجب کنید که چرا یکی از هیجاناتی که می‌شناسید در کتاب نیست. تصمیم من بر این بود که تنها هیجاناتی را که می‌دانیم جهان‌شمول‌اند و تمامی انسان‌ها تجربه‌شان می‌کنند توصیف کنیم. خجالت، گناه، شرم و غبطه احتمالاً جهان‌شمول‌اند، اما من بر هیجاناتی تمرکز کرده‌ام که تجلیات جهان‌شمول مشخصی دارند. عشق را در فصل هیجان‌ات خوشایند، و خشونت، نفرت، و حسادت را در فصل خشم مورد بحث قرار خواهیم داد.
- علم هنوز در حال کاوش در شیوه‌های تجربه هیجان‌ات است - چرا برخی از ما تجربیات هیجانی شدیدتری داریم و یا گرایش داریم سریع‌تر هیجانی شویم - و کتاب را با این مطلب به پایان می‌بریم که در حال یادگیری چه هستیم، چه چیزهایی ممکن است بیاموزیم و چگونه می‌توانیم این اطلاعات را در زندگی خود به کار گیریم.
- بیش برآورد کردن اهمیت هیجان‌ات در زندگی کار دشواری است. مشاور من، مرحوم سیلوان تامکینز، می‌گفت هیجان چیزی است که به زندگی ما انگیزه می‌دهد. ما زندگی خود را به نحوی سازمان می‌دهیم که تجربه هیجان‌ات مثبت را به حداکثر رسانده و هیجان‌ات منفی را به حداقل برسانیم. هرچند همیشه در این کار موفق نمی‌شویم اما این کاری است که انجام می‌دهیم. به اعتقاد وی هیجان برای تمامی انتخاب‌های مهمی که می‌کنیم انگیزه ایجاد می‌کند. وی در سال ۱۹۶۲، زمانی که هیجان‌ات به کلی در علوم رفتاری مورد غفلت واقع شده بودند، در نوشته‌هایش به اهمیت هیجان‌ات شاخ‌وبرگ می‌دهد و به این نکته اشاره می‌کند که برای رفتارهای ما قطعاً انگیزه‌های دیگری نیز وجود دارند، اما هیجان‌ات در زندگی ما مهم‌اند، بسیار مهم.
- هیجان‌ات می‌توانند بر بسیاری از عواملی که روانشناسان ساده‌لوحانه به‌عنوان نیرومندترین

انگیزه‌های بنیادینی که زندگی ما را هدایت می‌کنند معرفی کرده‌اند، پیشی گیرند: گرسنگی، میل جنسی، بقا. انسان‌ها اگر بدانند تنها غذایی که در دسترس‌شان است چقدرش آور است، غذا نمی‌خورند؛ حتا ممکن است بمیرند، با اینکه دیگران ممکن است همان غذا را قابل خوردن بدانند. هیجان بر سابق گرسنگی پیروز می‌شود! سابق میل جنسی نیز آشکارا در مقابل تداخل هیجانات آسیب‌پذیر است. با تداخل ترس یا انزجار، فرد هرگز تلاشی برای برقرای تماس جنسی نخواهد کرد و یا نخواهد توانست عمل جنسی را به پایان برساند. هیجان بر سابق میل جنسی پیروز می‌شود! و ناامیدی می‌تواند حتا میل به زندگی را نیز در خود غرق کند و به خودکشی بینجامد. هیجان بر میل به بقا پیروز می‌شود!

به بیان ساده‌تر، آدم‌ها می‌خواهند شاد باشند و اغلب ما دوست نداریم ترس، خشم، انزجار، غم و اندوه را به‌جز در محدوده‌ی امن یک تئاتر و یا جلد یک کتاب داستانی تجربه کنیم. باوجوداین، همان‌طور که در ادامه توضیح خواهم داد، نمی‌توانیم بدون این هیجانات زندگی کنیم؛ موضوع این است که چطور می‌توانیم با آنها بهتر به زندگی خود ادامه دهیم.

هیجان‌ات در گستره فرهنگ

تمام آنچه را که طی چهل سال گذشته درباره هیجان آموخته‌ام و معتقدم در بهبود حیات هیجانی افراد می‌تواند بسیار مفید واقع شود در این کتاب آورده‌ام. بخش اعظم، و نه تمامی، مطالبی که در این کتاب نگاشته‌ام به پشتوانه آزمایش‌های علمی خود من و سایر دانشمندان حوزه هیجان به رشته تحریر درآمده است. تخصص پژوهشی خود من در خوانش و سنجش تجلیات چهره‌ای هیجان‌ات بوده است. با تکیه بر این مهارت می‌توانستم ظرایفی را که تقریباً هرکس دیگری مورد غفلت قرار می‌داد در چهره افراد غریبه، دوستان و اعضای خانواده تشخیص دهم، و آنچه خود من از این طریق آموخته‌ام بسیار بیش از آن چیزی است که تا کنون زمان برای اثبات آن با آزمایش‌های علمی در اختیار داشته‌ام. بخش‌هایی را که بر اساس مشاهدات خود نوشته‌ام با عباراتی نظیر "مشاهده من این بوده است..."، "معتقدم..."، "اینطور به نظر می‌رسد که..." مطرح کرده‌ام و بخش‌هایی را که بر اساس آزمایش‌های علمی نقل کرده‌ام، در بخش یادداشت‌های انتهای کتاب به ذکر دقیق پژوهشی خواهم پرداخت که از گفته‌های من حمایت می‌کند.

بیشتر مطالبی که در این کتاب به رشته تحریر درآورده‌ام بر اساس مطالعات بین‌فرهنگی من در خصوص تجلیات چهره‌ای است. این شواهد برای همیشه نگاه من را به روان‌شناسی و هیجان تغییر دادند. این یافته‌ها که از مناطق متنوعی همچون پاپوآ گینه‌نو، ایالات متحده آمریکا، ژاپن، برزیل، آرژانتین، اندونزی و اتحاد جماهیر شوروی سابق به دست آمده‌اند، به من این امکان را دادند که نظراتم را درباره ماهیت هیجان‌ات توسعه دهم.

در ابتدای تحقیقاتم در اواخر دهه ۱۹۵۰ حتی به تجلیات چهره‌ای علاقه‌ای هم نداشتم، بیشتر به حرکت دست‌ها علاقه‌مند بودم. روشی که من حرکات دست‌ها را به آن طریق طبقه‌بندی کرده بودم می‌توانست بیماران افسرده نوروپیک را از بیماران افسرده سایکوتیک متمایز کند و نشان می‌داد بیماران در نتیجه درمان تا چه حد بهبود یافته‌اند. در اوایل دهه ۱۹۶۰ حتی ابزار مناسبی نیز برای سنجش دقیق

و مستقیم حرکات چهره‌ای پیچیده و اغلب سریع‌التغییر بیماران افسرده وجود نداشت. نمی‌دانستم باید کارم را از کجا شروع کنم و به همین دلیل هم شروع نکردم. بیست‌وپنج سال بعد هنگامی که ابزاری را برای اندازه‌گیری حرکات چهره ابداع کردم به فیلم‌های همان بیماران بازگشته و یافته‌های بسیار مهمی را که در فصل ۵ توضیح خواهم داد، به دست آوردم.

اگر دو حسن تصادفی که به آنها اشاره خواهم کرد در سال ۱۹۶۵ برای من پیش نمی‌آمدند، فکر نمی‌کنم تمرکز تحقیقاتم را به تجلیات چهره‌ای هیجان تغییر می‌دادم. از خوش‌اقبالی من بود که دایرهٔ پروژه‌های تحقیقاتی پیشرفته (ARPA)^۱ دپارتمان دفاع^۲ بوسی را برای انجام مطالعات بین‌فرهنگی در خصوص رفتار غیرکلامی به من داد. به لطف یک رسوایی بزرگ-پروژه‌ای تحقیقاتی که برای پنهان کردن عملیات ضدشورش انجام شده بود- که باعث شد یکی از پروژه‌های اصلی ARPA لغو شود و بودجهٔ اختصاص‌یافته برای آن می‌باید در طی همان سال مالی صرف انجام یک پروژهٔ برون‌مرزی بر روی موضوعی کمتر بحث‌برانگیز شود، این بورس به من اعطا شد. به صورت اتفاقی به دفتر کار مردی که قرار بود این بودجه را خرج کند رفتم. او که با زنی تایلندی ازدواج کرده بود، از تفاوت‌هایی که در ارتباطات غیرکلامی آنها وجود داشت متعجب شده بود و از من خواست این موضوع را کشف کنم که چه چیزهایی جهان‌شمول بوده و کدام یک وابسته به فرهنگ‌اند. من که در ابتدا برای انجام چنین کاری بی‌میل بودم، دیگر چاره‌ای برای گریز از این چالش نداشتم.

این پروژه را در حالی شروع کردم که باور داشتم تجلیات و ژست‌های هیجانی به صورت اجتماعی آموخته می‌شوند و بسته به فرهنگ متفاوت‌اند؛ افرادی هم که در ابتدا از آنها مشورت می‌گرفتم- مارگارت مید، گریگوری بیتسون، ادوارد هال، ری بردویستل، و چارلز آزگود- همین‌طور فکر می‌کردند. به خاطر می‌آوردم که چارلز داروین ادعای متضادی را مطرح کرده بود، اما به حدی اطمینان داشتم که او اشتباه کرده است که زحمت خواندن کتابش را به خودم ندادم.

دومین خوش‌اقبالی من ملاقات با سیلوان تامکینز بود. او دو کتاب دربارهٔ هیجان نوشته بود که در آنها ادعا کرده بود تجلیات چهره‌ای در گونهٔ ما ذاتی و جهان‌شمول‌اند، اما شواهدی برای حمایت از ادعاهای خویش در دست نداشت. فکر نمی‌کنم اگر هر دوی ما هم‌زمان مقالاتی در خصوص رفتار غیرکلامی به یک مجله ارسال نمی‌کردیم- مطالعهٔ سیلوان بر روی چهره بود و مطالعهٔ من بر روی حرکات بدنی^۲- نه کتاب‌های او را می‌خواندم و نه او را ملاقات می‌کردم.

در عین حالی که تحت تأثیر عمق و وسعت تفکر سیلوان قرار گرفته بودم، فکر می‌کردم باور او نیز همچون داروین در خصوص اینکه تجلیات ما ذاتی و بنابراین جهان‌شمول‌اند، اشتباه است. خوشحال

1. Advanced Research Projects Agency
2. Department of Defense

بودم که این بحث دو سر داشت، که این فقط داروین نبود که صدها سال پیش در این باره نوشته بود و با مید، بیتسون، بردویستل و هال مخالف بود. این موضوع از رده خارج نشده بود، بحثی واقعی میان دانشمندان مشهور و سیاستمداران قدیمی در جریان بود؛ و من که در سی‌سالگی این شانس و سرمایه را پیدا کرده بودم که یک بار برای همیشه به این داستان خاتمه دهم: آیا تجلیات جهان‌شمول‌اند و یا نظیر زبان، وابسته به هر فرهنگ خاص هستند؟ مقاومت‌ناپذیر بود! و واقعاً اهمیتی نمی‌دادم که حرف چه کسی درست از آب دربیاید، هرچند فکر نمی‌کردم آن فرد سیلوان باشد*.

در نخستین مطالعه‌ام عکس‌هایی را به افرادی از پنج فرهنگ مختلف نشان دادم - شیلی، آرژانتین، برزیل، ژاپن و ایالات متحده - و از آنها پرسیدم که در هر عکس چه هیجانی نشان داده شده است. اکثریت افراد در تمامی فرهنگ‌ها با هم اتفاق نظر داشتند، که نشان می‌داد تجلیات چهره‌ای واقعاً جهان‌شمول‌اند^۳. کارول ایزارد، روانشناس دیگری که تحت نظر سیلوان در فرهنگ‌های دیگری مشغول به کار بود، تقریباً همین آزمایش را انجام داده و به همین نتایج دست یافت^۴. تامکینز به هیچ‌کدام از ما چیزی درباره‌ی دیگری نگفته بود، نکته‌ای که در ابتدا هنگامی که متوجه شدیم تنها فردی نبودیم که روی این موضوع کار می‌کردیم، موجب رنجش ما شد، اما اینکه دو محقق مستقل به نتایج یکسانی دست پیدا کردند برای علم بسیار بهتر بود. به نظر می‌رسید که داروین درست می‌گفت.

اما مشکلی وجود داشت: چطور ما به این یافته رسیدیم که افراد فرهنگ‌های بسیار متفاوت درباره‌ی هیجانی که در یک تجلی چهره‌ای نشان داده شده بود اتفاق نظر داشتند، درحالی‌که بسیاری از افراد زیرک دقیقاً خلاف این فکر می‌کردند؟ این تنها مسافران نبودند که ادعا می‌کردند تجلیات ژاپنی‌ها یا چینی‌ها یا سایر گروه‌های فرهنگی معانی بسیار متفاوتی داشتند. بردویستل، انسان‌شناس سرشناسی که در مطالعه‌ی تجلیات و ژست‌ها تخصص داشت (و دست‌پرورده‌ی مارگارت مید بود)، نوشته بود هنگامی که دریافت در بسیاری از فرهنگ‌ها مردم هنگامی که ناشاد هستند لبخند می‌زنند، نظرات داروین را کنار گذاشت^۵. ادعای بردویستل با این دیدگاه غالب در انسان‌شناسی فرهنگی و روان‌شناسی که هر موضوع مهمی از نظر اجتماعی، نظیر تجلیات هیجانی، باید محصول یادگیری، و از این رو در هر فرهنگ متفاوت باشد، هماهنگ است.

من با طرح مفهوم قواعد ابراز میان یافته‌های خودمان در خصوص جهان‌شمول بودن تجلیات، و

* درست به یافته‌ای خلاف آنچه می‌پنداشتم دست یافتیم. ایده‌آل است! یافته‌های علوم رفتاری هنگامی که خلاف انتظارات محقق از آب درمی‌آیند بسیار معتبرتراند. در اغلب حوزه‌های علم، درست عکس این نکته صادق است؛ یافته‌ها زمانی که از قبل پیش‌بینی‌پذیر بوده باشند قابل‌اعتمادتر به حساب می‌آیند. این به این دلیل است که احتمال سوگیری و یا خطا از طریق سنت تکرار آزمایش‌های یکدیگر توسط دانشمندان و بررسی اینکه آیا به نتایج یکسانی دست پیدا می‌کنند، کنترل می‌شود. متأسفانه این سنت در علوم رفتاری وجود ندارد. به‌ندرت پیش می‌آید که خود محقق و یا دیگران به تکرار آزمایش بپردازند. بدون چنین سپهر محافظی، دانشمندان رفتاری بیشتر مستعد چنین آسیبی هستند که نادانسته به همان نتایجی دست یابند که می‌خواستند دست یابند.

مشاهدات بردویستل در خصوص اینکه چگونه این تجلیات از یک فرهنگ به فرهنگ دیگر متفاوت اند، مصالحه برقرار کردم. این قواعد به صورت اجتماعی آموخته شده و بسته به فرهنگ متفاوت اند؛ قواعدی در خصوص مدیریت چهره، درباره اینکه چه کسی می‌تواند کدام هیجان را به چه کسی نشان دهد و چه زمانی می‌تواند این کار را بکند. به همین دلیل است که در اغلب مسابقات ورزشی عمومی، بازنده غم و ناامیدی‌ای را که حس می‌کند نشان نمی‌دهد. قواعد ابراز در تذکرات والدین مستتر هستند - "آن لبخند مسخره را از صورتت پاک کن". این قواعد به ما دیکته می‌کنند که تجلی هیجانی را که احساس می‌کنیم تقلیل دهیم، تشدید کنیم، به طور کامل پنهان کرده و یا نقابی بر آن بزنیم.^۶

این قاعده را از طریق مجموعه مطالعاتی آزمون کردم که نشان می‌داد هنگامی که ژاپنی‌ها و امریکایی‌ها در تنهایی فیلم جراحی و تصادف را می‌دیدند تجلیات چهره‌ای یکسانی را نشان می‌دادند، اما هنگامی که در زمان تماشای فیلم محقق هم کنار آنها می‌نشست، ژاپنی‌ها بیش از امریکایی‌ها تجلیات چهره‌ای منفی خود را با نقابی از لبخند می‌پوشاندند. در محفل خصوصی، تجلیات ذاتی و در محفل عمومی، تجلیات مدیریت شده.^۷ از آنجا که انسان‌شناسان و اغلب مسافران شاهد رفتارهای عمومی هستند، من تبیین و شواهد خودم را در خصوص عملکرد این رفتارها ارائه کردم. در مقابل، ژست‌های نمادین - نظیر تکان سر به علامت تأیید، حرکت سر به علامت نفی، و ژستی که به علامت "خوبه" نشان می‌دهیم - وابسته به فرهنگ هستند.^۸ اینجا است که بردویستل، مید و بسیاری از محققان رفتاری درست می‌گفتند، هرچند در خصوص تجلیات چهره‌ای هیجان‌ناش اشتباه کرده بودند.

اما هنوز مفردی وجود داشت که اگر من می‌توانستم تشخیصش دهم، بردویستل و مید نیز که می‌دانستم دنبال هر راهی خواهند گشت برای اینکه یافته‌های من را رد کنند، می‌توانستند بیابند. تمام افرادی که در مطالعه من (و ایزارد) شرکت کردند می‌توانستند معنای تجلیات چهره‌ای غربی را از طریق تماشای چارلی چاپلین و جان وین در صفحه تلویزیون و فیلم‌ها یاد گرفته باشند. یادگیری از طریق رسانه‌ها و یا ارتباط داشتن با افرادی از سایر فرهنگ‌ها می‌توانست اتفاق نظر افراد متعلق به فرهنگ‌های مختلف را در خصوص هیجان‌ناش نشان داده‌شده در تصاویر قفقازی‌هایی که من به کار بردم، تبیین کند. من به فرهنگی نیاز داشتم که از نظر دیداری منزوی بوده و افراد آن فیلم، تلویزیون، مجله و حتی هیچ غریبه‌ای را ندیده باشند. اگر آنها هم در مجموعه تصاویر تجلیات چهره‌ای، همان هیجان‌ناشی را تشخیص می‌دادند که افراد در شیلی، آرژانتین، برزیل، ژاپن، و ایالات متحده تشخیص داده بودند، می‌توانستم بی‌اساس بودن این مفر را ثابت کنم.

عامل ورود من به یک فرهنگ عصر حجری، کارلتون گادوسک، عصب‌شناسی بود که بیش از یک

دهه در چنین محل منزوی‌ای در ارتفاعات پاپوآ گینه‌نو کار می‌کرد. او به دنبال کشف علت یک بیماری ناشناخته، کورو^۱، بود که جان نیمی از مردم این فرهنگ را گرفته بود. مردم منطقه معتقد بودند این بیماری به دلیل سحر و جادو است. هنگامی که من وارد صحنه شدم گادوسک می‌دانست که این بیماری به دلیل یک ویروس گند است که پیش از آنکه علائم بیماری آشکار شوند سال‌ها نهفته باقی می‌ماند (ویروس بیماری ایدز نیز چنین ویروسی است). اما هنوز نمی‌دانست که این بیماری چگونه منتقل می‌شود. (معلوم شد که علت انتقال، آدم‌خواری است. این افراد دشمنان خود را که در جنگ کشته می‌شدند و به نظر می‌رسید از نظر سلامتی در وضعیت بهتری به سر می‌برند نمی‌خوردند، بلکه تنها دوستانشان را که به دلیل نوعی بیماری، اغلب آنها بر اثر کورو، مرده بودند می‌خورند. آنها دوستانشان را پیش از خوردن نمی‌پختند، به همین دلیل بیماری به‌سادگی منتقل می‌شد. گادوسک سال‌ها بعد به خاطر کشف ویروس‌های گند جایزه نوبل را دریافت کرد.)

خوشبختانه، گادوسک متوجه شد که فرهنگ‌های عصر حجری به‌زودی منقرض خواهند شد، به همین دلیل بیش از صدها هزار فوت فیلم تصاویر متحرک از زندگی روزمره مردم هر دو فرهنگ گرفت. او هیچ‌وقت فیلم‌هایش را ندید؛ حدود شش هفته طول می‌کشید که تنها یک‌بار فیلم‌هایش را ببیند. همین موقع بود که من وارد صحنه شدم.

گادوسک که از این موضوع خیلی خوشحال بود که بالاخره کسی پیدا شده که به دلایل علمی می‌خواهد فیلم‌های او را بررسی کند، فیلم‌هایش را به من قرض داد و من و والی فریزن شش ماه برای بررسی آنها وقت صرف کردیم. فیلم‌ها دو مدرک متقاعدکننده در خصوص جهان‌شمول بودن تجلیات چهره‌ای هیجان‌ات در خود داشتند. نخست اینکه ما هیچ جای فیلم‌ها شاهد تجلیات ناآشنایی نبودیم. اگر تجلیات چهره‌ای کاملاً آموختنی هستند، این افراد باید تجلیات کاملاً نوبی را از خود به نمایش گذارند؛ تجلیاتی که ما پیشتر شاهد آن نبوده‌ایم. اما چنین جلوه‌ای وجود نداشت.

اما همچنان این امکان وجود داشت که این تجلیات آشنا، علائم هیجان‌ات کاملاً متفاوتی می‌بودند. اما از آنجا که در فیلم‌ها وقایع قبل و بعد از یک تجلی چهره‌ای مشخص نبودند، تجلیات نشان‌داده‌شده تفسیرهای ما را تأیید می‌کردند. اگر تجلیات چهره‌ای در هر فرهنگ علامت هیجان‌ات کاملاً متفاوتی به شمار می‌رفتند، افراد

۱. Kuru disease: بیماری کورو یکی از انواع آنسفالوپاتی‌های اسفنجی‌شکل است که در اثر پرویون‌ها (انواعی از پروتئین که هیچ اسید نوکلئیک قابل‌شناسایی ندارد) ایجاد می‌شود. این بیماری دلیل اصلی مرگ در میان قبیله‌های محلی ساکن پاپوآ گینه‌نو بود. علت بروز این بیماری در این قبیله این بود که افراد این قبیله به هنگام برگزاری مراسم مذهبی اجساد خویشاوندان خود را می‌خوردند که احتمال می‌رود تعدادی از آنها در ابتدا به صورت خودبه‌خودی به بیماری کروتزفلد جاکوب (Creutzfeldt-Jakob): یک بیماری عصبی و کشنده تحلیل‌برنده مغز در انسان مبتلا شده باشند و این بیماری در میان نسل‌های بعد، به دلیل استفاده از مغز افراد در گذشته شیوع یافته است. اولین علائم بیماری با درد مفاصل و سردرد شروع می‌شد و به‌طورشاخص با از دست رفتن هماهنگی عضلات، لرزش و زوال عقل ادامه می‌یافت. بیماری پس از شروع علائم به‌طورمداوم پیشرفت می‌کرد و دو سال پس از شروع علائم باعث مرگ بیمار می‌شد. م

خارجی که هیچ آشنایی با آن فرهنگ نداشتند نباید می‌توانستند تفسیر درستی از این تجلیات داشته باشند. سعی کردم فکر کنم بردویستل و مید چطور این ادعا را رد خواهند کرد. تصور می‌کردم خواهند گفت: "مهم نیست که هیچ تجلی جدیدی وجود ندارد؛ تجلیاتی که دیده‌ای واقعاً معنای متفاوتی دارند. تو درست تشخیص‌شان دادی چون از بافت اجتماعی‌ای که این تجلیات در آن رخ می‌دادند آگاه بودی؛ هرگز این تجلیات را جدا از وقایع قبل و بعد و یا حتی در همان لحظه مشاهده نکرده‌ای. اگر می‌کردی، نمی‌فهمیدی معنای این تجلیات چیست." برای خاتمه دادن به این مفر، از سیلوان خواستم از ساحل شرقی بیاید و یک هفته را در آزمایشگاه من بگذراند.

قبل از آمدن او ما فیلم‌ها را طوری تدوین کردیم که او تنها تجلیات چهره‌ای را، جدا از بافت اجتماعی ببیند، تنها تصاویر نمای بسته از چهره. سیلوان در تشخیص تجلیات هیچ مشکلی نداشت. تمامی تفسیرهای او با بافت اجتماعی‌ای که ندیده بود هماهنگی داشت. نکته دیگر این بود که او دقیقاً می‌دانست چطور به این اطلاعات دست یافته است. من و والی می‌توانستیم پیامی را که هر تجلی چهره‌ای منتقل می‌کرد حس کنیم، اما قضاوت ما صرفاً بر اساس شهود بود؛ معمولاً نمی‌توانستیم دقیقاً مشخص کنیم که چه چیزی در چهره این پیام را منتقل می‌کرد، به جز مواقعی که لبخندی وجود داشت. سیلوان نزدیک پرده نمایش رفت و دقیقاً نشان داد که کدام حرکات عضلانی خاص، علامت آن هیجان بوده‌اند.

ما از او درباره برداشت کلی‌اش از این دو فرهنگ هم سؤال کردیم. او گفت یکی از این دو گروه کاملاً دوستانه به نظر می‌رسند، درحالی‌که گروه دیگر خشم انفجاری داشته، اگر نگوئیم شخصیت پارانویید دارند به شدت بدگمان‌اند، و همجنس‌گرا. گزارش وی با گفته‌های گادوسک، که با این آدم‌ها کار کرده بود، کاملاً تطابق داشت. آنها به کرات به مأموران رسمی دولت استرالیا که می‌خواستند در آنجا یک پایگاه دولتی ایجاد کنند حمله‌ور شده بودند. همسایه‌های آنها نیز آنها را به بدبینی شدیدشان می‌شناختند. و مردان این گروه تا زمان ازدواج مانند یک همجنس‌باز زندگی می‌کردند. چند سال بعد نیز کردارشناسی به نام ایرنوس ایبل-ایبزلت که می‌خواست با آنها کار کند از ترس جانش پا به فرار گذاشته بود.

بعد از آن ملاقات تصمیم گرفتم مطالعاتم را به تجلیات چهره‌ای اختصاص دهم. برای این کار باید به منظور جمع‌آوری شواهدی در حمایت از موضوعی که بعدها فهمیدم حقیقت دارد به گینه‌نو می‌رفتم - اینکه حداقل برخی از تجلیات چهره‌ای هیجان‌ات جهان شمول هستند. همچنین باید ابزاری عینی برای سنجش رفتارهای چهره‌ای ابداع می‌کردم که هر محققى به کمک آن می‌توانست آنچه را سیلوان با آن زیرکی مشاهده کرده بود، به صورت عینی از حرکات چهره دریافت کند.

در اواخر دهه ۱۹۶۷ برای انجام پژوهش بر روی مردمان فور^۱، که در دهکده‌های پراکنده‌ای در ارتفاع هفت‌هزار فوتی [حدود ۲۱۰۰ متر] زندگی می‌کردند، عازم ارتفاعات جنوب‌شرقی گینه‌نو شدم. من زبان فور بلد نبودم اما به کمک چند نفری که در مدارس میسیونری زبان پیچین^۲ را یاد گرفته بودند توانستم انگلیسی را به پیچین و پس از آن به فور برگردانم و بالعکس. تصاویری از تجلیات چهره‌ای که اغلب آنها را سیلوان برای مطالعات من بر روی فرهنگ‌های باسواد در اختیارم قرار داده بود را با خود بردم. (در صفحات بعد چند نمونه از این تصاویر را می‌بینید). همچنین، تصاویری از مردمان فور را نیز از فیلم‌های تصاویر متحرک انتخاب کرده و با خود برده بودم، زیرا فکر می‌کردم ممکن است آنها در تشخیص تجلیات چهره‌ای قفقازی‌ها مشکل داشته باشند. نگران بودم اصلاً از این عکس‌ها سر در نیاورند زیرا پیشتر هیچ عکسی ندیده‌اند. برخی انسان‌شناسان پیشتر ادعا کرده بودند که افرادی که تا کنون هیچ عکسی ندیده‌اند، باید یاد بگیرند که چگونه عکس‌ها را تفسیر کنند. با وجود این، مردمان فور چنین مشکلاتی نداشتند؛ بلافاصله معنای تصاویر را فهمیدند، و به نظر نمی‌رسید ملیت تغییری در این درک ایجاد کند، فور یا امریکایی. مشکل در کاری بود که از آنها خواستم انجام دهند.

آنها زبان نوشتاری نداشتند به همین دلیل نمی‌توانستم از آنها بخواهم از بین فهرستی از کلمات، کلمه‌ای را که با هیجان نشان‌دهنده تطابق داشت را برگزینند. اگر هم می‌خواستم فهرستی از کلمات را برای آنها بخوانم باید نگران این می‌بودم که آیا فهرست را به خاطر می‌سپردند یا نه، و اینکه آیا ترتیب خواندن کلمات بر انتخاب آنها تأثیر می‌گذاشت یا نه. در عوض از آنها خواستم برای هر یک از تجلیات چهره‌ای داستانی بسازند. "به من بگویید الان چه اتفاقی در حال رخ دادن است، قبل از اینکه این فرد این تجلیات هیجانی را نشان دهد چه اتفاقی افتاده و بعداً چه خواهد شد". مثل کشیدن دندان بود! نمی‌دانم مشکل در فرایند ترجمه بود، یا اینکه آنها هیچ درکی از این نداشتند که من می‌خواهم چه چیزی از آنها بشنوم یا اصلاً چرا از آنها می‌خواستم چنین کاری بکنند، در هر حال داستان‌سازی درباره یک غریبه کاری بود که مردمان فور تا به حال انجام نداده بودند.

من به داستانی که دنبالش بودم رسیدم، اما هر نفر وقت زیادی را برای بیان هر داستان صرف کرد و بعد از هر جلسه هر دوی ما به شدت خسته می‌شدیم. با وجود این، علیرغم اینکه حدس می‌زدم خبرهایی راجع به اینکه سؤالات من اصلاً آسان نیست بین آنها پخش شده بود، با کمبود داوطلب مواجه نشدم. زیرا برای دیدن تصاویرم تشویق نیرومندی برای آنها در نظر گرفته بودم: یک قالب

1- Fore people

۲- Pidgin: نیم‌زبان، یا زبان آمیخته یا پیچین نوعی زبان ساده شده است که به عنوان وسیله ارتباطی در میان دو یا چند گروه که دارای زبان مشترک نیستند ایجاد می‌شود. م

صابون یا یک پاکت سیگار در مقابل کمک به من. از آنجا که آنها صابون نداشتند، صابون برایشان ارزش زیادی داشت، و نیز با اینکه خودشان تنباکو کشت می‌کردند و تنباکوهای خودشان را با پیپ دود می‌کردند، به نظر می‌رسید از سیگار من بیشتر خوششان می‌آید.

بیشتر داستان‌ها با هیجانی که در هر تصویر نشان داده می‌شد تطابق داشتند. به عنوان مثال، وقتی به تصویری نگاه می‌کردند که مردم فرهنگ‌های باسواد آن را غمگین قضاوت کرده بودند، اهالی گینه‌نو اغلب می‌گفتند این فرد فرزندش را از دست داده است. اما فرایند داستان‌پردازی ناشیانه انجام می‌شد و اثبات اینکه داستان‌های متفاوت با یک هیجان خاص تناسب دارند نیز کار آسانی نبود. می‌دانستم که باید کار را به روش دیگری انجام می‌دادم، اما نمی‌دانستم چگونه.

همچنین، از تجلیات چهره‌ای خودبه‌خودی آنها فیلم گرفته بودم و می‌توانستم لذتی را که افراد دهکده‌های نزدیک به هنگام دیدن دوستان‌شان نشان می‌دادند تشخیص دهم. بنابراین، موقعیت‌هایی ترتیب دادم که هیجان‌ات را فرامی‌خواندند. از دو نفر خواستم سازشان را بنوازند و صدای آن را ضبط کردم، سپس از تعجب و شغفی که با شنیدن صدای خودشان و موسیقی‌ای که از ضبط‌صوت خارج می‌شد نشان دادند فیلم گرفتم. حتا با یک چاقوی پلاستیکی به پسری چاقو زد و هم‌زمان از پاسخ او و واکنش‌های دوستانش فیلم گرفتم. به نظر آنها این کار شوخی خوبی بود! (اما خوب می‌دانستم که این حقه را برای یکی از آن افراد نباید به کار ببرم). اما چنین کلیپ‌هایی نمی‌توانستند شاهد و مدرکی برای من به شمار روند، زیرا کسانی که خود را متعهد به این دیدگاه کرده بودند که تجلیات چهره‌ای در هر فرهنگ متفاوت است، می‌توانستند اینطور استدلال کنند که من تنها آن موقعیت‌های معدودی را که در آنها تجلیات جهان‌شمول به نمایش گذاشته شده‌اند انتخاب کرده‌ام.

من پس از چند ماه گینه‌نو را ترک کردم - زیرا از یک طرف تشنه‌گفت‌وگو با دیگران بودم، کاری که با این مردمان نمی‌توانستم انجام دهم، و از طرف دیگر به خاطر غذا! زیرا به اشتباه فکر کرده بودم غذاهای محلی آنها را دوست خواهم داشت، درحالی‌که خوردن سیب‌زمینی شیرین و چیزی که شبیه بخشی از مارچوبه بود که ما معمولاً آن را دور می‌اندازیم، دیگر خسته‌کننده شده بود. ماجراجویی جالبی بود، هیجان‌انگیزترین ماجراجویی تمام عمرم، اما هنوز نگران بودم به شواهد قطعی دست پیدا نکنم. می‌دانستم این فرهنگ نیز برای مدتی طولانی همین‌طور منزوی باقی نخواهد ماند، و دیگر فرهنگ‌های زیادی مشابه آن در دنیا باقی نمانده‌اند.

پس از بازگشت به خانه به تکنیکی برخوردارم که روان‌شناسی به نام جان داشیل در دهه ۱۹۳۰ به کار برده بود تا این موضوع را مطالعه کند که بچه‌های کوچک به چه خوبی می‌توانند تجلیات چهره‌ای را تفسیر کنند. از آنجا که بچه‌ها کوچک‌تر از آن بودند که بتوانند بخوانند، او نمی‌توانست فهرستی از کلمات در اختیار آنها قرار دهد که از بین آن انتخاب کنند. او به جای آنکه از آنها بخواهد داستان

بسازند- کاری که من با اهالی گینه‌نو انجام دادم- داستانی برای آنها می‌خواند و سپس مجموعه‌ای از تصاویر را به آنها نشان می‌داد. تنها کاری که آنها باید انجام می‌دادند این بود که تصویری را که با داستان خوانده شده بیشترین تناسب را داشت انتخاب می‌کردند. می‌دانستم که این روش به درد من خواهد خورد. بنابراین، به داستان‌هایی که اهالی گینه‌نو ساخته بودند برگشتم، و برای هر تجلی هیجانی داستانی را انتخاب کردم که تعداد بیشتری از افراد ساخته بودند. داستان‌های ساده‌ای بودند: "دوستانش آمده‌اند و او خوشحال است؛ عصبانی شده و کم مانده دعوا کند؛ فرزندش مرده و خیلی غمگین است؛ دارد به چیزی نگاه می‌کند که از آن متنفر است؛ یا به چیزی نگاه می‌کند که بوی بدی می‌دهد؛ همین حالا دارد به چیزی نگاه می‌کند که جدید و غیرمنتظره است."

اما پرتکرارترین داستانی که برای ترس مطرح شده بود اشکالی داشت، داستان درباره‌ی خطری که یک خوک وحشی به وجود آورده بود. باید داستان را به شکلی تغییر می‌دادم که احتمال ربط داده شدن آن را با تعجب یا خشم کاهش می‌داد. داستان این‌طور از آب درآمد: "او تنها در خانه‌اش نشسته، و هیچ‌کس دیگری هم در دهکده نیست. هیچ چاقو، تبر یا تیروکمانی در خانه ندارد. خوکی وحشی دم در خانه ایستاده و این فرد درحالی که خیلی ترسیده دارد به او نگاه می‌کند. خوک برای چند دقیقه در آستانه‌ی در می‌ایستد و این شخص با ترس زیاد به او خیره شده و خوک از دم در جم نمی‌خورد و او می‌ترسد خوک او را گاز بگیرد."

مجموعه‌ای از سه تصویر آماده کردم تا به هنگام خوانده شدن هریک از داستان‌ها به فرد نشان داده شود (یک نمونه از این تصاویر در زیر آمده است). موضوع فقط این است که فرد به یکی از تصاویر اشاره کند. مجموعه‌های زیادی از تصاویر آماده کرده بودم و سعی کردم هیچ تصویری بیش از یک بار نشان داده نشود تا انتخاب فرد بر اساس حذف تصاویر تکراری اتفاق نیفتد: "اوه، این همان تصویری است که وقتی فرزندش مرده بود دیدم، آن یکی هم همان تصویری است که گفتم کم مانده دعوا کند، بنابراین تصویر درست باید این یکی باشد."

در سال ۱۹۶۸ با داستان‌ها، تصاویر و گروهی از همکارانم که قرار بود در جمع‌آوری اطلاعات به من کمک کنند به گینه‌نو برگشتم^۹. (این بار غذای کنسروی هم با خود بردم). همه از بازگشت ما خبردار شدند؛ به گمانم به این دلیل که به جز گادوسک و فیلم‌بردارش و ریچارد سورنسون (که سال قبل کمک خیلی زیادی به من کرد)، خارجی‌های خیلی کمی تا به حال به آنجا آمده بودند، و حتا عده‌ی بسیار کمتری از آنجا بازگشته بودند! ما به چند دهکده رفتیم، اما وقتی این خبر پخش شد که سؤالات ما بسیار آسان هستند، مردم دهکده‌های دور نیز شروع کردند به آمدن. از کاری که انجام می‌دادیم خوش‌شان می‌آمد و باز هم از دریافت صابون و سیگار خیلی ذوق‌زده می‌شدند.



خیلی مراقب بودم که هیچ‌کدام از افراد گروه ناخواسته تصویر درست را لو ندهد. تصاویر بر روی صفحات شفاف‌ی نشان داده می‌شدند و در پشت آنها شماره‌ای نوشته شده بود که از پشت صفحه دیده می‌شد. ما نمی‌دانستیم، و قرار گذاشتیم که تلاش نکنیم بفهمیم کدام شماره به کدام تجلی‌چهره مربوط است. در عوض، تصاویر را به نحوی به طرف آزمودنی می‌گرفتیم که فردی که شمارهٔ تصویر را یادداشت می‌کرد نمی‌توانست روی صفحه را ببیند. داستان خوانده می‌شد، آزمودنی به یکی از تصاویر اشاره می‌کرد و یکی از ما شمارهٔ تصویری را که انتخاب شده بود یادداشت می‌کردیم*.

در مدت چند هفته، ما بیش از سیصد نفر را دیدیم، حدود ۳ درصد از مردم این فرهنگ و بیش از تعداد مورد نیازمان برای اینکه بتوانیم داده‌ها را تجزیه و تحلیل آماری کنیم. نتایج به‌دست‌آمده برای شادی، خشم، انزجار، و غم بسیار روشن و واضح بودند. ترس و تعجب از یکدیگر متمایز نشده بودند- افراد با شنیدن داستان مربوط به ترس، به همان اندازه‌ای که تجلی‌ترس را برگزیده بودند، تجلی‌تعجب را نیز انتخاب کرده بودند و همین اتفاق زمانی که داستان مربوط به تعجب برای آنها خوانده شده بود نیز رخ داده بود. اما ترس و تعجب، از خشم، انزجار، غم و شادی متمایز شده بودند. تا همین امروز هم نمی‌دانم چرا ترس و تعجب را نتوانستند از یکدیگر تفکیک کنند. شاید اشکالی در داستان‌ها وجود داشت، یا شاید به این دلیل بود که ترس و تعجب در زندگی این مردمان اغلب به گونه‌ای به هم آمیخته‌اند که قابل تفکیک نیستند. درحالی‌که در فرهنگ‌های باسواد ترس و تعجب از

* علیرغم مراقبتی که ما به عمل آورده بودیم، یکی از آن افرادی که همچنان متعهدانه باور داشت تجلیات چهره‌ای یادگرفته شده‌اند و نه ذاتی، پانزده سال بعد ادعا کرد که ما احتمالاً به طریقی به آزمودنی‌ها فهمانده‌ایم که کدام تصویر را باید انتخاب کنند. نمی‌دانست چطور این کار را کرده‌ایم، فقط فکر می‌کرد که حتماً باید چنین کاری کرده باشیم، زیرا نمی‌توانست باورش را به اینکه تجلیات چهره‌ای وابسته به فرهنگ هستند رها کند.