

## 《稀缺大脑》4：为什么你不该量化择偶

我们接着讲迈克尔·伊斯特的《稀缺大脑》。这本书主要是讲稀缺性循环，但在我看来更深层的主题则是「心智窄化」的各种危害。所谓心智窄化，就是对什么事情产生了一种执念，盯住那一点而不计其余。心智窄化让人看不到事物的全面性和复杂性。

这一讲咱们说心智窄化的一个不容易被意识到的表现：对量化指标的优化。什么意思呢？我举个例子。

网上流传对优秀青年女性的一种调侃，说她们为啥不好找对象呢？比如你问一个姑娘择偶标准是什么，她大概会这样说 ——

我身高是 1 米 70，我要求男朋友身高 1 米 80 以上，很合理吧？

我的年薪是 20 万，想找个年薪 40 万的，不过分吧？

我是上海本地人，希望另一半也是上海本地人，没毛病吧？

我的学历是 985，男朋友也应该是 985，无可厚非吧？

除了这些最起码的，我还希望他年龄相仿、相貌端正、不脱发、有良好卫生习惯、脾气好，这难道不行吗？

行倒是都行。这些指标单独拿出来哪一条都说得过去，但要说满足所有这些要求，全上海也没有多少人 —— 你会很难遇到一个。所以大家嘲笑这女生不懂数学……

其实她的问题不是不懂数学，而是不懂爱情。真实世界中，爱情不是这么发生的。她谈论的是一个抽象模型，而不是一个具体的人。

模型可以用指标描述，而真人有很多特质是不能指标化的。这个人品性怎样，是否有趣，有什么样的吸引力，有没有能跟你共鸣的地方？这些都是不可量化的因素。真实世界中的恋爱是你被这个人的某些难以言传的特质所强烈吸引，然后发现那些指标都根本不重要了。

这个道理是指标只是手段。我们之所以选择这几个指标，只是因为恰好只有这几个指标可以量化 —— 没有任何理由认为那些指标就是最重要的特质。指标是没有办法的办法。是你非逼我说几个择偶标准我不得不随便列一列，其实我也不知道我有啥标准。

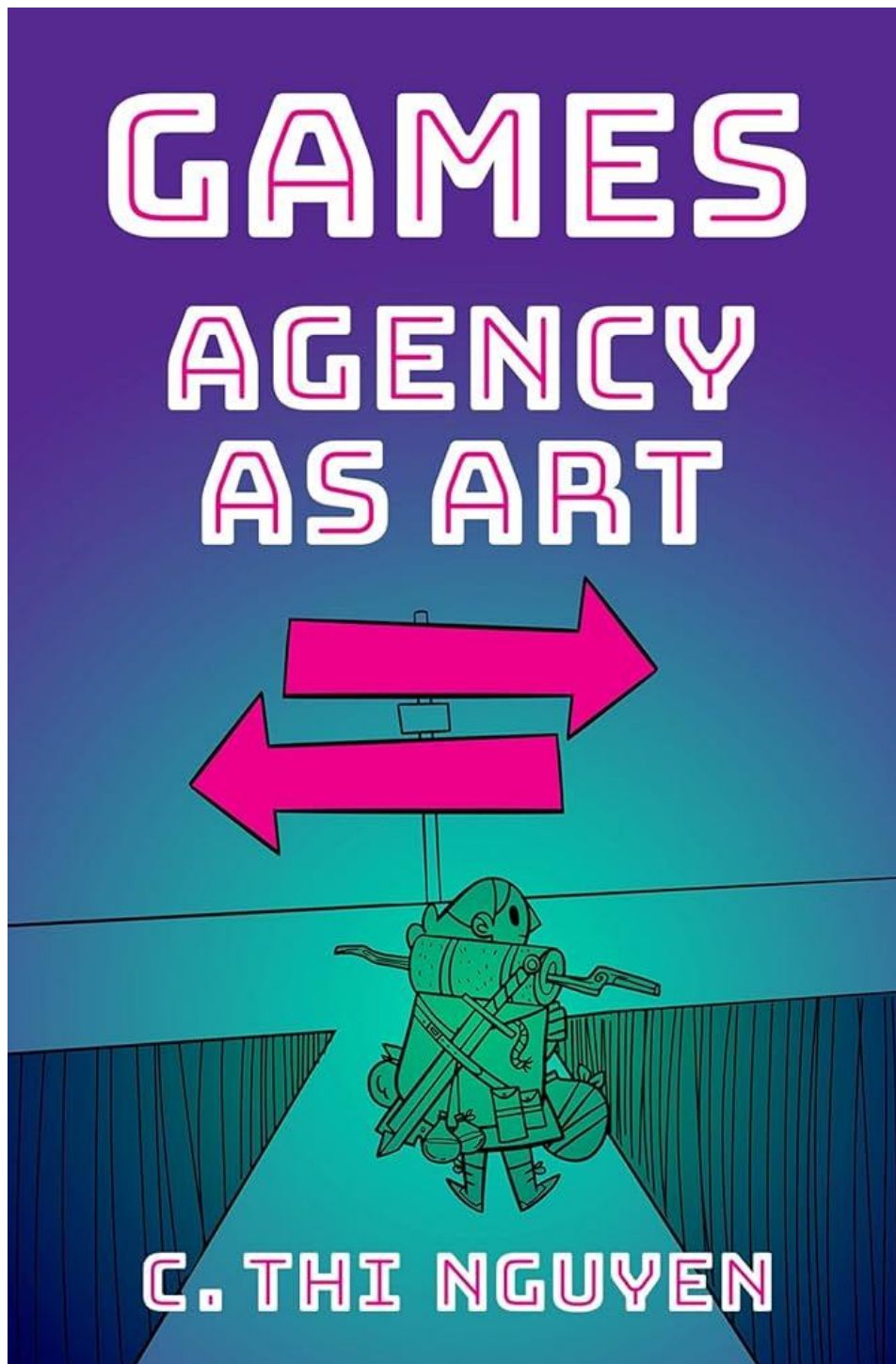
这可不仅仅是择偶的问题。对指标的追求强烈影响着现代生活。现实生活中并没有多少人吸毒、赌博，但是因为对某个指标的执念而让自己过得特别不幸福，却是常见的现象。

前几年流行一个概念叫「游戏化 (gamification)」，也就是把现实生活中的一些行为变成游戏，做事能得积分。比如健身有里程碑，学习编程有进度条，学习语言得徽章，连公司管理和商品配送都有排行榜等等。游戏化把平常的事情变成一个奖励系统，启动稀缺性循环，让人特别有干劲儿，在一些领域很受欢迎。

但是有一位哲学家，犹他大学教授 C.阮氏 (C. Thi Nguyen)，对游戏化提出了反面意见。



阮教授可能是越南裔，我没查到他有没有中文名。他 2020 年出了本书叫《游戏：能动性的艺术》（Games: Agency As Art），用哲学视角考察了游戏和游戏化。伊斯特专门采访了他。



阮教授认为游戏化是对现实世界的扭曲。

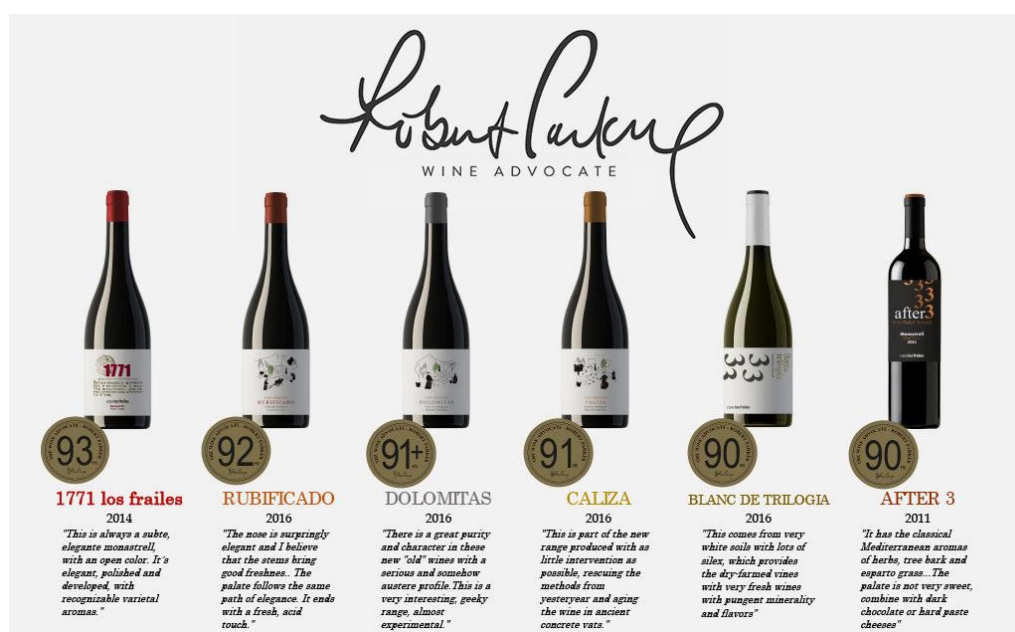
现实世界的价值观是多元的。一个事物有很多个侧面，你从不同的角度观察都可以说它好或者不好，它是复杂的东西。而游戏化，是大家去追

求一个或者几个有限的指标，等于把单一的价值观强加在事物之上，就好像观测让波函数坍缩，取消了量子不确定性一样。

我们岂能用身高和收入这几个数字描写一个人呢？

阮教授说的例子是葡萄酒评分。1970 年代之前，评论家都是用文学化的形容词描写一瓶酒，人们听多了就感觉不知所云。1979 年，一个叫罗伯特·帕克（Robert Parker）的酒评家想出了打分的办法，定期公布自己给各种葡萄酒的评分。

结果他这个系统一上来就被广泛接受。帕克打 90 分以上的酒会迅速销售一空，打 80 分以下就会无人问津。



酿酒师别无选择，只能纷纷应和帕克的口感，把酿酒变成了刷分游戏。不过后来其他酒评家也开始打分，所以也不见得就是帕克的口感决定一切。现在每个葡萄酒都有一个听起来相当客观的分数，好像挺科学。

但阮教授说，这里有大问题。

不是评分是否公正的问题，而是评分这个活动本身就有问题。葡萄酒评分都是倒在小杯里，排成一排大家挨个品尝。可是我们在现实生活中喝葡萄酒可不是这样喝的。

我们都是把葡萄酒和各种食物搭配在一起喝。可能这个酒适合配鱼，那个酒适合配牛肉，对吧？你不考虑搭配，抽象地说这瓶酒好不好喝，这哪行呢？

这就如同抽象地说一个人“好不好”，是没有太大意义的——你真正想知道的是他跟你相处得好不好。

然而搭配场景过于复杂，系统只能给每种酒一个单独的评分。这是第一重扭曲。

然后分数影响了酒的价格，酿酒师为了刷分不得不改变酿造方式，这是第二重扭曲。

然后大家喝酒的主观体验又会被价格强烈影响，默默地以为越贵的酒越好喝，再也喝不出酒本身的味道了，这是第三重扭曲。

于是人变成了分数，相貌变成了整容脸，婚姻变成了彩礼。这不是社会的道德堕落，这是游戏化的演化结果。

✱

分数的确能把特别难喝和特别好喝的酒区分开来，整容脸放到过去的确实都算是美女。但你不希望世界被扭曲到只剩一种审美。

再说一个例子，社交网络。像 Twitter 这样的社区本意是让世界各地的人聚集在一起，共同讨论、互相理解、获得启发和共鸣。但这些社区都有些数字化的指标，比如转发、评论、点赞和关注，被人们当做激励，讨论的氛围就变味了。

研究表明，如果你想要获得更多的转评赞，最好发那种有强烈道德情感的推文，比如说愤怒。因为这种情绪化的东西最容易引起共鸣。而人们的确就这么做了，结果就是推特上的发言越来越极端化。特别是连民选政客，为了获得关注，也是说话越来越刻薄，越来越不文明。



但我们真的最喜欢读那样的东西吗？可能更多沉默的读者更希望从这里了解客观和真实的情况，只是因为这些内容不会引爆转评赞而被弱化了。

人们上社交网络到底是为了转评赞，还是为了交流思想？

阮教授说，这就如同金钱对你到底是目的还是手段。如果金钱就是你唯一的目的，那你选择任何工作唯一的指标就是工资。但如果你更高的目的是人生的幸福，那么面对一个工资稍微低一点但是工作内容和条件你都很喜欢，和一个工资更高但是离家又远、工作时间又长、你还不喜欢的工作，你会选择前者。

你原本有综合考虑的权利，但是量化指标蒙蔽了你的双眼。

✱

讲到这里，我想对阮教授说的是，其实量化指标作为决策手段，是非常有效的。我们专栏讲过丹尼尔·卡尼曼跟人合著的《噪声》，我们知道像面试和医疗诊断这类事情，选择几个维度简单地打分，然后算个总分这种判断方法比个人的主观判断要好得多 [1]。专家的确可以具体问题具体分析，但专家判断的噪声太大。

但是请注意，卡尼曼是把指标作为决策的手段，阮教授则说不要把指标作为目的。他俩应该互相提醒，但并不矛盾。

手段和目的错位，就会出问题。

考试成绩本来是测量学生对这个学科的掌握程度的一种手段。从考试制度设立的第一天开始，明白人就应该知道这是一个过于简化的办法。分数不是为了帮助学生，而是为了给学校和用人单位提供方便。然而时间一长，人们把这个手段当成了目的。学生为了考试刷分，连学校都把“提高考试成绩”当做追求。

据阮教授观察，他最有前途的学生，那些有创造力、有独立性的人，成绩往往是在 B 和 A 之间。总拿 A 的学生往往要么是考试机器，要么是父母在背后给提供了大量支持。那如果让你选拔人才，你最想要哪种人呢？

这个情况正在愈演愈烈。用分数评价一部电影，用几个指标描写一名球员，用点赞数推荐一张照片，结果就如同用门面的装修风格评价一家咖啡店的档次。

※

按理说，人类有数字概念的历史也没多长，为什么我们就这么痴迷于数字呢？

阮教授说，这是因为现在的世界过于复杂，有太多的不确定性，人们总是不知道自己的选择对不对。我该跟这个人结婚吗？我要从事这个职业吗？这么多汽车品牌，我到底应该买哪一辆？我养育孩子的方法对吗？

对比之下，指标系统虽然窄，但是很清晰。游戏里输赢对错你非常清楚。做对了马上加分，错了就会丢分。游戏有攻略，游戏给不确定的世界提供了确定感。

游戏化是对现实的扭曲，追求指标是对现实的逃避。

✱

由此看来，那些把人生视为一场游戏的人，那些毕生追求几个指标的人，那些用别人的标准定义自己的人，不但不足与言大事，而且都是可怜人。他们的心智被窄化了。

为什么不是让你来定义什么是好什么是不好呢？

阮教授的警告十分及时，但是以我之见，社会演化的速度还是很快的。人们已经开始反感刷分。既然大量 5 分的餐馆都是刷出来的，现在很多

年轻人就专门去 3.5 到 4 分的餐馆吃饭 [2]。人们回归了口碑传播和朋友推荐。

我希望他们找对象也这么干。

不要匮乏要丰富，不要标准要独特，不做游戏做真实。当你刷分的时候，你始终是被动的，因为你是在被人评价。主动选择自己喜欢还是不喜欢什么，追求生活的质感和深度，你会有更大的幸福感。



注释

[1] 《噪声》5：为什么流程比人强

[2] 人人都是产品经理，“当年轻人挤爆 3.5 分餐厅，餐饮 APP 还有必要采纳“打星制”吗？” 36Kr, 2024-01-28

<https://36kr.com/p/2624942510708868>

划重点

1.所谓心智窄化，就是对什么事情产生了一种执念，盯住那一点而不计其余。

心智窄化让人看不到事物的全面性和复杂性。

2.心智窄化的一个不容易被意识到的表现，是对量化指标的优化。

3.游戏化是对现实的扭曲，追求指标是对现实的逃避。