

问答：好奇心是可以后天培养的吗？

万维钢·精英日课 6（年度日更）

来自日课：情绪是副产品

读者 活着、小林：

请问万老师，什么才是正确的事情？

回复——

从数学和物理学角度看，世界只是一大堆原子的运动，谁也不可能违反物理定律和数学方程，谈不上什么是正确的事情。但是人类的确有对错，那是我们主观的选择，是由价值观决定的。

每个社会都有自己的主流价值观，是大多数人默认的，构成了公共道德。但对有想法的人来说，主流价值观不足以完全指导他的人生选择，他还需要有自己的价值观。而这个价值观或者是自己探索的结果，或者是偶然的命运召唤。我们专栏第五季讲《内部掌控，外部影响》一书有一期叫《有目的的生活》，说过这个问题。

来自日课：「不介意」的智慧

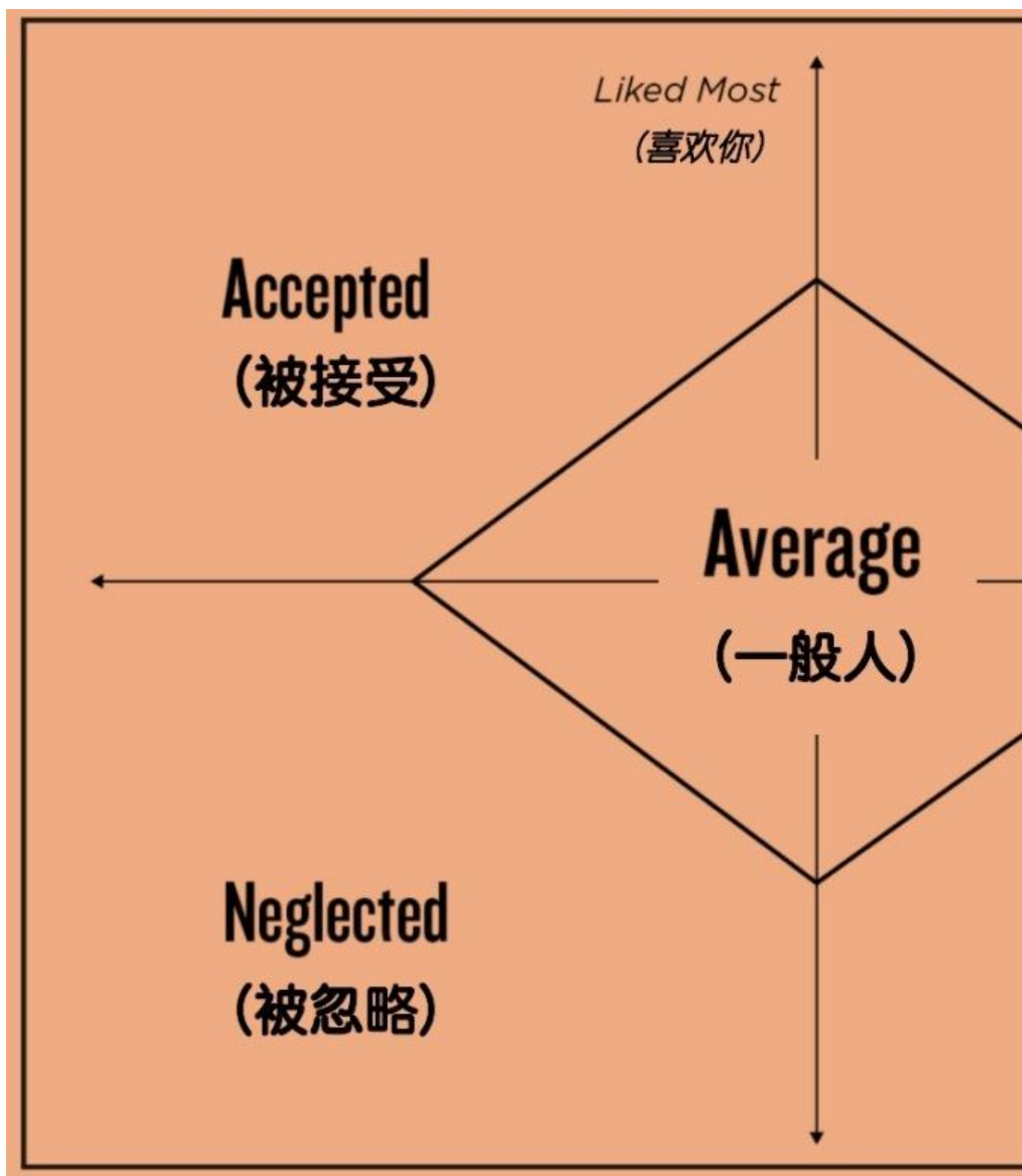
读者 霁云：

万 Sir，「疾病和健康是两个维度」这太反常识了！除了这个例子，还有哪些，是看似对立、相反，实际上是不同维度的事物呢？聪明与愚笨、富有与贫穷、白天与黑夜、庙堂与江湖？好像很难找到这样的例子。

回复——

我们第一季讲过一本书叫《欢迎度》，其中有个理论出自心理学家约翰·科伊（John Coie），说喜欢和不喜欢，是两个维度。

喜欢的反义词不是不喜欢，而是不在乎。一个个性突出的人会同时被很多人喜欢、又被很多人不喜欢；而一个存在感低的人既没有多少人喜欢，也没有多少人不喜欢。还有的人被很多人喜欢、被很少的人不喜欢，这个局面很理想；还有人被很多人不喜欢，被很少的人喜欢。也是四个象限。



用这个类比，我们可以说“好人”和“坏人”，是两个维度，快乐和痛苦是两个维度，等等。

有些经常在一起被当做近义词甚至同义词说的事情，比如“自由”和“民主”，其实也是两个维度。

读者 悍那 Hana:

虽然但是，在大脑中负责提供快乐奖励的伏隔核中植入长期电极，电压 1-5 调节，电压 1 伏时、快乐 2 分、焦虑 8 分，电压 4 伏时快乐无边、焦虑消失，这种嗑药般的、硬件调节方式，算是对精神疾病的根治吗？
回复——

这个办法是可行的，而且也有人做过，比如有一种治疗抑郁症的方法就是给大脑植入一个东西，感到实在不好受就直接刺激一下，立即就能好受一些。以前也有哲学家设想，把人的大脑接满管子，想要什么快乐就来个直接刺激，岂不是好？但这里有两个大问题。

一个是从技术上讲，我们对刺激都会产生耐受性。正如我们前面讲「习惯化」所说，这是神经层面的性质，是无法避免的。耐受性意味着要获得同样的快乐，那个刺激必须不断加大剂量才行。而这显然是不可持续的，到一定程度那个剂量就会变得危险，人就被毁了。

另一个是从道德上讲，这个做法把人变成了直接对刺激起反应的装置，可以说是个低等动物甚至是一个机器。原本情绪都是提醒我们做别的事情的工具，现在情绪本身成了目的，人成了情绪的奴隶。这就让人失去了所有的自主性，显然是对人的降级。哪怕有人一心就想做个快乐的奴隶，这种把快乐开关交给外界掌握的局面也十分危险。

读者 Water:

西药的发现，和神农尝百草有什么本质的区别吗？

回复——

的确有很多药物都是偶然发现了作用，比如像青霉素，一看好使，就推广使用，成了标准药物。但并非所有药物都是如此。

有一门学问叫「理性药物设计（**rational drug design**）」，就是专门从生物学原理出发，开发新药。著名的例子包括艾滋病毒蛋白酶抑制剂、治疗癌症的靶向药物等等。

现代制药公司会做很多的「筛选性找药（**High-Throughput Screening**）」，有点像神农尝百草一样把各种潜在有效的药都试一遍看看哪个真有效，但不是盲目筛选，现在更是用上了 **AI** 帮忙。

但更多地，制药公司越来越转向了理性药物设计。这可能是因为现在知识更多，可操作性更强。猴子敲打字机写不出莎士比亚戏剧来，高级的药物不太可能随机出现。

而即便是筛选性找药，也跟神农尝百草不太一样，最关键的就是必须要做严格的随机实验。你得证明这个新药的效果不是偶然的，是真有效、而且无害、而且比市场上现有的药物更有效，才行。

而且古代医学并没有完全遵循神农尝百草的原则。神农氏哪怕只是一个医生拿自己做实验，他毕竟还做实验了。古代的医学，往往不做实验，直接上理论，包括“以形补形”之类完全不靠谱的理论。最近有本新书叫《以毒为药：古代中国的医疗、文化与政治》，作者是纽约州立大学历史系副教授刘焱，描写了古人的用药思想……那是一个神奇的世界。

读者 郑健桂：

请问万老师，受教育程度不高，甚至是目不识丁的人，也能有精神生活么？

回复——

所有人都能有精神生活。古登堡发明印刷术之前欧洲就没几个人认字，基督教反而相当繁荣，教会直接安排精神生活。人们普遍识字是非常现代的事情，单田芳有个自传体评书叫《言归正传》，讲了他少年时代和年轻时候，连评书演员都不识字，学说书全靠师父口述自己背，照样输出精神生活。

当然，不识字的难处在于自己很难主动选择精神生活，毕竟高级的好东西都只在书里有。像慈禧太后，自身文化程度很低，辛酉政变刚刚得了权力批阅个奏折都全是错别字，根本没读过大书，此后主要精神生活是看戏，但是也学到不少东西。

慈禧从戏曲里学到了朴素的价值观，那就是贪官是坏的，老百姓是无辜的，国家不能被外人欺负。她有这个价值观其实也做了一些好事儿，比如为了杨乃武与小白菜案，革职 **140** 多名官员永不叙用，可谓是大快人心；再比如搞洋务运动富国强兵也没含糊。

所以不识字的人的精神生活也很有用。但是文化程度低还是限制了太后的眼界，毕竟戏曲里没有现代世界的运行规律，所以办了很多傻事。

来自日课：在逆境中改变自己

读者 艾安琪 QS:

想请教万老师，我们之间好奇心强弱的差异，是由于先天自身装备的不同，还是后天受到压制或得到滋养的结果？或者两个因素间哪个更有话语权？好奇心是一种能够通过培养而超越“硬件配置”限制的品质吗？

回复——

您的猜测很有道理，人与人之间好奇心的差异的确既有先天装备的因素，也有后天成长的因素，而且还有特定时刻心境的因素、有具体领域的因素。

首先，关于什么是好奇心，学术界并没有给出一个大家公认的定义。但我们大概知道好奇心不是什么。“想知道”，不等于有好奇心。比如你最近正打算买房，对你感兴趣地区的房价变动很关注，做很多调研，这是外部需求驱动，不是好奇心。再比如有些人特别喜欢打听身边人的小道消息，这是人类的舆论监督本能，这也不是好奇心。

还有一种人，是因为忍受不了“不确定感”，遇到一个问题非得找到答案，哪怕是不靠谱的答案也行。这种情况严格说来，学术界有个新名词，叫「**匮乏性好奇心（deprivation curiosity）**」。他们寻求答案不是因为对新事物感兴趣，而是为了填补一个危险感，获得一个安心之感。这样的人喜欢确定性的答案，容易受到假新闻和阴谋论的影响，研究表明他们的智力水平、头脑开放性甚至记忆力都不是很好。这也不是我们想要的好奇心。

我们想要的，是所谓「**兴趣性好奇心（interest curiosity）**」。这种好奇心只是想学习新东西，探索未知领域，是从探索的过程中获得乐趣。这里的

关键特点是那个东西对我有没有好处我不知道，我也不在乎，我只是想知道它是怎么回事。

这里的悖论在于，恰恰因为你愿意探索没有明显好处的地方，你才有可能得到意外的好处 —— 这就是「好奇心算法」的精义所在。

从逻辑上来说，这是因为感觉有好处的地方早就探索过了，探索价值很低。但是从生物学角度来说，好奇心之所以高级，就是因为你的“初心”是没有功利性的，是内部驱动。从逻辑出发去探索未知领域很难坚持下去，因为风险很大，毕竟如果那个地方真的很有可能的好处，别人也早探索过了 —— 你常常会觉得得不偿失。所以你必须能从探索活动本身得到乐趣，才能把这条路走下去。

想清楚好奇心是什么，我们就容易理解为什么有的人缺少好奇心。

好奇心是一种认知上的驱动，所以它肯定要求一定的认知能力，这就意味着好奇心强的人必须有很好的信息处理能力，善于运用注意力，智力水平比较高。这跟“先天设备”有关。

再者，如果你眼前有个大麻烦需要立即解决，你大概不会对远在天边的事情感到好奇。所以好奇心需要一定的闲情逸致。这跟生活条件有关。

还有，如果一个人从小受到的教育是“外边的世界是危险的”，做事处处怕出错，以安全为第一，甚至以“祖宗之法”为教条，他很难主动探索。所以好奇心跟教育、跟文化传统都有关系。

好奇心还跟当下心境很有关系。人处在安全舒适的状态，感到快乐的时候，更有可能探索未知；而在饥饿、害怕、担心、窘迫的状态下，会更想防守、对抗或者逃跑，要么就是拼命填补匮乏性好奇心，而不是开放性的探索。

以上这些条件可能已经筛掉了不少人，但我想现代社会中大多数人的日子都不错，都具备增长好奇心的硬条件。对这些人来说，好奇心的大小大概主要跟“你已经知道多少”有关。你知道的越多，能接触到“够得着的未知”才越多，你才会对更多的事情感到好奇。这是一个正反馈过程。

而正反馈过程都有先发优势。那些从小被允许读“课外书”，自行探索过一些东西的人在好奇心方面有先发优势。但开启这个过程什么时候都不晚，成年人如果真能发力，小时候那点差距很轻松就能补回来。

我能提供的一个心法，还是要在自己头脑里长出一棵“知识树”，也就是对当前各路学问有个大概的脉络，这样你就非常清楚现在最大的悬念在哪里，学者们最关心什么。这就好比说，如果你对国际政治一无所知，你不会乌克兰和俄罗斯战争感到好奇——但如果你能把俄乌战争放到一个认识国际政治的框架之中，你会非常非常感兴趣。

读者 覃 Qín 家斌

万老师，请问关于逆境后发现和改变自己，我还有更多的好奇。很多人现在失业后，找工作非常艰难。应该如何获得感悟，通过发现和改变自己，而更好的走出逆境迎来繁荣呢？

回复——

每个人情况都不一样，我没有具体做哪一行的建议。但是如果此刻我失业了，我肯定不会留在家打游戏或者去图书馆假装上班。我一定会走出去，我会给亲戚朋友打电话，我会做大量的调研，我必须了解哪些地方还需要人，我有可能得到什么职位，以及更重要的是，为了得到那个职位我需要学什么。

给所有人都安排工作是很难的，但是世界这么大，说这里有个有心人，努力调研了所有相关信息，发现竟然没有一个人工作能让他做，那也是不可能的。

在社会层面，根据我以前读到的说法，美国的经验是职业培训 —— 也就是地方政府出面给成年人办的培训班，教当前最有用的职业技能，完了帮着介绍工作 —— 还是很有效的。

这个世界如此不完美，那么多事儿都等着人去做，失业只可能是要么因为没协调好，要么因为大家都没有信心不敢投资。