生活中存在的各种伪科学现象透视

（1）引言：

在现代社会中，科学与技术的发展已经深入各个领域，为我们的生活带来了巨大的变化和便利。然而，与此同时，我们也不可避免地面临着来自伪科学的挑战。伪科学现象蔓延于我们的生活之中，以各种各样的形式出现，试图以迷惑和误导的方式夺取我们对事实的认识。这些伪科学现象可能是基于错误的推理、缺乏科学验证或者超出科学方法的范围，但它们却在不少人中产生了广泛的影响。

本论文旨在揭示生活中的伪科学现象，并通过科学的研究和分析来解构这些现象的本质和影响。通过对这些伪科学现象进行批判性的思考和理性的探索，我们可以更好地认识到科学的重要性，并增强我们对于真相的识别能力。

首先，本文将回顾伪科学现象在日常生活中的广泛存在。从网购到各种养生产品等，这些现象已经深入到我们的文化和生活方式中。我们将深入探讨这些伪科学背后的理论基础以及它们所带来的影响。

其次，本文将分析伪科学现象对个人和社会的影响。这些伪科学现象不仅可能导致人们做出错误的决策，还可能损害他们的健康、财产和心理幸福。同时，伪科学现象在社会层面上也可能导致资源浪费、误导教育和削弱公众对科学的信任。

同时，本文将通过科学方法和理性思考，揭示这些伪科学现象的真相。通过批判性思维、实证研究和科学解释，我们将通过具体案例和数据来展示伪科学现象的矛盾之处和缺乏科学根据的本质。

（2）正文

现代社会随着互联网的普及，各种对人性格取向和能力的测试得到广泛传播，MBTI就是其中的佼佼者。他简单不需要过多操作，就能够得到结果。浪漫主义文字和人格特点结合在一起如有腼腆、敏感、完美主义以及自卑等性格特点的 INFP 人格，就被描述成“治愈家”“空想家”或“哲学家”，这样的表述让人更容易接受， MBTI 测试也因此获得了更广泛的传播效果[1]。其实MBTI测试可以很容易的举出有四个令人质疑的地方：第一，它生硬的把性格分割成16个类型，但是实际上每个人的性格都是各有不同的，这是非常简单粗暴的；第二，测试并不能保证测试者写进去的都是真实的，没有偏差的，很多非黑即白的问题实际在人的性格中可以是中性的；第三，它为了让更多人有兴趣做测试而扩大影响力会将测试题减少，这无疑会对测试的准确性带来麻烦；第四，它传播到不同国家的过程中经过翻译的过程，翻译的版本可能与原来的意思有偏差，导致问题让人有些困惑。MBTI是伪科学吗？我想它不真的科学。

这样的测试在网络上层出不穷，MBTI测试比其他测试看起来“更靠谱”，例如山西太原曾在幼儿园出现名为“皮纹测试”的智商测试，测试者将孩子的指纹用油墨印到纸上，扫遍进电脑分析就能得到孩子的智商测试和潜能。[2]

# 而在朋友圈，淘宝，抖音等网购平台上也充斥着伪科学。插上电器即能节电百分之二十的“节电器”，这个不必多言；家用臭氧机，店家声称想蔬菜肉蛋奶类通入臭氧一段时间后就会逼出激素，农药，这时物质表面出现的“黑色泡沫”就是激素等，水溶性激素不需任何其他就会溶解，脂溶性激素固然可以经臭氧破坏细胞膜后排出细胞，但只限于食物表面的细胞，并且臭氧的强氧化性对人体有害无益；还有“南非吸脂蚊子”，实际上人的脂肪层蚊子的嘴没可能触及这么深；[3]包括“富氧水”，商家对富氧水有以下说辞：第一抗疲劳，而石田浩司等人以这所大学田径部10名男学生为对象，对富氧水效果进行了检测实

验，证明这一谬误；[4]第二，体能更好，实验团队在对9名业余骑车手的控制变量试验后证伪。[5]提到富氧水，随着人们对饮水健康关注程度的提高,一些自来水方面的"伪科学"在网络上传播甚广。实验者通过设计验证实验,对这些"伪科学"进行证伪。实验结果表明,净水器商家所说的"氯被食物吸收"的说法是错误的;"三步法"烧水中的前两步是没有必要的;"千滚水"中的钙、镁、铁、铝以及重金属的浓度没有升高,有的浓度反而降低了。

中医是否为“伪科学”一直处在争议当中，虽然直接把传承千年的中医直接定义为伪科学是不负责任的，片面的，但我们必须承认在这里特别是养生领域有很多伪科学现象。食物相克理论被中国民众广泛了解，但其实其中很多食物组根本没有现代医学，药学的领域验证，例如“热性”和“寒性”食物不可以一起吃是不科学的；很多人把“补肾”当做增强性功能，但其实睾丸才是影响男性性功能最主要的器官，虽然睾丸在中医中被称为“子肾”，但睾丸和肾脏的差别还是很大的。[6]很难想象现代社会还有人相信童子尿可以治病养生，但凡有一点科学知识的人都知道尿里有什么物质，但是因为伪科学的盛行还是不少人受蛊惑。[7]虽然现代医学取得了长足的进步，但是对于人体、病理，我们还是有很多不了解的地方，正是医学的局限性让“伪科学”滋生，让中医背上了“伪科学”的骂名，阻碍了中医的进步。甚至维基百科曾把针灸定义为伪科学，收到了英国2000余名医生的集体抗议。[8]所以严格管控中医领域伪科学乱象是非常有必要的。[9]

不仅在中医领域，许多“江湖骗子”看准了病人的命门并嗅到了“商机”。随时准备“趁虚而入”。历史和心理学都表明，当一些信念支持我们对自己的描述时， 我们就会非常顽固地坚持这些信念，即使是错误的信念。[10]意大利的Stamina基金会声称从人类骨髓中提取的干细胞可以治疗多种疾病，但缺乏科学依据。许多科学家和政府官员对该基金会的方法和治疗效果表示质疑，但意大利国民健康服务体系仍为这些治疗支付了账单，并批准拨款用于临床试验。科学家们，包括Elena Cattaneo、Gilberto Corbellini、Paolo Bianco和Michele De Luca，积极反对这些治疗，并花费大量时间与政客、媒体和患者进行交流和说服。他们收集证据揭示了Stamina基金会的欺诈行为和缺乏科学依据的情况。[11]包括前段时间的新冠疫情，美国“神人”Mark Grenon声称：“如果你之前不知新冠病可以完全治愈,那是因为你还没遇到我。”“每天 6 滴‘奇迹水’,兑水吞服见奇效。”他推广的MMS药液和特朗普向白宫提议的“向人体注射消毒液治疗新冠”的有效成分一样——都是二氧化氯。[12]人们口边“酸碱体质”其实也是不折不扣的伪科学。所谓“酸碱体质”理论认为：人类的大部分疾病都是 由“酸性体质”造成的，“酸性体质”会造成癌症发病 率升高。同时，该“学说”认为，采用合理的方法改善 酸性体质，努力创造体内微碱性环境是预防各种疾病的 　　“碱性体质生男孩概率大。” “酸性体质易得癌。” “吃肉多的人必然是酸性体质。” “睡觉不好、易疲劳是酸性体质引起的。”而为什么说酸碱体质理论不靠谱？从人体不同的器 官来看待人体酸碱度不难发现，人体各个器官酸碱性各 有不同。如胃就是一个强酸环境，胃液的 pH 值在 1.5 ～ 2.0 之间；女性阴道也是一个酸性环境，其 pH 值大约在 3.8 ～ 4.4 之间；小肠的 pH 值在 4.8 ～ 8.2 之间，大多数属于 弱碱性......不同的部位有不同的酸碱度，这是由于不同 的器官肩负不同的生理功能。[13]

这离不开所谓“科普短视频”的“助力”。伪科学养生频发，需要各方的努力进行遏制。除了加大健康科普知识供给力度外，宣传、网信、广电部门开展健康知识的宣传和普及，媒体开展健康知识的公益宣传，并鼓励社会组织积极开展健康科普传播活动。[14]

更夸张的是，有人甚至举办伪科学的“培训班”。郑州春霖职业培训学校一名教师写了一篇声称利用“超心理意识能量方法”能使鸡蛋孵化小鸡的荒谬论文，然后该校被责令停业整改。然而，一些培训机构以伪科学为名进行虚假宣传，吸引家长报名培训，尤其是一些中产家庭容易上当受骗。政府部门应该对违规培训机构的整治和惩处，家长应增强科学素养，理性对待脑力开发课程。人们需要以科学方式认知世界，孩子的天赋需要通过后天的努力和合理的教育培养。在科学指导下，孩子才能健康成长并发挥潜力。[15] 北京曾有 “量子 波动速读”比赛，比赛内容是“利用 HSP 高感知力进行量子波动速读， 1—5 分钟可以看完一本 10 万字的 书，并能完整复述内容”。这是针对孩子的比赛，目的是推广教育机构。[16]世界上最先进的技术，却成了迷信的伪科学的产物。近年来“全脑教育”之类的名词圈钱的例子太多了。

玄幻小说的流行也滋润了伪科学生长的土壤。玄幻小说市场存在不严谨，随意歪曲科学现象如量子物理，心理学，神经科学等的现象，而其手中又大多数是未成年的孩子，容易被其伪科学的内容影响。[17]对于成年人来说，固然会把玄幻小说当成茶余饭后的消遣，但是看多了之后不能保证其潜意识中不会种下伪科学的种子。而因为其与传统文化的道教文化相吻合，人们更容易接受。[18]此外，玄幻小说因为剧情需要经常以“废柴逆袭”作为主线情节，让学生代入其中，因自卑而不愿面对现实从而进入虚构世界，进而引发一系列心理问题。[19] 而我们应该做什么来对抗这场“伪科学”的盛行呢？发挥新闻媒体的作用，提高社会公众的科学素养，探索网络平台的解决方案。[20]网络平台作为现代媒体传媒的主要方式，在这个问题上责任重大。抖音，B站等流行的视频传播平台应及时加以甄别，对于明显有违科学原理的内容予以下架和整改。同时政府要严加看管，对于刊登虚假广告的个人和企业应该严肃处理。同时促进科普教育的进行，增加民众的科学素养。对打着传统的幌子，如借助易经、黄帝内经等经典传统研究之名，大肆宣扬迷信的糟粕和玄学的东西，以及对科学前沿如量子科学生硬的“转化”为牛鬼蛇神的东西的现象要立即整治。[21]

（3）结论

当前社会中伪科学现象频发，从医学到教育，从娱乐到购物，无处不在，无孔不入。而走出伪科学陷阱我们需要的不仅仅是增强逻辑思维能力，还要学习和 掌握一些有关知识获取及其组织表达的能力，比如熟练掌握形式逻辑、辩证逻辑的知识等。[22]这样当伪科学的“纸老虎”下山猎食，我们就可以以勇敢的姿态去挑战他，面对他。

（4）参考文献：

[1] 陈曦. 火遍全网的MBTI测试不是伪科学，但认真你就输了[J]. 科技日报, 科技日报, 2022: 008.

[2] “皮纹测试”测孩子潜能实属伪科学 新作文—金牌读写

[3] 淘宝和朋友圈里的十大伪科学产品 张佳慧，中国质量万里行，第二十六期

[4] 富氧水抗疲劳,也是伪科学？ 新华每日电讯—中央级

[5] 高含氧水,实为低涵养的伪科学[J]. 科技传播, 2014, 6(5): 20.

[6] 高克. 养生中的伪科学[J]. 食品与健康, 2012(8): 44.

[7] 康琴. 国人养生的科学与伪科学[J]. 廉政瞭望(上半月), 2019(1): 33–35.

[8] 黎史翔. 维基百科将针灸归为伪科学 英2000名医生请愿抗议[J]. 广西质量监督导报, 2017(2): 36–37.

[9] 科学、非科学和伪科学划界与中医学的生存与发展 张春丽 医学与社会2011.24（04）

[10] 人们为什么会相信伪科学 人类喜欢依赖心理捷径[J]. 科学大观园, 2019(7): 8–11.

[11] 张章. 一场反对伪科学的战争[J]. 中国科学报, 中国科学报, 2014: 003.

[12] 王雪莹. 新冠“消毒剂疗法”背后的伪科学邪教[J]. 北京科技报, 北京科技报, 2020: 042.

[13] 刘垠. 酸碱体质理论 一场伪科学骗局[J]. 科学之友(上半月), 2019(2): 64–65.

[14] 董瑞丰. 健康科普知识对养生伪科学“扶正祛邪”[J]. 经济参考报, 经济参考报, 2022: 005.

[15] 伪科学培训班哪来的市场？廉政瞭望 2021（15）

[16] 邓海建. 为何总有人为教培市场的伪科学埋单[J]. 科学大观园, 2019(21): 64.

[17] 玄幻流行助长伪科学传播\_吴昊 .科学新闻 2023（10）

[18] 黄杨. 网络玄幻小说与道教文化的内在关联[J]. 网络文学研究, 2022(2): 96–108.

[19] 杨刚. 修真仙侠类玄幻小说对高职学生的不良影响及应对措施[J]. 百科知识, 2022(30): 68–69.

[20] 彭健. 网络伪科学对科普工作的挑战及应对措施[J]. 现代交际, 2016(2): 41.

[21] 让伪科学无处遁形[J]. 人民政协报, 人民政协报, 2022: 007.

[22] 陈劲松. 走出伪科学陷阱[J]. 人民论坛, 2020(8): 30–32.