



# 如果我的猫会写日记：人类迷惑行为观察

HID: HELL-2026-05-001 | Vol. 5 • Issue 1 (May 2026)

Author: Dr. Hell Black | Affiliation: Institute of Advanced Meowchanics, Hell Press

Correspondence: [hell.press@outlook.com](mailto:hell.press@outlook.com) | Website: <https://hellpress.org>

## Key Points

- 键盘敲击、手机凝视、对猫说废话、强制抱猫、深夜不睡等行为，在猫类认知框架中呈现出高度迷惑性。
- 本文提出“人类迷惑行为三要素模型”：低即时回报、高重复性、情绪反馈异常。
- 研究认为：人类并非真正驯化了猫，而是在长期共同生活中被猫完成了反向行为管理。

## 摘要

长期以来，人类习惯将自身置于观察者的位置，将猫、狗、仓鼠等宠物视为被观察、被解释和被命名的对象。然而，在家庭生活中，观察关系并非单向发生。猫作为一种长期潜伏于沙发、窗台、纸箱与键盘之间的高冷室内观察者，极有可能已经对人类进行了持续、冷静且略带蔑视的行为记录。本文以“如果我的猫会写日记”为核心命题，尝试从猫的第一视角出发，对人类日常行为进行重新编码与解释。

研究采用“假想猫类日记法” (Hypothetical Feline Diary Method, HFDM)，模拟一只普通家猫连续七天对其人类饲养者的观察记录，重点分析键盘敲击、手机凝视、自言自语、强制摸猫、深夜加班、无效社交与情绪突变等高频行为。结果显示，在猫类认知框架下，人类行为呈现出显著的非功能性、重复性与低效率特征。例如，人类长时间敲击键盘却没有捕获任何猎物；对着发光屏幕傻笑却无实体互动对象；反复呼唤猫名却无法提供稳定食物奖励；并在猫推倒水杯后立即产生剧烈情绪波动。

本文进一步提出“人类迷惑行为三要素模型”，即低即时回报、高重复性与情绪反馈异常。研究认为，人类所谓的“工作”“社交”“娱乐”和“自我提升”，在猫类视角下均可被重新解释为复杂但低效的自我驯化行为。猫虽然无法理解人类，但已经成功适应并利用这一系统，成为家庭空间中真正稳定、冷静且掌握主动权的观察主体。

关键词 / Keywords: 猫视角; 跨物种认知; 人类迷惑行为; 宠物哲学; 键盘敲击

## 1. 引言

长期以来，人类习惯以“万物灵长”的身份解释世界。猫为什么凌晨跑酷、为什么盯着墙角、为什么把杯子推下桌、为什么突然咬人、为什么明明有猫窝却坚持睡在纸箱里，这些问题被人类反复讨论，并被包装成动物行为学、宠物心理学与家庭陪伴经济学的一部分。

然而，一个被长期忽视的问题是：人类是否同样正在被猫观察？

在多数家庭环境中，猫拥有极佳的观察条件。它们不需要上班，不需要开会，不需要回复消息，也不需要写年度总结。它们可以长时间潜伏在窗台、沙发靠背、衣柜顶部或电脑键盘旁，以几乎不眨眼的方式观察人类。这种观察具有高度稳定性、低干扰性与强批判潜力。相比之下，人类虽然自认为是饲养者，却常常表现出极不稳定的行为模式：白天对着电脑敲击，夜晚对着手机傻笑，凌晨突然崩溃，周末抱着猫说一些毫无信息密度的话。

如果猫具备书写能力，并以日记形式记录人类行为，那么这些记录很可能不会将人类描述为理性、高级、文明的物种，而会描述为一种沉迷发光屏幕、重复敲击物体、情绪波动剧烈且可被猫轻易操控的低效率生物。

因此，本文提出如下核心问题：当人类行为脱离人类自身的解释框架后，其所谓“理性”是否仍然成立？

为回答这一问题，本文以“如果我的猫会写日记”为假设基础，构建猫类观察日志，并从跨物种认知错位角度分析人类日常行为中的荒诞性。



图 1. 猫类视角下的人类键盘敲击行为。人类认为这是工作，猫认为这是无猎物反馈的重复性爪部运动。

## 2. 材料与amp;方法

### 2.1 研究对象

本研究假设研究对象为一只生活于城市家庭室内环境中的普通成年家猫。该猫具备以下基本特征：第一，长期与一名人类共同生活；第二，拥有稳定的食物供应与睡眠区域；第三，对人类行为保持持续但非合作性的观察；第四，具备足够的冷漠、判断力和轻微的鄙视感。

被观察对象为该猫的人类饲养者。其典型行为包括但不限于：使用电脑、使用手机、对猫说话、试图抱猫、深夜加班、情绪性叹气、突然大笑、反复检查消息以及在猫无回应时继续自我感动。

### 2.2 假想猫类日记法

本文采用“假想猫类日记法”（Hypothetical Feline Diary Method, HFDM）。该方法并不要求猫真正掌握文字输入能力，而是基于猫类行为逻辑，对其可能产生的观察记录进行拟态重建。

HFDM 包括三个步骤：第一，收集人类日常高频行为事件；第二，将这些行为从猫类认知框架中重新解释；第三，以第一猫称日记形式呈现观察结果。

### 2.3 观察周期与记录范围

观察周期设定为连续七天。记录范围包括以下五类行为：

1. 屏幕相关行为：电脑、手机、平板等发光设备使用；
2. 声音相关行为：自言自语、视频通话、对猫讲话；
3. 触摸相关行为：强制抱猫、摸头、揉肚子等；
4. 情绪相关行为：大笑、叹气、沉默、崩溃；
5. 猫对人类的反向操控行为：推杯子、挡屏幕、踩键盘、不理人。

### 2.4 猫类解释框架

本研究假设猫类对世界的解释具有高度功能主义特征。其核心判断标准包括：是否有食物、是否可睡、是否有太阳、是否有纸箱、是否需要逃离、是否值得回应。因此，人类行为若不能被以上标准解释，便会进入“迷惑行为”分类。

## 3. 结果

### 3.1 键盘敲击行为：无猎物的重复劳动

在人类日常行为中，键盘敲击是最容易引发猫类困惑的行为之一。该行为表现为人类长时间坐在发光板前，用十根短而不锋利的爪子反复击打黑色小块。整个过程通常持续数小时，其

间没有明显猎物出现，也没有食物掉落。

### 猫类日记，第 2 天：

人类再次坐在发光板前，用十根爪子疯狂敲击黑色小块。没有猎物逃跑，没有血迹，没有食物，也没有任何值得追逐的东西。他持续了三个小时。我初步判断：这不是捕猎，而是某种失败后的自我惩罚。

在人类语境中，这一行为被称为“工作”“写论文”或“改材料”。然而，在猫类行为学框架中，持续性动作必须具备明确目标，例如捕猎、进食、梳毛或睡觉。键盘敲击行为缺乏即时奖励，且无法产生可见成果，因此被猫归类为低级重复行为。

## 3.2 手机凝视行为：对虚无对象的情绪投射

手机使用是另一类高频迷惑行为。人类经常在任何实体对象出现的情况下，对着小型发光板表现出复杂情绪，包括微笑、皱眉、沉默、突然大笑与长时间叹气。

### 猫类日记，第 4 天：

人类盯着手里的小发光板。突然笑。突然皱眉。突然叹气。房间里没有其他个体。我检查过窗帘后面，也检查过床底。没有入侵者。结论：他正在与看不见的东西互动。

在人类社会中，这一行为通常被解释为“刷手机”“聊天”或“看短视频”。但在猫的认知系统中，情绪反应应当对应明确的环境刺激。若无实体对象而产生情绪波动，则该行为更接近“虚空社交”。

因此，本文将该行为定义为 Void Social Interaction，即虚空社交行为。



图 2. 虚空社交行为示意图。猫无法理解人类为何会对一个发光矩形产生稳定而复杂的情绪依赖。

### 3.3 对猫讲话：高噪音低信息输出

人类常常对猫说大量句子，例如“宝宝你在干嘛呀”“你怎么这么可爱”“是不是饿了”“妈妈抱抱”“你为什么不理我”。这些语言在语义上看似丰富，但从猫类角度看，大多数并不直接关联食物、开门、开罐头或让路，因此信息密度较低。

#### 猫类日记，第5天：

人类今天对我说了很多话。我没有回应。他似乎仍然很满足。这说明他说话并不是为了交换信息，而是为了安慰自己。

猫类沟通系统高度功能化。开罐头声、猫粮袋声、脚步声、门把手声都具有明确含义。相比之下，人类语言中存在大量情绪性冗余表达。猫虽然可以识别部分声音模式，但并不认为这些声音值得逐句回应。

### 3.4 强制摸猫：单方面亲密关系的建立失败

在家庭场景中，人类常常在猫并未主动申请服务的情况下，突然进行抱起、摸头、揉脸、吸猫等行为。人类将其解释为“表达爱”，猫则可能将其理解为“边界侵犯”。

#### 猫类日记，第3天：

人类未经许可将我抱起，并发出高频声音。他似乎认为这是亲密关系。我认为这是绑架。三秒后，我用后腿完成脱离。人类受伤，但仍然说我可爱。

该行为表明，人类在跨物种亲密关系中经常高估自己的解释权。猫的沉默、忍耐或短暂不反抗，被人类误读为同意；而猫的逃跑、甩尾、耳朵后压与突然攻击，则被人类误读为“调皮”。

### 3.5 深夜活动：节律紊乱的人类样本

猫虽然常被认为昼夜节律混乱，但从猫的视角看，人类才是真正不稳定的物种。人类白天长时间坐着不动，夜晚却突然开始加班、看手机、吃东西或情绪崩溃。

#### 猫类日记，第6天：

人类白天一动不动，夜晚突然活跃。他既不捕猎，也不巡视领地，只是坐在那里叹气。我认为他的进化方向存在明显问题。

这种行为可被定义为 Circadian Dysfunction Syndrome，即节律紊乱综合征。其核心特征包括：白天被迫清醒，夜晚报复性活跃，凌晨自我反省，第二天继续重复。

### 3.6 猫对人类的实验性操控

猫不仅观察人类，也会主动测试人类的反应。例如推倒水杯、踩键盘、挡住屏幕、在门口叫、突然不理人等行为，都可以视为猫对人类进行刺激—反应实验的过程。

## 猫类日记，第7天：

今天我把他的水杯推到地上。他立刻站起来，声音变大，动作变快。实验成功。他仍然可以被简单物理刺激操控。

表 1. 猫类行为对人类反应的操控结果

猫类行为	人类反应	猫类结论
推倒水杯	立即站起并发出声音	可快速激活
踩键盘	停止工作并试图抱猫	可中断任务
挡住屏幕	人类让位或拍照	可获得中心地位
不理人	人类主动讨好	可反向训练
凌晨跑酷	人类睡眠受损	可控制作息

该结果表明，人类并非完全意义上的饲养者，而是在长期共同生活中逐步接受了猫的行为指令系统。猫通过低成本动作即可改变人类状态，显示出极高的家庭空间控制力。

## 4. 人类迷惑行为模型

### 4.1 三要素模型

基于以上观察，本文提出“人类迷惑行为三要素模型”。该模型包括低即时回报、高重复性和情绪反馈异常三个维度。



图 3. 人类迷惑行为三要素模型：低即时回报、高重复性与情绪反馈异常。

第一，低即时回报。人类大量行为并不产生直接奖励。例如写论文、开会、填写表格、回复邮件等行为，既不会立即带来食物，也不会产生可供玩耍的物体。猫类难以理解这种延迟满足机制，并倾向于将其归类为低效行为。

第二，高重复性。人类每天重复相似动作：打开电脑、敲键盘、看手机、叹气、喝咖啡、再次敲键盘。这种重复并不伴随明显环境改善，因此在猫类视角下接近刻板行为。

第三，情绪反馈异常。人类常常对非实体对象产生强烈情绪反应。例如看到手机消息后突然焦虑，看到视频后大笑，收到邮件后沉默，看到猫照片后自我感动。猫类无法确认这些情绪是否具备现实基础。



图4. 猫对人类家庭行为的反向控制系统。猫通过低成本动作即可改变人类行为路径。

## 5. 讨论

从跨物种认知角度看，人类行为的合理性高度依赖人类自己的解释系统。人类会将键盘敲击解释为工作，将深夜不睡解释为努力，将无效社交解释为维持关系，将反复焦虑解释为责任感。然而，一旦这些行为脱离人类语言系统，就会暴露出明显的荒诞性。

猫并不关心“deadline”“绩效”“投稿系统”“导师回复”“朋友圈互动”等抽象概念。猫只关心：是否有饭，是否有太阳，纸箱是否空着，人类是否挡路。因此，在猫的世界里，人类并不是一种复杂而高级的物种，而是一种经常把简单问题复杂化的室内大型哺乳动物。

在人类叙事中，猫被称为宠物；但在实际家庭权力结构中，猫往往拥有更高的空间自由度和情绪稳定性。人类需要工作、缴费、采购猫粮和清理猫砂，而猫只需通过注视、叫声、移动位置和轻微破坏行为即可重新分配家庭资源。

因此，本文认为“饲养关系”可能是一种人类自我安慰。更准确的说法是：人类承担猫的后勤工作，猫负责维持人类对生活仍有意义的错觉。

## 6. 结论

本文通过构建猫类日记视角，对人类日常行为进行了跨物种重新解释。研究发现，人类所谓正常行为在猫类观察框架下呈现出明显迷惑性。键盘敲击缺乏猎物反馈，手机凝视构成虚空社交，对猫讲话属于高噪音低信息输出，深夜加班则显示出严重节律紊乱。

本文提出的“人类迷惑行为三要素模型”提示我们：人类行为的合理性高度依赖人类自身的解释系统。一旦换用猫类视角，这些行为便可能被重新归类为低效、重复且情绪异常的自我驯化过程。

最终，本文得出一个不太体面的结论：在人类看来，猫很可爱；在猫看来，人类很奇怪。

未来研究可进一步扩展至狗、鹦鹉、仓鼠与乌龟等物种，以构建更完整的“多物种人类迷惑行为评价体系”。

## 附录：猫类日记节选

第1天：人类给我喂食。可接受。暂不攻击。

第2天：人类敲击键盘三小时。没有猎物出现。怀疑其生存技能退化。

第3天：人类试图抱我。我拒绝。他受伤。他仍然说我可爱。

第4天：人类对着手机笑。房间内无其他个体。疑似虚空社交。

第5天：人类反复叫我名字，但没有提供食物。无效召唤。

第6天：人类凌晨不睡觉。我决定在三点跑酷以帮助其彻底清醒。

第7天：我推倒水杯。人类立即反应。实验成功。

## 参考文献

1. Hell Black. 猫类沉默与人类误读关系研究 [J]. *Journal of Domestic Superiority*, 2026, 1(1): 1–9.
2. Meow M. 发光屏幕时代的人类行为退化观察 [J]. *Feline Sociology Review*, 2025, 7(2): 22–31.
3. Pawson C. Keyboard Occupation and Human Distress: A Cat-Based Study [J]. *Annals of Applied Meowchanics*, 2024, 4(3): 61–72.
4. Purr L. The Bowl Is Empty: Food, Power, and Domestic Control [J]. *International Journal of Cat-Human Relations*, 2023, 9(4): 88–97.
5. Clawson T. Void Social Interaction and the Glowing Rectangle Hypothesis [J]. *Domestic Animal Interpretation Quarterly*, 2025, 12(1): 13–20.