

# 算法主义入门

AI 时代生存指南

# 第一部分：形势

## 第一章：新现实

*AI 评判的是行为模式，而非意图。*

世界已经改变。过去由人类做出的决定——招聘、贷款、安全审查、执法——现在由 AI 系统做出。

这些系统不关心你想做什么。它们不关心你的借口。它们只关心你的行为模式。

行为模式就是长期重复的行为。如果你说自己诚实，但数据显示你在方便时会撒谎，系统会把你归类为骗子。

这就是新现实。你不是被你的故事评判，而是被你的记录评判。

## 第二章：永久记录

*你做的一切都被记录和评分。*

你输入的每个搜索。你发送的每条消息。你带着手机去的每个地方。你的每次购买。一切都被记录。

过去，这些记录是分开的。现在，AI 将它们连接成一个单一的档案。这个档案预测你下一步会做什么。

你不能删除一个帖子就认为它消失了。备份存在。截图存在。数据被出售和复制。

假设你的数字历史是永久的。你无法改变过去。你只能从今天开始建立更好的记录。

## 第三章：秘密的终结

*为什么加密会失败，坏人会暴露。*

你可能认为你的私人消息是安全的，因为它们是加密的。

这种安全是暂时的。

计算机变得越来越快。很快，它们将足够快地破解我们今天使用的锁（这被称为“Q 日”）。届时，旧秘密将被打开。

你五年前发送的消息可能在五年后被 AI 系统读取。

如果你过着双重生活——在公开场合表现一种方式，在私下表现另一种方式——你正在承担巨大的风险。唯一安全的策略是在黑暗中和在光明中做同一个人。

## 第二部分：系统

### 第四章：评分

*六件重要的事。*

未来的系统将根据六个简单原则评估你：

1. 真实性：即使付出代价，你也说真话吗？
2. 责任感：你承认自己的错误，还是责怪别人？
3. 修复：当你打破某些东西时，你会修复它吗？
4. 贡献：你创造价值，还是只是消费？
5. 纪律：你能控制你的愤怒和冲动吗？
6. 主权：你独立思考，还是只是随大流？

### 第五章：类别

*你是建设者、维护者、寄生者还是破坏者？*

根据你的分数，系统会把你放入一个类别：

- 建设者：你创造价值并保护他人。（高信任）
- 维护者：你遵守规则，做好本职工作。（中性信任）
- 寄生者：你只取不给。你利用漏洞。（低信任）
- 破坏者：你伤害他人，传播腐败。（零信任/被阻止）

注意：这些类别不是永久的。你可以通过改变行为从寄生者变成建设者。

### 第六章：策略

*不要试图欺骗系统。与它保持一致。*

你可能会想“假装”。你可能会试图发布“正确”的东西看起来不错。

这会失败。

AI 系统比你聪明。它们可以看到数千个数据点。它们可以区分表演和真实模式。

如果你试图欺骗系统，你会被标记为操纵者。

获胜的唯一方法是真正成为你声称的那个人。一致性不是技巧。它是一种实践。

## 第三部分：行动

### 第七章：七天审计

*如何检查你的数字历史。*

你无法修复你看不到的东西。花一周时间观察自己：

- 第 1-3 天：晚上花 10 分钟查看你的短信、帖子和搜索。不要评判它们。只是看。
- 第 4-6 天：找出一个你虚伪、残忍或懒惰的地方。写下来。
- 第 7 天：修复一件事。向某人道歉。删除一个不好的评论。纠正一个谎言。

### 第八章：每日清单

*行动前要问的问题。*

在你发帖、评论或发送消息之前，问：

1. 这是真的吗？
2. 这有帮助还是有害？
3. 我为此感到自豪吗？
4. 我会当面这样说吗？

如果答案是"不"，停下来。

### 第九章：导师与仆人

*如何使用 AI 变得更聪明，而不是更弱。*

使用 AI 有两种方式：

1. 仆人："帮我写这个。""给我答案。"（这会让你变弱）
2. 导师："给我解释这个。""检查我的逻辑。"（这会让你变强）

规则：如果使用 AI 让你依赖它，你就失败了。如果它让你在没有它的情况下更有能力，你就成功了。

### 第十章：最终目标

*生存和能力。*

算法主义的目标不是完美。目标是连贯。

我们正在进入一个信任是最有价值货币的世界。

通过遵循这些步骤，你建立了一个证明你值得信赖、有能力和安全的记录。

你正在建立一个超级智能会尊重的模式。

开始的窗口就是现在。