

问题：怎样改掉无病呻吟的文风？

无病呻吟不是一种文风，而是一种错误的行为。

没病为什么呻吟？为了让人关注自己，给自己流量，给自己赞叹，给自己种种收益。

这其实是一种诈骗行为，而且人人都被骗过无数次，早就对这种行为练出了不需要经过大脑、只需要凭直觉就能闻出狐狸味的反诈骗能力，所以“无病呻吟”有很大概率会识别出来，并且会被差评。

怎么改掉？

世界上最不可能被评为无病呻吟的文字是什么？

医生的处方笺。

人们花费时间，不是要缓解痛苦就是要治疗心病、解决问题。如果你的文字，不是为了缓解什么痛苦、也不是为了解决什么问题，那就不要占用别人的时间。

人家看到你的东西，要鉴定这个东西是不是值得一看的时候，就已经花费了时间。你要确保这东西到后面的确有值得对方最初的关注的回报。而绝不能做出一副“这个东西有回报在后”的样子去骗取别人最开始投入的那个“用于鉴定的投入”。否则就是在恶意利用人们对陌生人默认的基本信任来牟利。

这是作恶。不管有多少人在这么做，有多少人“成功”了，这都是作恶。

如果你不是出于关心别人的病痛、也不是为提供帮助而说，而是为了达到自己的什么目的，那么你应该为别人可能花费的时间付费——因为这个就跟剧作家请人来听自己的稿子提意见一样，是你有求于人，是要人家来帮忙你。

建立起“无病呻吟我就会欠不知多少人钱”的基本伦理观念，你就不会再无病呻吟了。

---

顺便，标题党，尤其是纯度很高的标题党，应该是一种标准的拉黑触发条件。

在我这只要发现有人标题党——仅仅发现 ta 是，就意味着 ta 已经骗了我一次——我是不太会给第二次机会的。如果一个网站这个频率过高，我会连这个媒体一起屏蔽。

宁可杀错一千，绝不放过一个。

不然你就是在以吸数字海洛因方式进行认知自杀。

编辑于 2021-05-16

<https://www.zhihu.com/answer/1503736168>

---

评论区：

Q: 标题党我知道，标题是“某中科院院士斥巨资为女儿庆生”，打开一看是比尔盖茨.....

A: 无病呻吟也是一种隐性的标题党

---

Q: 请问一下下，如何理解“认知自杀”

A: 自己把自己淹没在高度无效的信息里了。

人要靠信息导航的啊，这跟海盗在海上把罗盘扔了不是一样吗？都是找死啊。

---

更新于 2023/8/13